

# जापानमा बसोबास गरिरहेका विदेशी नागरिकहरूका लागि बच्चा हुर्काउने चार्ट

~ गर्भावस्था, बच्चाको जन्म देखि विद्यालय भर्ना सम्म ~

外国人住民のための子育てチャート

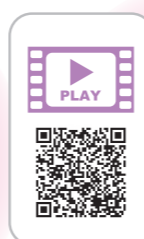
~ 妊娠・出産から小学校入学まで ~

www.kifjp.org/child/chart



नेपाली भाषा

ネパール語



**スタート Start**

赤ちゃんを妊娠した？  
गर्भवती हुनुभयो ?

**STEP 1**  
ママになるための準備  
आमा बन्नको लागि तयारी

**1** 産むところを探す  
प्रसूतिगृहको खोजि

**2** 母子健康手帳をもらう  
मातृशिशु स्वास्थ्य पुस्तिका (बोसी केन्कोड तेच्यो) लिने

**3** 出産育児一時金の手続き  
सुत्केरी शिशु स्याहार भत्ता रकम (स्युस्सान इकुजी इचिजी-किन) को प्रक्रिया

**4** 母親(両親)学級に参加  
आमा वा अभिभावकको तालिममा भाग लिने

**5** 入院・分娩  
अस्पतालमा भर्ना, प्रसूति

**13** 予防接種・かかりつけ医  
खोप र नियमित रूपमा जर्चाउन जाने डाक्टर

**12** 新生児(赤ちゃん)訪問  
नवजात शिशुको घरमा आइ गरिने अवलोकन

**11** 一か月健診  
एक महिनाको स्वास्थ्य जाँच

**STEP 3**  
赤ちゃん和妈妈の健康のために  
बच्चा र आमाको स्वास्थ्यको लागि

**10** 大使館/入管での手続き  
दूतावास / अध्यागमनको प्रक्रिया



**6** 出生届  
बच्चाको जन्म दर्ता

**7** 小児医療費助成  
बच्चाको स्वास्थ्य जाँचको अनुदान सहयोग (स्योनी इरियोहि ज्योसेइ)

**8** 児童手当  
बालबालिका भत्ता

**9** 出生連絡票  
जन्म सम्पर्क तालिका ※⑩に必要な書類の入手 ※ आवश्यक कागजातहरू प्राप्त गर्ने

**STEP 2**  
生まれてからすること  
बच्चा जन्मे पछि गर्नुपर्ने कार्यहरू

**14** 乳幼児健診  
नवजात शिशुको स्वास्थ्य जाँच

**STEP 4**  
おうちから地域への  
はじめの一歩  
घर देखि समुदाय सम्मको पहिलो पाईला

**15** 子育て支援センター等  
बाल सेवा सहयोग केन्द्र (कोसोदाते सिएन सेन्टर)

**16** 保育園入園  
नर्सरीमा भर्ना (होइकुएन न्युएन) または  
**17** 幼稚園・こども園入園  
योउचिएन वा कोदोमोएनमा भर्ना बारे

**18** 小学校入学準備  
प्राथमिक विद्यालय भर्नाको लागि तयारी

**入学式**

**i** जापानमा बस्ने विदेशी नागरिकको परिवारमा बच्चाको जन्म हुँदा गर्नुपर्ने 3 वटा महत्वपूर्ण प्रक्रियाहरू

日本に住む外国籍家庭に  
赤ちゃんが生まれたときの  
大切な3つの手続き

www.kifjp.org/child/threeprocedure\_nep

発行 2023年4月

小学校入学  
प्राथमिक विद्यालयमा भर्ना

KIF 公益財団法人 かながわ国際交流財団  
Kanagawa International Foundation

©2023 Kanagawa International Foundation

# step 1

## ママになるための準備 じゅんび あま ばん को लागि तयारी

निंशिन शुत्सकन नाग तेत्तु काकुिन  
妊娠から出産までの流れ・手続きを確認しましょう。

गर्भावस्था देखि बच्चाको जन्म सम्ममा गर्नुपर्ने कार्य र प्रक्रिया बारे जानकारी |

### 1 産むところを探す

日本では「産科」のある病院などで分娩します。妊娠初期に早めに分娩予約をしてください。出産する病院は役所で情報提供/相談できます。

### 2 母子健康手帳 (母子手帳) をもらう

役所で「妊娠届」を提出し、「母子健康手帳」を受け取ります。この手帳は母と子の健康と成長の記録です。大切に保管しましょう。妊婦健診補助券 (健診費用を補ってくれるチケット) なども配付されます。※母子健康手帳は外国語版もあります。

妊娠中の健診は定期的にあるので、必ず毎回受診するのが大切です。

### 3 出産育児一時金の手続き

日本で出産するには平均50万円かかります。健康保険に入っている場合は「出産一時金」(50万円※) で支払の一部がカバーされます。事前に病院の窓口で手続きしてください。※2023年4月現在

### 4 母親 (両親) が学級に参加

【母親学級】では出産・育児について学ぶ講座が病院や役所で行われます。

### 5 入院・分娩

日本では病院に約5日入院します。入院に必要なものは事前に確認し、産気づいた際の病院までの行き方を調べておきましょう。入院中に生まれた赤ちゃんに異常がないか検査を行います。(聴力検査は事前申込が必要です。)

