

แผนภาพการเลี้ยงดูบุตรสำหรับ ผู้อยู่อาศัยที่เป็นชาวต่างชาติ

~ตั้งแต่ตั้งครรภ์ คลอดบุตร จนกระทั่งเข้าเรียนชั้นประถม~

がいこくじんじゅうみん
外国人住民のための子育てチャート
にんしん しゅっさん しょうがっこうにゅうがく
~妊娠・出産から小学校入学まで~
www.kifjp.org/child/chart



ภาษาไทย

タイ語

i

スタート
เริ่มต้น



あか にんしん
赤ちゃんを妊娠した?
ตั้งครรภ์?

STEP 1

ママに
なるための準備
การเตรียมตัว
เป็นคุณแม่

1 う 産むところを探す
さが 産むところ
หาโรงพยาบาลที่จะฝากครรภ์
คลอดบุตร



2 ぼしけんこうてちよう
母子健康手帳をもらう
รับสมุดบันทึกสุขภาพแม่และเด็ก



3 しゅっさんいっしじきん てつづ
出産育児一時金の手続き
การทำเรื่องขอเงินช่วยเหลือการทำ
คลอดและเลี้ยงดูบุตร



4 ははおやがっきゅう さんか
母親(両親) 学級に参加
เข้าอบรมคอร์สคุณแม่
(คุณพ่อคุณแม่)



5 にゅういん ぶんべん
入院・分娩
การเข้าโรงพยาบาล
คลอดบุตร



にんぶけんしん
妊婦健診
การฝากและตรวจครรภ์

STEP 3

あか
赤ちゃん和妈妈の
健康のために
เพื่อสุขภาพที่ดีของ
คุณแม่และทารก

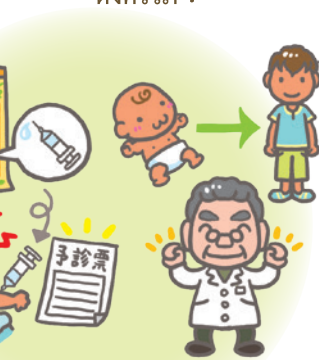
11 いっかげつけんしん
一か月健診
ตรวจสุขภาพหนึ่งเดือน



12 しんせいじ あか
新生児(赤ちゃん)
訪問
กิจกรรมเยี่ยมเด็กแรกเกิด
(ทารก)



13 よぼうせっしゅ
予防接種・
かかりつけ医
การรับวัคซีน
แพทย์ประจำตัว



14 にゅうようじけんしん
乳幼児健診
การตรวจสุขภาพเด็ก



STEP 4

おうちから地域への
はじめの一歩
ขั้นตอนแรกจาก
บ้านสู่ชุมชน

15 こそだ しえん など
子育て支援センター等
ศูนย์สนับสนุนการเลี้ยงดูบุตร ฯลฯ



16 ほういくえんにゅうえん
保育園入園
การเข้าเนิร์สชอว์
または หรือ
ようちえん えんにゅうえん
幼稚園・こども園入園
เข้าเรียนในโรงเรียนอนุบาล (โยจิเอิน)
หรือศูนย์เด็กเล็ก (โคโดโมเอิน)



18 しょうがっこうにゅうがくじゅんび
小学校入学準備
การเตรียมเข้าเรียนชั้นประถม



しょうがっこうにゅうがく
小学校入学
เข้าเรียนชั้นประถม

STEP 2

う
生まれてから
すること
สิ่งที่ต้องทำหลัง
คลอดบุตร

6 しょうりょうとどけ
出生届
แจ้งเกิด (อุตเช โทโดเกะ)



8 じどうであて
児童手当
เงินสงเคราะห์บุตร
(จิโด เตอะอาเตะ)



7 しょうにいりょうひじょうせい
小児医療費助成
เงินช่วยเหลือ
ค่ารักษาพยาบาลเด็ก
(โชนิ อิริยวชิ โอะเซะ)



9 しょうせいなんらくひょう
出生連絡票
ใบแจ้งการเกิด
(อุตเช เร็นระคุเอียว)



i

3 ขั้นตอนทำเรื่องที่สำคัญ
เมื่อมีบุตรเกิดในครอบครัวชาวต่าง
ชาติที่อาศัยในประเทศญี่ปุ่น
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_eng



