

# 体調管理表<体重・血压>

2022年2月1日 (火)

~

2022年2月7日 (月)

年月日	2022年2月1日 (火)	2022年2月2日 (水)	2022年2月3日 (木)	2022年2月4日 (金)	2022年2月5日 (土)	2022年2月6日 (日)	2022年2月7日 (月)
目標体重	91.84	91.82	91.80	91.78	91.75	91.73	91.71
体 重	86.8	86.8	87.0	87.0	87.0	86.8	86.8
目 標 差	5.04	5.02	4.80	4.78	4.75	4.93	4.91
血压(上)	119	126	125	129	127	117	126
血压(下)	73	81	83	82	80	75	79

— :目標体重

●—● :体重推移