EXCEL で血圧管理表と血圧管理グラフを作成する

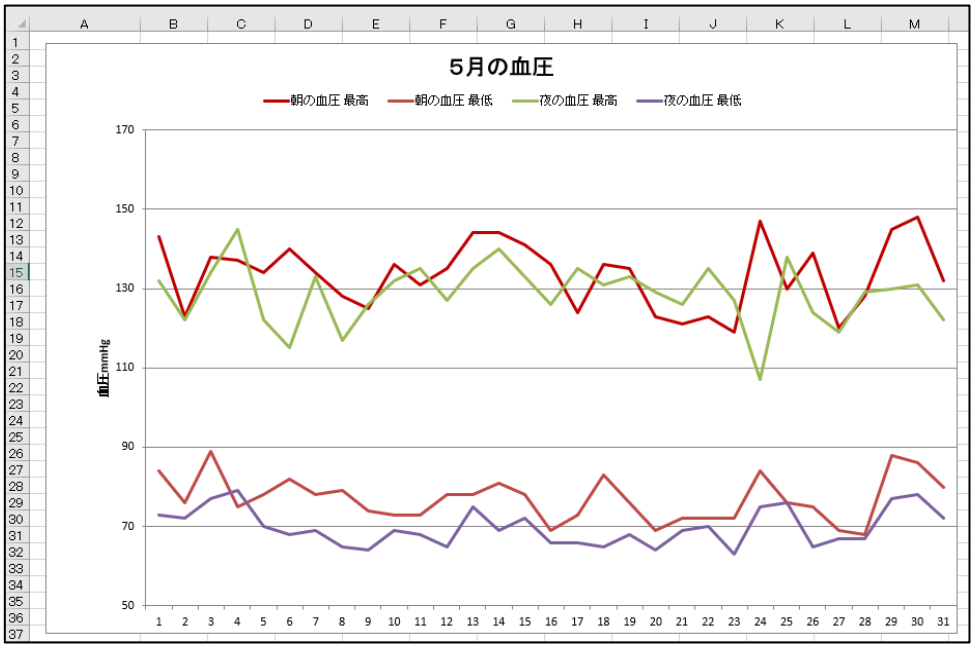
Excel を使って、血圧管理表と血圧管理グラフを作成する方法を学習しましょう。
まずは出来上がりの表とグラフを確認します。

【血圧管理表】

血圧管理表（完成）

	朝の血圧		夜の血圧	
	最高	最低	最高	最低
1	143	84	132	73
2	123	76	122	72
3	138	89	134	77
4	137	75	145	79
5	134	78	122	70
6	140	82	115	68
7	134	78	133	69
8	128	79	117	65
9	125	74	126	64
10	136	73	132	69
11	131	73	135	68
12	135	78	127	65
13	144	78	135	75
14	144	81	140	69
15	141	78	133	72
16	136	69	126	66
17	124	73	135	66
18	136	83	131	65
19	135	76	133	68
20	123	69	129	64
21	121	72	126	69
22	123	72	135	70
23	119	72	127	63
24	147	84	107	75
25	130	76	138	76
26	139	75	124	65
27	120	69	119	67
28	128	68	129	67
29	145	88	130	77
30	148	86	131	78
31	132	80	122	72
平均	133.5	77.0	128.7	69.8

