わたしの血圧表

令和　　年　　月　　日から
令和　　年　　月　　日まで

測定月日	／	／	／	／	／	／	／	／	／	／	／	／	／	／	／	／
	朝　夕	朝　夕	朝　夕	朝　夕	朝　夕	朝　夕	朝　夕	朝　夕	朝　夕	朝　夕	朝　夕	朝　夕	朝　夕	朝　夕	朝　夕	朝　夕
最高血圧（収縮期）250																
200																
150																
最低血圧（拡張期）100																
50																
血　圧（mmHg）																
脈拍（回/分）																
体重（kg）																
服薬チェック																

メ　モ

チェック欄