

# 朝晩血圧手帳 (期間：2011年3月23日～2011年5月6日)

日付(曜日)		3/23	24	25	26	27	28	29	30	31	4/1	2	3	4	5	6	7	[mmHg]
		水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	
		☀ ☾	☀ ☾	☀ ☾	☀ ☾	☀ ☾	☀ ☾	☀ ☾	☀ ☾	☀ ☾	☀ ☾	☀ ☾	☀ ☾	☀ ☾	☀ ☾	☀ ☾	☀ ☾	
血圧 [mmHg]																		
☀	測定時間	10:00		11:10	9:30	11:00	9:30	9:40	9:30	10:40	9:30	10:40	11:00	8:40	10:40	9:50	9:30	
	最高血圧	129		130	122	130	120	125	122	129	129	132	124	137	112	123	116	
	最低血圧	90		85	78	78	84	82	85	83	82	79	84	81	79	86	79	
	脈拍	71		70	81	70	70	69	73	74	73	72	71	72	74	77	69	
☾	測定時間	23:59	23:40	23:59	23:59	23:59	23:59	23:59	23:59	23:59	23:50	23:59	23:59		23:59	23:59	23:59	
	最高血圧	133	117	111	127	133	128	122	112	139	122	127	132		137	135	131	
	最低血圧	84	83	64	81	82	85	85	71	89	84	87	88		86	83	90	
	脈拍	69	74	90	71	70	72	70	79	68	80	67	67		69	69	70	
● 体重 [kg]																		
■ 歩数																		
体重 [kg]		65.9	65.5	65.9	66.6	65.4	65.9	65.6	65.5	66.8	66.3	66.0	65.9	65.9	65.4	66.0	66.2	
歩数 [歩]																		
服薬チェック		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
メモ(症状など)																		

医師の方へ  
 本グラフは日本高血圧学会高血圧治療ガイドライン2009に準じ、起床時および就寝前の血圧値に着目し作成しています。日々の血圧記録として診療にご活用ください。  
 起床時☀の血圧/脈拍は4:00から11:59の時間帯で、最も早い時刻の測定記録から10分以内に測定した値のうち、最初から3回までの平均値です。  
 就寝前☾の血圧/脈拍は19:00から翌日1:59の時間帯で、最も遅い時刻の測定記録から10分以内に測定した値のうち、最後から3回までの平均値です。  
 起床時、就寝前ともに10分以内に2回もしくは1回しか測定しなかった場合は、2回の平均値または1回の測定値が表示されます。

# 朝晩血圧手帳 (期間：2011年3月23日～2011年5月6日)

日付 (曜日)		4/8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	
		金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	
		☀ ☾	☀ ☾	☀ ☾	☀ ☾	☀ ☾	☀ ☾	☀ ☾	☀ ☾	☀ ☾	☀ ☾	☀ ☾	☀ ☾	☀ ☾	☀ ☾	☀ ☾	☀ ☾	☀ ☾
血圧 [mmHg]																		
☀	測定時間	8:00	10:30	11:10	9:10	9:30	8:00	7:40	7:10	9:20	9:30	8:30	10:20	8:00	8:00	7:50	8:30	
	最高血圧	128	124	135	120	116	124	119	131	128	128	123	117	123	134	134	124	
	最低血圧	86	82	86	75	87	84	78	81	85	78	76	84	77	83	86	72	
	脈拍	71	78	67	73	73	69	71	72	77	76	68	73	69	69	77	83	
☾	測定時間	23:59	23:59	23:59	23:59	23:40	23:59	23:50	23:59	23:59	23:59	23:20	23:59	23:40	23:59		23:59	
	最高血圧	117	130	107	125	129	119	111	122	136	135	120	126	123	134		119	
	最低血圧	81	87	79	84	87	87	63	82	85	92	82	84	85	89		76	
	脈拍	72	70	77	73	74	68	80	71	67	71	70	66	69	66		80	
● 体重																		
■ 歩数																		
体重 [kg]	66.3	66.3	65.9	66.3	66.6	66.7	66.8	67.2	66.5	66.1	66.2	66.3	66.1	66.6	66.5	65.8		
歩数 [歩]																		
服薬チェック	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○		○	○	
メモ(症状など)																		

