

STEP
3

お母さんと赤ちゃんの健康

健康

STEP
3

お母さんと赤ちゃんの健康

健康

12

産婦健康診査

産婦健康診査

産婦健康診査

- 病院で赤ちゃんをうんだ後のお母さんの健康を確かめます。
- 赤ちゃんをうんでから2週間くらいと1か月くらいに合せて2回確かめてください。
- アस्पतालमा बच्चा जन्माएपछि आमाको स्वास्थ्य जाँच गर्नुहोस्।
- कृपया दुई पटक जाँच गर्नुहोस्,बच्चा जन्मेको लगभग २ हप्ता पछि र लगभग १ महिना पछि।

13

1か月児健康診査

1か月児健康診査

1か月児健康診査

- 病院で赤ちゃんの健康を確かめてください。
- アस्पतालमा तपाईंको बच्चाको स्वास्थ्य जाँच गर्नुहोस्।

14

予防接種

予防接種

予防接種

- 子どもを病気にかかりにくくする注射を打ちます。
- シール式接種券(予防接種の案内)が送られてきます。
- シール式接種券、母子健康手帳、保険証をも持っていてください。
- 病院とこれからの予防接種を受ける日を相談してください。
- बच्चालाई रोगबाट बच्न मदत गर्ने खोप लगाइदिनुहोस्।
- एउटा स्टिकर टाँसिएको खोप कूपन <खोप बारे जानकारी> तपाईंलाई पठाइने छ।
- कृपया स्टिकर टाँसिएको खोप कूपन,मातृशिशु स्वास्थ्य पुस्तिका र बिमा कार्ड लानुहोस्।
- खोप लगाउने मिति बारे कृपया अस्पतालसँग सल्लाह लिनुहोस्।

15

新生児・乳児訪問

新生児・乳児訪問

新生児・乳児訪問

- 保健センターの保健師(子どもの健康の相談をできる人)などが家に来て、赤ちゃんが元気に育っているか確かめます。
- 家に来る前に、家に来る日を決める電話がかかってきます。
- 日本語が苦手な人は、通訳ができる人と一緒にいてください。
- स्वास्थ्य केन्द्रबाट सार्वजनिक स्वास्थ्य नर्स <बच्चाको स्वास्थ्यको बारेमा परामर्श दिन सक्ने व्यक्ति> घर आउँने छन् र बच्चाको विकास स्थिति जाँच गर्ने छन्।
- उनीहरूले भ्रमण गर्न अघि भ्रमणको मिति तोक्न तपाईंलाई फोन गर्नेछन्।
- यदि तपाईंलाई जापानी भाषा राम्ररी आउँदैन भने,कृपया दोभाषे राखेर बस्नुहोस्।

16

3(4)か月児健康診査

3(4)か月児健康診査

3(4)か月児健康診査

- 保健センターで赤ちゃんの健康を確かめます。
- 案内の手紙が保健センターから届きます。
- 決められた日に、保健センターに言ってください。
- お金はかかりません。
- स्वास्थ्य केन्द्रमा तपाईंको बच्चाको स्वास्थ्य जाँच गर्नुहोस्।
- तपाईंले स्वास्थ्य केन्द्रबाट सूचना प्राप्त गर्नुहुन्छ।
- कृपया तोकिएको दिनमा स्वास्थ्य केन्द्रमा जानुहोस्।
- यसको लागि शुल्क लाग्दैन।

17

赤ちゃん訪問

赤ちゃん訪問

赤ちゃん訪問

- 地域の児童委員(子どもの相談をできる地域のひと)が家に来て、子育てサロンなどの地域の子育ての情報を教えてください。
- 困っていることや、不安なことの相談ができます。
- 日本語が苦手な人は、通訳ができる人と一緒にいてください。
- स्थानीय बाल समितिका सदस्य <बच्चाको बारेमा परामर्श दिन सक्ने स्थानीय व्यक्ति> तपाईंको घरमा आउँछन् र तपाईंलाई बच्चा पालनपोषणको बारेमा स्थानीय जानकारी दिन्छन् जस्तै बच्चा पालनपोषणबारे छलफल कक्षा।
- तपाईंको समस्या र चिन्ताको बारेमा परामर्श गर्न सक्नुहुन्छ।
- यदि तपाईंलाई जापानी भाषा राम्ररी आउँदैन भने,कृपया दोभाषे राखेर बस्नुहोस्।

