

体調管理表＜体重・血圧＞

2021年8月10日（火）

～

2021年8月16日（月）

年月日	2021年8月10日（火）	2021年8月11日（水）	2021年8月12日（木）	2021年8月13日（金）	2021年8月14日（土）	2021年8月15日（日）	2021年8月16日（月）
目標体重	95.65	95.63	95.60	95.58	95.56	95.54	95.52
体 重	93.6	93.6	93.4	93.4	93.4	93.2	93.2
目 標 差	2.05	2.03	2.20	2.18	2.16	2.34	2.32
血圧(上)	128	118	128	127	119	110	124
血圧(下)	85	81	84	85	80	79	80
96							
95							
94							
93							
92							
91							

— :目標体重

●—● :体重推移