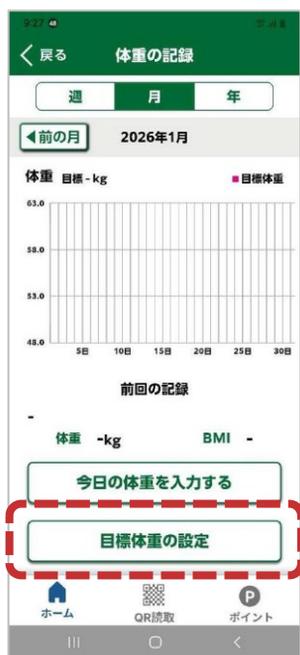


3-1-1 体重の記録【目標体重の設定】

目標体重を設定・変更して、グラフで目標達成までの推移を確認することができます。

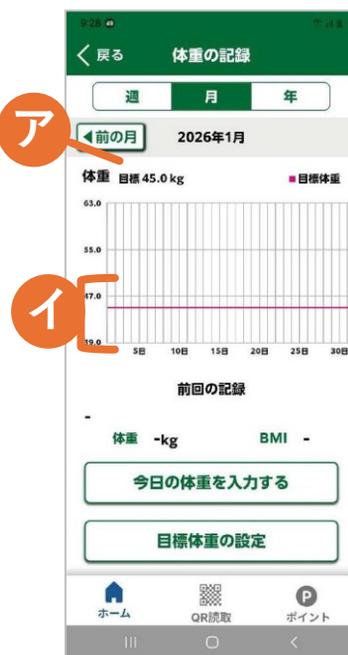
1 「目標体重の設定」を押します。



2 目標体重を入力し、「登録」を押してください。



3 目標体重が設定されます。



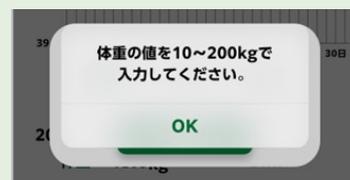
記号	機能説明
ア	設定した目標体重が表示されます。
イ	設定した目標体重のラインがグラフ上に表示されます。

注意事項

● 目標体重の入力について

・ 体重を入力しないと登録ボタンは押せません。

- ・ 10kgから200kgの範囲で設定してください。
- ・ 小数点第一位まで登録が可能です。



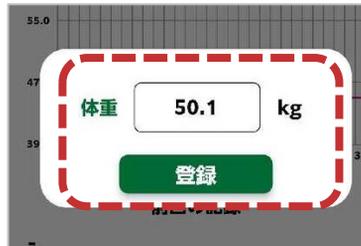
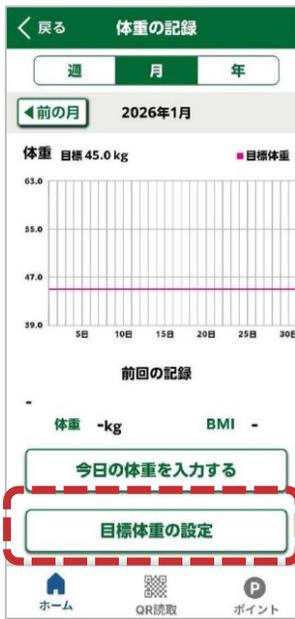
3-1-2 体重の記録【今日の体重入力】

その日の体重を入力して、グラフで体重の変化を確認することができます。

1 「今日の体重を入力する」を押します。

2 体重を入力し、「登録」を押してください。

3 入力した体重がグラフに表示されます。

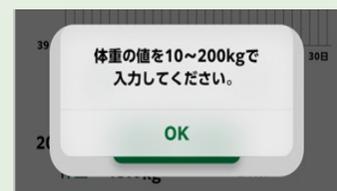


記号	機能説明
ア	入力した体重が○で表示されます。 また体重は当日に限り、上書き登録が可能です。

注意事項

● 体重の入力について

- 体重を入力しないと登録ボタンは押せません。
- 10kgから200kgの範囲で設定してください。
- 小数点第一位まで登録が可能です。



3-1-3 体重の記録【グラフの表示】

日々の体重の変化をグラフで確認することができます。

1 「体重の記録」を押します。



2 アプリに入力された体重をグラフで表示します。



※画面上部の切り替えボタンを押すと週・月・年表示に切り替えが可能です。
(最初の設定では“月”のグラフが表示されます。)



【週】

【年】

記号	機能説明
ア	設定した目標体重が表示されます。 (目標体重の設定はP38を参照ください。)
イ	設定した目標体重のラインがグラフ上に表示されます。 ※目標体重を設定していない場合は表示されません。
ウ	体重を記録しておくとお前の体重が表示されます。また、アプリ内で身長を登録しておくともBMIも表示されます。(身長の登録方法はP77を参照ください。)