

先輩 お母さんとお父さんの 声

Dicas de pais experientes

STEP 1

赤ちゃんが できた? Etapa 1 – Está grávida?



みなとく こ そだ
なごや港区 子育てチャート①
Para ter filhos no Distrito de
Minato, Nagoya

赤ちゃんを うむ 病院を 決めるときに 考えること
Pontos a considerar na escolha do hospital em que nascerá o bebê

わたし、したのことを かんがえて、びょういんを さが
とち 友だちや SNSで いい病院を き 聞いたり、
いろいろな びょういん そうだん 相談しました。

- どれくらい お金が かかるか
- お金の 相談を することが できるか
- 病院に 通うのが どれくらい 大変か
- 女性の 医者が いるか
- 同じ 医者を 予約することが できるか
- 赤ちゃんの うみ方を 選ぶことが できるか
- 家族が 出産に 立ち会うことが できるか
- うんだ後 赤ちゃんと同じ 部屋で
入院することが できるか
- 母乳と 人工乳(粉ミルクなど)を
選ぶことが できるか
- 入院中の 食事を ハラール対応してくれるか

(いろいろな くに から き た お母さん・お父さんの はなし 話)

Há diferentes pontos a considerar na busca de um hospital. Além da troca de ideias com várias pessoas em redes sociais a respeito de hospitais apropriados, convém entrar em contato com diversos estabelecimentos.

- Quantia a pagar
- Formas de pagamento disponíveis
- Dificuldade de ida e retorno do hospital
- Possibilidade de atendimento por médicas
- Possibilidade de atendimento sempre com um(a) mesmo(a) médico(a)
- Possibilidade de escolha do tipo de parto
- Possibilidade de presença de familiares durante o parto
- Possibilidade de ficar no mesmo quarto com o recém-nascido
- Possibilidade de escolha entre leite materno e fórmula alimentar infantil (leite em pó, etc.)
- Possibilidade de optar por refeições *halal* no hospital após o parto

— Considerações de pais vindos de vários países —

医者が 男性だった Médicos, em vez de médicas

レディースクリニックや 産婦人科に 男性の
医者が いて おどろきました。
宗教上の 理由などで、女性の 医者が
いいときは、病院に 行く 前に、病院に
相談して ください。

(ペルーから き た お母さんの はなし 話)

Foi uma surpresa encontrar médicos na clínica feminina e no departamento de obstetrícia e ginecologia.
Se preferir ser atendida por médicas por razões religiosas ou outros motivos, comunique ao hospital antes da internação.

(Mãe peruana)

子どもの うみ方 Tipo de parto

ブラジルでは、みんな 帝王切開を していました。
日本では、自由に 帝王切開を することが できません。
自然分娩が ほとんどだと 聞いて おどろきました。

※帝王切開: 手術をして 子どもを うむこと
自然分娩: 手術をしないで 子どもを うむこと

(ブラジルから 来た お父さんの 話)

No Brasil todos os partos são cesarianos.
No Japão não é possível optar pelo parto cesariano.
Foi uma surpresa saber que quase todos os partos são naturais.

◆ Parto cesariano: o bebê nasce por cirurgia obstétrica
Parto natural: o bebê nasce sem cirurgia

(Pai brasileiro)

赤ちゃんを うむのに かかる お金 ① Despesas de maternidade (1)

日本では、赤ちゃんを うむのに たくさんのお金がかかりました。
病院に、赤ちゃんを うむ 予約をするのに、20万円くらい 必要だったので、あわててお金を 用意しました。
赤ちゃんが うまれるまで、合わせて60万円以上 かかりました。そのうち、42万円は、出産育児一時金で 健康保険から病院に 払ってもらいました。

(スリランカから 来た お父さんの 話)

Custa muito caro ter um filho no Japão.
Precisei providenciar dinheiro às pressas para pagar ao hospital 200 mil ienes pela marcação do parto.
Ao todo, até o nascimento da criança, as despesas foram de mais de 600 mil ienes. Desse total, ficaram por conta do auxílio-maternidade (único) 420 mil ienes, quantia paga ao hospital pelo seguro-saúde.

(Pai cingalês)

赤ちゃんを うむのに かかる お金 ② Despesas de maternidade (2)

帝王切開で 子どもを うみました。
手術に かかった お金の 一部は、健康保険の窓口で 高額療養費の 手続きをして、戻ってきました。
とても 助かりました。

※高額療養費: 手術や 入院で 1か月に 病院に払った お金が、一定の お金より高くなったときに 戻ってくる お金

(ペルーから 来た お母さんの 話)

Dei à luz por parto cesariano.
Recebi de volta a parte das despesas cirúrgicas coberta pelo Reembolso de Despesas Médico-hospitalares Elevadas, do seguro-saúde, que solicitei no guichê do hospital.
Foi de grande ajuda.

