

体調管理表＜体重・血圧＞

2021年11月23日（火）

～

2021年11月29日（月）

年月日	2021年11月23日（火）	2021年11月24日（水）	2021年11月25日（木）	2021年11月26日（金）	2021年11月27日（土）	2021年11月28日（日）	2021年11月29日（月）
目標体重	93.36	93.33	93.31	93.29	93.27	93.24	93.22
体 重	88.4	88.4	88.4	88.4	88.2	88.2	88.2
目 標 差	4.96	4.93	4.91	4.89	5.07	5.04	5.02
血圧(上)	128	126	127	119	125	117	121
血圧(下)	78	79	78	79	83	82	77
93							
92							
91							
90							
89							
88							

 :目標体重

 :体重推移