

2023

日付	10月23日	10月24日	10月25日	10月26日
測定時刻	朝 6:00 脈 40 晩 6:00 脈 40	朝 6:00 晩 6:00	朝 6:00 晩 6:00	朝 6:00 晩 6:00
血圧値	116 63 40 / 112 62 41 / 112 64 40	112 62 41 / 113 65 42	118 68 42 / 115 68 41	112 64 40 / 115 65 41
脈拍	40 / 40	41 / 41	41 / 41	41 / 41
服薬 チエック				
メモ (症状他)				
血圧 (mmHg)	190 170 150 135 130 110 90 85 70 50	190 170 150 135 130 110 90 85 70 50	190 170 150 135 130 110 90 85 70 50	190 170 150 135 130 110 90 85 70 50

日付	10月27日	10月28日
測定時刻	朝 : 晩 :	朝 : 晩 :
血圧値	/ /	/ /
脈拍		
服薬 チエック		
メモ (症状他)		
血圧 (mmHg)	190 170 150 135 130 110 90 85 70 50	21:00 81 55 49 / 84 55 49 86 56 46 / 86 57 49 82 53 47 / 79 52 48

1週間の平均値を
ご記入ください。

朝 晩