

基礎体温表

年 月 日から 月 日まで



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