Tagalog タガログ語

Para sa kapakanan ng Dayuhang Mamamayan
Tsart ng Pangangalaga ng bata

Mula Pagbubuntis at Panganganak hanggang Pagpasok sa Eskuwelahan

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

スタート
Umpisa

赤ちゃんを妊娠した？
Nagdadalang tao?

STEP 1
ママになるための準備
Paghanda sa Pagiging Ina

1 産むところを探す
Maghanap kung saan manganganak

2 母子健康手帳をもらう
Humingi ng Talaan ng Kalusugan ng Ina at Sanggol (BOSHI TECHO)

3 出産育児一時金の手続き
Pagtanggap ng Birth Allowance
(Isang bigayan na perang pantulong sa panganganak)

4 母親（両親）学級に参加
Sumali sa Mothers'(Parenting) Class

5 入院・分娩
Pagtanggap sa Ospital・Panganganak

妊婦健診
Pagsusuri ng buntis

STEP 2
生まれてからすること
Ang mga Nararapat Gawin Pagkasilang ng Bata

6 出生届
Rehistro ng Kapanganakan
(SHUSSYO TODOKE)

7 小児医療費助成
Tulong sa Gastusin sa Pagpapagamot ng Bata.
(SYOUNI-IRYOUHI-JYOSEI)

8 児童手当
Sustento para sa Bata
(JIDOU-TEATE)
(Childcare Allowance)

9 出生連絡票
Notipikasyon ng Kapanganakan
(SHUSSEI RENRAKUHYOU)

※⑩に必要な書類の入手
※⑩ para sa kakailanganing ihandang dokumento

10 大使館/入管での手続き
Pagpasa sa Embahada/Imigrasyon

STEP 3
赤ちゃんとママの健康のために
Para sa Kalusugan ng Sanggol at Ina

11 一か月健診
One-month check-up

12 新生児（赤ちゃん）訪問
Pagdalaw Sa Tahanan ng Sanggol

13 予防接種・かかりつけ医
Bakuna・Family Doctor

14 乳幼児健診
Pagsusuri sa Kalusugan ng Sanggol

STEP 4
おうちから地域へのはじめの一歩
Unang hakbang sa pakikisama sa komunidad

15 子育て支援センター等
Sentro ng Pagsuporta sa Pangangalaga ng Bata
(Childcare Support Center)

16 保育園入園
Pagpasok sa Nursery/Day-Care
または o
17 幼稚園・こども園入園
Kindergarten/Sentrong Paalagaan

18 小学校入学準備
Paghahanda bago pumasok sa Mababang Paaralan

イラスト：たかえみちこ

小学校入学
Pagpasok Sa Mababang Paaralan (Elementary)

Tatlong mga mahahalagang proseso kapag ang isang sanggol ay ipinanganak sa isang dayuhang pamilya na naninirahan sa Japan

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_tag

発行　2025年５月
公益財団法人 かながわ国際交流財団
Kanagawa International Foundation

©2025 Kanagawa International Foundation

step 1 ママになるための準備　Paghanda sa Pagiging Ina

妊娠から出産までの流れ・手続きを確認しましょう。
Mula Pagbubuntis hanggang sa Panganganak; Alamin ang pamamaraan

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）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。）

1 Maghanap kung saan manganganak

Sa Japan maaaring manganak sa ospital na may obstetrisyan. **Magpareserba na sa maagang panahon ng pagbubuntis**. Maaring humingi ng impormasyon sa Munisipyo tungkol sa mga ospital na pwedeng Panganakan.

2 Humingi ng Talaan ng Kalusugan ng Ina at Sanggol (BOSHI TECHO)

Matapos kumpirmahin ng doktor ang tibok ng puso ng nabubuong sanggol, magpasa ng "**Pabatid ng Pagbubuntis**" (NINSHIN TODOKE) sa Munisipyo ng tinitirahan, at humingi ng "**Talaan ng Kalusugan ng Ina at Sanggol**" (BOSHI TECHO). Itinatala sa libretang ito ang mga detalye ukol sa kalusugan ng ina at sanggol at paglaki ng bata. Ingatan itong mabuti. May ipapamahagi rin na Pregnancy Health Check-up voucher (suporta para sa pagpapasuri sa doctor ng buntis)
※Ang Boshi Techo ay may nakasalin sa ibat-ibang wika.

