

体調管理表<体重・血压>

2021年9月28日 (火)

~

2021年10月4日 (月)

年月日	2021年9月28日 (火)	2021年9月29日 (水)	2021年9月30日 (木)	2021年10月1日 (金)	2021年10月2日 (土)	2021年10月3日 (日)	2021年10月4日 (月)
目標体重	94.58	94.56	94.53	94.51	94.49	94.47	94.44
体 重	89.8	89.8	89.8	89.6	89.6	89.6	89.6
目 標 差	4.78	4.76	4.73	4.91	4.89	4.87	4.84
血压(上)	124	119	126	121	119	119	114
血压(下)	80	78	82	80	80	81	82

————— :目標体重

●—————● :体重推移