

体重記録印刷・A 4 縦

体重記録

Date.2003/10/30 Page. 1

2003年10月 コード：000000000000006 個人名：きのこ はるか

日付	体 重 (kg)							体脂肪率 (%)				
	朝	昼	夜	平均	適正	BMI	判定	朝	昼	夜	平均	適正
10/01(水)	52.0		51.0	51.5	100.0	22.9	正 常	23.0		24.0	23.5	100.0
10/02(木)	51.5		52.0	51.8	100.0	23.0	正 常	22.0		23.0	22.5	100.0
10/05(日)	51.0		51.5	51.3	100.0	22.8	正 常	25.0		23.0	24.0	100.0
10/06(月)	51.0		51.0	51.0	100.0	22.7	正 常	22.0		25.0	23.5	100.0
10/07(火)	51.5		50.5	51.0	100.0	22.7	正 常	25.0		24.0	24.5	102.1
10/08(水)	50.5		51.0	50.8	100.0	22.6	正 常	23.0		25.0	24.0	100.0
10/10(金)	50.0		50.5	50.3	100.0	22.3	正 常	25.0		23.0	24.0	100.0
10/11(土)	50.0		51.0	50.5	100.0	22.4	正 常	22.0		25.0	23.5	100.0
10/12(日)	50.5		50.0	50.3	100.0	22.3	正 常	22.0		23.0	22.5	100.0
10/15(水)	50.0		50.0	50.0	100.0	22.2	正 常	22.5		25.0	23.8	100.0
10/16(木)	49.5		50.0	49.8	100.0	22.1	正 常	23.0		22.0	22.5	100.0
月平均	50.7	-----	50.8	50.7		22.5	正 常	23.1	-----	23.8	23.5	
適正率(%)	100.0	-----	100.0	100.0				100.0	-----	100.0	100.0	
差	0.0	-----	0.0	0.0				0.0	-----	0.0	0.0	
適正体重	45.0 ~ 54.0kg (49.5kg)				適正体脂肪 17.0 ~ 24.0% (20.5%)							
目標体重	55.5kgを達成しました。				目標体脂肪率 22.5%を達成しました。							