Dapat regular ang pagpapatingin sa doktor. Importante na puntahan ang bawat check-up.

3 Pagtanggap ng Birth Allowance (Isang bigayan na perang pantulong sa panganganak)

Ang magagastos sa panganganak sa Japan ay aabot ng mga ¥500,000. **Kung kayo ay may Health Insurance maaring mababayaran ang bahagi nito sa pamamagitan ng pagtanggap ng Birth Allowance (¥500,000*)** . Kinakailangan makipag-ugnayan sa Ospital na panganganakan bago manganak. ＊mula taon 2023 ng abril kasalukuyan.

4 Sumali sa Mothers' (Parenting) Class

Sa **Parenting Class**, kayo ay tuturuan sa panganganak, pangangalaga ng bata, at ginaganap ito sa Ospital o Munisipyo.

5 Pagtanggap sa Ospital・Panganganak

Sa Japan, pagkasilang ng bata, mananatili sa ospital ng mga 5 araw. Siguraduhin at ihanda nang maaga ang mga kailangang dalhin sa pag-admit sa ospital. Habang maaga pa, magplano kung papaano magpunta sa ospital sa panahon ng panganganak.
Susuriin ang sanggol na ipinanganak habang nasa ospital para sa anumang abnormalidad. (Kinakailangan ang aplikasyon para sa hearing test.)

step 2 生まれてからすること　Ang mga Nararapat Gawin Pagkasilang ng Bata

赤ちゃんが生まれてから、様々な手続きがあります。
Pagkasilang ng bata, may mga ilalakad na proseso.

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布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。

Ialakad sa Munisipyo ang mga sumusunod na #6-9.

6 Rehistro ng Kapanganakan (SHUSSYO TODOKE)

Pagkasilang ng bata, kinakailangang i-sumite ang form ng **Rehistro ng Kapanganakan sa loob ng 14 araw** sa Munisipyo.

7 Tulong sa Gastusin sa Pagpapagamot ng Bata. (SHOUNI-IRYOUHI-JYOSEI)

Mula sanggol ay makatatanggap ng "**Sertipiko ng Tulong sa Gastusin sa Pagpapagamot**" (SHOUNI-IRYOU-SHOU) , at dahil dito makatatanggap ng libreng serbisyo sa pagpapagamot. Naiiba sa bawat munisipalidad ang limitasyon sa edad ng bata at sa kita (income) ng mga magulang. Mangyaring magtanong lamang sa munisipyo para sa detalye.

Health Insurance ng Sanggol

Maari rin isabay ang pagkuha ng Health Insurance Card ng Sanggol kung kayo ay miyembro sa National Health Insurance (KOKUMIN KENKO HOKEN). (Sa miyembro ng Social Health Insurance (SHAKAI HOKEN) , mag-apply sa inyong kompanya bago sumapit ang one-month check-up ng sanggol)

8 Sustento para sa Bata (JIDOU-TEATE) (Childcare Allowance)

Ang **Sustento para sa Bata** [JIDOU-TEATE] ay ipagkakaloob sa magulang na nakatira sa Japan, hanggang matapos ang kanilang anak sa High School.

9 Notipikasyon ng Kapanganakan (SHUSSEI RENRAKUHYOU)

Ang "**Notipikasyon ng Kapanganakan**" (SHUSSEI RENRAKUHYOU) ay para maipa-alam sa munisipyo ang kalagayan ng tahanan ng bagong silang na sanggol. Ito ay kalimitan nakalakip sa "Talaan ng Kalusugan ng Ina at Sanggol". Huwag kalimutang ipasa ito.

Kailangan sa proseso sa Imigrasyon ang Proof of Birth Registration (SHUSSYO TODOKE JURISYOMEISYO) at Residence Certificate (JUMINHYOU) na nakalahad na dito ang pangalan ng sanggol. Mangyaring kumuha ng mga ito sa munisipyo.

