



年月日																				
月経周期																				
℃	4																			
	3																			
	2																			
	1																			
	37.0																			
	9																			
	8																			
	7																			
	6																			
	5																			
	4																			
	3																			
	2																			
	1																			
	36.0																			
	9																			
	8																			
	7																			
	6																			
	記号																			
備考																				