2023

May 5　June 6

Laurier
ロリエ

OV	℃	5/ 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
		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
月経周期																																
記号																																
備考																																

6/ 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
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		
																														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＋