

2024年 1 月

メノエイドコンビパッチ  
貼りかえ日

毎週

( ) ~ ( ) 週

曜日と

曜日

月	火	水	木	金	土	日
1 元日	2	3	4	5	6	7
8 成人の日	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31	1	2	3	4

2024年 2 月

月	火	水	木	金	土	日
29	30	31	1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11 建国記念の日
12 振替休日	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23 天皇誕生日	24	25
26	27	28	29	1	2	3

使い方

- : メノエイドコンビパッチ貼付日は M、エストロゲン使用日は E と記入します。  
貼付または服用したら、○をなぞってください。
- : 出血したら  (チェック) してください。
- ☘ : その日の気分に合わせて塗りつぶします。(良い: ☘ 普通: ☘ 悪い: ☘  
気になることがあれば、日付け欄に記入してください。

記入例

1 (M)  ☘  
出血は少量

2024年 3月

メノエイドコンビパッチ  
貼りかえ日

毎週

( ) ~ ( ) 週

曜日と

曜日

月	火	水	木	金	土	日
26	27	28	29	1 ○ ☞	2 ○ ☞	3 ○ ☞
4 ○ ☞	5 ○ ☞	6 ○ ☞	7 ○ ☞	8 ○ ☞	9 ○ ☞	10 ○ ☞
11 ○ ☞	12 ○ ☞	13 ○ ☞	14 ○ ☞	15 ○ ☞	16 ○ ☞	17 ○ ☞
18 ○ ☞	19 ○ ☞	20 ○ ☞ <small>春分の日</small>	21 ○ ☞	22 ○ ☞	23 ○ ☞	24 ○ ☞
25 ○ ☞	26 ○ ☞	27 ○ ☞	28 ○ ☞	29 ○ ☞	30 ○ ☞	31 ○ ☞

2024年 4月

月	火	水	木	金	土	日
1 ○ ☞	2 ○ ☞	3 ○ ☞	4 ○ ☞	5 ○ ☞	6 ○ ☞	7 ○ ☞
8 ○ ☞	9 ○ ☞	10 ○ ☞	11 ○ ☞	12 ○ ☞	13 ○ ☞	14 ○ ☞
15 ○ ☞	16 ○ ☞	17 ○ ☞	18 ○ ☞	19 ○ ☞	20 ○ ☞	21 ○ ☞
22 ○ ☞	23 ○ ☞	24 ○ ☞	25 ○ ☞	26 ○ ☞	27 ○ ☞	28 ○ ☞
29 ○ ☞ <small>昭和の日</small>	30 ○ ☞	1	2	3	4	5

使い方

- : メノエイドコンビパッチ貼付日は M、エストロゲン使用日は E と記入します。  
貼付または服用したら、○をなぞってください。
- ☞ : 出血したら☞(チェック)してください。
- ☞ : その日の気分に合わせて塗りつぶします。(良い: ☞ 普通: ☞ 悪い: ☞  
気になることがあれば、日付け欄に記入してください。

記入例

1 ○ (M) ☞  
出血は少量

2024年 5月

メノエイドコンビパッチ  
貼りかえ日

毎週

( ) ~ ( ) 週

曜日と

曜日

月	火	水	木	金	土	日
29	30	1 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <small>憲法記念日</small>	4 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <small>みどりの日</small>	5 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <small>こどもの日</small>
6 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <small>振替休日</small>	7 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	8 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	9 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	10 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	11 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	12 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
13 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	14 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	15 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	16 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	17 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	18 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	19 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
20 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	21 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	22 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	23 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	24 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	25 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	26 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
27 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	28 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	29 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	30 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	31 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	1	2

2024年 6月

月	火	水	木	金	土	日
27	28	29	30	31	1 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
3 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	6 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	7 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	8 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	9 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
10 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	11 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	12 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	13 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	14 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	15 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	16 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
17 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	18 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	19 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	20 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	21 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	22 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	23 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
24 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	25 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	26 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	27 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	28 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	29 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	30 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>

使い方

- ：メノエイドコンビパッチ貼付日はM、エストロゲン使用日はEと記入します。  
貼付または服用したら、○をなぞってください。
- ：出血したら (チェック)してください。
- ：その日の気分に合わせて塗りつぶします。(良い： 普通： 悪い：  
気になることがあれば、日付け欄に記入してください。

記入例

1  (M)

出血は少量

2024年 7月

メノエイドコンビパッチ  
貼りかえ日

毎週

( ) ~ ( ) 週

曜日と

曜日

月	火	水	木	金	土	日
1 ○□ ☘	2 ○□ ☘	3 ○□ ☘	4 ○□ ☘	5 ○□ ☘	6 ○□ ☘	7 ○□ ☘
8 ○□ ☘	9 ○□ ☘	10 ○□ ☘	11 ○□ ☘	12 ○□ ☘	13 ○□ ☘	14 ○□ ☘
15 ○□ ☘ <small>海の日</small>	16 ○□ ☘	17 ○□ ☘	18 ○□ ☘	19 ○□ ☘	20 ○□ ☘	21 ○□ ☘
22 ○□ ☘	23 ○□ ☘	24 ○□ ☘	25 ○□ ☘	26 ○□ ☘	27 ○□ ☘	28 ○□ ☘
29 ○□ ☘	30 ○□ ☘	31 ○□ ☘	1	2	3	4

