

基礎体温表

月

記号： 月経× 排卵痛△ 不正出血▲ 性交○ おりもの+



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