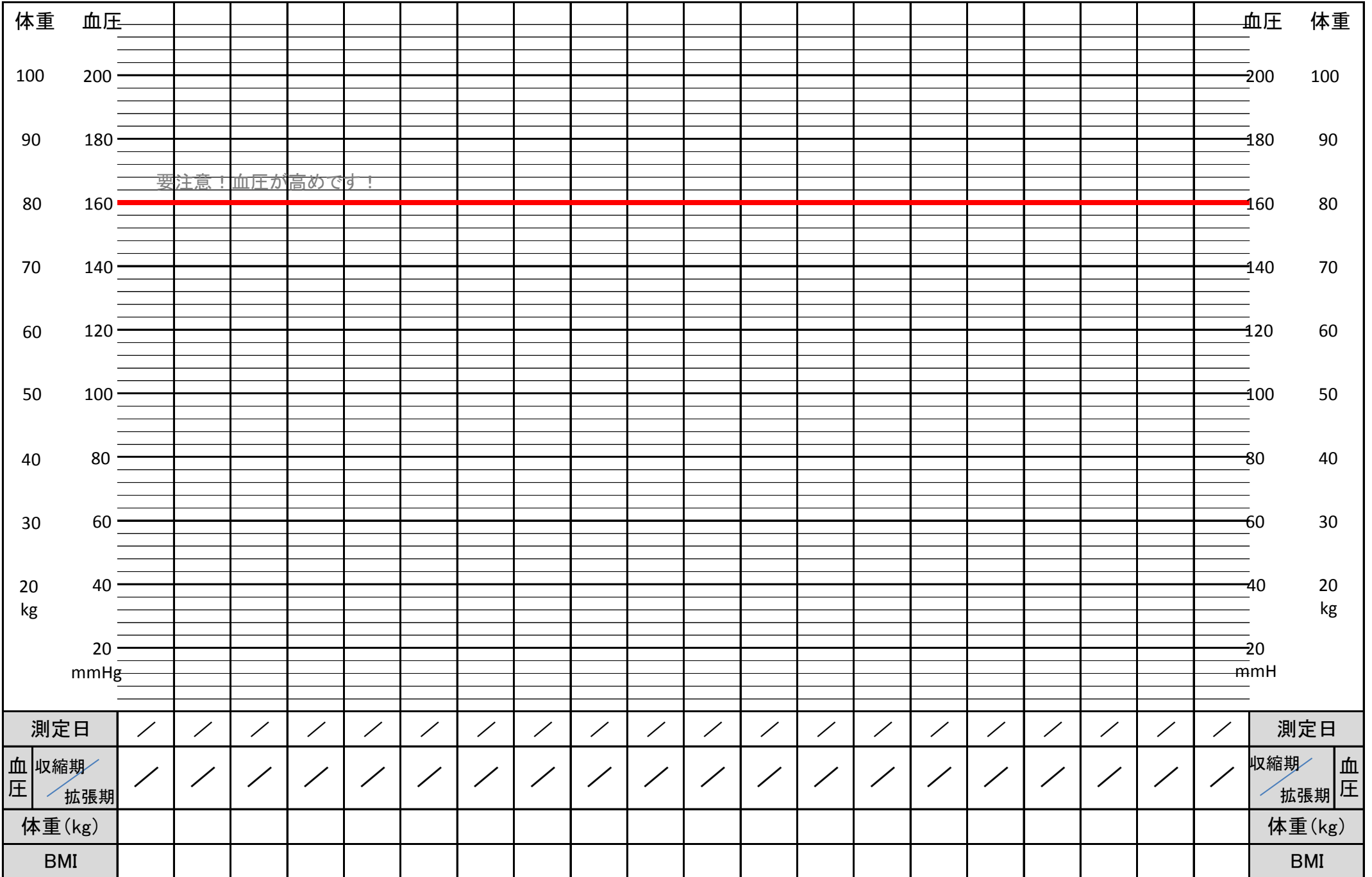


血圧と体重等の記録( 年)

測定日 月 日 腹囲 cm



※BMI=体重(kg)÷身長(m)÷身長(m) 正常範囲は18.5~25.0未満 25.0以上は太りすぎ！要注意！