2024年 8月

月	火	水	木	金	土	日
29	30	31	1 ○□ ☘	2 ○□ ☘	3 ○□ ☘	4 ○□ ☘
5 ○□ ☘	6 ○□ ☘	7 ○□ ☘	8 ○□ ☘	9 ○□ ☘	10 ○□ ☘	11 ○□ ☘ <small>山の日</small>
12 ○□ ☘ <small>振替休日</small>	13 ○□ ☘	14 ○□ ☘	15 ○□ ☘	16 ○□ ☘	17 ○□ ☘	18 ○□ ☘
19 ○□ ☘	20 ○□ ☘	21 ○□ ☘	22 ○□ ☘	23 ○□ ☘	24 ○□ ☘	25 ○□ ☘
26 ○□ ☘	27 ○□ ☘	28 ○□ ☘	29 ○□ ☘	30 ○□ ☘	31 ○□ ☘	1

使い方

- : メノエイドコンビパッチ貼付日は M、エストロゲン使用日は E と記入します。  
貼付または服用したら、○をなぞってください。
- : 出血したら  (チェック) してください。
- ☘ : その日の気分に合わせて塗りつぶします。(良い: ☘ 普通: ☘ 悪い: ☘  
気になることがあれば、日付け欄に記入してください。

記入例

1 (M)  ☘  
出血は少量

2024年 9月

メノエイドコンビパッチ  
貼りかえ日

毎週

( ) ~ ( ) 週

曜日と

曜日

月	火	水	木	金	土	日
26	27	28	29	30	31	1 ○□ ☘
2 ○□ ☘	3 ○□ ☘	4 ○□ ☘	5 ○□ ☘	6 ○□ ☘	7 ○□ ☘	8 ○□ ☘
9 ○□ ☘	10 ○□ ☘	11 ○□ ☘	12 ○□ ☘	13 ○□ ☘	14 ○□ ☘	15 ○□ ☘
16 ○□ ☘ <small>敬老の日</small>	17 ○□ ☘	18 ○□ ☘	19 ○□ ☘	20 ○□ ☘	21 ○□ ☘	22 ○□ ☘ <small>秋分の日</small>
23 ○□ ☘ <small>振替休日</small>	24 ○□ ☘	25 ○□ ☘	26 ○□ ☘	27 ○□ ☘	28 ○□ ☘	29 ○□ ☘
30 ○□ ☘	1	2	3	4	5	6

2024年 10月

月	火	水	木	金	土	日
30	1 ○□ ☘	2 ○□ ☘	3 ○□ ☘	4 ○□ ☘	5 ○□ ☘	6 ○□ ☘
7 ○□ ☘	8 ○□ ☘	9 ○□ ☘	10 ○□ ☘	11 ○□ ☘	12 ○□ ☘	13 ○□ ☘
14 ○□ ☘ <small>スポーツの日</small>	15 ○□ ☘	16 ○□ ☘	17 ○□ ☘	18 ○□ ☘	19 ○□ ☘	20 ○□ ☘
21 ○□ ☘	22 ○□ ☘	23 ○□ ☘	24 ○□ ☘	25 ○□ ☘	26 ○□ ☘	27 ○□ ☘
28 ○□ ☘	29 ○□ ☘	30 ○□ ☘	31 ○□ ☘	1	2	3

使い方

- : メノエイドコンビパッチ貼付日は M、エストロゲン使用日は E と記入します。  
貼付または服用したら、○をなぞってください。
- : 出血したら  (チェック) してください。
- ☘ : その日の気分に合わせて塗りつぶします。(良い: ☘ 普通: ☘ 悪い: ☘  
気になることがあれば、日付け欄に記入してください。

記入例

1 (M)  ☘  
出血は少量

2024年 11月

メノエイドコンビパッチ  
貼りかえ日

毎週

( ) ~ ( ) 週

曜日と

曜日

月	火	水	木	金	土	日
28	29	30	31	1 ○ ☘	2 ○ ☘	3 ○ ☘ <small>文化の日</small>
4 ○ ☘ <small>振替休日</small>	5 ○ ☘	6 ○ ☘	7 ○ ☘	8 ○ ☘	9 ○ ☘	10 ○ ☘
11 ○ ☘	12 ○ ☘	13 ○ ☘	14 ○ ☘	15 ○ ☘	16 ○ ☘	17 ○ ☘
18 ○ ☘	19 ○ ☘	20 ○ ☘	21 ○ ☘	22 ○ ☘	23 ○ ☘ <small>勤労感謝の日</small>	24 ○ ☘
25 ○ ☘	26 ○ ☘	27 ○ ☘	28 ○ ☘	29 ○ ☘	30 ○ ☘	1

2024年 12月

月	火	水	木	金	土	日
25	26	27	28	29	30	1 ○ ☘
2 ○ ☘	3 ○ ☘	4 ○ ☘	5 ○ ☘	6 ○ ☘	7 ○ ☘	8 ○ ☘
9 ○ ☘	10 ○ ☘	11 ○ ☘	12 ○ ☘	13 ○ ☘	14 ○ ☘	15 ○ ☘
16 ○ ☘	17 ○ ☘	18 ○ ☘	19 ○ ☘	20 ○ ☘	21 ○ ☘	22 ○ ☘
23 ○ ☘	24 ○ ☘	25 ○ ☘	26 ○ ☘	27 ○ ☘	28 ○ ☘	29 ○ ☘
30 ○ ☘	31 ○ ☘	1	2	3	4	5

使い方

- : メノエイドコンビパッチ貼付日は M、エストロゲン使用日は E と記入します。  
貼付または服用したら、○をなぞってください。
- ☐ : 出血したら☑ (チェック) してください。
- ☘ : その日の気分に合わせて塗りつぶします。(良い: ☘ 普通: ☘ 悪い: ☘  
気になることがあれば、日付け欄に記入してください。

記入例

1 (M) ☑  
出血は少量