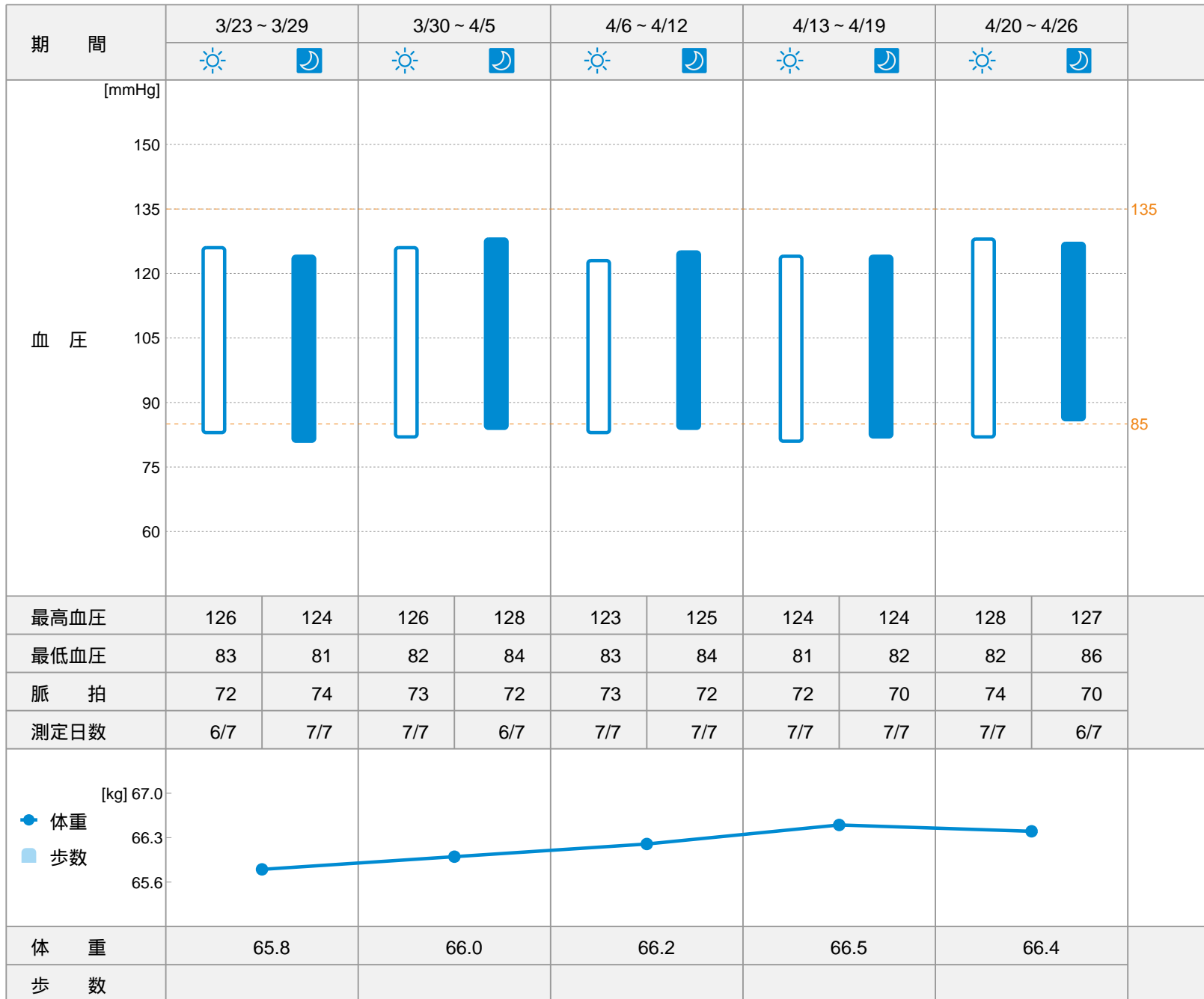
医師の方へ  
 本グラフは日本高血圧学会高血圧治療ガイドライン2009に準じ、起床時および就寝前の血圧値に着目し作成しています。日々の血圧記録として診療にご活用ください。  
 起床時☀の血圧 / 脈拍は4:00から11:59の時間帯で、最も早い時刻の測定記録から10分以内に測定した値のうち、最初から3回までの平均値です。  
 就寝前☾の血圧 / 脈拍は19:00から翌日1:59の時間帯で、最も遅い時刻の測定記録から10分以内に測定した値のうち、最後から3回までの平均値です。  
 起床時、就寝前ともに10分以内に2回もしくは1回しか測定しなかった場合は、2回の平均値または1回の測定値が表示されます。