# step 2

## 生まれてからすること あか う さまざ ま てつ 赤ちゃんが生まれてから、様々な手続きがあります。

あか う さまざ ま てつ  
赤ちゃんが生まれてから、様々な手続きがあります。

あか う さまざ ま てつ  
赤ちゃんが生まれてから、様々な手続きがあります。

あか う さまざ ま てつ  
赤ちゃんが生まれてから、様々な手続きがあります。

6~9は役所で一度に手続きしましょう。

### 6 出生届

赤ちゃんが生まれたら14日以内に役所に「出生届」を提出します。

### 7 小児医療費助成

0歳からの子どもは「小児医療証」が発行され、無料診療を受けられます。ただし市区町村によって上限年齢や助成対象の所得制限が違います。かならず役所で確認してください。

#### 赤ちゃんの健康保険

国民健康保険の場合は、同時に赤ちゃんの保険証も申請します。(社会保険の場合は一か月健診までに勤務先で手続き)

### 8 児童手当

【児童手当】は日本国内に住む中学生までの子どもの保護者に支給されます(所得制限等あり)。

### 9 出生連絡票

【出生連絡票】は新生児 (赤ちゃん) 訪問の家庭を把握するために使われます。用紙は母子手帳と一緒に配付される場合が多いです。忘れずに提出してください。

入管の手続きに「出生届受理証明書」と赤ちゃんを含めた「住民票」が必要になりますので、役所で取得してください。

### 10 大使館 / 入管での手続き

● 入国管理局で生後30日以内に赤ちゃんの在留許可を申請します。  
● 各国大使館 (領事館) で赤ちゃんの国籍を取得します。

### 1 産婦人科の予約

日本では「産科」のある病院などで分娩します。妊娠初期に早めに分娩予約をしてください。出産する病院は役所で情報提供/相談できます。

### 2 母子健康手帳 (母子手帳) をもらう

役所で「妊娠届」を提出し、「母子健康手帳」を受け取ります。この手帳は母と子の健康と成長の記録です。大切に保管しましょう。妊婦健診補助券 (健診費用を補ってくれるチケット) なども配付されます。※母子健康手帳は外国語版もあります。

妊娠中の健診は定期的にあるので、必ず毎回受診するのが大切です。

### 3 出産育児一時金の手続き

日本で出産するには平均50万円かかります。健康保険に入っている場合は「出産一時金」(50万円※) で支払の一部がカバーされます。事前に病院の窓口で手続きしてください。※2023年4月現在

### 4 母親 (両親) が学級に参加

【母親学級】では出産・育児について学ぶ講座が病院や役所で行われます。

### 5 入院・分娩

日本では病院に約5日入院します。入院に必要なものは事前に確認し、産気づいた際の病院までの行き方を調べておきましょう。入院中に生まれた赤ちゃんに異常がないか検査を行います。(聴力検査は事前申込が必要です。)

# step 3

## 赤ちゃんとのママの健康のために あか けんこう 赤ちゃんとのママの健康のために あか けんこう

さんご あか けんこう ていきてき かかく  
産後、赤ちゃんとのママの健康を定期的に確認します。

さんご あか けんこう ていきてき かかく  
産後、赤ちゃんとのママの健康を定期的に確認します。

### 11 一か月健診

出産した病院で赤ちゃんの発育や健康、お母さんの回復状態を確認します。

### 12 新生児 (赤ちゃん) 訪問

生後4ヶ月以内に役所の保健師等が家を訪問します。赤ちゃんの体重や発育状況を確認するほか、お母さんの体調や困っていることなどを聞きます。

### 13 予防接種・かかりつけ医

生後2か月ごろから予防接種を受け始めます。市区町村から配布される補助券を利用し、決められたスケジュールで打ちましょう。近所のかかりつけ医を決め、夜間・休日診療所なども確認しておきましょう。

### 14 乳幼児健診

役所から「乳幼児健診」の案内がされますので、必ず受診してください。役所で受ける場合と病院で受ける場合がありますので確認してください。

- 4か月児健診
- 8~10か月児健診 (市区町村によって行われない場合もあり)
- 1歳6か月児健診
- 3歳児健診 (または3歳6か月児健診)

# step 4

## おうちから地域へのはじめの一歩 ちい き いっ ぽ おうちから地域へのはじめの一歩 ちい き いっ ぽ

しょうがっこう はい ちい き  
小学校に入るまでに地域とつながっていきましょう。

しょうがっこう はい ちい き  
小学校に入るまでに地域とつながっていきましょう。

しょうがっこう はい ちい き  
小学校に入るまでに地域とつながっていきましょう。

### 15 子育て支援センター等

就学前の子どもと保護者同士が交流したり、子育て相談ができます。

### 16 保育園入園

出産後に保護者が仕事をする場合などに「保育園」に子どもを預けます。認可保育園の場合、役所で申請します。早めに相談しましょう。利用料は所得によって変わります。

### 17 幼稚園・こども園入園

保育園に通っておらず、3歳になった子どもは4月以降から小学校入学前まで「幼稚園」に通うことができます。小学校に入る前に日本社会や集団生活に馴染むことができます。幼稚園で保育をする認定こども園も自治体によってはあります。役所で確認してください。

### 18 小学校入学準備

外国籍の子どもがいる家庭には小学校入学の前年秋ごろに公立小学校の「就学案内」が送られてきます。教育委員会・役所などへ入学申請をしてください。日本国籍の場合は上記の手続きは不要です。小学校の「就学通知」送られてきます。入学前の健康診断や説明会には、必ず出席してください。

< 支援者の皆さんへ >  
このチャートは出産・子育てに関わる支援者と外国人保護者との円滑なコミュニケーションの手助けになればと作成しました。手続きやサービス利用の確認にご活用ください。

外国人住民のための子育て支援サイト  
http://www.kifjp.org/child