【血圧管理グラフ】



Ⅰ　血圧管理表の作成

1　表の作成

(1) 項目やデータの入力

入力モードを【ひらがな】にします。

入力する文字は、**フォント「MSP ゴシック」、フォントサイズ「11pt」**を基本とします。

①【B2】を選択し【５月の血圧管理表】と入力します。

②【C3】に「朝の血圧」、【C4】に【最高】、【D4】に【最低】と入力します。

③【C3】～【D4】を選択し、コピーします。【E3】を選択し、貼り付けます。

④【E3】を選択し、【夜の血圧】に修正します。

(2) 日付の入力

入力モードを【英数半角】にします。

①【B5】に【1】と入力します。

②【B6】に【2】と入力します。

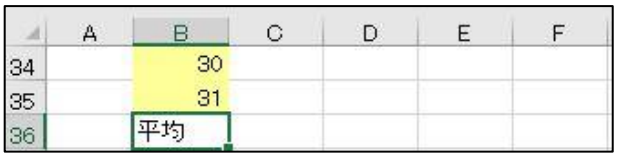
③【B5】と【B6】をドラッグします。

④【B6】セルの右下の黒い四角【▪】にフィルハンドルを合わせ、黒十字【✚】に変わったら、そのまま【B35】までドラッグします。

(3) 項目の入力

入力モードを【ひらがな】にします。

【B36】に【平均】と入力します。



(4) データの入力

入力モードを【英数半角】にします。

①【Enter】キーを使って入力する ❶

【C5】を選択して、1日朝の最高血圧【143】を入力します。

→【Enter】キーを押します。

以下、10日目あたりまでの最高血圧のデータを入力します。

②【Tab】キーを使って入力する ❷

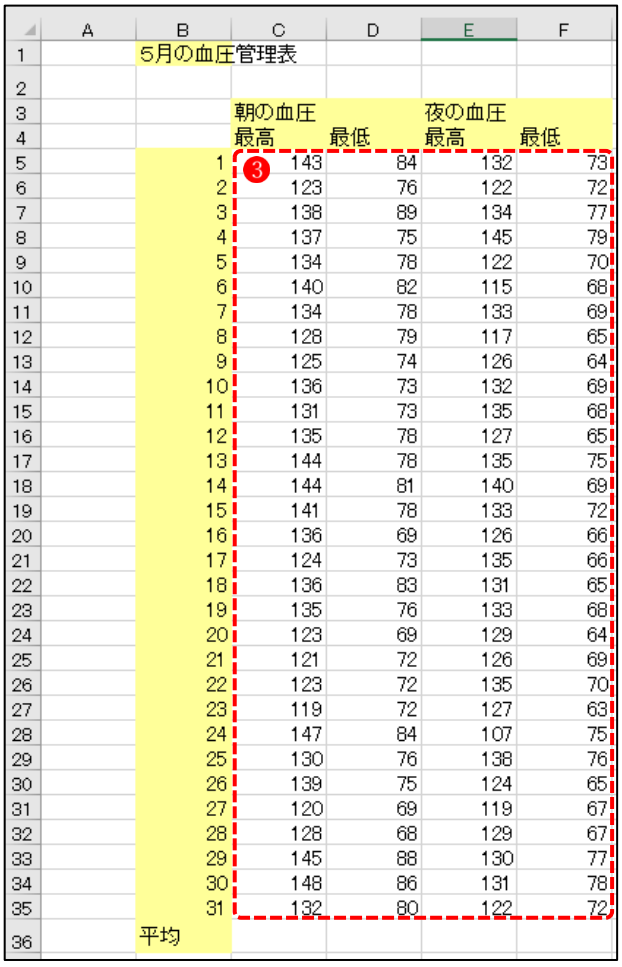
【C5】を選択して、1日朝の最高血圧【143】を入力します。

→【Tab】キーを押します。

以下、5日目あたりまでの最高・最低の血圧データを入力します。

	A	B	C	D	E	F
1		5月の血圧管理表				
2						
3			朝の血圧		夜の血圧	
4			最高	最低	最高	最低
5		1	143	84	132	73
6		2	123	76	122	72
7		3	138	89	134	77
8		4	137	75	145	79
9		5	134	78	122	70
10		6	140	82	115	68
11		7	134	78	133	69
12		8	128	79	117	65
13		9	125	74	126	64
14		10	136	73	132	69

③残りのデータをすべて入力します❸。



	A	B	C	D	E	F
1		5月の血圧管理表				
2						
3			朝の血圧		夜の血圧	
4			最高	最低	最高	最低
5		1	143	84	132	73
6		2	123	76	122	72
7		3	138	89	134	77
8		4	137	75	145	79
9		5	134	78	122	70
10		6	140	82	115	68
11		7	134	78	133	69
12		8	128	79	117	65
13		9	125	74	126	64
14		10	136	73	132	69
15		11	131	73	135	68
16		12	135	78	127	65
17		13	144	78	135	75
18		14	144	81	140	69
19		15	141	78	133	72
20		16	136	69	126	66
21		17	124	73	135	66
22		18	136	83	131	65
23		19	135	76	133	68
24		20	123	69	129	64
25		21	121	72	126	69
26		22	123	72	135	70
27		23	119	72	127	63
28		24	147	84	107	75
29		25	130	76	138	76
30		26	139	75	124	65
31		27	120	69	119	67
32		28	128	68	129	67
33		29	145	88	130	77
34		30	148	86	131	78
35		31	132	80	122	72
36		平均				

