

最新他提出计划生育 计划生育科室心得体会护士(优秀10篇)

制定计划前，要分析研究工作现状，充分了解下一步工作是在什么基础上进行的，是依据什么来制定这个计划的。优秀的计划都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？下面是小编为大家带来的计划书优秀范文，希望大家可以喜欢。

他提出计划生育篇一

计划生育科室是我作为一名护士，在工作岗位上最长时间待过的科室。在这里，我经历了许多挑战和成长。在过去的几年里，我在计划生育科室工作时，不仅学到了专业技能，还学到了如何与患者沟通和与团队合作。此外，这些经验也帮助我更好地理解了计划生育政策的意义和价值。

第二段：科室概述

计划生育科室是医院的一个重要组成部分，专门为夫妇提供生育控制和妇科保健服务。科室的主要医疗服务包括常规妇科检查、妇科炎症诊治、避孕和流产手术等。作为一名护士，我们既要负责协助医生开展诊治工作，还要对病人的情绪、心理进行深入的了解和关注。科室大部分患者为女性，多数是年轻女性，因此，我们在护理时需尤其注意如何与她们进行交流，满足她们的生理和心理需求，充分体现人性化医疗服务。

第三段：工作体会

在计划生育科室工作时，我们的工作不仅是开展医疗服务，还要关注每个患者的情绪和心理，尽管这同样很有挑战性，但这也是我们最大的乐趣。面对有些患者感到焦虑、恐惧和紧张的情绪，我们的职责就是及时进行安抚，花时间与她们

沟通，让她们感到我们的关心和温暖。在工作中，我们还遇到一些不理解计划生育政策或有不良情绪的患者，这时我们要尽全力与她们交流，让她们能够理解生育控制的价值和重要性，让她们充分认识到生育过程中重要的卫生和健康问题。

第四段：与团队合作

计划生育科室需要护士、医生、检验员等相关人员协调合作才能顺利开展工作。在工作中，我们要积极与团队的其他成员沟通、交流，密切配合、协同作战，使计划生育科室的医疗服务总体质量得到提高。同时，我们还要把一些具体问题及时反馈给科室管理层，以便于他们在管理过程中进行优化，提高工作效率和服务质量。

第五段：总结

计划生育工作对于女性和家庭的健康和幸福有着深远而积极的影响，也是社会稳定和可持续发展的重要因素之一。作为护士，我们始终坚持以患者为中心的服务理念，将不断提升服务质量和体验作为我们的长期目标。毫无疑问，计划生育工作给了我们提供了可以帮助家庭和爱人健康幸福的机会。我们应该坚持理性生育、强调卫生保健，将计划生育工作落到实处。

他提出计划生育篇二

我们从最大限度满足育龄群众的需求出发，努力维护育龄群众的合法权益，以人为本，按照项目文本的要求，切实为他们提供全方位生殖健康/计划生育优质服务。

我们按照四项原则双向知情、自主选择、长效避孕措施为主、群众满意和八项操作规程宣传掌握知识、双向知情、个性化咨询指导、常规体检、自主选择、落实措施、定期随访、综合服务的要求，进一步规范了知情选择运作程序，体现

了“以人为本”的服务理念。在城镇社区制作并发放了避孕药具“金城卡”，实现“一卡在手、全城通取”。同时在客运站、宾馆等地设置了3台自动售套机，方便了群众。目前，村级知情选择开展面100%，已婚育龄妇女措施落实及时率97.6%，有效率98%，长效避孕措施比例85%，出生人流比稳定在1:0.06左右，维护了育龄群众避孕方法的知情权、获得权和选择权。

我市从1998年就开展了男性生殖保健服务，第五周期项目落户我市后，男性保健服务得到了进一步增强。村级全部开办了男性生殖保健培训班，乡镇全部开通男性热线咨询电话。市技术服务站开设男性生殖保健门诊，制作发放了《生殖健康/计划生育服务证》，开展男性病咨询和诊治服务，市直单位男性一年一次的生殖健康检查已形成制度。目前，全市受理男性电话咨询服务6700多人次，接待男性患者948例，办班756期，培训男性育龄群众达4万多人次。第五周期项目实施一年以来，对我市生殖健康/计划生育优质服务工作产生了积极的推动作用。通过广泛深入的宣传教育，育龄群众的生殖保健意识明显增强。干群关系进一步密切，群众对计划生育工作的满意程度达到95%以上。计划生育技术服务人员的业务素质得到显著提高，以人为本、促进人的全面发展理念在各级管理者和技术服务人员中进一步确立，计划生育工作整体水平全面提升。20xx年，我市成为国家人口计生委首批命名的全国计划生育优质服务先进县。