10 Pagpasa sa Embahada / Imigrasyon

- Hilingin ang bisa ng sanggol sa Imigrasyon **sa loob ng 30** araw mula sa araw ng kapanganakan
- Kumuha ng nasyonalidad ng sanggol sa Embahada/Konsulado.

step 3 赤ちゃんとママの健康のために　Para sa Kalusugan ng Sanggol at Ina

産後、赤ちゃんとママの健康を定期的に確認します。
Pagkapanganak, mahalagang magpasuri ng kalagayan ng sanggol at ina sa takdang panahon.

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）

11 One-month check-up

Magpasuri sa ospital na pinanganakan ukol sa kalagayan ng paglaki at kalusugan ng bata, at paggaling ng ina pagkatapos manganak.

12 Pagdalaw Sa Tahanan ng Sanggol

Sa loob ng apat(4) na buwan, mula pagkapanganak ng sanggol, **dadalaw sa inyong tahanan** ang public health nurse ng munisipalidad. Ito ay para timbangin ang bata at masuri ang kalusugan at kondisyon ng paglaki ng sanggol, at maari ring humingi ng payo ukol sa kalusugan o alalahanin ng ina.

13 Bakuna・Family Doctor

Sa ika-2 buwan ng sanggol ay mag uumpisa ang pagbakuna. Pabakunahan ang sanggol sa nakatakdang panahon gamit ang pinadalang voucher na galing sa Munisipyo. Maghanap ng family doctor na malapit sa inyo, at siguraduhin din kung saan ang emergency clinic na puedeng magpatingin kahit sa gabi o sa holidays.

14 Pagsusuri sa Kalusugan ng Sanggol

Ipapadala ng Munisipyo sa pamamagitan ng koreo ang detalye ng "**Pagsusuri ng Kalusugan ng Sanggol**" (NYUYOUJI KENSHIN) . Magpasuri dapat ayon sa nakasulat.

- 4 months check-up
- 8～10 months Check-up (May lugar na hindi ito isinasagawa)
- 1 Year and 6months old Check-up
- 3 years old Check-up（o 3years and 6months Check-up）

step 4 おうちから地域へのはじめの一歩　Unang hakbang sa pakikisama sa komunidad

小学校に入るまでに地域とつながっていきましょう。
Sa loob ng 6 na taon bago pumasok sa mababang paaralan
ang bata, ay ihanda natin silang masanay sa pakikisama sa komunidad.

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。

15 Sentro ng Pagsuporta sa Pangangalaga ng Bata (Childcare Support Center)

Ito ay isang lugar para sa mga magulang at ng kanilang anak na hindi pa pumapasok sa paaralan, na kung saan pwedeng makisalamuha sa kapwa magulang at humingi ng payo sa kanilang staff.

16 Pagpasok sa Nursery / Day-Care

Sa magulang na nais maghanapbuhay pagkapanganak, maaring magpa-alaga sa **day-care** (HOIKUEN) ang kanilang anak. Para sa mga autorisadong day-care sumangguni nang maaga sa Munisipyo. Depende sa kita ang bayarin sa paggamit nito.

17 Kindergarten / Sentrong Paalagaan

Kung ang bata ay hindi pumapasok sa day-care/nursery (HOIKUEN), mula Abril pagkatapos sumapit ng 3 taon gulang ang bata, hanggang pumasok sa mababang paaralan, maaring pumasok sa **kindergarten** (YOUCHIEN). Matututo silang makisama sa lipunan o pamumuhay sa komunidad sa Japan . Mayroon din mga awtorisadong kindergarten（KODOMOEN）na may day-care o nursery depende sa mga munisipalidad. Mangyaring makipag-ugnay sa Munisipyo.

18 Paghahanda bago pumasok sa Mababang Paaralan

matatanggap na papel na tinatawag na "**Impormasyon sa Pagpasok**" (SHUUGAKU ANNAI) sa pampublikong paaralan. Dalhin ito sa Lupon ng Edukasyon (Board of Education) o Munisipyo upang magpa-rehistro.
May mga orientasyon at check-up ng kalusugan bago magpasukan, at mangyaring siguraduhing dumalo sa mga ito.
Kung ang anak ay may nasyonalidad na Hapon, di na kinakailangan ang nakasaad sa itaas.
Ipapadala sa inyo ang School Attendance Notice（SHUUGAKU TSUUCHI）.

＜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