

記入例

2023年 4月

日付	血圧値 (mmHg)・脈拍数 <input type="text"/>		メモ
	朝	晩	
4 / 1 (土)	152 / 90 <input type="text" value="67"/>	134 / 78 <input type="text" value="74"/>	頭痛あり
4 / 2 (日)	146 / 88 <input type="text" value="66"/>	136 / 96 <input type="text" value="93"/>	
4 / 3 (月)	144 / 98 <input type="text" value="72"/>	156 / 96 <input type="text" value="75"/>	診察室血圧 170 / 100 (72)
4 / 4 (火)	164 / 100 <input type="text" value="69"/>	150 / 98 <input type="text" value="65"/>	
4 / 5 (水)	148 / 92 <input type="text" value="62"/>	132 / 80 <input type="text" value="67"/>	
4 / 6 (木)	138 / 84 <input type="text" value="60"/>	/ <input type="text"/>	
/ ()	/ <input type="text"/>	/ <input type="text"/>	
/ ()	/ <input type="text"/>	/ <input type="text"/>	

体調、通院時の血圧、お薬のことや先生に相談したいことなどをメモ欄に記入しましょう。

ニプロ 一般向け情報サイト「みんなの健康ひろば」

『血圧手帳 血圧セルフチェック』はこちら ▶▶▶
https://kenko.nipro.co.jp/ippan/blood_pressure_notebook/



2023年7月作成 (MDX)
[審2306265903]

血圧セルフチェック

1ヵ月記入用

記入開始日 年 月 日 No. _____

お名前

年 月

日付	血圧値 (mmHg)・脈拍数 <input type="text"/>		メモ
	朝	晩	
/ ()	/ <input type="text"/>	/ <input type="text"/>	
/ ()	/ <input type="text"/>	/ <input type="text"/>	
/ ()	/ <input type="text"/>	/ <input type="text"/>	
/ ()	/ <input type="text"/>	/ <input type="text"/>	
/ ()	/ <input type="text"/>	/ <input type="text"/>	
/ ()	/ <input type="text"/>	/ <input type="text"/>	
/ ()	/ <input type="text"/>	/ <input type="text"/>	
/ ()	/ <input type="text"/>	/ <input type="text"/>	
/ ()	/ <input type="text"/>	/ <input type="text"/>	
/ ()	/ <input type="text"/>	/ <input type="text"/>	
/ ()	/ <input type="text"/>	/ <input type="text"/>	
/ ()	/ <input type="text"/>	/ <input type="text"/>	
/ ()	/ <input type="text"/>	/ <input type="text"/>	
/ ()	/ <input type="text"/>	/ <input type="text"/>	
/ ()	/ <input type="text"/>	/ <input type="text"/>	

メモ (気付いたこと・先生に相談したいことなど)

.....

.....

.....

.....

日付	血圧値 (mmHg)・脈拍数 <input type="text"/>		メモ
	朝	晩	
/ ()	/ <input type="text"/>	/ <input type="text"/>	
/ ()	/ <input type="text"/>	/ <input type="text"/>	
/ ()	/ <input type="text"/>	/ <input type="text"/>	
/ ()	/ <input type="text"/>	/ <input type="text"/>	
/ ()	/ <input type="text"/>	/ <input type="text"/>	
/ ()	/ <input type="text"/>	/ <input type="text"/>	
/ ()	/ <input type="text"/>	/ <input type="text"/>	
/ ()	/ <input type="text"/>	/ <input type="text"/>	
/ ()	/ <input type="text"/>	/ <input type="text"/>	
/ ()	/ <input type="text"/>	/ <input type="text"/>	
/ ()	/ <input type="text"/>	/ <input type="text"/>	
/ ()	/ <input type="text"/>	/ <input type="text"/>	
/ ()	/ <input type="text"/>	/ <input type="text"/>	
/ ()	/ <input type="text"/>	/ <input type="text"/>	
/ ()	/ <input type="text"/>	/ <input type="text"/>	
/ ()	/ <input type="text"/>	/ <input type="text"/>	

