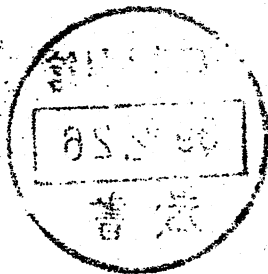


都政史料館
39.12.26
蔵書

家庭を明るく



家族計画とは



男と女が結婚すれば子供ができることは当然のことです。そこで自分の生活や子供の養育、そしてみんなの将来を考えて、いかにうまくうむかということが家族計画なのです。

母親の健康のことを考え、赤ん坊の保育のこと、またご主人の収入のことなどを考えて子供をうまなければなりません。そういうことも考えないで妊娠し出産すれば親に重荷がかかり子供にむりがいったりするわけです。

つまり家族計画とは子供をうまなければ良いという産児制限とはちがい欲しいときに上手に子供をうもうというそのうみ方の工夫をすることです。

家族計画はまったく人間の幸せな生活に根をおくもので生活が高度化するにつれて、この計画なしではよい生活をするができなくなってきました。

人工妊娠中絶

子供が欲しくないのに妊娠したから、また次の子供が早くできすぎたからといって人工妊娠中絶をする人があります。これも家族計画の一つだと思っている人がありますが大変な間違いです。

母親の健康を守り、丈夫な子供をうみ家庭の幸福を願うのが家族計画であります。だから残酷な手段で子供の生命を断ち、なお母親の健康を害し、母親や父親に死ぬまで嬰兒殺しの精神的な後悔を与える中絶は、ぜったいに家族計画ではありません。

子供がほしくないときには妊娠をしないことです。その方法には次のような方法があります。

1. 基礎体温曲線を利用する法
2. 定期禁欲法（荻野学説応用）
3. コンドーム法
5. ゼリー法
4. ベッサリー法
6. 錠剤法

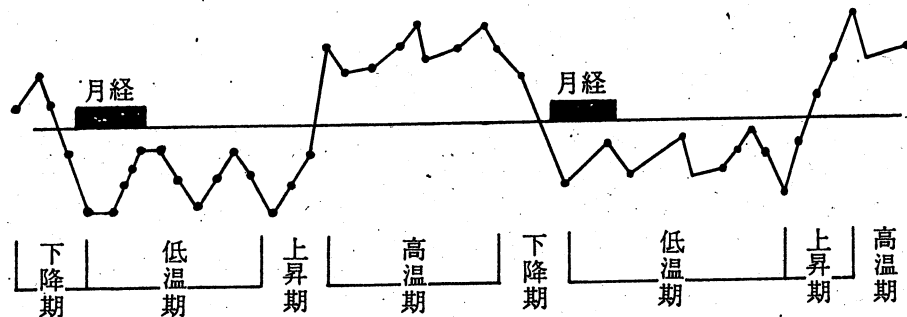
基礎体温曲線を利用する方法

基礎体温とは精神的、肉体的に長く安静にしていた直後の体温のことをいいます。

みなさんが朝、目がさめたら、そのまますぐに婦人体温計を口の中で5分間計ります。毎朝計った体温をグラフに記入して1ヵ月継続しますと、体温の低い期間（低温期）と体温の高い期間（高温期）と低温期から高温期に変わる上昇期と、高温期から低温期に移る下降期とがわかります。

低温期と上昇期、それから高温期にはいつて3日間は妊娠する可能性が強いです。高温期の4日目から次の月経の始まるまでの間は安全な期間です。（大体10日間前後）

しかし、人によってはこのように低温と高温がはっきりしない人もありますので、1ヵ月間の自分の記録を作り、避妊に利用できるかどうか専門の方に相談して指導を受けてください。



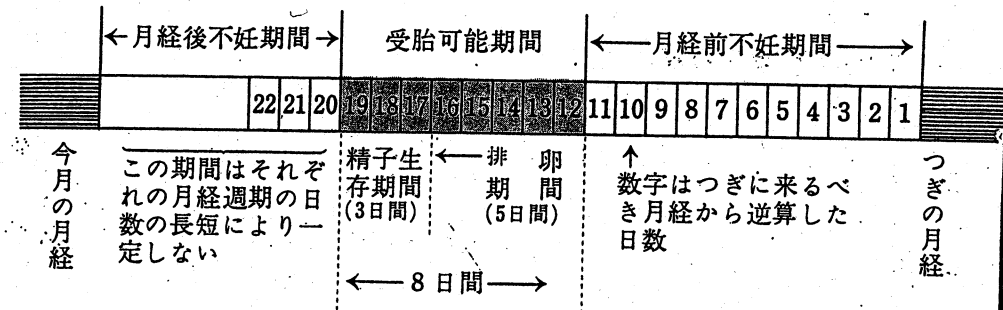
定期禁欲法（秋野学説を応用する方法）

婦人の排卵期は、次に来る月経の前日から逆にかぞえて、12日から16日までの5日間で、この期間は受胎可能の期間ということです。しかし、膈内に入った精子は3日間位は生きておりますから、排卵の3日前から受胎可能となり、次の月経から逆にかぞえて、12日から19日前までの8日間位は、妊娠可能と見てよいでしょう。

