

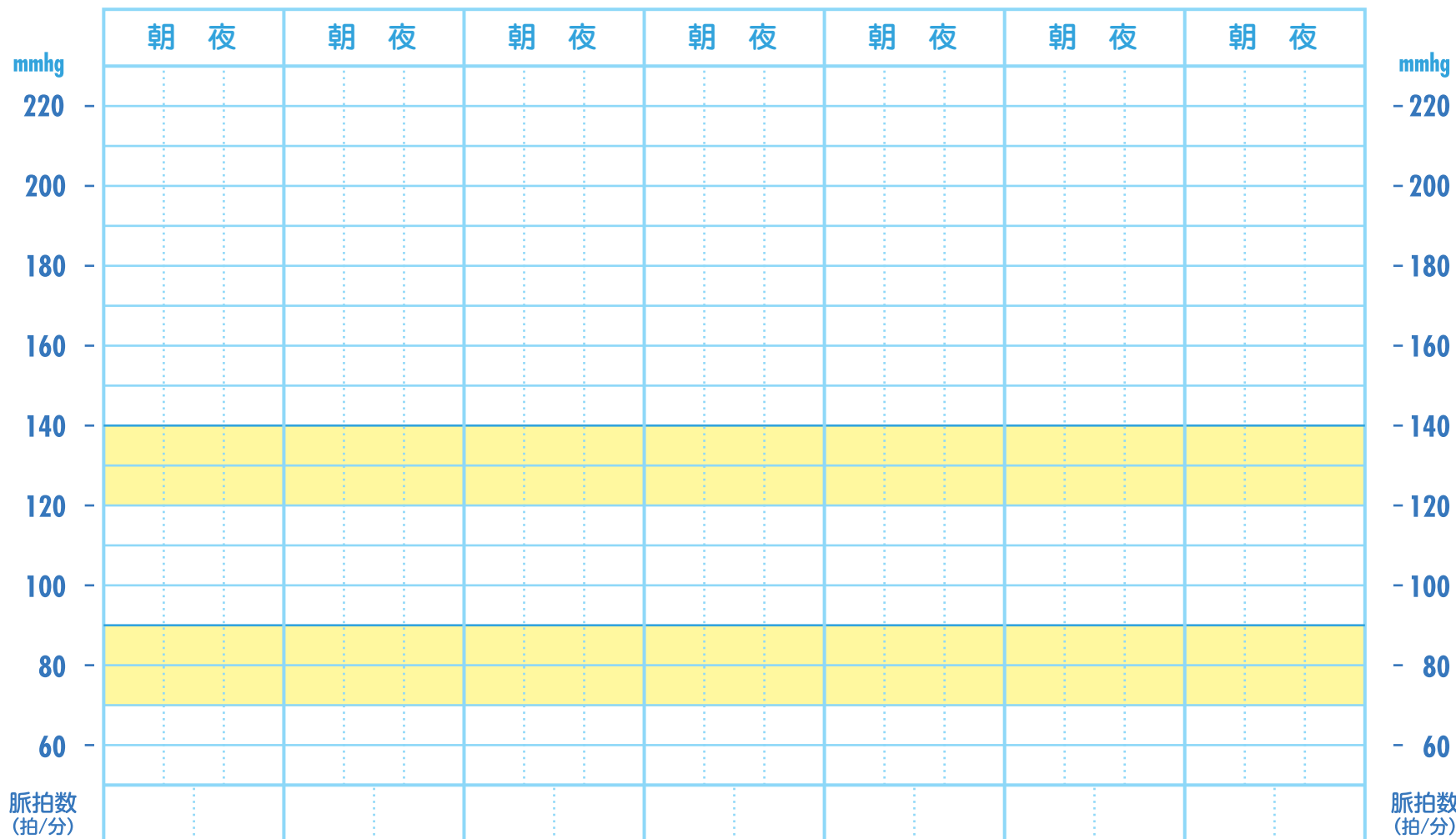
血圧を測ろう! 血圧記録シート

週目

年 月 日 ~ 年 月 日

できごと(

) 体重 [kg]



測ることから
スタート!



測定日 (/) (/) (/) (/) (/) (/) (/) 測定日

歩数 (千歩) (千歩) (千歩) (千歩) (千歩) (千歩) (千歩) 歩数