

日付	10月1日	10月2日	10月7日
測定時刻	朝 6:10 晩 6:15	朝 6:10 晩 6:15	朝 6:15 晩 6:15
血圧値	105-63 ⁴³ 108-65 ⁴⁵	102-63 ⁴³ 111-64 ⁴⁴	108-68 ⁴¹ 110-68 ⁴⁴
脈拍	43	43	44
服薬 チエック	107-64 ⁴²	111-64 ⁴⁴	112-67 ⁴⁴
メモ (症状他)			
血圧 (mmHg)			
190			
170			
150			
135			
130			
110			
90			
85			
70			
50			

日付	9月25日	9月26日	9月27日	9月30日
測定時刻	朝 6:15 晩 6:10	朝 6:10 晩 6:15	朝 6:15 晩 6:10	朝 6:10 晩 6:10
血圧値	102-65 ³⁸ 105-67 ⁴²	107-65 ⁴⁰ 114-68 ⁴²	109-66 ⁴⁰ 115-64 ⁴²	107-64 ⁴³ 112-65 ⁴¹
脈拍	39	42	40	43
服薬 チエック	125-72 124-71	103-62 ⁴¹	106-63 ⁴⁰	112-65 ⁴¹
メモ (症状他)	124-71-43 運動 30分/日	9/25 22 脳梗塞 入院	30分/日	7/24-7/29 30分/日
血圧 (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週間の平均値を
ご記入ください。

朝 晩

1週間の平均値を
ご自由にご記入
ください。