

## ◆PC画面



データ記入

【体重】

【血圧】

- ①ホーム画面より「日々の記録」をクリックする
- ②入力する日を選択、体重・血圧の項目をクリックし、記録（入力）する

グラフで記録した  
体重の変遷をみる  
ことができます

## ◆スマホ画面

【体重】



【血圧】



★期間中、40日以上の記録を目指してポイントGETしましょう！