発行 2025年 5月

KIF 公益財団法人 かながわ国際交流財団
Kanagawa International Foundation
©2025 Kanagawa International Foundation

step1

ママになるための準備

การเตรียมตัวเป็นคุณแม่

妊娠から出産までの流れ・手続きを確認しましょう。

การทำเรื่องต่างๆ ที่จำเป็น ตั้งแต่ตั้งครรภ์จนกระทั่งคลอดบุตร

- 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

医師に胎児の心拍を確認してもらった後、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（健診費用を補つてくれるチケット）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) 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。)

- step2

生まれてからすること

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」は日本国内に住む高校生までの子どもの保護者に支給されます。
- 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。

step3

赤ちゃん と ママ の 健康 の ために

เพื่อสุขภาพที่ดีของคุณแม่และทารก

産後、赤ちゃん と ママ の 健康 を 定期的 に 確認 します。

หลังคลอด จะมีการตรวจเช็คสุขภาพของคุณแม่และทารกอย่างสม่ำเสมอ

11

一か月健診

出産した病院で赤ちゃんの发育や健康、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。
赤ちゃんの体重や发育状况を確認するほか、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)

ตรวจสอบพัฒนาการและสุขภาพของทารกและการฟื้นตัวของแม่ที่โรงพยาบาลที่คลอดบุตร

11

ตรวจสุขภาพหนึ่งเดือน

ตรวจสอบพัฒนาการและสุขภาพของทารกและการฟื้นตัวของแม่ที่โรงพยาบาลที่คลอดบุตร

12

กิจกรรมเยี่ยมเด็กแรกเกิด (ทารก)

พยาบาลสาธารณสุขที่สำนักงานของรัฐจะไปเยี่ยมบ้านภายในสี่เดือนหลังคลอด
นอกเหนือจากการตรวจสอบน้ำหนักและสภาพพัฒนาการของทารกแล้ว
ยังให้คำปรึกษาเกี่ยวกับสภาพร่างกายและปัญหาของแม่ด้วย

13

การรับวัคซีน แพทย์ประจำตัว

ทารกจะเริ่มรับวัคซีนเมื่ออายุประมาณ 2 เดือน
ควรพาบุตรไปรับวัคซีนตามตารางที่กำหนดโดยใช้ตัวเสริมที่เทศบาลออกให้
เลือกแพทย์ประจำตัวบุตรที่อยู่ใกล้บ้านของท่าน
พร้อมทั้งตรวจเช็คเกี่ยวกับสถานพยาบาลที่สามารถเข้ารับการรักษาได้ในเวลากลางคืนและวันหยุด

14

การตรวจสุขภาพเด็ก

เทศบาลจะแจ้งเกี่ยวกับ "การตรวจสุขภาพเด็ก" กรุณาเข้ารับการตรวจตามที่ระบุ
และกรุณาตรวจสอบเนื่องจากสามารถเข้ารับการตรวจสุขภาพทั้งที่สำนักงานของรัฐและที่โรงพยาบาล
● ตรวจสุขภาพเด็กอายุ 4 เดือน
● ตรวจสุขภาพเด็กอายุ 8 ～ 10 เดือน (บางท้องถิ่นอาจไม่มีการตรวจระยะนี้)
● ตรวจสุขภาพเด็กอายุ 1 ปี 6 เดือน
● ตรวจสุขภาพเด็กอายุ 3 ขวบ (หรือ 3 ขวบ 6 เดือน)

step4

おうちから地域へのはじめの一步

ขั้นตอนแรกจากบ้านสู่ชุมชน

小学校に入るまでに地域とつながっていきましょう。

การเชื่อมต่อกับชุมชนก่อนเข้าโรงเรียนประถม

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

เด็กที่ไม่ได้ไปเนิร์สเซอร์ี สามารถเข้าเรียนใน "โรงเรียนอนุบาล (โยจิเอ็น) " เมื่ออายุครบ 3 ปี ในเดือนเมษายน
ไปจนกระทั่งก่อนเข้าเรียนชั้นประถม
เพื่อสามารถปรับตัวให้คุ้นเคยกับสังคมญี่ปุ่นและการใช้ชีวิตร่วมกันเป็นหมู่ก่อนเข้าเรียนชั้นประถม
บางท้องถิ่นจะมี "ศูนย์เด็กเล็ก (โคโดโมะเอ็น) ที่ผ่านการรับรอง" การดูแลเด็กที่ โรงเรียนอนุบาล (โยจิเอ็น)
สามารถตรวจสอบได้ที่สำนักงานของรัฐ