虽然我市在进行第五周期项目运作方面采取了一定措施并取得了初步成效，但在深度和广度上都还有待于继续努力。在今后的工作中，我们将借助项目的影响，与时俱进、开拓创新，进一步强化服务意识，增强服务功能，提高服务水平。进一步加强管理和技术服务人员的培训，加大对人口和计划生育法律、法规的宣传，使育龄群众充分了解避孕节育的知情权和选择权，使技术服务人员能够严格按照规定开展生殖健康优质服务；加强对生殖道感染和性传播疾病、艾滋病预防与治疗的宣传和培训，开展对生殖道感染和性传播疾病的干预活动；逐步加强对青少年和流动人口等弱势人群的生殖健

康/计划生育性知识教育，关爱女婴，关注社会性别视角问题，巩固和提升项目运作的成果，为新时期人口和计划生育工作的新发展做出更大的贡献。

他提出计划生育篇三

兹有乡（镇）村（居）组已婚育龄妇女，根据计划生育法规和政策规定，前来贵院施行手术，请贵院查验其相关证明后施术。

单位（公章）： 经办人（签名）：

年月日

计划生育手术介绍信（存根）

兹有乡（镇）村（居）组已婚育龄妇女，根据计划生育法规和政策规定，前来贵院施行手术，请贵院查验其相关证明后施术。

单位（公章）： 经办人（签名）：

年月日

计划生育手术介绍信（施术凭证）

医院：

兹有乡（镇）村（居）组已婚育龄妇女，根据计划生育法规和政策规定，前来贵院施行手术，请贵院查验其相关证明后施术。

单位（公章）： 经办人（签名）：

年月日

计划生育手术介绍信（施术凭证）

医院：

兹有多（镇）村（居）组已婚育龄妇女，根据计划生育法规和政策规定，前来贵院施行手术，请贵院查验其相关证明后施术。

单位（公章）： 经办人（签名）：

年月日

计划生育手术介绍信（报帐）

医院：

兹有多（镇）村（居）组已婚育龄妇女，根据计划生育法规和政策规定，前来贵院施行手术，请贵院查验其相关证明后施术。

单位（公章）： 经办人（签名）：

年月日

计划生育手术介绍信（报帐）

医院：

兹有多（镇）村（居）组已婚育龄妇女，根据计划生育法规和政策规定，前来贵院施行手术，请贵院查验其相关证明后施术。

单位（公章）： 经办人（签名）：

年月日

他提出计划生育篇四

作为一个大学生，我对社会问题一直都很关注。最近，我有幸参加了一次计划生育协会的活动，这使我对计划生育工作有了更深刻的认识和理解。在这次活动中，我结识了许多热心的志愿者和专业的工作人员，亲身参与了宣传、咨询和支持计划生育的各种工作，收获良多。下面我将分享一下我在这次活动中的体会与感悟。

第二段：增加宣传和意识

在活动中，我了解到计划生育协会对于宣传计划生育的重要性非常重视。他们经常组织各种形式的宣传活动，向社会大众普及有关计划生育的知识和信息。通过广告、宣传单页、讲座等途径，计划生育协会向人们传递计划生育政策和措施的重要性，从而增加了人们对计划生育的认识和意识。这使我深刻意识到，只有当社会大众对计划生育有足够的认识和了解时，计划生育工作才能顺利开展。

第三段：提供咨询和支持

除了宣传之外，计划生育协会还承担着向个人提供咨询和支持的重要责任。他们设立了咨询热线和咨询中心，为人们提供有关计划生育的信息咨询和心理支持。在活动中，我亲身体会到了这种咨询服务的重要性。我见证了许多家庭因缺乏计划生育知识而陷入困境，而计划生育协会通过提供专业的咨询和帮助，帮助他们摆脱困境，更好地规划家庭和生活。这让我深感计划生育协会的价值所在，也激发了我自愿加入这个组织，为更多人提供咨询和支持的意愿。

