

体調管理表<体重・血圧>

2022年2月22日 (火)

~

2022年2月28日 (月)

年月日	2022年2月22日 (火)	2022年2月23日 (水)	2022年2月24日 (木)	2022年2月25日 (金)	2022年2月26日 (土)	2022年2月27日 (日)	2022年2月28日 (月)
目標体重	91.35	91.33	91.30	91.28	91.26	91.23	91.21
体 重	86.4	86.4	86.4	86.4	86.4	86.4	86.2
目 標 差	4.95	4.93	4.90	4.88	4.86	4.83	5.01
血圧(上)	123	118	124	121	126	122	121
血圧(下)	80	82	79	82	82	75	80

— :目標体重 ●—● :体重推移