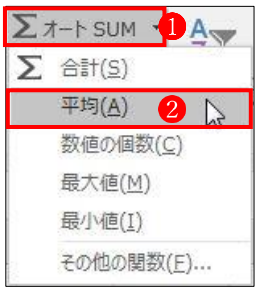
2　表を完成させる

(1) 表に平均値を表示させる

平均の関数式を利用して、表に平均値を表示させます。

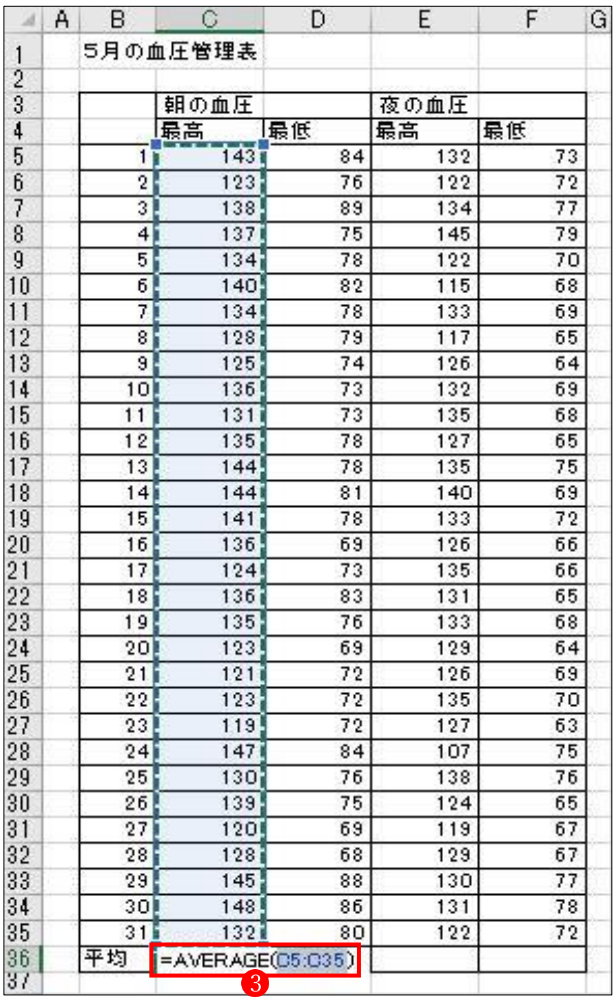
①【C36】を選択します。

②【オート SUM】❶の【平均(A)】」❷をクリックします。



→【=AVERAGE(C5:C35)】❸　と表示されます。

③Enter キーを押すと、平均値【133.5161】が表示されます。



(2) 平均値の小数点調整

小数点以下を 1 桁にします。

①【C36】を選択します。

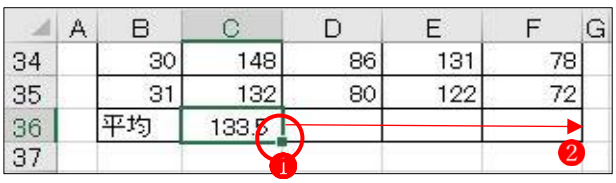
②【ホーム】タブの【数値】グループから【小数点以下の表示桁数を減らす】❶をクリックして、小数点以下を 1 桁にし、平均を【133.5】にします。

