

体調管理表<体重・血压>

2022年3月1日 (火)

~

2022年3月7日 (月)

年月日	2022年3月1日 (火)	2022年3月2日 (水)	2022年3月3日 (木)	2022年3月4日 (金)	2022年3月5日 (土)	2022年3月6日 (日)	2022年3月7日 (月)
目標体重	91.19	91.16	91.14	91.11	91.09	91.07	91.05
体 重	86.2	86.2	86.2	86.0	86.0	86.2	86.2
目 標 差	4.99	4.96	4.94	5.11	5.09	4.87	4.85
血压(上)	126	123	122	129	123	123	125
血压(下)	84	79	83	83	83	80	76

— :目標体重 ● :体重推移