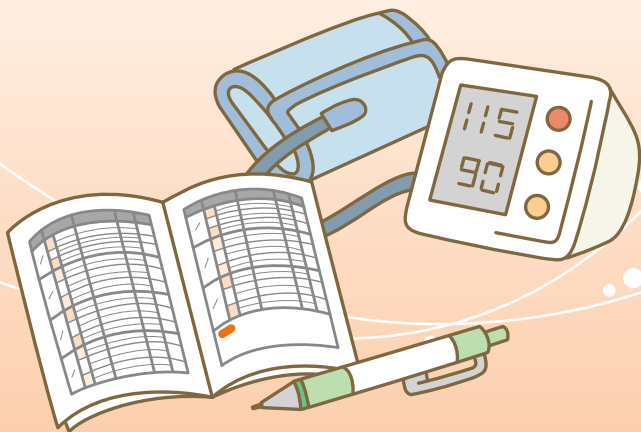


患者向け服薬指導資料

診察日に  
お薬手帳と一緒に  
ご持参ください

# ニフェジピンL錠/CR錠 「日医工」

を服用される高血圧の方へ

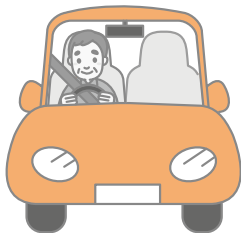


## 服用時の注意事項

- 指示された服用方法に従い、自分の判断で飲むのを止めないでください。
- 飲み忘れた場合は、気がついたときにできるだけ早く飲んでください。ただし、次に飲む時間が近い場合は飲み忘れた分は飲まないで1回分を飛ばし、次に飲む時間に1回分を飲んでください。絶対に2回分を一度に飲んではいけません。
- 誤って多く飲んだ場合は医師または薬剤師に相談してください。

**お薬の服用中に気になる症状が出た場合は、  
医師または薬剤師に相談してください。**

また、血圧低下によるめまい、ふらつきがあらわれることがありますので、自動車の運転、高所作業など危険を伴う機械を操作する際には十分注意してください。



## 血圧管理は継続が重要

血圧はさまざまな要因で変動しますので、測るたびに一喜一憂する必要はありません。また自己判断でお薬の服用をやめたり、増やしたり減らしたりすることはしないでください。

家庭で毎日、朝・晩に血圧を測る習慣を身につけ、日々の血圧値を記録したこの手帳を受診時に持参して、主治医の指導を受けましょう。



# 目標血圧

目標血圧は年齢や合併症によって異なります。  
あなたの目標血圧は主治医に確認してください。

あなたの家庭での目標血圧は



mmHg未満です。



# 家庭血圧の正しい測り方

## 測定時間

---

### 1. 朝の測定

- 起きてから1時間以内に
- 排尿を済ませ
- 食事や服薬前に測ります。



### 2. 夜の測定

就寝前に測ります。

## ● 測定方法

1. 静かな暑過ぎたり寒過ぎたりしない部屋で測ります。
2. 椅子に脚を組まずに座って1～2分安静にしてください。
3. 利き腕の反対、肘の少し上、心臓と同じ高さとなるようにカフを巻きます。



4. 測定中は会話をしないようにします。
5. 朝も夜も2回ずつ測りましょう。



6. 2回ずつ測定した値は全て記録してください。



（測定の前に喫煙、飲酒、カフェインの摂取は）  
（しないでください。）

# 家庭血圧の記入の仕方

日付	測定時刻	血圧値	脈拍	体重	
4/8	朝	5:50	127 / 81	67	
		5:53	138 / 86	69	
	昼	:	/		
		:	/		
	夜	22:38	135 / 90	70	
		22:42	129 / 88	65	
4/9	朝	6:15	144 / 92	72	69
		6:17	138 / 87	68	
	昼	記入見本			
	夜			66	
		23:10	130 / 88	69	
/	朝	:	/		
		:	/		
	昼	:	/		
		:	/		
	夜	:	/		
		:	/		