(3) 式のコピー

オートフィルで式をコピーします。

①【C36】を選択します。

②右図のようにセルの右下の**黒い四角【▪】**❶にフィルハンドルを合わせ、**黒十字【✚】**に変わったら、そのまま【F36】までドラッグします❷。

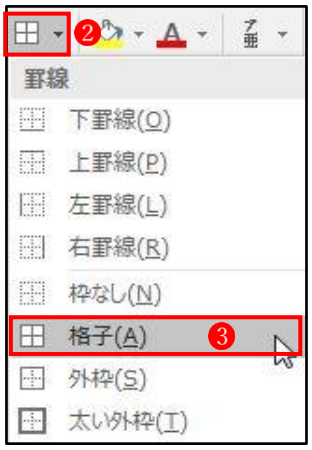


3　表の体裁を整える

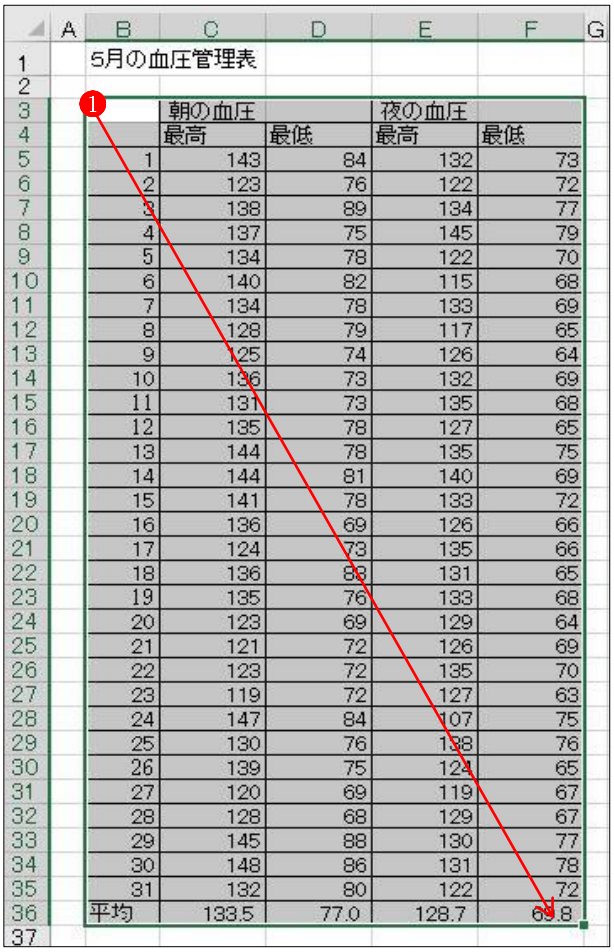
(1) 罫線を引く

①【B3】から【F36】までドラッグまたは【Shift】キーで範囲を選択します❶。

②フォントグループの【罫線】コマンド❷から【格子】（田マーク）❸をクリックします。



③罫線入りの表が完成しました。



5月の血圧管理表

	朝の血圧		夜の血圧	
	最高	最低	最高	最低
1	143	84	132	73
2	123	76	122	72
3	138	89	134	77
4	137	75	145	79
5	134	78	122	70
6	140	82	115	68
7	134	78	133	69
8	128	79	117	65
9	125	74	126	64
10	136	73	132	69
11	131	73	135	68
12	135	78	127	65
13	144	78	135	75
14	144	81	140	69
15	141	78	133	72
16	136	69	126	66
17	124	73	135	66
18	136	88	131	65
19	135	76	133	68
20	123	69	129	64
21	121	72	126	69
22	123	72	135	70
23	119	72	127	63
24	147	84	107	75
25	130	76	138	76
26	139	75	124	65
27	120	69	119	67
28	128	68	129	67
29	145	88	130	77
30	148	86	131	78
31	132	80	122	72
平均	133.5	77.0	128.7	69.8

(2) 列幅の変更

①【C 列】から【F 列】までドラッグして、列を選択します❶。

②【F 列】と【G 列】の境界にポインターを合わせると右図のような**黒十字【＋】**❷に変わります。

③プレスすると「8.38」などの数字が出るので、右にゆっくりドラッグして【12～14】まで列幅を広げます。

5月の血圧管理表

	朝の血圧		夜の血圧	
	最高	最低	最高	最低
1	143	84	132	73
2	123	76	122	72
3	138	89	134	77

(3) 行高の変更

①【3 行】から【36 行】までドラッグして、行を選択します。

②列幅の変更と同じ操作で、行高を「15」程度まで広げます。

4　書式を設定する

(1) フォントの変更

①【B1】を選択します。

②【フォントサイズ】を【16】くらいに変更します。

③【フォントの色】を適宜変更します。

	A	B	C	D	E	F	G
1		5月の血圧管理表					
2							
3			朝の血圧		夜の血圧		
4			最高	最低	最高	最低	
5		1	143	84	132	73	
6		2	123	76	122	72	
7		3	138	89	134	77	
8		4	137	75	145	79	
9		5	134	78	122	70	

