血圧の記録

（mmHg）

230																				
220																				
210																				
200																				
190																				
180																				
170																				
160																				
150																				
140																				
130																				
120																				
110																				
100																				
90																				
80																				
70																				
60																				
50																				
40																				
日付	／	／	／	／	／	／	／	／	／	／	／	／	／	／	／	／	／	／	／	／
時間																				
場所																				
体調																				