

月 _____ 様 (No. _____)

基礎体温表

日	曜	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	木	金	土	日	日
20																																				20	
10																																				10	
37.00																																				37.00	
90																																				90	
80																																				80	
70																																				70	
60																																				60	
50																																				50	
36.00																																				36.00	
90																																				90	
80																																				80	
70																																				70	
60																																				60	
50																																				50	
月経周期																																			月経周期		
記号																																				記号	
体調																																				体調	
備考																																				備考	

- 記号... 月経 × 排卵痛 △ 不正出血 ▲ 性交 ○ おりもの +
- 体調... 腰痛 ■ 腹痛 □ 不眠 ◇ 寝坊 #
- 不調 ▼ 好調 △ ストレス Σ



女性のための漢方専門
漢方薬房
Kounotori



TEL:076-423-4193 FAX:076-461-7649