(2) 塗りつぶしの適用

①【B3】から【F4】を選択します。

②【塗りつぶしの色】で適宜設定します。

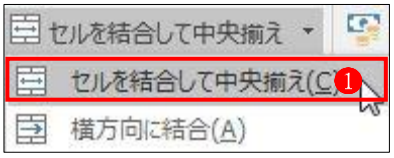
(3) セルを結合して中央揃え等の適用

①【C3】から【D3】を選択します。

②【セルを結合して中央揃え】❶をクリックして、セルの結合と中央揃えをします。

③同様に【E3】から【F3】にもセルの結合と中央揃えをします。

④【B3】と【B4】を【セル結合】します。



(4) 最高・最低に【中央揃え】を適用

①【C4】から【F4】を選択します。

②【中央揃え】ボタンで中央に揃えます。

(5) 日付に中央揃えを適用

①【B5】から【B36】を選択します。

②【中央揃え】ボタンで中央に揃えます。

「5月の血圧管理表」の完成です。

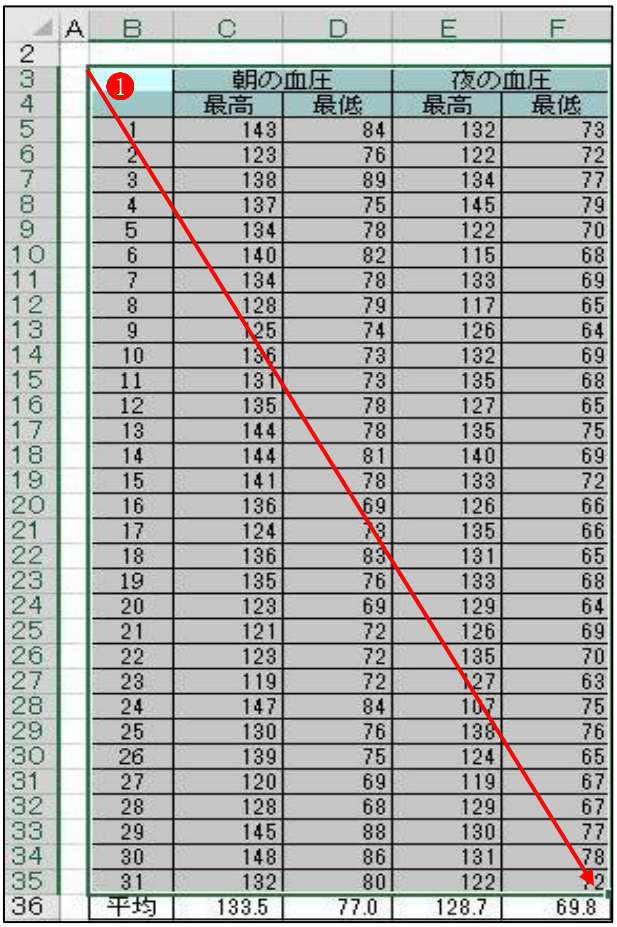
「上書き保存」をしておきます。

II　血圧管理グラスの作成

1　グラフの作成

(1) グラフの元となるセル範囲の指定

①【B3】から【F 35】までをドラッグ❶、または Shift キーで範囲を選択します。
（最下行の「平均」は入れない）

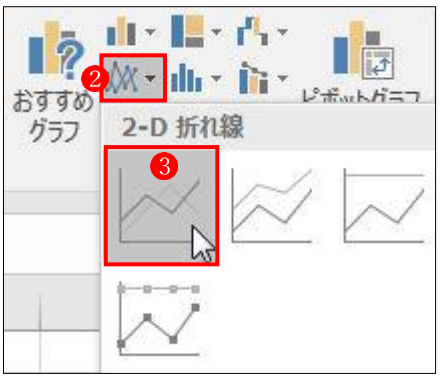


	A	B	C	D	E	F
2						
3		❶	朝の血圧		夜の血圧	
4			最高	最低	最高	最低
5		1	143	84	132	73
6		2	123	76	122	72
7		3	138	89	134	77
8		4	137	75	145	79
9		5	134	78	122	70
10		6	140	82	115	68
11		7	134	78	133	69
12		8	128	79	117	65
13		9	125	74	126	64
14		10	136	73	132	69
15		11	131	73	135	68
16		12	135	78	127	65
17		13	144	78	135	75
18		14	144	81	140	69
19		15	141	78	133	72
20		16	136	69	126	66
21		17	124	73	135	66
22		18	136	83	131	65
23		19	135	76	133	68
24		20	123	69	129	64
25		21	121	72	126	69
26		22	123	72	135	70
27		23	119	72	127	63
28		24	147	84	107	75
29		25	130	76	138	76
30		26	139	75	124	65
31		27	120	69	119	67
32		28	128	68	129	67
33		29	145	88	130	77
34		30	148	86	131	78
35		31	132	80	122	72
36		平均	133.5	77.0	128.7	69.8

