

体調管理表＜体重・血圧＞

2022年1月11日（火）

～

2022年1月17日（月）

年月日	2022年1月11日（火）	2022年1月12日（水）	2022年1月13日（木）	2022年1月14日（金）	2022年1月15日（土）	2022年1月16日（日）	2022年1月17日（月）
目標体重	92.29	92.27	92.25	92.23	92.21	92.18	92.16
体 重	87.6	87.6	87.6	87.8	87.6	87.4	87.4
目 標 差	4.69	4.67	4.65	4.43	4.61	4.78	4.76
血圧(上)	127	121	123	128	127	120	121
血圧(下)	80	83	73	83	81	75	74
92							
91							
90							
89							
88							
87							

— :目標体重

●—● :体重推移