血圧と体重の記録

血圧	mmHg												
	270												
	260												
	250												
	240												
	230												
	220												
	210												
	200												
	190												
	180												
	170												
	160												
	150												
	140												
	130												
	120												
	110												
	100												
	90												
	80												
	70												
	60												
	50												
	測った月日	・	・	・	・	・	・	・	・	・	・	・	・	・
	高／低	／	／	／	／	／	／	／	／	／	／	／	／	／
体重	測った月日	・	・	・	・	・	・	・	・	・	・	・	・	・
	kg													

血圧	mmHg												
	270												
	260												
	250												
	240												
	230												
	220												
	210												
	200												
	190												
	180												
	170												
	160												
	150												
	140												
	130												
	120												
	110												
	100												
	90												
	80												
	70												
	60												
	50												
	測った月日	・	・	・	・	・	・	・	・	・	・	・	・	・
	高／低	／	／	／	／	／	／	／	／	／	／	／	／	／
体重	測った月日	・	・	・	・	・	・	・	・	・	・	・	・	・
	kg													