(2) グラフの種類の選択

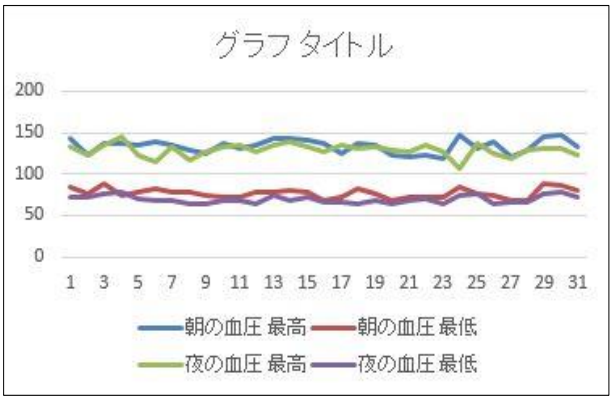
①【挿入】タブ❶から【グラフ】グループの【折れ線/面グラフの挿入】❷をクリックします。

②【2-D 折れ線】から【折れ線】❸ を選択します。



(3) グラフの作成

シートの「５月の管理表」の横に、右図の「折れ線グラフ」が作成されます。



★作成されたグラフの位置を移動したり、表示の拡大等を行うと、作業が容易になります。

２　グラフの体裁を整える

(1) グラフにタイトルを付ける

タイトルを【５月の血圧】とします。

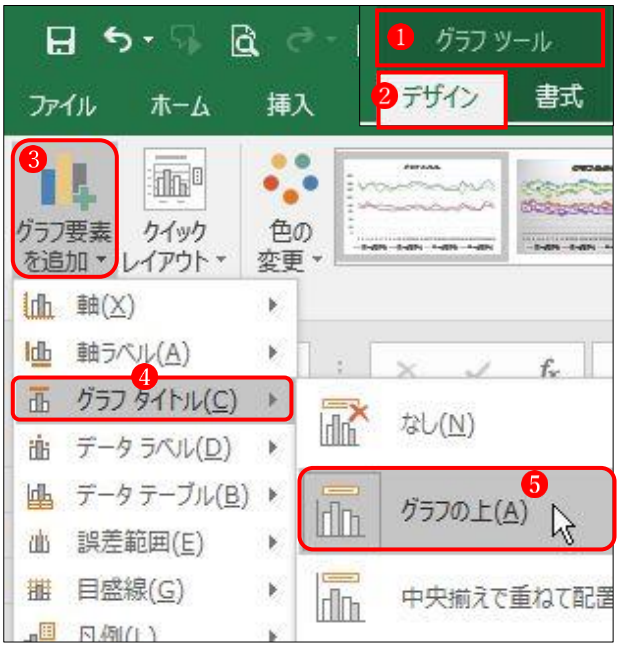
最初から「グラフタイトル」が表示される場合は、そのまま「グラフタイトル」を【5 月の血圧】に修正します。

①グラフ内をクリックして選択します。

「タイトルバー」内に【グラフツール】❶が表示されます。

②【デザイン】タブ ❷から左側の【グラフ要素を追加】❸を選択し【グラフタイトル】❹から、【グラフの上】❺をクリックします。

「グラフタイトル」が表示されるので、【5 月の血圧】に修正します。



(2) 凡例の表示位置を上に変更します。

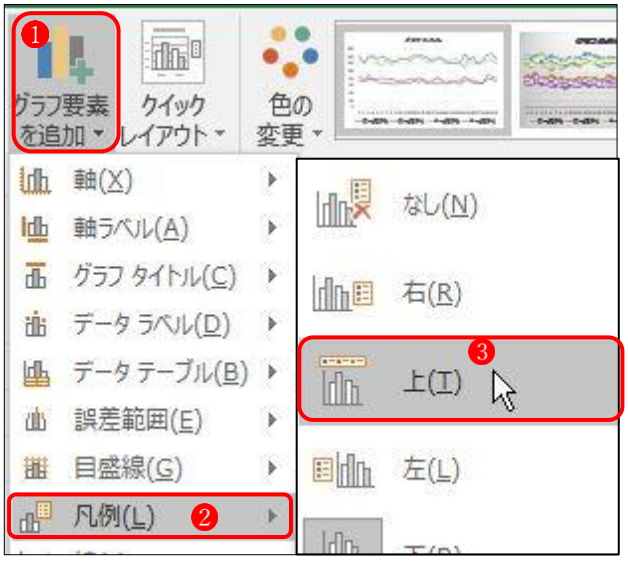
「タイトルバー」内の【グラフツール】から【グラフのデザイン】タブをクリックします。

