健康レポート

期間: 2026/11/23 – 2026/11/29
作成日時: 2026/11/29 0:02

レポート対象: サンプル ミカ

期間: 2026/11/23 – 2026/11/29

プロフィール

ニックネーム	サンプル ミカ
生まれ年	1978
身長	168 cm
収縮期 / 拡張期	130 / 85 mmHg

サマリー

119/77
血圧 · 平均

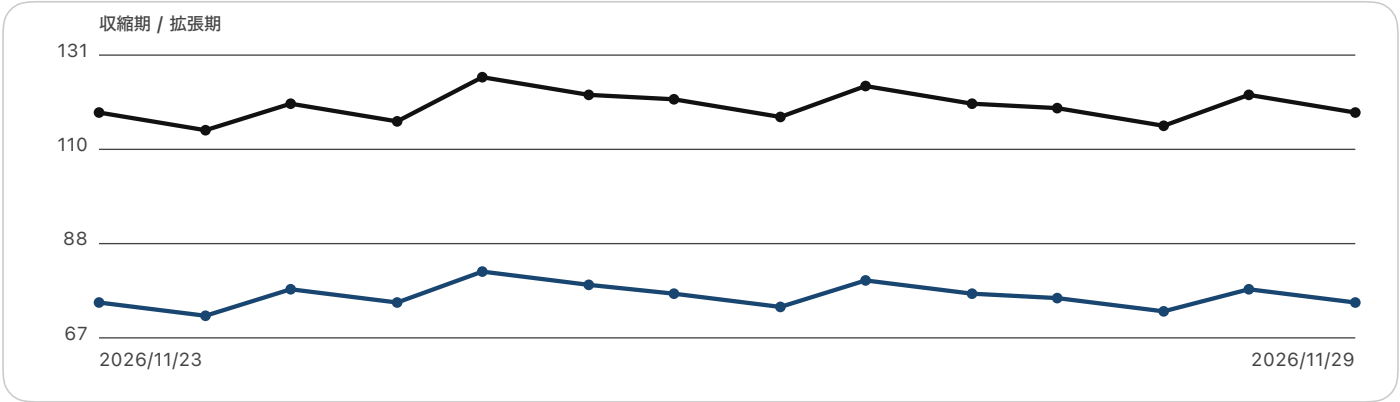
66.9 kg
体重 · 最新

8.5 km
合計距離

95%
服薬率

血圧 回数: 14 · 体重 回数: 4
運動 回数: 3 · 合計時間: 1時間15分
服用: 20 · スキップ: 1

血圧



測定日時	収縮期/拡張期	脈拍	参考範囲	メモ
2026/11/29 20:30	118/75	66	参考範囲内	
2026/11/29 7:10	122/78	64	参考範囲内	

健康レポート

期間: 2026/11/23 – 2026/11/29
作成日時: 2026/11/29 0:02

測定日時	収縮期 / 拡張期	脈拍	参考範囲	メモ
2026/11/28 20:30	115/73	64	参考範囲内	
2026/11/28 7:10	119/76	62	参考範囲内	
2026/11/27 20:30	120/77	68	参考範囲内	
2026/11/27 7:10	124/80	66	参考範囲内	SAMPLE
2026/11/26 20:30	117/74	65	参考範囲内	
2026/11/26 7:10	121/77	63	参考範囲内	
2026/11/25 20:30	122/79	70	参考範囲内	
2026/11/25 7:10	126/82	68	参考範囲内	
2026/11/24 20:30	116/75	66	参考範囲内	
2026/11/24 7:10	120/78	64	参考範囲内	
2026/11/23 20:30	114/72	63	参考範囲内	
2026/11/23 7:10	118/75	61	参考範囲内	

体重

測定日時	体重	体脂肪率	BMI
2026/11/29 7:25	66.9 kg	22%	23.7
2026/11/27 7:25	66.7 kg	22%	23.6
2026/11/25 7:25	66.8 kg	22%	23.7
2026/11/23 7:25	66.5 kg	22%	23.6

運動

合計距離: 8.5 km　合計時間: 1時間15分　合計歩数: 11,150

開始日時	種類	距離	時間	歩数
2026/11/28 18:05	ウォーキング	3.2 km	30分	4,250
2026/11/26 17:40	ウォーキング	2.5 km	25分	3,300
2026/11/24 7:00	ランニング	2.8 km	20分	3,600

服薬

服用: 20　スキップ: 1　服薬率: 95%

薬の名前	服用時刻	服用	スキップ
アムロジピン 5mg	08:00 · 20:00	13	1
ビタミンD	12:30	7	0

健康レポート

期間: 2026/11/23 – 2026/11/29
作成日時: 2026/11/29 0:02

本アプリは医療機器ではありません。診断・治療・服薬の判断には使用できません。