Reembolso de Despesas Médico-hospitalares Elevadas: restituição parcial de altas quantias pagas por cirurgia ou internação hospitalar no curso de um mês

(Mãe peruana)



あか 赤ちゃんを うんだ 後の 過ぎしかた
Vida da mãe depois de dar à luz

に ほん かあ あか
日本には、 お母さんが 赤ちゃんを
う げつ みず
産んでから 1か月は 水を さわらない、
からだ ひ しゅうかん
体を 冷やさない という 習慣は ありません。
びょういん つめ の もの だ
病院で 冷たい 飲み物を 出されたときは
おどろきました。

に ほん かあ あか
日本には、 お母さんが 赤ちゃんを うんでから
げつ からだ やす しゅうかん
1か月は 体を 休める 習慣も ありません。
かあ けんこう あか
お母さんの 健康のために、 赤ちゃんを
しゅうかん げつ かい
うんでから 2週間くらいと 1か月くらいの 2回、
さん ぶ けんこうしん さ い
産婦健康診査に 行って ください。

ちゅうごく き かあ はなし
(中国から 来た お母さんの 話)

No Japão inexiste o costume de que as mães de recém-nascidos não devam tocar em líquidos nem resfriar o corpo no decorrer de um mês após o parto. Fiquei surpresa quando me serviram uma bebida gelada no hospital.

Não há tampouco, no Japão, o hábito de que a mãe repouse pelo período de um mês após o parto. Para benefício da própria saúde, a mãe deve submeter-se a dois check-ups da maternidade: aprox. duas semanas depois de dar à luz e aprox. um mês após o parto.

(Mãe chinesa)

あか 赤ちゃんを うんだ 後の お手伝いさん
Empregada no período pós-natal

に ほん しゅうさんご て つだ
日本には 出産後に お手伝いさんを やとう
しゅうかん
習慣が ありません。
て つだ み たいへん
お手伝いさんを見つкерのが 大変でした。
な ご や し す おな くに
名古屋市に 住んでいる 同じ 国の
し あ き み
知り合いに 聞いて、 見つけました。

ちゅうごく き かあ はなし
(中国から 来た お母さんの 話)

No Japão, não há o hábito de contratar empregada doméstica após o nascimento da criança. Foi muito difícil encontrar uma empregada. Encontrei depois de perguntar a um conterrâneo conhecido que mora em Nagoya.

(Mãe chinesa)



こ そ だ い
子育てサロンに 行って ください

Ir a um salão de interação sobre criação de filhos

がいこくじん おや し あ すく
外国人の 親は、 知り合いが 少ないので、
さみしい おも おお
思いをすることが 多いです。わたし ほか おや こうりゅう
私は、 他の 親と 交流することが できるこ そ だ い
子育てサロンに 行きました。たくさん とも
たくさんの 友だちが できました。いろいろな こ そ だ じょうほう し
子育ての 情報を 知ることが

できました。

(ペルーから き かあ はなし
来た お母さんの 話)Com poucos conhecidos, pais de estrangeiros podem
se sentir solitários.Fui a um salão de interação sobre criação de filhos,
onde é possível trocar ideias com outros pais.

Fiz um grande número de amigos.

Recebi várias dicas sobre a criação de filhos.

(Mãe peruana)

ほ い く じ ょ よ う ち え ん き き
保育所や 幼稚園を 決めるときに 気をつけること

Pontos a considerar na escolha de creche ou jardim de infância

わたし した き ほ い く じ ょ
私は、 下のことに 気をつけて、 保育所や
幼稚園を 決めました。 友だちや SNSに
そうだん ほ い く じ ょ よ う ち え ん けんがく
相談したり、 保育所や 幼稚園を 見学して、
こ かよ き
子どもが 通うところを 決めました。

- どれくらい かね かかるか
- 通うのに ひつよう 必要なものは なにか
- 通うのが かよ どれくらい たいへん 大変か
- いつから かよ 通うことが できるか
- 子どもの しょくじ たいおう 食事を ハラール対応してくれるか

(いろいろな くに き かあ とう はなし
国から 来た お母さん・お父さんの 話)Há diferentes pontos a considerar na busca de creche
ou jardim de infância. Além da troca de ideias com
várias pessoas em redes sociais a respeito de creches
e jardins de infância apropriados, convém visitar
pessoalmente diversos estabelecimentos antes de
decidir.

- Quantia a pagar
- Exigências para frequentar o estabelecimento
- Dificuldade de ir e voltar para casa
- Data em que a criança começa a frequentar o estabelecimento
- Possibilidade de optar por refeições *halal*

(Pais provenientes de diversos países)

