



避妊の方法	利用者	手軽さ	避妊率
コンドーム	男性	コンビニ・薬局で購入可能	使用方法に注意
低用量ピル	女性	病院・オンラインで医師が処方	飲み忘れに注意
子宮内リング (IUD/IUS)	女性	医師の診察・器具挿入が必要	
避妊手術	男性・女性	手術による体の負担がある	