①【グラフ要素を追加】❶ から、

②【凡例】❷ を選択し、

③【上】❸をクリックします。

凡例の表示位置が上に変わります。



(3) 軸ラベルの修正

軸ラベルを修正します。

「タイトルバー」内の【グラフツール】から【デザイン】タブをクリックします。

①【グラフ要素を追加】❶から、

②【軸ラベル】❷を選択、

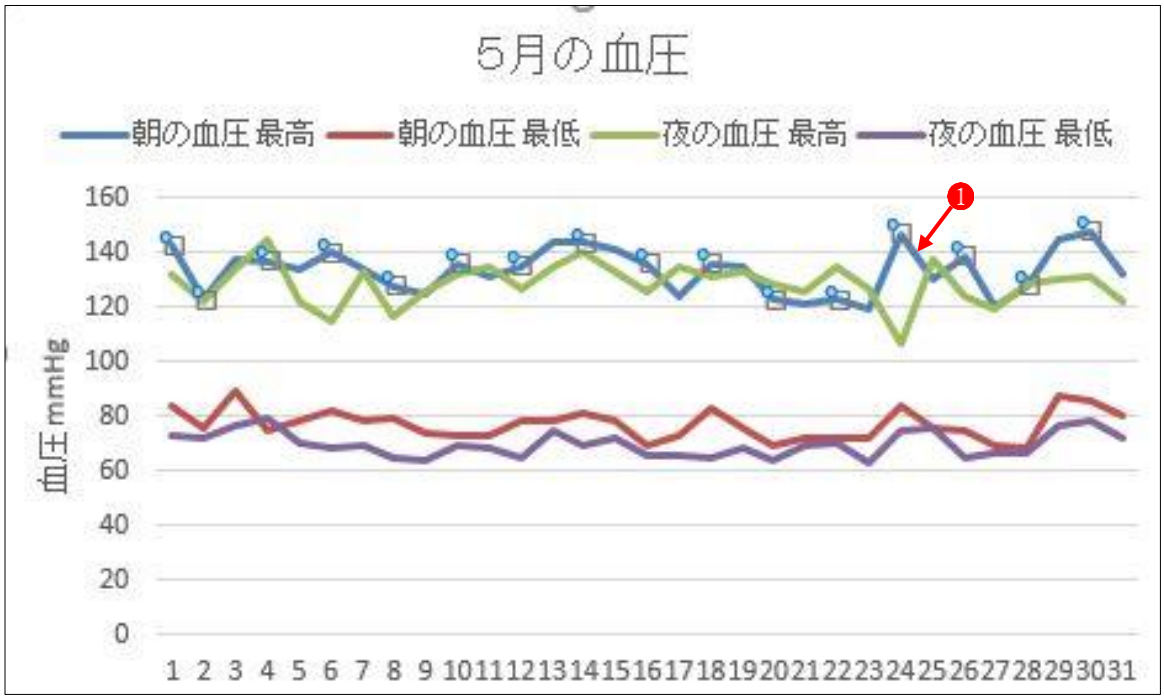
③【第 1 縦軸】❸をクリックします。

→「軸ラベル」が表示されるので、

【血圧 mmHg】に修正します。

(4) 線の色の変更

線の色を変更して、一見して朝・夜の見分けが付くように色分けします。

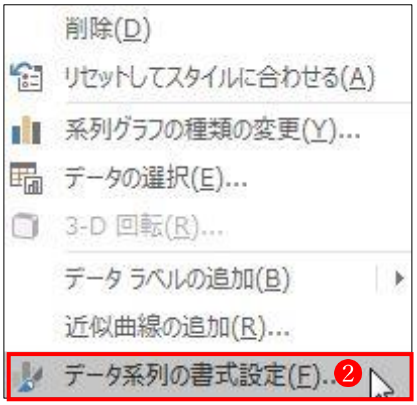


・「朝の血圧最高」を暖色系の色に変更します。

①【朝の血圧最高】の線❶を選択し、右クリックします。

②プルダウンメニューから、最下部の【データ系列の書式設定】❷を選択します。

→【データ系列の書式設定】画面が画面右側に表示されます。



③系列のオプションで【塗りつぶしと線】❶を選択します。
④線の斜め【▶】❷をクリックして一覧を表示します。
⑤【○線（単色）(S)】❸を選択します。
