

体調管理表<体重・血压>

2021年11月9日 (火)

~

2021年11月15日 (月)

年月日	2021年11月9日 (火)	2021年11月10日 (水)	2021年11月11日 (木)	2021年11月12日 (金)	2021年11月13日 (土)	2021年11月14日 (日)	2021年11月15日 (月)
目標体重	93.67	93.64	93.62	93.60	93.58	93.56	93.53
体 重	88.6	88.6	88.6	88.6	88.8	88.6	88.6
目 標 差	5.07	5.04	5.02	5.00	4.78	4.96	4.93
血压(上)	122	123	124	126	123	122	121
血压(下)	81	84	80	79	83	82	79

— :目標体重 ●—● :体重推移