

5. 記録機能について（体重）

体重を記録する

当日・前日の体重記録を入力することが可能です。

1



2

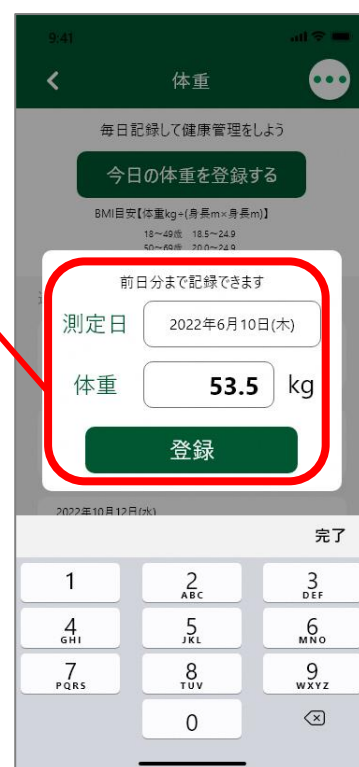


3



4

体重を
入力したら
「登録」を
タップ



5. 記録機能について（血圧）

血圧を記録する

当日・前日の血圧記録を入力することが可能です。

1



2



3



4

血圧を
入力したら
「登録」をタップ



5. 記録機能について（健診・検診）

健診・検診を記録する

今年度に受診した健(検)診記録を入力することが可能です。

1



2

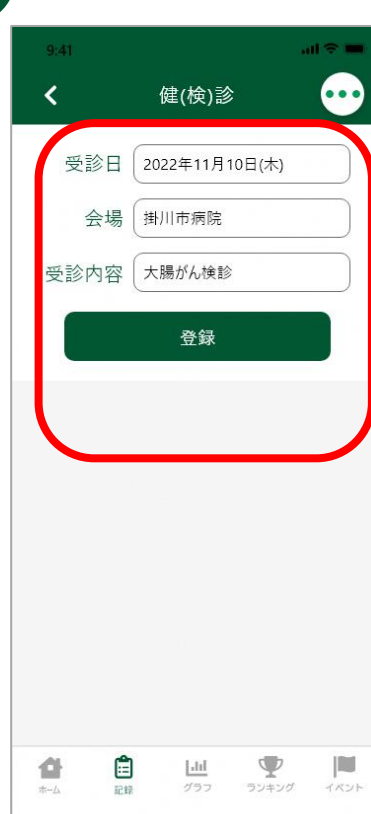


3



受診内容を選択

4



健(検)診
記録を
入力したら
「登録」をタップ

5. 記録機能について（食事記録）

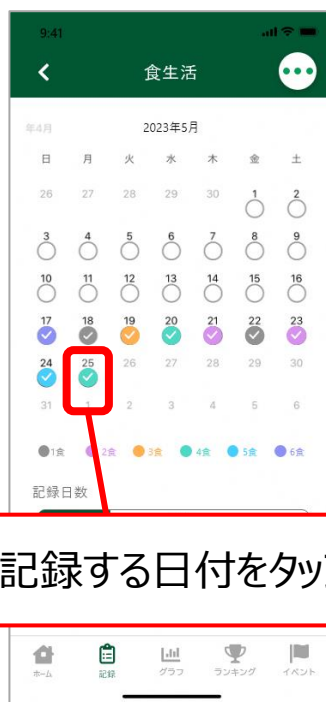
食事を記録する

当日・前日の食事記録を入力することが可能です。

1



2



3



4



5

※すべて任意項目

種別：以下6種
朝・昼・夜・間食1・間食2・間食3

【食べた物】テキストボックス：自由記入

【飲んだ物】以下10種
①緑茶
②水
③コーヒー
④紅茶
⑤麦茶
⑥牛乳・乳飲料
⑦ジュース
⑧アルコール
⑨その他茶系飲料
⑩その他

【食事方法】以下2種
①よく噛んで食べた
②噛むことを意識しなかった

【食事の量】以下3種
①食べ過ぎた
②腹8分目（推奨）
③少なすぎた

【メモ】テキストボックス：自由記入

