血圧グラフ

朝 ☀ (起床後1時間以内)
夜 ☾ (就床前)

年　　月

日　付　(　日　)
(　曜日　)

250
200
150
100
50

血　圧　値
(mmHg)

最高血圧
135mmHg

最低血圧
85mmHg

脈拍数　拍／分　朝
〃　夜

(　メ　モ　)