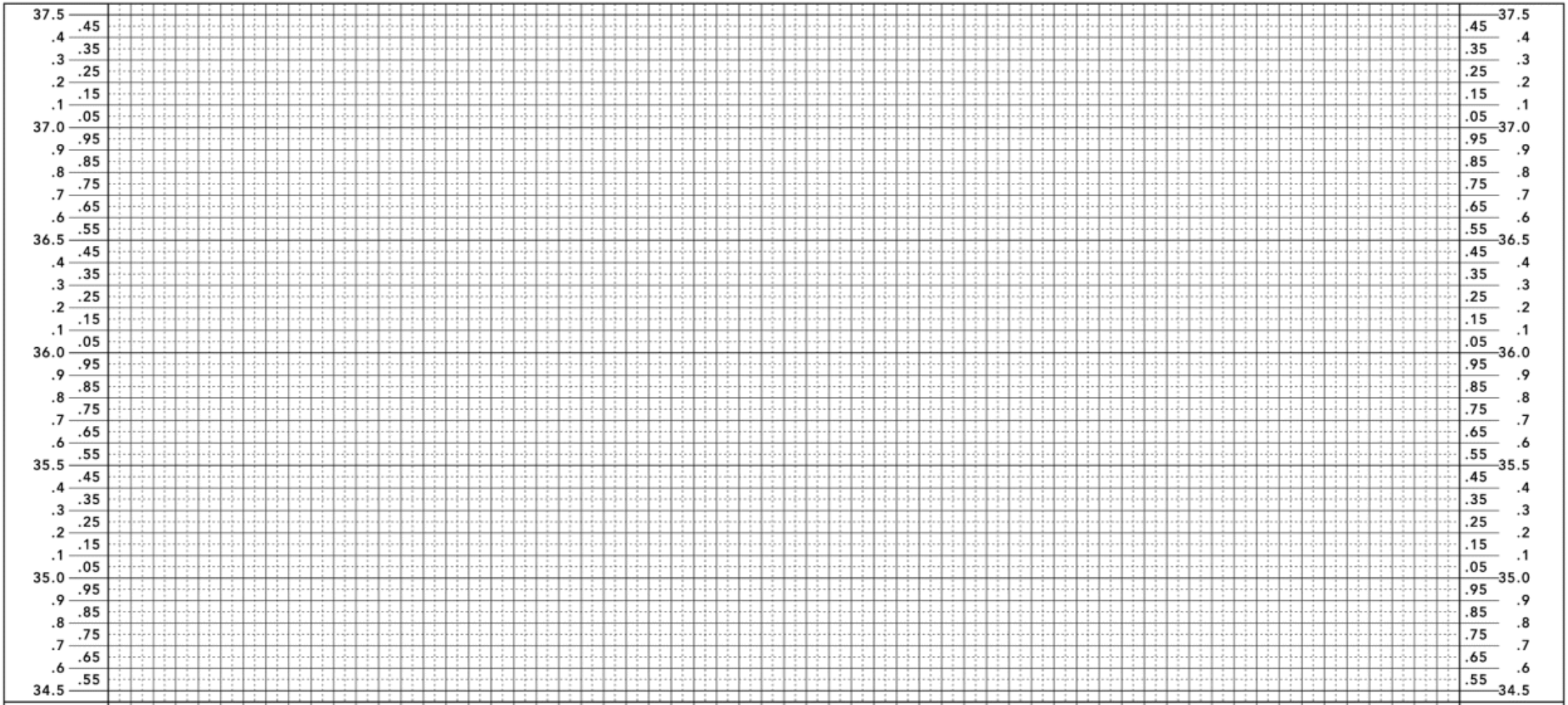
Ran's Night Self シート

※コピーしてお使いください。



月		月
日		日
月経周期		月経周期
月経（量）		月経（量）
一言メモ オリモノ 腹痛 腰痛 頭痛 便秘 イライラ 憂鬱 性交 etc.		一言メモ オリモノ 腹痛 腰痛 頭痛 便秘 イライラ 憂鬱 性交 etc.