

体調管理表＜体重・血圧＞

2021年10月12日（火）

～

2021年10月18日（月）

年月日	2021年10月12日（火）	2021年10月13日（水）	2021年10月14日（木）	2021年10月15日（金）	2021年10月16日（土）	2021年10月17日（日）	2021年10月18日（月）
目標体重	94.27	94.25	94.23	94.21	94.18	94.16	94.14
体 重	89.4	89.4	89.2	89.2	89.2	89.2	89.2
目 標 差	4.87	4.85	5.03	5.01	4.98	4.96	4.94
血圧(上)	124	128	120	126	112	118	124
血圧(下)	78	79	78	82	78	78	83
94							
93							
92							
91							
90							
89							

— :目標体重

●—● :体重推移