第四段：与志愿者的交流

在这次活动中，我还有幸结识了许多来自计划生育协会的热心志愿者。他们身上散发着无私奉献的热情和爱心，他们用自己的行动影响和感染着身边的每个人。通过与他们的交流，我深刻体会到了志愿者精神的伟大和可贵。计划生育工作需要大量的志愿者去投身其中，用自己的力量去推动和支持计划生育事业的发展。志愿者们无私奉献的精神给了我很大的启发，也让我更加坚定了以后加入志愿工作的决心。

第五段：总结与展望

通过参加计划生育协会的活动，我对计划生育工作有了更深刻的认识和了解。我明白了计划生育工作的重要性和意义，并从中汲取了许多积极向上的精神力量。我深感计划生育协会在社会发展中的作用不可忽视，同时也认识到需要更多的年轻人加入进来，为计划生育事业贡献一份力量。今后，我将积极参与各项计划生育工作，并致力于推动社会对于计划生育的认识和支持。我相信，在大家的共同努力下，计划生育事业将会取得更大的成就，为社会和谐稳定作出更大的贡献。

他提出计划生育篇五

第一段：活动背景和目的（字数：150）

我于前段时间参加了一次计划生育协会的活动，通过这次活动，我深刻体会到了计划生育的重要性，也更加明确了计划生育对于个人和社会的意义。这次活动是由当地计划生育协会组织的，旨在提高人们对计划生育的认识和理解，促进人口控制和家庭幸福稳定发展。参加活动的过程中，我收获了很多知识、认识了很多志同道合的朋友，并且也对计划生育的实施机制有了更深入的了解。

第二段：知识启迪与社会责任（字数：200）

在活动中，我收获最大的就是关于计划生育知识的启迪。通过专家的讲解和实例的分享，我了解到计划生育政策的制定背景，以及国内外人口问题的严峻性。我才意识到，过度的人口增长对于资源分配、生态环境和社会发展产生的压力无可忽视。参加活动后，我更加重视自己作为一个公民的社会责任，主动传播计划生育知识，帮助更多人认识计划生育的重要性，共同为社会的繁荣做出贡献。

第三段：交流与分享（字数：250）

在活动中，我认识了许多来自不同背景的志愿者和工作人员。通过和他们的交流，我了解到计划生育协会不仅是一个政府组织，还是一个集结了各方力量的社会组织。志愿者们通过开展各种活动和社区服务，提高了民众对计划生育的认识和接受度。他们也积极参与到制定和改进计划生育政策的过程中。在与志愿者的交流中，我不仅获得了更多的知识，还深切感受到了志愿者们对于计划生育事业的执着和热情。他们的故事和付出都让我受益匪浅。

第四段：个人转变与行动计划（字数：300）

通过参加计划生育协会的活动，我深刻地认识到计划生育对于个人和家庭的重要性。我决定以身作则，自觉遵守计划生育政策，树立良好的家庭规模观念。同时，我也计划通过各种渠道，如社区讲座、网络宣传等，将所学到的计划生育知识传播给更多人。此外，我还打算积极参与到计划生育协会的志愿者工作中，为推动计划生育事业的发展贡献自己的力量。我相信通过个人的实际行动，可以推动社会的转变，让更多的人认识到计划生育对于幸福和稳定家庭的重要性。

第五段：总结和展望（字数：200）

通过参加计划生育协会的活动，我不仅收获了知识，更重要的是获得了成长和进步。在这次活动中，我深入了解了计划

生育的理念和实施机制，拓宽了视野，提升了意识。同时，我也结识了很多志同道合的朋友，和他们的交流让我受益良多。展望未来，我将继续努力，将计划生育的理念传播给更多人，同时也希望能够与更多的志愿者一起努力，为推动计划生育事业的繁荣做出贡献。我相信，只有我们每一个人都能够担起起自己的责任，共同努力，才能为未来的社会带来更美好的明天。

（总字数：读者毋需关注字数，使用工作量估计。“字数”摆在句首仅仅是为了说明情况）

他提出计划生育篇六

第一段：引言（200字）

作为一个大学生，我深知计划生育的重要性。为了更加了解并支持国家的计划生育政策，我参加了当地的计划生育协会活动。活动中，我与其他志愿者一同参与宣传工作，与社区居民交流，深入了解计划生育政策的实际应用，获益良多。下面，我将分享我在这次活动中所得到的心得体会。

