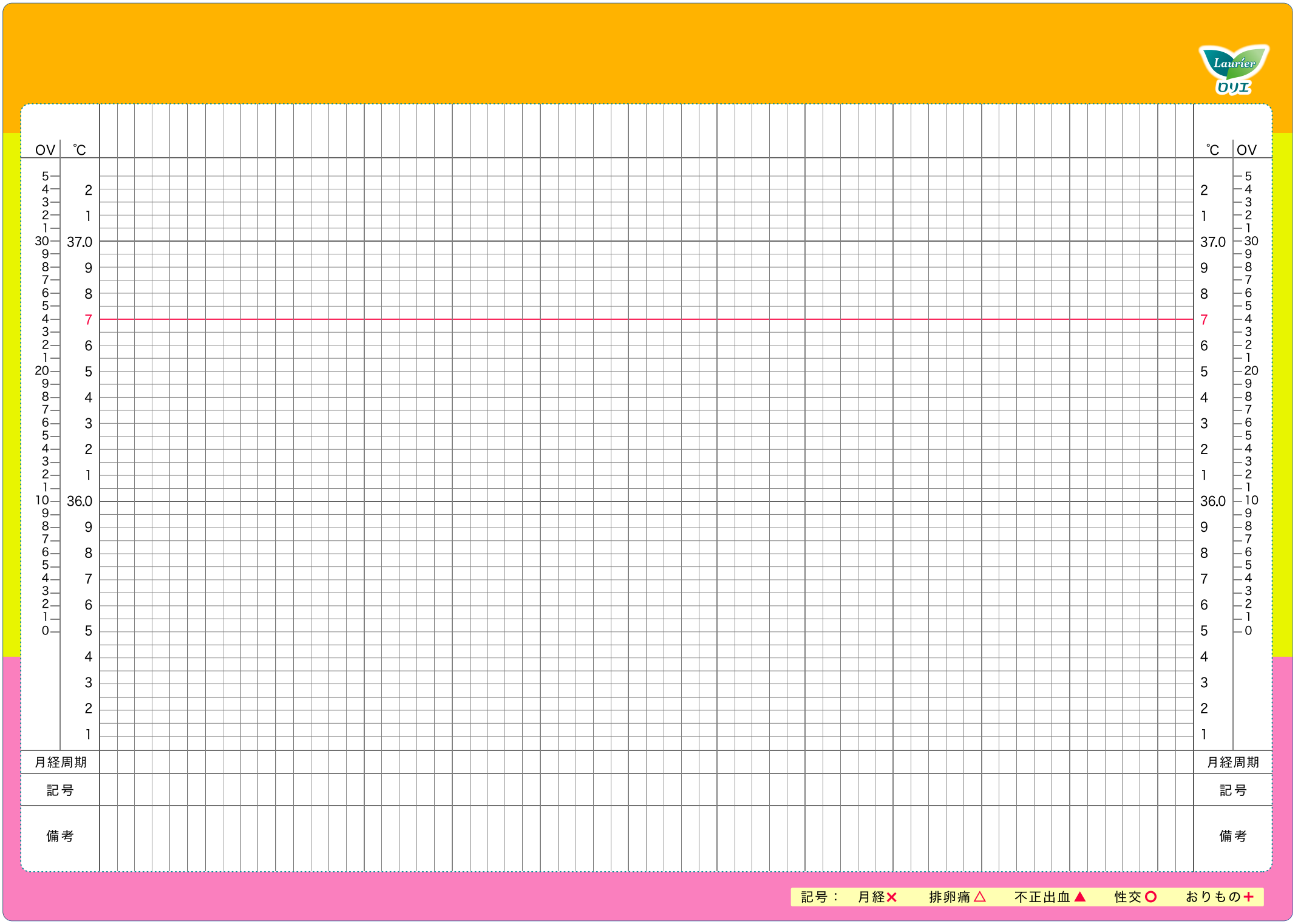
OV
℃
5 4 3 2 1 30 9 8 7 6 5 4 3 2 1 20 9 8 7 6 5 4 3 2 1 10 9 8 7 6 5 4 3 2 1 0
2 1 37.0 9 8 7 6 5 4 3 2 1 36.0 9 8 7 6 5 4 3 2 1
月経周期
記号
備考
記号： 月経× 排卵痛△ 不正出血▲ 性交○ おりもの＋