

# 家庭血圧記録表

測定日	/	/	/	/	/	/	/	
血圧(朝)								
血圧(夜)								
血圧(mmHg)	朝	夜	朝	夜	朝	夜	朝	夜
220								
210								
200								
190								
180								
170								
160								
150								
140								
135	→							
130								
120								
110								
100								
90								
85	→							
80								
70								
60								
脈拍(朝)								
脈拍(夜)								
体重(kg)								
メモ								

# 家庭血圧記録表

測定日	／	／	／	／	／	／	／	
血圧(朝)								
血圧(夜)								
血圧(mmHg)	朝	夜	朝	夜	朝	夜	朝	夜
220								
210								
200								
190								
180								
170								
160								
150								
140								
135	→							
130								
120								
110								
100								
90								
85	→							
80								
70								
60								
脈拍(朝)								
脈拍(夜)								
体重(kg)								
メモ								