第二段：加深对计划生育政策的理解（200字）

参加计划生育协会活动后，我对计划生育政策有了更加深入的理解。通过与居民交流，了解他们对计划生育政策的认知与态度，我明白到许多人对计划生育政策存在误解。有些人认为只有农村居民才受计划生育政策影响，而忽视了城市居民同样要履行国家规定的计划生育义务。我通过与他们的交流，向他们讲解了全面二孩政策的好处和意义，帮助他们更全面地理解并接受计划生育政策。

第三段：了解计划生育协会的工作（200字）

在参加计划生育协会活动中，我了解到计划生育协会的工作

非常广泛和有意义。活动中，我们不仅参与了宣传计划生育政策，向居民普及相关知识，还开展了家庭教育和儿童保护等方面的工作。我特别印象深刻的是，我们组织了一次家庭教育讲座，邀请专业的心理学家为居民们讲解如何与孩子建立良好的沟通关系，并传授了一些正确的家庭教育方法。这次活动不仅帮助居民提高了教育水平，也让我意识到了社区服务的重要性。

第四段：提升自身能力与理解（300字）

通过参加计划生育协会活动，我不仅增加了对计划生育政策的了解，也提升了自己的沟通能力、组织能力和服务意识。在宣传工作中，我不仅要向居民解释政策，还要耐心倾听他们的疑问和困惑，给予他们满意的回答。这锻炼了我的沟通能力和说服技巧。同时，我还学会了如何组织一次成功的家庭教育讲座，包括活动策划、宣传推广和讲座内容的准备等。这些经历让我意识到社区服务的细节与重要性，增强了我的服务意识。

第五段：对未来的思考与期许（200字）

通过参加计划生育协会活动，我发现自己不仅能为社会做出贡献，也能够从中获得成长和进步。我计划将来继续参与类似的社区服务活动，并将所学应用于实际生活中。我希望能够通过自己的努力，促进更多人了解计划生育政策的重要性，共同维护社会稳定和国家繁荣。同时，我也会继续提升自己的能力，不断学习和进步，为社会的发展贡献力量。

总结：通过参加计划生育协会活动，我不仅更加深入地了解了计划生育政策，还锻炼了自己的沟通能力、组织能力和服务意识。我将把所学应用于实际中，继续为社会做贡献，并希望通过自己的努力，促进更多人对计划生育政策的认识和接受，共同维护社会的稳定与繁荣。

他提出计划生育篇七

兹有我社区(村)居(村)民×××，性别，×年×月×日出生，于×年×月×日与×××(性别，出生年月，户口所在地)登记结婚，属初婚，于×年×月×日计划内(外)生育一女(男)，(是，写时间/否，则不写)领取独生子女父母光荣证，其它情况说明(何时落实何种避孕节育措施;如果违反计划生育，则写明何时处理;如果没有违反计划生育，则写没有违反计划生育政策)。

特此证明

经办人：×××

x年x月x日日

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

[点击下载文档](#)

[搜索文档](#)

他提出计划生育篇八

一、根据《广东省计划生育条例)和榕城区委、区政府《关于贯彻落实“一票否决权制度”》和有关规定，凡办理招工、

招干、入党、调动、晋升、提薪、提职、商营业执照、机动车驾驶证年审、工程招标等手续及新生入学、入园，都必须办理、查验《揭阳市计划生育证明书》。

二、办理《揭阳市计划生育证明书》时带齐下列证件：

1、属已婚已育的需带：全家户口簿、生育证、小孩出生证、结婚证、节育手术证明。属计划外生育的(包括超生、不够间隔期生育和非婚生育)，需加带处理证明材料，全省统一的计划外生育费征收单据原件及复印件；农转非的需持有效证明；属生一孩的，需加带计生部门的查环查孕证(有效期三个月)。

2、属已婚未生育的，需带全家户口簿、结婚证、生育证。

3、属未婚的，需带户口簿、身份证。

三、对超生对象的处理：

1、非农业人口。非农业人口超生的，根据《广东省计划生育条例》第四十六条第(一)款规定：夫妻分别按当地县上年职工平均收入的百分之三十以上至百分之五十以下，一次性征收七年计划外生育费；再超生的，以超生子女数为倍数征收计划外生育费。夫妻双方分别不予提职、晋级、五年内不予招工、招干、晋升专业技术职务、评选先进、不发给奖金(科技成果奖，创造发明奖和特殊贡献奖除外)及生活困难补助；七年内不得享受医疗福利。干部、职工还应当由所在单位给予行政处分。

