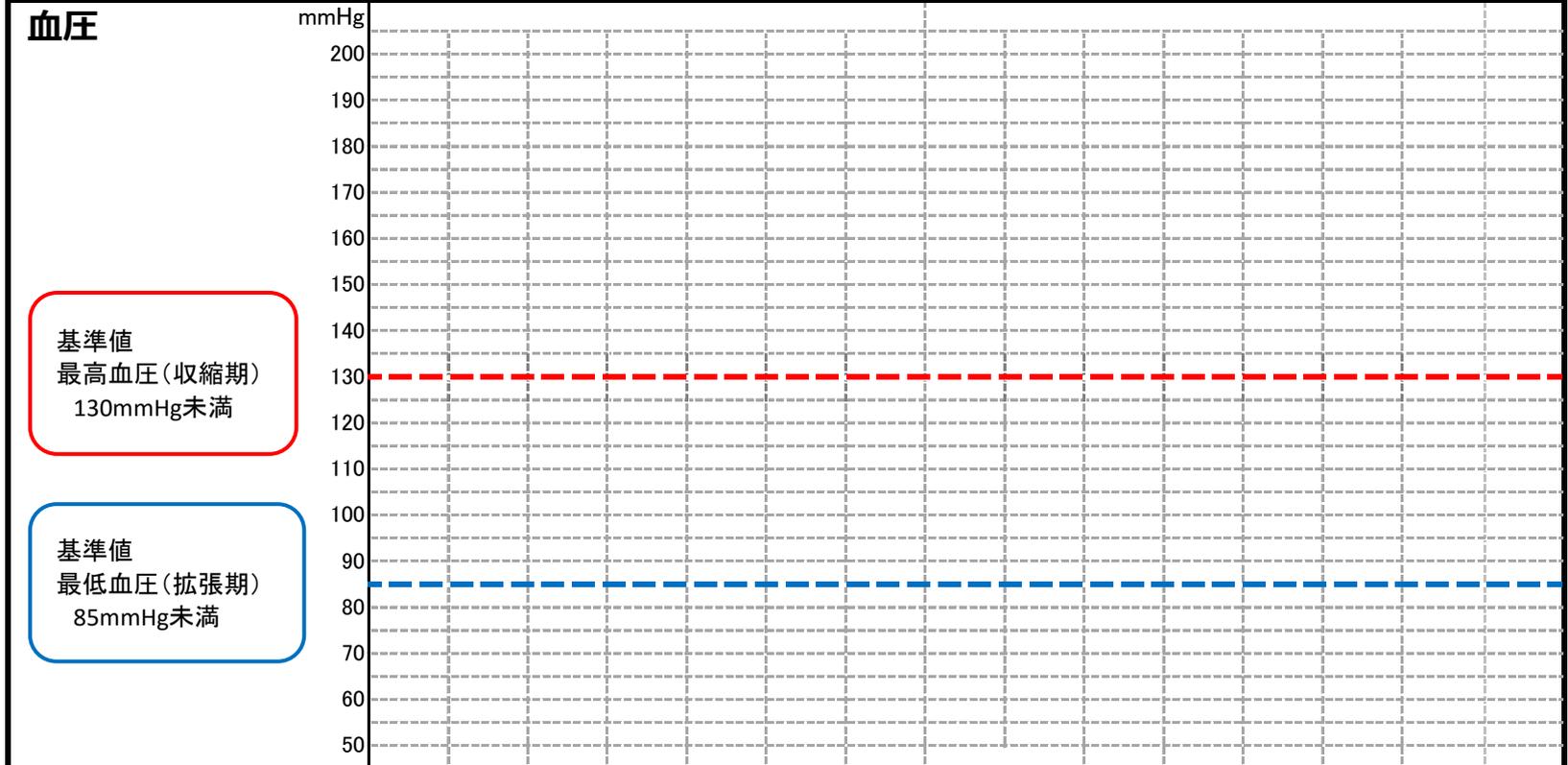
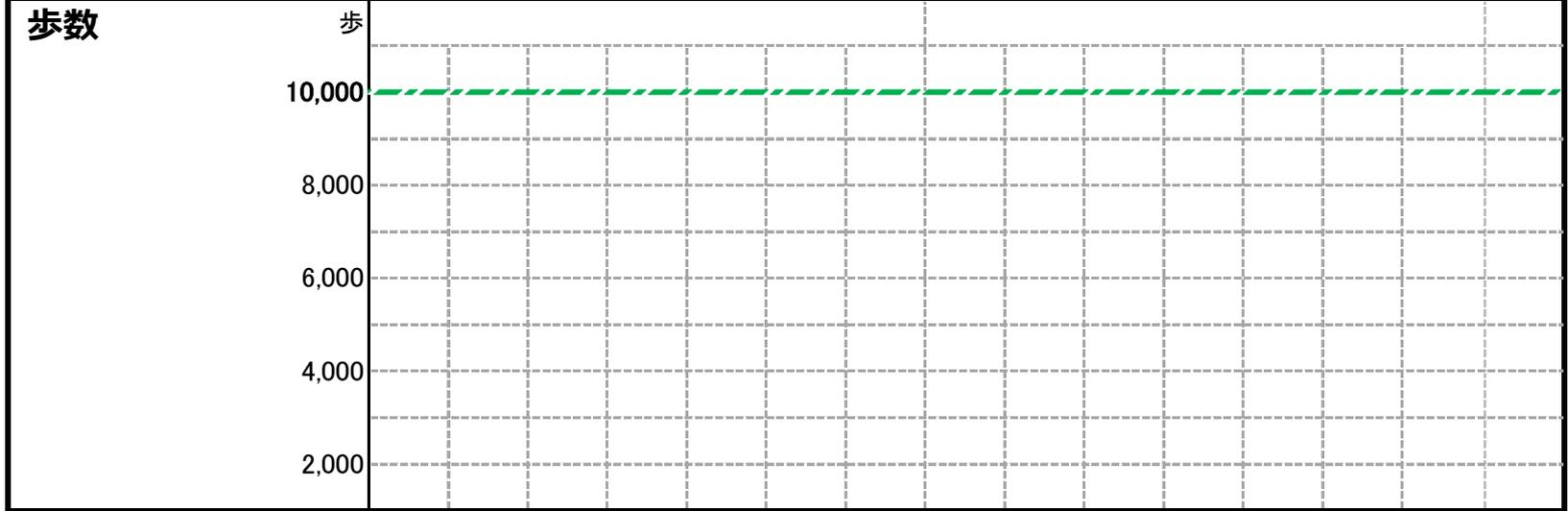
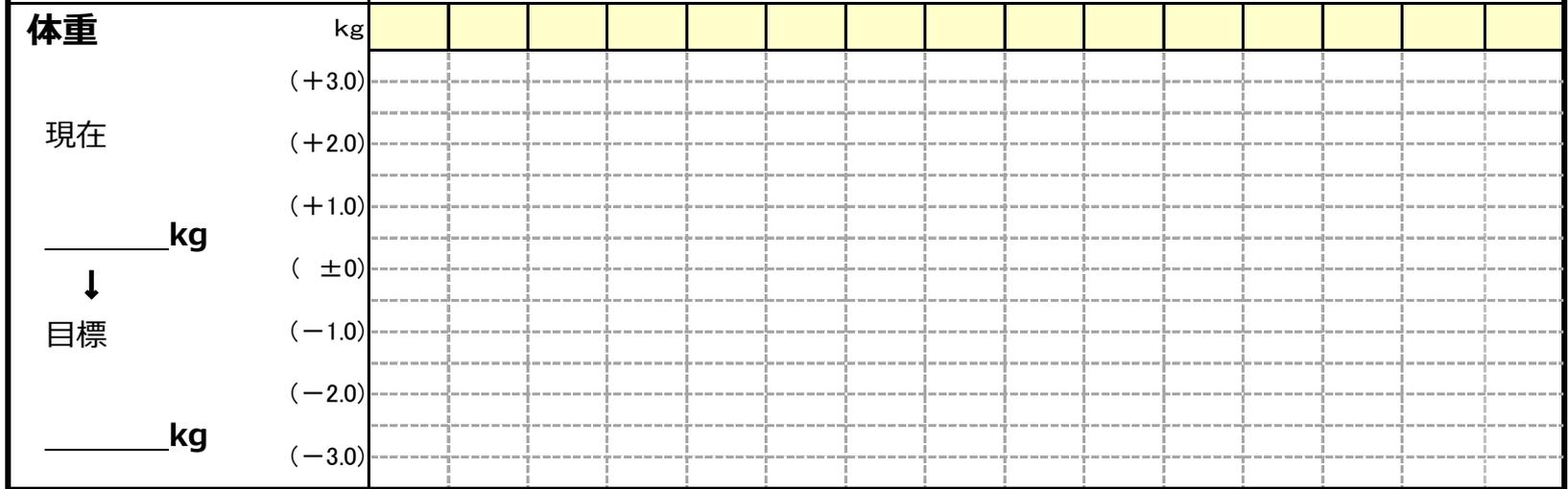


健康の記録【 月分】①

～毎日の健康を記録しましょう～

| | |
|-------|---|
| 今月の目標 | |
| 腹 囲 | 現在 cm ⇒ 目標 cm |

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| 日にち | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| | () | () | () | () | () | () | () | () | () | () | () | () | () | () | () |



健康の記録【 月分】 ②

～毎日の健康を記録しましょう～

| | |
|-------|---|
| 今月の目標 | |
| 腹 囲 | 現在 cm ⇒ 目標 cm |

