STEP 1 赤ちゃんが　できた？

चरण 1　के तपाईं गर्भवती हुनुभयो?

1 赤ちゃんが　できたか　確かめる　गर्भवती भयो कि भएन पक्का गर्ने

●薬局で、妊娠検査薬〔赤ちゃんが　できたか　確かめる道具〕を　買って、検査して　ください。
●検査で　赤ちゃんが　いると　なったときは、病院で、赤ちゃんが　いるか　確かめて　ください。
●病院で、妊娠届出書を　もらって　ください。

●फार्मेसीमा एउटा गर्भावस्था परीक्षण औषधि<गर्भाधारण भयो कि भएन चेक गर्ने उपकरण> किन्नुहोस् र परीक्षण गर्नुहोस्।
●यदि परीक्षणले तपाईको बच्चा भएको कुरा देखाउँछ भने,अस्पतालमा जाँच गर्नुहोस् तपाईको बच्चा छ कि छैन भनेर।
●कृपया अस्पतालमा गर्भावस्था सूचना फाराम पाउनुहोस्।

2 母子健康手帳を　もらう　मातृशिशु स्वास्थ्य पुस्तिका पाउनुहोस्

●病院で　もらった　妊娠届出書を　保健センターに　持っていって　ください。
●母子健康手帳は、お母さんと　子どもの　健康と　成長の　記録を　つけるものです。
●母子健康手帳には、別冊が　ついています。病院に　だすと、お母さんや　赤ちゃんの　検査の　お金が　安くなることが　あります。

●कृपया अस्पतालमा प्राप्त गर्भावस्था सूचना फारम स्वास्थ्य केन्द्रमा साथमा लानुहोस्।
●मातृशिशु स्वास्थ्य पुस्तिकामा आमा र बच्चाहरूको स्वास्थ्य र वृद्धिको रेकर्ड राखिनेछ।
●मातृशिशु स्वास्थ्य पुस्तिकाको अर्को एक प्रति पनि आउँछ। जब तपाईं अस्पताल जानुहुन्छ,यसले आमा वा बच्चा जाँच गर्न सस्तो गराउन सक्छ।

3 赤ちゃんを　うむ　病院を　決める　बच्चा जन्माउने अस्पताल रोज्नुहोस्

●妊娠を　確かめた　病院で、希望の　出産が　できるか　聞いてください。他の　病院で　希望の　出産が　できることが　あります。
●出産する　病院を　決めたら、病院で　出産の　予約をして　ください。

●गर्भाधारण पक्का गरेको अस्पतालमा आफूले चाहेको तरिकामा डेलिभेरी गर्न सकिन्छ कि सोध्नुहोस्। (अर्को अस्पतालमा सम्भव हुन सक्छ।)
●कुन अस्पतालमा जन्म दिने निर्णय गरे पछि,त्यहि अस्पतालमा जन्म दिनको लागि बुकिङ गर्नुहोस्।

4 妊婦健康診査（妊婦健診）　गर्भवती महिला स्वास्थ्य परिक्षण (गर्भवती महिला स्वास्थ्य जाँच)

●お母さんと　赤ちゃんの　健康を、定期的に　みてもらって　ください。
●病気や　けがで　病院に　行くときよりも、お金が　かかります。
●母子健康手帳の　別冊で　14回分の　お金が　安くなります。病院に　母子健康手帳を　出して　ください。
●母子健康手帳と　保険証、お金を　持っていって　ください。

●कृपया नियमित रुपमा आमा र बच्चाको स्वास्थ्य जाँच गर्नुहोस्।
●स्वास्थ्य बिमा प्रयोग गर्न नपाइने भएकोले बिरामी वा चोटका कारण अस्पताल जाने भन्दा बढी खर्च लाग्छ।
●मातृशिशु स्वास्थ्य पुस्तिकाको अर्को प्रतिले तपाईंको पैसालाई १४ पटक बचत गर्नेछ। कृपया मातृशिशु स्वास्थ्य पुस्तिका अस्पतालमा देखाउनुहोस्।
●कृपया मातृशिशु स्वास्थ्य पुस्तिका,स्वास्थ्य बिमा कार्ड र पैसा लिएर जानुहोस्।

5 出産育児一時金　"बच्चा जन्माउने र बच्चाको हेरचाहको लागि एकमुष्ट भुक्तानी"

●健康保険に　入っている　人が　子どもを　うんだときに　払われる　お金です。子どもを　うむのに　かかった　お金の　一部を　健康保険が　病院に　払ってくれます。(約50万円)
●病院で　手続きして　ください。

●यदि तपाइँले स्वास्थ्य बिमा गर्नुभएको छ भने,बच्चा जन्माएपछि "बच्चा जन्माउने र बच्चाको हेरचाहको लागि एकमुष्ट भुक्तानी" (लगभग 5,00,000 येन) प्राप्त गर्न सक्नुहुन्छ।
●कृपया अस्पतालमा प्रक्रिया पूरा गर्नुहोस्।