2、农业人口。根据(广东省计划生育条例)第四十六条第(二)款规定：夫妻分别按当地乡(镇)、上年人均收入百分之三十以上至百分之五十以下，一次性征收七年计划外生育费；再超生的，以超生子女数为倍数征收计划外生育费。除征收计划外生育费外；夫妻双方五年内不予招工、招干、安排乡镇企业工作，户口不得“农转非”；七年以上十四年以下不得享受农村

股份合作制度分红及其它集体福利。

四、对其它计划外生育对象的处理

1、不够间隔期生育的，根据《广东省计划生育条例》第四十六条第(三)款规定，征收一至三年的计划外生育费。

2、非婚生育的，根据《广东省计划生育条例》第四十六条第(四)款规定，征收一至五年的计划外生育费。

五、按榕城区委、区政府的有关规定：1997年8月15日前超生的，于1997年8月15日前办理《证明书》的，不再作经济处理；1998年9月30日前超生的，于1999年7月20日前办理《证明书》的，不再作经济处理；份规定处理。1998年9月30日前超生未处理或1998年10月1日后超生的，按《条例》规定处理。

六、党员、干部、职工违反计划生育，已按有关政策落实经济处理，并按榕城区监察局《关于党员、干部、职工违反计划生育问题的处理意见》(揭榕监[1999]3号)规定，自觉申报并接受党政纪处理的，按该文件有关规定办理；对未落实党政纪处理的，在办理入党、提干、提薪、提职、晋升专业技术职务、评选先进等的(揭阳市计划生育证明书)时，给予“一票否决”。七、1999年底以前，涉及市直干部职工超生的，按市有关规定处理。

办理《流动人口计划生育证明》须知

一、根据国家、省《流动人口计划生育证明管理规定》的要求，凡同时符合下列条件的我省公民，外出时应持《流动人口计划生育证明》：

1、离开户籍所在地的市区、县城或乡镇，到其他地区暂住的；

2、女性年龄16—49周岁，男性年龄16周岁以上的；

3、暂住15日以上；

4、从事务工、经商等活动(探亲、访友、就医、上学、出差等除外)。

二、凡要求领取《证明》者，应先向本人户籍所在地村(居委会)提出申请，填写《申请表》。《申请表》经村(居委会)审核并签署意见后，由申请人携带本人居民身份证、全家户口簿和本人小一寸近照。已婚的加带结婚证及有关生育证、结扎证、上环证，缴交计划外生育收据，查环查孕证等证件、证明材料，到镇(街道办事处)计划生育部门申请领证。

三、领取《证明》的已婚育龄妇女(夫妻中一方已落实结扎的除外)，要与计划生育部门签订计划生育合同书、保证外出期间全面履行合同。独生子女非遗传性残疾儿医学鉴定申请程序凡第一个子女患有非遗传性明显残疾，年满四周岁以上，方可申请独生子女残疾儿鉴定。

一、夫妇双方向所在单位写出书面申请报告及递交残疾儿残疾情况材料。

由单位主管领导组织征集群众意见，经领导集体讨论同意后，出具证明材料(该证材料应写清残疾儿的基本残疾情况，不能笼统签“情况属实”)，报镇(街道办)计划生育办公室审核。

二、镇(街道办)计生部门对残疾儿进行目测筛查，目测者需填写目测调查记录，符合申报条件者，附上目测记录材料申报榕城区计生局。

三、区计生局经审查认为符合规定者，填写《独生子女残疾儿鉴定审批表》，表上贴残疾儿母子近期半身合影照片，加盖单位公章(此表一式三份，区计生局、女方单位各一份存

档、另一份报市计生委备案)。

四、区计生局对《独生子女残疾儿审批表》登记编号，确定鉴诊时间、地点，通知被鉴定者。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

点击下载文档

搜索文档

他提出计划生育篇九

为将我台计划生育工作进一步抓好抓实,特拟定二〇xx年计划生育工作计划:

一、强领导狠抓落实

成立台计划生育工作领导小组,电视台长xx为计划生育工作的第一责任人,副台长xx具体分管。各科、室、台、站负责人xx□xx□xx为领导小组成员,负责将本科室计划生育工作落实到位□xx兼计划生育专干,具体负责计划生育的日常工作。

