

p = proactive stay (計画的ステイ), r = reactive stay (離脱症状や風邪などの理由でステイ), 戻し = tack back

日付	曜日	ジアゼパム(Diazepam)	備考(Remark)
2019/7/1	月	10.00	フルニトラゼパムのゴールが見えてきたのでジアゼパム減薬開始
2019/7/2	火	10.00	starting tapering diazepam as close the goal of flunitrazepam
2019/7/3	水	10.00	
2019/7/4	木	10.00	
2019/7/5	金	10.00	
2019/7/6	土	10.00	
2019/7/7	日	10.00	
2019/7/8	月	10.00	
2019/7/9	火	10.00	
2019/7/10	水	10.00	
2019/7/11	木	10.00	
2019/7/12	金	10.00	
2019/7/13	土	10.00	
2019/7/14	日	10.00	
2019/7/15	月	10.00	
2019/7/16	火	10.00	
2019/7/17	水	10.00	
2019/7/18	木	10.00	
2019/7/19	金	10.00	
2019/7/20	土	10.00	
2019/7/21	日	10.00	
2019/7/22	月	10.00	
2019/7/23	火	10.00	
2019/7/24	水	10.00	
2019/7/25	木	10.00	
2019/7/26	金	10.00	
2019/7/27	土	10.00	
2019/7/28	日	10.00	
2019/7/29	月	10.00	
2019/7/30	火	10.00	
2019/7/31	水	10.00	
2019/8/1	木	9.00	
2019/8/2	金	9.00	
2019/8/3	土	9.00	
2019/8/4	日	9.00	
2019/8/5	月	9.00	
2019/8/6	火	9.00	
2019/8/7	水	9.00	
2019/8/8	木	9.00	
2019/8/9	金	9.00	
2019/8/10	土	9.00	
2019/8/11	日	9.00	

2019/8/12	月	9.00	
2019/8/13	火	9.00	
2019/8/14	水	9.00	
2019/8/15	木	9.00	
2019/8/16	金	9.00	
2019/8/17	土	9.00	
2019/8/18	日	9.00	
2019/8/19	月	9.00	
2019/8/20	火	9.00	
2019/8/21	水	9.00	
2019/8/22	木	9.00	
2019/8/23	金	9.00	
2019/8/24	土	9.00	
2019/8/25	日	9.00	
2019/8/26	月	9.00	
2019/8/27	火	9.00	
2019/8/28	水	9.00	
2019/8/29	木	9.00	
2019/8/30	金	9.00	
2019/8/31	土	9.00	
2019/9/1	日	8.00	
2019/9/2	月	8.00	
2019/9/3	火	8.00	
2019/9/4	水	8.00	
2019/9/5	木	8.00	
2019/9/6	金	8.00	
2019/9/7	土	8.00	
2019/9/8	日	8.00	
2019/9/9	月	8.00	
2019/9/10	火	8.00	
2019/9/11	水	8.00	
2019/9/12	木	8.00	
2019/9/13	金	8.00	
2019/9/14	土	8.00	
2019/9/15	日	8.00	
2019/9/16	月	8.00	
2019/9/17	火	8.00	
2019/9/18	水	8.00	
2019/9/19	木	8.00	
2019/9/20	金	8.00	
2019/9/21	土	8.00	
2019/9/22	日	8.00	
2019/9/23	月	8.00	
2019/9/24	火	8.00	

2019/9/25	水	8.00	
2019/9/26	木	8.00	
2019/9/27	金	8.00	
2019/9/28	土	8.00	
2019/9/29	日	8.00	
2019/9/30	月	8.00	
2019/10/1	火	7.00	
2019/10/2	水	7.00	
2019/10/3	木	7.00	
2019/10/4	金	7.00	
2019/10/5	土	7.00	
2019/10/6	日	7.00	
2019/10/7	月	7.00	
2019/10/8	火	7.00	
2019/10/9	水	7.00	
2019/10/10	木	7.00	
2019/10/11	金	7.00	
2019/10/12	土	7.00	
2019/10/13	日	7.00	
2019/10/14	月	7.00	
2019/10/15	火	7.00	
2019/10/16	水	7.00	
2019/10/17	木	7.00	
2019/10/18	金	7.00	
2019/10/19	土	7.00	
2019/10/20	日	7.00	
2019/10/21	月	7.00	
2019/10/22	火	7.00	
2019/10/23	水	7.00	
2019/10/24	木	7.00	
2019/10/25	金	7.00	
2019/10/26	土	7.00	
2019/10/27	日	7.00	
2019/10/28	月	7.00	
2019/10/29	火	7.00	
2019/10/30	水	7.00	
2019/10/31	木	7.00	
2019/11/1	金	6.00	
2019/11/2	土	6.00	
2019/11/3	日	6.00	
2019/11/4	月	6.00	
2019/11/5	火	6.00	
2019/11/6	水	6.00	
2019/11/7	木	6.00	

