

体調管理表＜体重・血圧＞

2021年7月6日（火）

～

2021年7月12日（月）

年月日	2021年7月6日（火）	2021年7月7日（水）	2021年7月8日（木）	2021年7月9日（金）	2021年7月10日（土）	2021年7月11日（日）	2021年7月12日（月）
目標体重	96.40	96.38	96.36	96.34	96.31	96.29	96.27
体 重	96.4	96.2	96.2	96.2	96.0	96.0	95.6
目 標 差	0.00	0.18	0.16	0.14	0.31	0.29	0.67
血圧(上)	114	127	130	121	126	127	118
血圧(下)	78	84	81	83	80	85	75
97							
96							
95							
94							
93							
92							

— :目標体重

●—● :体重推移