workout_records (運動の記録)				
PK	<u>id</u>	<u>int</u>		
FK	user_id	int		
	weight_record	float	体重_履歴(下1桁目まで表示)	
	memo	varchar(1000)	メモ	
	created_at	datetime	記録時間	
	updated_at	datetime	最終更新日時	

			暖)	
+	PK	<u>id</u>	int	
		username	varchar(100)	ユーザー名
		email	varchar(255)	メールアドレス
		password	varchar(255)	パスワード
		height	float	身長(下1桁目まで表示)
		weight	float	最新の体重 (下1桁目まで表示)
		created_at	datetime	アカウント作成日時
		updated_at	datetime	最終更新日時

			deos (登録動画)	
	PK	<u>id</u>	<u>int</u>	
×	FK	user_id	int	
		is_template	int	デフォルト動画フラグ(0:Falese, 1:True)
		time_category	varchar(100)	時間帯(0:朝トレ, 1:夜トレ)
		type_category	varchar(100)	トレーニング種別 (0:ストレッチ, 1:筋トレ, 2:フォームローラ, 3:マッサージ)
		body_part_category	varchar(100)	部位 (0:姿勢, 1:全身, 2:脚, 3:お腹, 4:上半身, 5:骨盤矯正, 6:顔)
		duration_time	varchar(5)	動画時間(MM:SS形式)
		duration_seconds	int	動画時間(秒)
		youtuber_name	varchar(255)	YouTuberの名前
		url	varchar(1000)	YouTube動画の埋め込みURL
		memo	varchar(1000)	メモ
		created_at	datetime	登録日時
		updated_at	datetime	最終更新日時

	workout_menus (運動メニュー詳細)				
PK	<u>id</u>	<u>int</u>			
FK	workout_record_id	int			
FK	video_id	int			
	sequence	int	メニュー内の順番		
	created_at	datetime	登録日時		
	updated_at	datetime	最終更新日時		