

体調管理表＜体重・血圧＞

2021年9月21日（火）

～

2021年9月27日（月）

年月日	2021年9月21日（火）	2021年9月22日（水）	2021年9月23日（木）	2021年9月24日（金）	2021年9月25日（土）	2021年9月26日（日）	2021年9月27日（月）
目標体重	94.73	94.71	94.69	94.67	94.64	94.62	94.60
体 重	90.2	90.2	90.0	90.0	89.8	89.8	89.8
目 標 差	4.53	4.51	4.69	4.67	4.84	4.82	4.80
血圧(上)	115	120	112	114	123	118	127
血圧(下)	75	78	79	80	78	71	74
94							
93							
92							
91							
90							
89							

— :目標体重

●—● :体重推移