

2019
58

日付	11月9日	11月10日	11月11日	11月12日
測定時刻	朝 6:30 11:40 晩 6:30	朝 6:30 12:00 晩 6:30	朝 6:30 11:60 晩 6:30	朝 6:30 12:29 晩 6:30
血压値	123-69/42	120-70/46	111-60/40	129-47/69
脈拍	117-67/42	124-68/49	119-70/46	126-70/49
服薬 チエック	41	114-64/42	118-66/46	112-42/56
メモ (症状他)	運動 7-90分/日			
血压 (mmHg)				
190				
170				
150				
135				
130				
110				
90				
85				
70				
50				

11月13日 (19)
11月14日 (20)
11月15日 (21)

日付	11月13日	11月14日	11月15日
測定時刻	朝 6:30 晩 6:30	朝 6:30 晩 6:30	朝 6:30 晩 6:30
血压値	129-61/42	116-60/47	122-43/92
脈拍	126-70/49	118-66/44	109-63/42
服薬 チエック	112-42/56	118-64/47	110-64/41
メモ (症状他)			
血压 (mmHg)			
190			
170			
150			
135			
130			
110			
90			
85			
70			
50			

1週間の平均値をご記入ください。
朝 晩 / /

1週間を振り返ってご自由にご記入ください。