# 朝晩血圧手帳 (期間：2011年3月23日～2011年5月6日)

日付(曜日)		4/24	25	26	27	28	29	30	5/1	2	3	4	5	6				
		日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金				
		☀ ☾	☀ ☾	☀ ☾	☀ ☾	☀ ☾	☀ ☾	☀ ☾	☀ ☾	☀ ☾	☀ ☾	☀ ☾	☀ ☾	☀ ☾	☀ ☾			
血圧 [mmHg]																[mmHg]		
☀	測定時間	9:20	9:00	8:50	8:00	8:00	10:00	10:30			9:50	10:20	10:10	8:20				
	最高血圧	131	124	126	127	121	121	127			123	123	128	116				
	最低血圧	87	85	84	84	82	79	80			73	73	79	80				
	脈拍	74	71	76	70	76	76	74			71	74	73	73				
☾	測定時間	23:59	23:59	23:59		23:59	23:59			23:59	23:59	23:59	23:59					
	最高血圧	130	130	125		128	130			121	130	119	136					
	最低血圧	89	85	91		84	92			80	80	82	80					
	脈拍	66	73	68		71	68			71	80	75	72					
● 体重 [kg]	66.7	66.5	66.3	66.1	67.1	66.6	66.2			66.0	65.9	66.2	66.3					
■ 歩数																		
体重 [kg]	66.7	66.5	66.3	66.1	67.1	66.6	66.2			66.0	65.9	66.2	66.3					
歩数 [歩]																		
服薬チェック	○	○	○	○	○	○	○			○	○	○	○					
メモ(症状など)																		

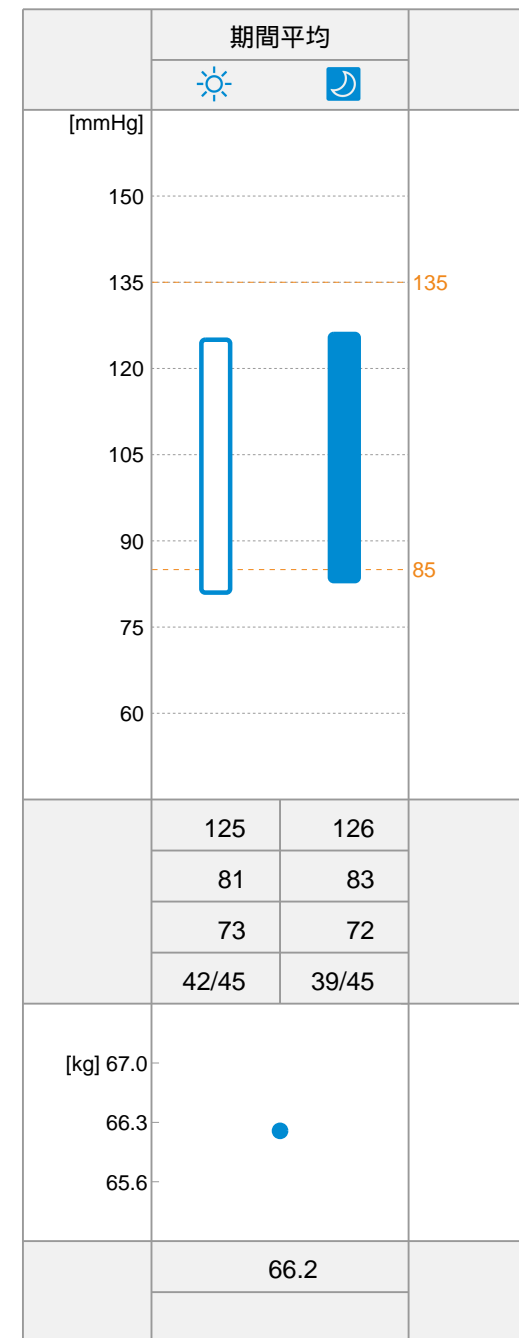
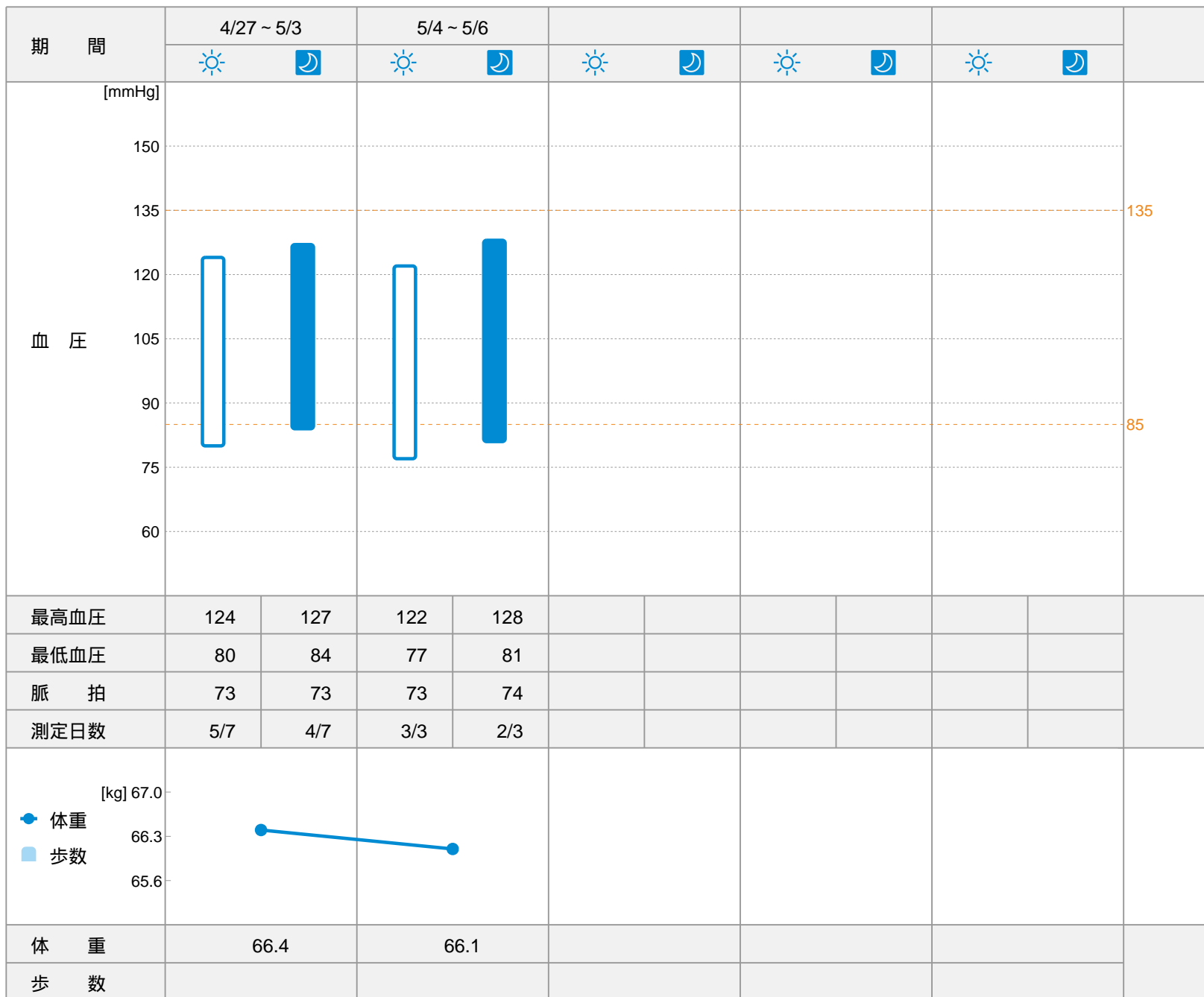
医師の方へ  
 本グラフは日本高血圧学会高血圧治療ガイドライン2009に準じ、起床時および就寝前の血圧値に着目し作成しています。日々の血圧記録として診療にご活用ください。  
 起床時☀の血圧/脈拍は4:00から11:59の時間帯で、最も早い時刻の測定記録から10分以内に測定した値のうち、最初から3回までの平均値です。  
 就寝前☾の血圧/脈拍は19:00から翌日1:59の時間帯で、最も遅い時刻の測定記録から10分以内に測定した値のうち、最後から3回までの平均値です。  
 起床時、就寝前ともに10分以内に2回もしくは1回しか測定しなかった場合は、2回の平均値または1回の測定値が表示されます。