⑥色（C）の【ペンキ缶】【▼】❹をクリックします。
⑦「テーマの色」から【濃い赤】❺などの暖色系の色を選択します。
⑧「データ系列の書式設定」を閉じます。

→グラフの線の色が暖色系に変わり見やすくなりました。

(5) 縦軸目盛りの変更

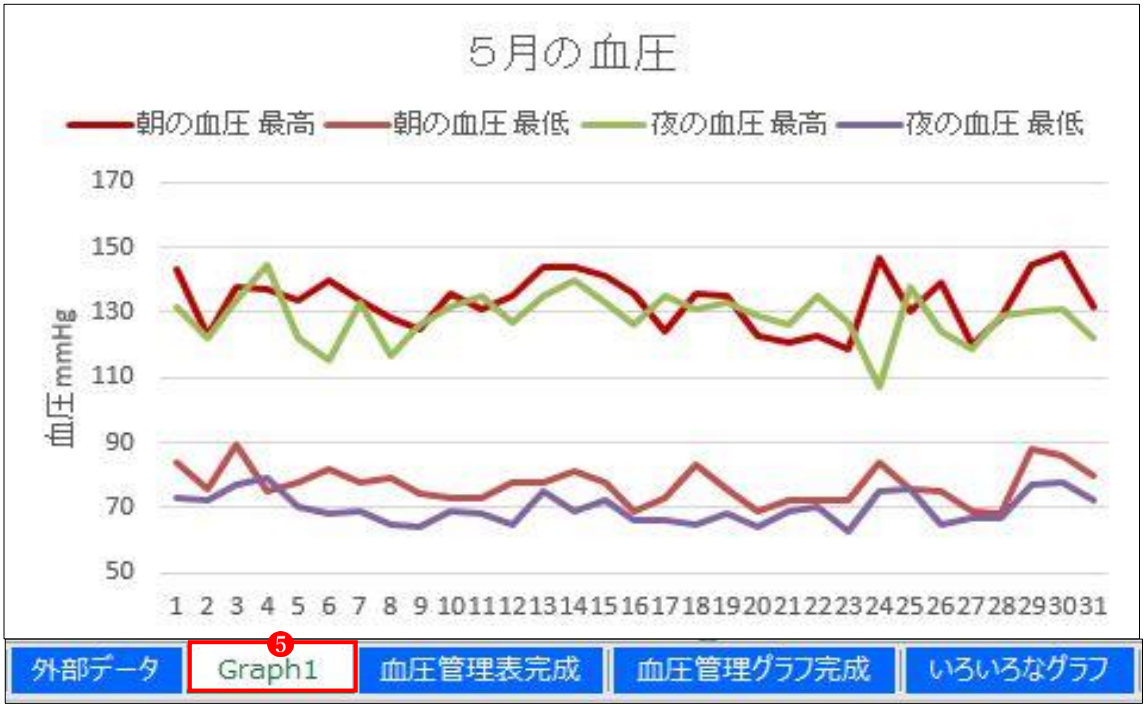
・縦軸目盛を変更して見やすくする。
最小値「0」を「50」にして見やすくする。

①縦軸の「数値」を【右クリック】します。
コンテキストが表示されるので、「軸の書式設定」をクリックします。
②「軸の書式設定」画面❶が表示されます。
③「境界値」の「最小値」を【５０】❷に変更します。
④「軸の書式設定」を【×】❸で閉じます。

(6) グラフの移動

①グラフを選択します。
→タイトルバー上に「グラフツール」のコンテキストが表示されます。
②【デザイン】タブ❶を選択します。
③右端の【グラフの移動】❷をクリックします。
→「グラフの移動」ダイアログボックス❸が表示されます。
④グラフの移動先で【◎新しいシート】❹を選択します。

⑤「５月の血圧」グラフが新しいシート「Graph1」❺ に移動して完成です。



「**上書き保存**」をしておきます。