以上のことを利用して、受胎可能期間だけ禁欲または他の方法を利用すればよいわけです。

しかし人によって月経期間の一定していない人がいますから、月経のあった日を6ヵ月以上正確に記録しておくことが必要です。

この記録によって計算するのですが、たまたま計算を間違えることがありますから、記録を専門の方に見せて計算してもらう必要があります。



コンドームを使う方法

性交前に男子の性器にかぶせ、射精された精子をコンドームの中に溜めて、精子が膣内に入らぬようにする方法ですが、使用前に必ず小さな穴があいていないかをたしかめます。

またゼリーや液体を上塗りすることによって精子のもれを防ぐことに役立ちます。

ペッサリーを使う方法

ラセン状のスプリングのふちに、薄いゴムをはって半球状にしたもので、これで子宮の入口をふさぎ子宮内部に精子の進入を防ぎます。ゼリーや液剤を塗って性交前に膣内に入れるのですが、使用后8時間位は入れておきます。人によってこのサイズが違いますから、専門家に計ってもらう必要があります。この器具は最も合理的なもので、相当期間使用できます。

ゼリーを使う方法

性交前に注入器で子宮口のところへ入れますと、ゼリー剤は子宮内に入らないうちに射精された精子とまざり合っ精子の進入を防ぎます。

しかし、この薬は姿勢によって流れ出ることがありますから、注意しなければなりません。

錠剤を使う方法

性交5分から15分位前に、指で膣の奥深いところへ入れますと、膣の中の分泌物によってあわが発生して、膣内にひろがります。このあわが子宮口をふさぎ、また精子を殺す役目をします。使用が簡単なのですが、人によって分泌物の量が違い、とけるまでの時間がまちまちですから注意しなければなりません。

タンポンを使う方法

ペッサリーと同じく子宮の入口をふさぐ方法で、ゼリーや液剤を塗って性交前に入れますと、精子は子宮内に入ることができず、この薬によって殺されてしまいます。

取り出すときのために細いヒモがついておりますので便利ですし、洗って何回も使用できます。

性交中絶法

昔からよく行なわれている方法で、器具も薬品も不用なので随分行なわれていますが、効果はあまりありません。男性が射精直前に性器を抜きとるのですが、精子は射精前に少しずつ膣内に泳ぎ出るので、妊娠することもあるからです。

ですからみなさんにおすすめできる方法ではありません。

子供は30才位までに産んだ方がよい

もうこ症（精神薄弱を伴う先天性異常）や軟骨異栄養症（手足の極めて短いこびと）などを出産したときの母親の平均年齢は、一般出産の平均年齢より高いといわれております。

また高年初産は母体の疲労が大きく早老の原因ともなり、妊産婦の死亡率も高いといわれております。

その他

○先天性奇形

○死産

○生れて1週間以内の死亡

などは、母親の年齢に関係があります。特に母親の年齢が35才以上の場合が多いようですからなるべく30才位までに少なくとも1回は子供を産んでおいた方がよいでしょう。

なお母親が16才～19才位の若い場合、また妊娠回数のおまり多い場合なども、異常の発生に関係があるといわれております。

遺伝性の病気や奇形をふせぐには

家庭の幸福、子孫のしあわせを考えると遺伝の問題は大切なことです。

遺伝性の病気や奇形の発生をふせぐには結婚相手の血族者に遺伝性の病気や奇形のない人を選ぶことです。同種の遺伝性病気の家系同志が結婚することは厳にさしひかえねばなりません。

次に大切な心掛は父母の生活、栄養特に妊娠初期の母親の栄養をととのえること、薬物やアルコール乱用を慎むこと、放射線の危険を避けることなどです。

血族結婚

血のつながりのあるもの同志の結婚をいいます。

○いとこ同志(同胞の子供同志)

○いとこ半同志(同胞の子供と孫同志)

○またいとこ同志(同胞の孫同志)

○半いとこ同志(はら違いの孫同志)

夫と妻が互に1人以上の共通の祖先をもっておりますので、他人同志の結婚に比べて遺伝性の奇形、病気などの危険率は非常に高くなります。