# 朝晩血圧手帳 (2011年3月23日 ~ 2011年5月6日・週平均)



医師の方へ  
 本グラフは日本高血圧学会高血圧治療ガイドライン2009に準じ、起床時および就寝前の血圧値に着目し作成しています。日々の血圧記録として診療にご活用ください。  
 起床時☀の血圧 / 脈拍は4:00から11:59の時間帯で、最も早い時刻の測定記録から10分以内に測定した値のうち、最初から3回までの平均値です。  
 就寝前🌙の血圧 / 脈拍は19:00から翌日1:59の時間帯で、最も遅い時刻の測定記録から10分以内に測定した値のうち、最後から3回までの平均値です。  
 起床時、就寝前ともに10分以内に2回もしくは1回しか測定しなかった場合は、2回の平均値または1回の測定値が表示されます。

# 朝晩血圧手帳 (2011年3月23日 ~ 2011年5月6日・週平均)



医師の方へ  
 本グラフは日本高血圧学会高血圧治療ガイドライン2009に準じ、起床時および就寝前の血圧値に着目し作成しています。日々の血圧記録として診療にご活用ください。  
 起床時☀の血圧 / 脈拍は4:00から11:59の時間帯で、最も早い時刻の測定記録から10分以内に測定した値のうち、最初から3回までの平均値です。  
 就寝前🌙の血圧 / 脈拍は19:00から翌日1:59の時間帯で、最も遅い時刻の測定記録から10分以内に測定した値のうち、最後から3回までの平均値です。  
 起床時、就寝前ともに10分以内に2回もしくは1回しか測定しなかった場合は、2回の平均値または1回の測定値が表示されます。