2022

November 11　December 12

Laurier ロリエ

	11/1	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
OV ℃	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
月経周期																														
記号																														
備考																														

	12/1	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	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
月経周期																															
記号																															
備考																															

℃
2
1
37.0
9
8
7
6
5
4
3
2
1
36.0
9
8
7
6
5
4
3
2
1

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

記号：　月経✕　排卵痛△　不正出血▲　性交○　おりもの＋