OV	℃
5	
4	2
3	
2	1
1	
30	37.0
9	
8	9
7	
6	8
5	
4	7
3	
2	6
1	
20	5
9	
8	4
7	
6	3
5	
4	2
3	
2	1
1	
10	36.0
9	
8	9
7	
6	8
5	
4	7
3	
2	6
1	
0	5
	4
	3
	2
	1

月経周期
記号
備考

℃	OV
	5
2	4
	3
1	2
	1
37.0	30
	9
9	8
	7
8	6
	5
7	4
	3
6	2
	1
5	20
	9
4	8
	7
3	6
	5
2	4
	3
1	2
	1
36.0	10
	9
9	8
	7
8	6
	5
7	4
	3
6	2
	1
5	0
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＋