+2	kg	kg											
			0.5										
+1	kg	kg											
			0.5										
	1週目の体重	1週目の体脂肪量											
	kg	kg											
			0.5										
-1	kg	kg											
			0.5										
-2	kg	kg											
			0.5										
-3	kg	kg											
			0.5										
-4	kg	kg											
			0.5										
-5	kg	kg											
			0.5										
-6	kg	kg											
				第1週	第2週	第3週	第4週	第5週	第6週	第7週	第8週	第9週	第10週	第11週	第12週
			腹囲	cm	cm	cm	cm	cm	cm	cm	cm	cm	cm	cm	cm
			備考												