

# 体調管理表<体重・血圧>

2022年2月8日 (火)

~

2022年2月14日 (月)

年月日	2022年2月8日 (火)	2022年2月9日 (水)	2022年2月10日 (木)	2022年2月11日 (金)	2022年2月12日 (土)	2022年2月13日 (日)	2022年2月14日 (月)
目標体重	91.69	91.66	91.64	91.61	91.59	91.57	91.54
体 重	86.8	86.8	86.8	86.6	86.6	86.6	86.6
目 標 差	4.89	4.86	4.84	5.01	4.99	4.97	4.94
血圧(上)	126	128	121	127	124	128	124
血圧(下)	83	80	80	82	82	77	79
91							
90							
89							
88							
87							
86							

— :目標体重

●—● :体重推移