2019

November 11月　December 12月

Laurier ロリエ

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火

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

記号：　月経×　排卵痛△　不正出血▲　性交○　おりもの+