2020

11 NOVEMBER　12 DECEMBER

OV	℃	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	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	℃	OV
		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	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	水	木		
5																																																																	5
4	2																																																														2	4
3																																																																3
2	1																																																														1	2
1																																																																1
30	37.0																																																														37.0	30
9																																																																9
8	9																																																														9	8
7																																																																7
6	8																																																														8	6
5																																																																5
4	7																																																														7	4
3																																																																3
2	6																																																														6	2
1																																																																1
20	5																																																														5	20
9																																																																9
8	4																																																														4	8
7																																																																7
6	3																																																														3	6
5																																																																5
4	2																																																														2	4
3																																																																3
2	1																																																														1	2
1																																																																1
10	36.0																																																														36.0	10
9																																																																9
8	9																																																														9	8
7																																																																7
6	8																																																														8	6
5																																																																5
4	7																																																														7	4
3																																																																3
2	6																																																														6	2
1																																																																1
0	5																																																														5	0
	4																																																														4	
	3																																																														3	
	2																																																														2	
	1																																																														1	
月経周期																																																															月経周期	
記号																																																															記号	
備考																																																															備考	

記号：　月経✕　排卵痛△　不正出血▲　性交○　おりもの+