

先輩 お母さんと お父さんの 声

La experiencia de mamás y papás veteranos

STEP 1

赤ちゃんが できた？ PASO 1 ¿Estoy embarazada?



みなとく こ そだ
なごや港区 子育てチャート①
Mapa 1 de cuidado infantil del
Distrito Minato de Nagoya

赤ちゃんを うむ 病院を 決めるときに 考えること
Cosas en las que pensar a la hora de decidir en qué hospital tener un bebé

私は、下のことを 考えて、病院を 探しました。
友だちや SNSで いい病院を 聞いたり、
いろいろな 病院に 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 ハラル対応してくれるか

(いろいろな 国から 来た お母さん・お父さんの 話)

En mi caso, busqué un hospital pensando en los factores escritos más abajo. Pregunté a mis amigos y revisé en las redes sociales sobre un hospital adecuado y también consulté con diversos hospitales.

- ¿Cuánto cuesta aproximadamente?
- ¿Puedo hacer una consulta sobre el dinero?
- ¿Qué tan difícil sería ir a la consulta regular?
- ¿Hay una doctora?
- ¿Puedo hacer una cita con el mismo médico?
- ¿Puedo elegir la forma del parto?
- ¿Puede mi familia estar presente durante el parto?
- ¿Puedo tener al bebé recién nacido conmigo en la misma habitación?
- ¿Puedo escoger entre lactancia materna y leche de fórmula?
- ¿La comida durante la hospitalización después del parto es Halal?

(Historia de mamás y papás de varios países)

医者が 男性だった El doctor era un hombre

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 来た お母さんの 話)

Me sorprendió encontrar a un médico hombre en el departamento de obstetricia y ginecología de una clínica de mujeres.

Si prefiere una doctora por motivos religiosos, consulte con el hospital antes de ir al hospital.

(Historia de una mamá de Perú)

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)

En Brasil, todas dan a luz por cesárea.

En Japón, no se puede escoger libremente el parto por cesárea.

Me sorprendió escuchar que la mayoría de los partos son naturales.

* Cesárea: realizar una cirugía para dar a luz a un niño

Parto natural: dar a luz a un niño sin cirugía

(Historia de un papá de Brasil)

赤ちゃんを うむのに かかる お金 ① Dinero necesario para tener un bebé 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)

En Japón, tener un bebé cuesta mucho dinero.

Era necesario pagar unos 200.000 yenes para hacer una reserva para el nacimiento del bebé en el hospital, así que preparé el dinero apresuradamente.

Hasta el nacimiento del bebé, los gastos sumaron más de 600.000 yenes en total. De esa cantidad, 420.000 yenes fueron pagados por el seguro médico al hospital como asignación por parto y crianza.

(Historia de un papá de Sri Lanka)

赤ちゃんを うむのに かかる お金 ② Dinero necesario para tener un bebé 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)

Tuve un hijo por cesárea. Obtuve el reembolso de una parte de los gastos relacionados con la cirugía haciendo el trámite de limitación de gastos médicos elevados en la ventanilla del seguro médico. Me ayudó mucho.

*Gastos médicos elevados: dinero que es reembolsado cuando, en el transcurso de un mes, se ha pagado una cantidad de dinero alta al hospital por cirugía u hospitalización

(Historia de una mamá de Perú)



あか 赤ちゃんを うんだ 後の 過ごし方
¿Qué pasa después de que nace el bebé?

にほん かあ あか
日本には、お母さんが 赤ちゃんを
う 産んでから 1か月は 水を さわらない、
からだ ひ 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)

En Japón, no existe la costumbre de no tocar el agua o no enfriar el cuerpo durante un mes después de que una madre da a luz a un bebé.

Me sorprendió cuando me sirvieron una bebida fría en el hospital.

En Japón, no existe la costumbre de descansar durante un mes después de que la madre da a luz.

Por la salud de la madre, acuda al chequeo médico de maternidad dos veces, aproximadamente a las dos semanas y al mes después de tener el bebé.

(Historia de una mamá de China)

あか 赤ちゃんを うんだ 後の お手伝いさん
Ayuda doméstica después de que nace el bebé

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るのが 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)

En Japón no existe la costumbre de contratar servicio doméstico después de dar a luz.

Fue difícil conseguir servicio doméstico.

Lo encontré gracias a la ayuda de un conocido del mismo país que vive en Nagoya.

(Historia de una mamá de China)



こ そ だ い
子育てサロンに 行って ください
Vaya al salón de crianza de niños.

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 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 の とも し
たくさんの 友だちが できました。

い ろ ろ な こ そ だ じょうほう し
いろいろな 子育ての 情報を 知ることが
できました。

(ペルーから きた お母さんの はなし)

Los padres y madres extranjeros a menudo se sienten solos porque tienen pocos conocidos.

Fui a un salón de crianza de niños donde pude interactuar con otros padres y madres.

Hice muchos amigos.

Pude obtener diversa información sobre la crianza de los hijos.

(Historia de una mamá de Perú)

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

Cosas a tener en cuenta al decidirse por una guardería o un jardín de infancia

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
ようちえん き とも
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 お金がかか
- 通うのに 必要なものは なにか
- 通うのが どれくらい 大変か
- いつから 通うことが できるか
- 子どもの 食事を ハラ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)

Me decidí por una guardería o un jardín de infancia, prestando atención a los siguientes puntos. Consulté con mis amigos y en las redes sociales, visité guarderías y jardines de infancia y decidí adónde irían mis hijos.

- ¿Cuanto cuesta?
- ¿Qué se necesita para asistir?
- ¿Qué tan difícil es asistir?
- ¿Cuándo puede comenzar a ir?
- ¿Es Halal la comida de los niños?

(Historia de mamás y papás de varios países)