**メモ** 体調の変化や気になること、お薬の飲み忘れなど

4/4 血圧の薬飲み忘れ

4/5 風邪気味、風邪薬服用

日付	測定時刻	血圧値	脈拍	体重
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	



日付	測定時刻	血圧値	脈拍	体重
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	

**メモ** 体調の変化や気になること、お薬の飲み忘れなど

日付	測定時刻	血圧値	脈拍	体重
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	

日付	測定時刻	血圧値	脈拍	体重
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	

**メモ** 体調の変化や気になること、お薬の飲み忘れなど

日付	測定時刻	血圧値	脈拍	体重
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	

日付	測定時刻	血圧値	脈拍	体重
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	

**メモ** 体調の変化や気になること、お薬の飲み忘れなど

日付	測定時刻	血圧値	脈拍	体重
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	

日付	測定時刻	血圧値	脈拍	体重
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	

**メモ** 体調の変化や気になること、お薬の飲み忘れなど

日付	測定時刻	血圧値	脈拍	体重
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	



日付	測定時刻	血圧値	脈拍	体重
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	

**メモ**

体調の変化や気になること、お薬の飲み忘れなど

日付	測定時刻	血圧値	脈拍	体重
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	

日付	測定時刻	血圧値	脈拍	体重
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	

**メモ** 体調の変化や気になること、お薬の飲み忘れなど

日付	測定時刻	血圧値	脈拍	体重
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	

日付	測定時刻	血圧値	脈拍	体重
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	

**メモ** 体調の変化や気になること、お薬の飲み忘れなど

日付	測定時刻	血圧値	脈拍	体重
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	

日付	測定時刻	血圧値	脈拍	体重
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	

**メモ** 体調の変化や気になること、お薬の飲み忘れなど

日付	測定時刻	血圧値	脈拍	体重
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	



日付	測定時刻	血圧値	脈拍	体重
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	

**メモ** 体調の変化や気になること、お薬の飲み忘れなど

日付	測定時刻	血圧値	脈拍	体重
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	

日付	測定時刻	血圧値	脈拍	体重
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	

**メモ** 体調の変化や気になること、お薬の飲み忘れなど

日付	測定時刻	血圧値	脈拍	体重
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	

日付	測定時刻	血圧値	脈拍	体重
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	

**メモ** 体調の変化や気になること、お薬の飲み忘れなど

日付	測定時刻	血圧値	脈拍	体重
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	

日付	測定時刻	血圧値	脈拍	体重
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	

**メモ** 体調の変化や気になること、お薬の飲み忘れなど

日付	測定時刻	血圧値	脈拍	体重
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	



日付	測定時刻	血圧値	脈拍	体重
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	

**メモ** 体調の変化や気になること、お薬の飲み忘れなど

日付	測定時刻	血圧値	脈拍	体重
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	

日付	測定時刻	血圧値	脈拍	体重
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	

**メモ** 体調の変化や気になること、お薬の飲み忘れなど

日付	測定時刻	血圧値	脈拍	体重
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	

日付	測定時刻	血圧値	脈拍	体重
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	

**メモ** 体調の変化や気になること、お薬の飲み忘れなど

日付	測定時刻	血圧値	脈拍	体重
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	

日付	測定時刻	血圧値	脈拍	体重
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	

**メモ** 体調の変化や気になること、お薬の飲み忘れなど

日付	測定時刻	血圧値	脈拍	体重
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	



日付	測定時刻	血圧値	脈拍	体重
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	

**メモ** 体調の変化や気になること、お薬の飲み忘れなど

日付	測定時刻	血圧値	脈拍	体重
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	

日付	測定時刻	血圧値	脈拍	体重
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	

**メモ** 体調の変化や気になること、お薬の飲み忘れなど

日付	測定時刻	血圧値	脈拍	体重
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	

日付	測定時刻	血圧値	脈拍	体重
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	

**メモ** 体調の変化や気になること、お薬の飲み忘れなど

日付	測定時刻	血圧値	脈拍	体重
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	

日付	測定時刻	血圧値	脈拍	体重
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	

**メモ** 体調の変化や気になること、お薬の飲み忘れなど

日付	測定時刻	血圧値	脈拍	体重
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	



日付	測定時刻	血圧値	脈拍	体重
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	

**メモ** 体調の変化や気になること、お薬の飲み忘れなど

日付	測定時刻	血圧値	脈拍	体重
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	

日付	測定時刻	血圧値	脈拍	体重
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	

**メモ** 体調の変化や気になること、お薬の飲み忘れなど

日付	測定時刻	血圧値	脈拍	体重
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	

日付	測定時刻	血圧値	脈拍	体重
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	

**メモ** 体調の変化や気になること、お薬の飲み忘れなど

日付	測定時刻	血压値	脈拍	体重
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	

日付	測定時刻	血圧値	脈拍	体重
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	

**メモ** 体調の変化や気になること、お薬の飲み忘れなど

日付	測定時刻	血圧値	脈拍	体重
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	



日付	測定時刻	血圧値	脈拍	体重
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	

**メモ** 体調の変化や気になること、お薬の飲み忘れなど

日付	測定時刻	血圧値	脈拍	体重
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	

日付	測定時刻	血圧値	脈拍	体重
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	
/	朝	:	/	
		:	/	
	昼	:	/	
		:	/	
	夜	:	/	
		:	/	

**メモ**

体調の変化や気になること、お薬の飲み忘れなど

薬局・医療機関名