6 妊産婦歯科診査　गर्भवती महिला दन्त परीक्षण

●お母さんの　歯の　病気を　防ぐため、歯医者に　行って　ください。

●कृपया दन्त रोगबाट बच्न दन्त चिकित्सक कहाँ जानुहोस्।

7 出産準備寄り添い支援　बच्चा जन्माउने तयारीको लागि मदत

●保健センターから、電話が　かかってきます。
●わからないことや　不安なことを　相談して　ください。

●तपाईंलाई स्वास्थ्य केन्द्रबाट फोन आउँछ।
●यदि तपाइँसँग केहि प्रश्न वा चिन्ता छ भने कृपया हामीसँग सल्लाह गर्नुहोस्।

8 ニューファミリーセミナー　नयाँ परिवाकि लाचग सेचिनाि

●ミルクの　飲ませ方や　お風呂への　入れ方など、子育てに　ついての　教室です。

●यो दूध खुवाउने वा नुहाइदिने तरिका आदि बच्चा हुर्काउने विषयामा सिकाउने कक्षा हो।

9 入院・出産・退院　अस्पताल भर्ना/बच्चा डेलिभेरी/डिस्चार्ज

●入院する　前に、うまれそうに　なったときの　病院までの　行き方を　調べて　ください。(お父さんの　車、陣痛タクシーなど)
●赤ちゃんが　うまれる前に、退院した　後の　生活に　必要なものを　準備して　ください。
●入院する　前に、入院に　必要なものを　病院に　聞いて、入院するときに　持っていって　ください。

●अस्पताल भर्ना हुनुभन्दा पहिल्यै, बच्चा जन्मनै लाग्दा अस्पताल कसरी पुग्ने पत्ता लगाउनुहोस्।
(निजी कार,लेबर ट्याक्सी, आदि)
●तपाईंको बच्चा जन्मनु अघि नै तपाईंको डिस्चार्ज पछि आवश्यक पर्ने कुराहरु तयारी गर्नुहोस्।
●तपाईंलाई अस्पताल भर्ना गर्नुभन्दा पहिले,अस्पतालमा भर्ना हुनका लागि के आवश्यक छ अस्पताललाई सोध्नुहोस् र अस्पतालमा भर्ना हुँदा ती कुराहरु आफूसित लिएर जानुहोस्।

STEP 2 うまれてすぐの　手続き

चरण 2 बच्चा पाए लगत्तै पछिको प्रक्रिया

10 区役所の　手続き　वार्ड कार्यालय प्रक्रिया

①出生届
・子どもが　うまれたときに　出す　紙です。
②子ども医療証
・子どもが、無料で　病院に　行くための　手続きです。
③児童手当（収入に　よって　もらう　お金が　変わります。）
・日本にいる　子どもの　親が　お金を　もらうための　手続きです。
④出生報告
・赤ちゃん訪問を　するために、保健センターに　出す　紙です。
・母子健康手帳に　紙が　あります。直接　保健センターに　持参か　郵便ポストに　入れて　ください。

①जन्म दर्ता
・यो बच्चा जन्म भएको कुरा सरकारलाई सुचना दिनु हो।
②बाल चिकित्सा प्रमाणपत्र
・यो प्रक्रिया बच्चाहरू नि:शुल्क अस्पतालमा जानको लागि गरिने हो।
③बच्चा भत्ता (यो रकम आयमा निर्धारित हुन्छ)
・यो जापानमा पढ्ने जुनियर हाईस्कूलसम्मका बच्चाहरूका अभिभावकहरूले पाउन सकिने भत्ताहरू प्राप्त गर्ने प्रक्रिया हो।
④जन्म रिपोर्ट
・यो बच्चा भ्रमाणको लागि स्वास्थ्य केन्द्रमा दिने सूचना हो।
・मातृशिशु स्वास्थ्य पुस्तिकामा एउटा फारम छ। कृपया त्यो वार्ड अफिसमा भएको पोष्ट वा अन्य पोष्टमा खसाल्नुहोस्।
स्वास्थ्य केन्द्रमा चसचै बुझाउनुहोस् वा हुलाक बक्समा हाल्नुहोस्।

11 大使館・入国管理局（出入国在留管理局）の　手続き

●入国管理局で　赤ちゃんの　在留許可の　手続きをして　ください。
●大使館(領事館)で　赤ちゃんの　国籍の　手続きをして　ください。
●手続きに　必要なものは、入国管理局や　大使館(領事館)に　聞いて　ください。

●कृपया बच्चाको बसोबास अनुमति पत्रको लागि अध्यागमन कार्यालयमा आवेदन दिनुहोस्।
●कृपया दूतावास (वाणिज्य दूतावास)मा तपाइँको बच्चाको नागरिकताको लागि आवेदन दिनुहोस्।
●कृपया प्रक्रियाको लागि आवश्यक चीजहरूको लागि अध्यागमन ब्यूरो वा दूतावास (वाणिज्य दूतावास)लाई सोध्नुहोस्।

この紙の　説明には　例外も　あります。
यस कागजमा दियिएको निर्देशनहरूमा अपवाद छन्।

外国人のための子育てのページ
https://www.city.nagoya.jp/chikusa/page/0000140247.html