

# 体調管理表<体重・血压>

2022年2月15日 (火)

~

2022年2月21日 (月)

年月日	2022年2月15日 (火)	2022年2月16日 (水)	2022年2月17日 (木)	2022年2月18日 (金)	2022年2月19日 (土)	2022年2月20日 (日)	2022年2月21日 (月)
目標体重	91.52	91.50	91.47	91.45	91.42	91.40	91.38
体 重	86.6	86.6	86.4	86.6	86.6	86.4	86.4
目 標 差	4.92	4.90	5.07	4.85	4.82	5.00	4.98
血压(上)	128	118	127	127	129	125	121
血压(下)	75	82	76	81	80	77	75

— :目標体重      ●—● :体重推移