二、加强学习提高认识

1、认真学习和领会中共中央、国务院《关于加强人口和计划

生育工作统筹解决人口问题的决定》、《中华人民共和国人口与计划生育法》、《重庆市计划生育条例》及市县相关会议和文件精神。

2、订阅与计划生育工作相关的书籍、报刊、杂志，并组织职工学习。提高全台干部职工对计划生育工作的认识，增强参与和搞好计划生育工作的积极性、自觉性和责任感。

三、突出重点落实任务

1、按照《20xx年县级部门、企事业单位人口和计划生育工作目标考核评分表》及全县对计划生育工作的考核目标任务，扎实开展好各项日常。

2、组织我台职工已婚育龄女职工适时开展各项常规检查，发现问题及时处理。

3、落实好我台各项计划生育指标，开展好对联系乡镇的计划生育帮扶工作。

四、加强宣传营造氛围

1、认真宣传《重庆市计划生育条例》等，在全台上下营造出一种“计划生育人人有责”的良好气氛。

2、结合我台宣传工作实际，做好计划生育先进人物和典型事例的宣传报道工作。把人口和计划生育普法教育和生殖健康宣传纳入公益宣传范畴，加大对全县计划生育宣传月的宣传报道力度，为全县计划生育工作营造良好氛围。

他提出计划生育篇十

计划生育是指通过人口政策和相关措施，有效控制人口数量和变化趋势的一种制度。实施计划生育政策对于一个国家和

社会的可持续发展具有重要意义。在参与计划生育教育和实践的过程中，我获益匪浅，收获了许多宝贵的心得体会。

首先，计划生育意识的培养对于个人和家庭至关重要。通过计划生育的教育活动，我了解到人口过快增长给社会经济带来的压力。它会导致资源短缺、环境污染、社会矛盾加剧等问题。因此，每个人都应该树立正确的计划生育观念，自觉遵守国家、社会和家庭的计划生育政策。通过合理规划生育行为，我们可以为自己和家庭创造更好的生活条件，提高子女的成长成才环境，同时为国家和社会的可持续发展做出贡献。

其次，计划生育对于促进妇女的独立地位和权益具有积极作用。计划生育政策的实施，保障了妇女的生育自主权，使其能够自主选择是否生育、何时生育以及生育的数量。这为妇女获得教育、就业和发展事业提供了更多的机会和条件。在计划生育的背景下，妇女能够更好地平衡家庭和工作，实现自我充实和个人价值的实现。这种平等的生育权利和机会，有助于增强妇女的自信心和独立性，促进了妇女地位的提升。

第三，计划生育促进了社会公平和社会道德的发展。在计划生育的指导下，每个家庭都按照自己的实际情况合理规划生育。这就避免了因为生育过多导致的负担过重，减轻了贫困家庭的经济压力，提高了社会贫富差距的公平度。此外，计划生育政策强调要养育合格的、健康的下一代，这就需要父母承担起养育责任和义务。这就涌现了许多“计划生育先进个人”、“优质抚养员”的先进典型，他们用自己的努力和奉献，为社会树立了良好榜样，推动社会道德的发展和社会风气的良好形成。

第四，计划生育对于保障生态环境和资源的可持续利用具有重要意义。随着人口的不断增长，资源的消耗和环境的破坏日益严重，已经对社会经济发展产生了巨大的压力。计划生育政策的实施可以有效控制人口数量和趋势，减缓资源消耗

的速度，减少环境污染的程度。通过促进人口结构的合理调整和优化，我们可以更好地保护和利用生态环境和资源，为子孙后代留下更好的生活条件。

最后，计划生育政策的实施要遵循科学的、人性化的原则。在实施计划生育政策的过程中，要充分尊重个人的自主权和隐私权，注重科学宣传和教育，提高计划生育服务的质量和水平。必须严格按照法定程序和规定执行计划生育政策，依法制定和实施人口控制措施，维护公民的合法权益。只有这样，计划生育政策才能更好地为国家和社会的可持续发展服务。

总之，通过参与计划生育实践和教育，我深刻认识到计划生育的重要意义，它对于促进个人和家庭的发展，保障妇女的权益，促进社会公平和道德发展，保护生态环境和资源的可持续利用具有重要的作用。因此，我们每个人都应该树立正确的计划生育观念，自觉遵守国家和社会的计划生育政策，为自己、家庭、社会的可持续发展做出积极贡献。