2019/11/8	金	6.00	
2019/11/9	土	6.00	
2019/11/10	日	6.00	
2019/11/11	月	6.00	
2019/11/12	火	6.00	
2019/11/13	水	6.00	
2019/11/14	木	6.00	
2019/11/15	金	6.00	
2019/11/16	土	6.00	
2019/11/17	日	6.00	
2019/11/18	月	6.00	
2019/11/19	火	6.00	
2019/11/20	水	6.00	
2019/11/21	木	6.00	
2019/11/22	金	6.00	
2019/11/23	土	6.00	
2019/11/24	日	6.00	
2019/11/25	月	6.00	
2019/11/26	火	6.00	
2019/11/27	水	6.00	
2019/11/28	木	6.00	
2019/11/29	金	6.00	
2019/11/30	土	6.00	
2019/12/1	日	5.00	
2019/12/2	月	5.00	
2019/12/3	火	5.00	
2019/12/4	水	5.00	
2019/12/5	木	5.00	
2019/12/6	金	5.00	
2019/12/7	土	5.00	
2019/12/8	日	5.00	
2019/12/9	月	5.00	
2019/12/10	火	5.00	
2019/12/11	水	5.00	
2019/12/12	木	5.00	
2019/12/13	金	5.00	
2019/12/14	土	5.00	
2019/12/15	日	5.00	
2019/12/16	月	5.00	
2019/12/17	火	5.00	
2019/12/18	水	5.00	
2019/12/19	木	5.00	
2019/12/20	金	5.00	
2019/12/21	土	5.00	

2019/12/22	日	5.00	
2019/12/23	月	5.00	
2019/12/24	火	5.00	
2019/12/25	水	5.00	
2019/12/26	木	5.00	
2019/12/27	金	5.00	
2019/12/28	土	5.00	
2019/12/29	日	5.00	
2019/12/30	月	5.00	
2019/12/31	火	5.00	
2020/1/1	水	4.00	
2020/1/2	木	4.00	
2020/1/3	金	4.00	
2020/1/4	土	4.00	
2020/1/5	日	4.00	
2020/1/6	月	4.00	
2020/1/7	火	4.00	
2020/1/8	水	4.00	
2020/1/9	木	4.00	
2020/1/10	金	4.00	
2020/1/11	土	4.00	
2020/1/12	日	4.00	
2020/1/13	月	4.00	
2020/1/14	火	4.00	
2020/1/15	水	4.00	
2020/1/16	木	4.00	* フルニトラゼパム断薬 jumped flunitrazepam
2020/1/17	金	4.00	
2020/1/18	土	4.00	
2020/1/19	日	4.00	
2020/1/20	月	4.00	
2020/1/21	火	4.00	
2020/1/22	水	4.00	
2020/1/23	木	4.00	
2020/1/24	金	4.00	
2020/1/25	土	4.00	
2020/1/26	日	4.00	
2020/1/27	月	4.00	
2020/1/28	火	4.00	
2020/1/29	水	4.00	
2020/1/30	木	4.00	
2020/1/31	金	4.00	
2020/2/1	土	3.00	ジアゼパムの離脱発生. Withdraw of diazepam
2020/2/2	日	4.00	戻し. Take back
2020/2/3	月	4.00	

2020/2/4	火	4.00	
2020/2/5	水	3.90	ドライカットでのマイクロテーパリング開始. Start micro-tapering by dry-cut
2020/2/6	木	3.90	
2020/2/7	金	3.80	
2020/2/8	土	3.80	
2020/2/9	日	3.70	
2020/2/10	月	3.70	
2020/2/11	火	3.60	
2020/2/12	水	3.59	
2020/2/13	木	3.56	
2020/2/14	金	3.53	
2020/2/15	土	3.51	
2020/2/16	日	3.49	
2020/2/17	月	3.47	
2020/2/18	火	3.45	
2020/2/19	水	3.43	
2020/2/20	木	3.43	
2020/2/21	金	3.42	
2020/2/22	土	3.41	
2020/2/23	日	3.39	
2020/2/24	月	3.34	
2020/2/25	火	3.33	
2020/2/26	水	3.31	
2020/2/27	木	3.29	
2020/2/28	金	3.24	
2020/2/29	土	3.19	
2020/3/1	日	3.19	
2020/3/2	月	3.18	
2020/3/3	火	3.15	
2020/3/4	水	3.14	
2020/3/5	木	3.12	
2020/3/6	金	3.08	
2020/3/7	土	3.07	
2020/3/8	日	3.07	
2020/3/9	月	3.06	
2020/3/10	火	3.04	
2020/3/11	水	3.03	
2020/3/12	木	3.02	
2020/3/13	金	3.00	
2020/3/14	土	2.98	
2020/3/15	日	2.96	
2020/3/16	月	2.94	
2020/3/17	火	2.89	
2020/3/18	水	2.87	