18

妊産婦歯科診査

妊産婦歯科診査

妊産婦歯科診査

- お母さんの歯の病気を防ぐために、歯医者に行ってください。
- आमालाई दन्त रोगबाट बचाउन दन्त चिकित्सकहाँ जानुहोस्।

19

乳児健康診査

乳児健康診査

乳児健康診査

- 病院で赤ちゃんの健康を確かめてください。
- アस्पतालमा तपाईंको बच्चाको स्वास्थ्य जाँच गर्नुहोस्।

20

1歳6か月児健康診査

1歳6か月児健康診査

1歳6か月児健康診査

21

3歳児健康診査

3歳児健康診査

3歳児健康診査

- 保健センターで赤ちゃんの健康を確かめます。
- 案内の手紙が保健センターから送られてきます。
- 決められた日に、保健センターに言ってください。
- お金はかかりません。
- स्वास्थ्य केन्द्रमा तपाईंको बच्चाको स्वास्थ्य जाँच गर्नुहोस्।
- तपाईंले स्वास्थ्य केन्द्रबाट सूचना प्राप्त गर्नुहुन्छ।
- कृपया तोकिएको दिनमा स्वास्थ्य केन्द्रमा जानुहोस्।
- यसको लागि शुल्क लाग्दैन।

STEP
4

保育所・幼稚園に入る準備

保育所・幼稚園に入る準備

保育所・幼稚園に入る準備

22

園庭開放・子育てサロンなど

園庭開放・子育てサロンなど

園庭開放・子育てサロンなど

- 保育所や幼稚園に入る前の子どもや親が交流したり、子育ての相談ができるところです。
- 場所や時間は、ウェブサイトや、区役所、保育所、幼稚園で知ることができます。
- お金がかかることがあります。
- यो त्यस्तो ठाउँ हो जहाँ बालबालिका र अभिभावकहरूले कुनै नर्सरी स्कूल वा बालवाडीमा प्रवेश गर्नु अघि बच्चा हुर्काउने सम्बन्धमा कुराकानी गर्न र परामर्श लिन सक्दछन्।
- स्थान र समय वेबसाइट,वाई अफिस,नर्सरी स्कूल र किन्डरगार्टेनमा उपलब्ध छन्।
- यसको लागि पैसा लाग्न सक्छ।

23

保育所に入る

保育所に入る

保育所に入る

- 出産後に親が仕事する場合などに、子どもを預けるところです。
- 区役所に申し込んでください。
- 4月から入るときは、前の年の10月から12月に申し込んでください。申し込む前に区役所に相談してください。
- यो तपाईंको बच्चाको हेरचाह गरिने ठाउँ हो जब आमा बुबाले साना बच्चालाई छाडेर काममा जानुपर्दा।
- कृपया वाई कार्यालयमा आवेदन दिनुहोस्।
- यदि तपाईं अप्रिल बाट प्रवेश गर्दै हुनुहुन्छ भने कृपया अघिल्लो वर्षको अक्टोबरदेखि डिसेम्बरसम्म आवेदन गर्नुहोस्। आवेदन गर्नु अघि कृपया वाई अफिससँग परामर्श लिनुहोस्।

24

幼稚園に入る

幼稚園に入る

幼稚園に入る

- 保育所に通っていない、3歳になった子どもが、小学校に入るまで教育を受けるところです。
- それぞれの幼稚園に申し込んでください。
- नर्सरी स्कूलमा नगएको 3 वर्ष पुगेको बच्चाेले प्राथमिक स्कूलमा भर्ना नगरेसम्म पढ्ने ठाउँ।
- कृपया प्रत्येक किन्डरगार्टेनमा आवेदन दिनुहोस्।

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