2020/3/19	木	2.85	
2020/3/20	金	2.82	
2020/3/21	土	2.80	
2020/3/22	日	2.79	
2020/3/23	月	2.78	
2020/3/24	火	2.74	
2020/3/25	水	2.73	
2020/3/26	木	2.71	
2020/3/27	金	2.67	
2020/3/28	土	2.66	
2020/3/29	日	2.63	
2020/3/30	月	2.62	
2020/3/31	火	2.60	
2020/4/1	水	2.59	
2020/4/2	木	2.58	
2020/4/3	金	2.56	
2020/4/4	土	2.56	
2020/4/5	日	2.55	
2020/4/6	月	2.55	
2020/4/7	火	2.52	
2020/4/8	水	2.53	
2020/4/9	木	2.49	
2020/4/10	金	2.48	
2020/4/11	土	2.46	
2020/4/12	日	2.46	
2020/4/13	月	2.46	
2020/4/14	火	2.44	
2020/4/15	水	2.42	
2020/4/16	木	2.41	r. catch cold. 風邪
2020/4/17	金	2.41	
2020/4/18	土	2.41	
2020/4/19	日	2.41	
2020/4/20	月	2.38	
2020/4/21	火	2.37	
2020/4/22	水	2.36	
2020/4/23	木	2.33	
2020/4/24	金	2.31	r. catch cold again. 風邪ぶり返し
2020/4/25	土	2.31	
2020/4/26	日	2.31	
2020/4/27	月	2.31	
2020/4/28	火	2.31	
2020/4/29	水	2.31	
2020/4/30	木	2.31	
2020/5/1	金	2.36	tack back as not recover from cold. ちょい戻し(風邪が治らないので、もしかしたら離脱症状?)

2020/5/2	土	2.35	
2020/5/3	日	2.35	
2020/5/4	月	2.34	
2020/5/5	火	2.33	
2020/5/6	水	2.33	
2020/5/7	木	2.32	
2020/5/8	金	2.31	
2020/5/9	土	2.30	
2020/5/10	日	2.29	
2020/5/11	月	2.25	
2020/5/12	火	2.24	
2020/5/13	水	2.22	
2020/5/14	木	2.21	
2020/5/15	金	2.21	
2020/5/16	土	2.20	
2020/5/17	日	2.19	
2020/5/18	月	2.18	
2020/5/19	火	2.17	
2020/5/20	水	2.16	
2020/5/21	木	2.14	
2020/5/22	金	2.14	
2020/5/23	土	2.13	
2020/5/24	日	2.12	
2020/5/25	月	2.11	
2020/5/26	火	2.10	
2020/5/27	水	2.09	
2020/5/28	木	2.08	
2020/5/29	金	2.06	
2020/5/30	土	2.00	
2020/5/31	日	2.00	
2020/6/1	月	2.00	
2020/6/2	火	2.00	
2020/6/3	水	2.00	
2020/6/4	木	2.00	
2020/6/5	金	2.00	
2020/6/6	土	1.98	
2020/6/7	日	1.96	
2020/6/8	月	1.94	
2020/6/9	火	1.93	
2020/6/10	水	1.93	

2020/6/11	木	1.92	
2020/6/12	金	1.90	
2020/6/13	土	1.88	
2020/6/14	日	1.87	
2020/6/15	月	1.86	
2020/6/16	火	1.85	
2020/6/17	水	1.85	
2020/6/18	木	1.84	
2020/6/19	金	1.83	
2020/6/20	土	1.82	
2020/6/21	日	1.79	
2020/6/22	月	1.78	
2020/6/23	火	1.77	
2020/6/24	水	1.76	
2020/6/25	木	1.75	
2020/6/26	金	1.74	
2020/6/27	土	1.72	
2020/6/28	日	1.68	
2020/6/29	月	1.67	
2020/6/30	火	1.66	
2020/7/1	水	1.65	
2020/7/2	木	1.64	
2020/7/3	金	1.63	
2020/7/4	土	1.62	
2020/7/5	日	1.59	
2020/7/6	月	1.58	
2020/7/7	火	1.57	
2020/7/8	水	1.55	
2020/7/9	木	1.54	
2020/7/10	金	1.53	
2020/7/11	土	1.52	
2020/7/12	日	1.50	
2020/7/13	月		to be continued...
2020/7/14	火		
2020/7/15	水		
2020/7/16	木		
2020/7/17	金		
2020/7/18	土		
2020/7/19	日		
2020/7/20	月		