

先輩 お母さんとお父さんの 声

Tiếng nói của cha mẹ từng trải

STEP 1

赤ちゃんが できた?

Bước 1: Bạn đã có thai chưa?



みなとく こ そだ
なごや港区 子育てチャート①
Biểu đồ chăm sóc trẻ ở quận
Minato Nagoya

赤ちゃんを うむ 病院を 決めるときに 考えること
Những điều cần suy nghĩ khi quyết định bệnh viện sinh

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 ハラー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)

Tôi suy nghĩ những điều dưới đây và quyết định bệnh viện. Tôi hỏi bạn bè và SNS về bệnh viện tốt và tham vấn nhiều bệnh viện khác nhau.

- * Viện phí là bao nhiêu?
- * Có thể trao đổi về viện phí được không?
- * Đi lại có vất vả không?
- * Có bác sĩ nữ không?
- * Có thể đặt lịch với cùng một bác sĩ được không?
- * Có thể chọn phương pháp sinh được không?
- * Gia đình có được chứng kiến ca sinh của tôi không?
- * Có được ở cùng phòng với em bé sau sinh không?
- * Có được chọn phương pháp cho con bú không? (sữa mẹ hoặc sữa công thức)
- * Bữa ăn ở bệnh có phù hợp với tôn giáo của tôi không?

(Câu chuyện của cha và mẹ từ nhiều quốc gia khác nhau)

医者が 男性だった
Bác sĩ là nam

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)

Tôi rất ngạc nhiên khi biết có bác sĩ nam ở phòng khám nữ và sản phụ khoa
Nếu bạn muốn một bác sĩ nữ vì lý do tôn giáo, vui lòng tham khảo ý kiến bệnh viện trước khi đến viện

(Câu chuyện của một người mẹ đến từ Peru)

子どもの うみ方 Phương pháp sinh

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)

Ở Brasil, mọi người đều sinh mổ
Ở Nhật, bạn không thể tự lựa chọn phương
pháp sinh mổ
Tôi rất ngạc nhiên khi biết được hầu hết mọi
người sinh thường

* Phương pháp sinh mổ là phương pháp
phẫu thuật lấy thai
Sinh thường là phương pháp không dùng
phẫu thuật để sinh con

(Câu chuyện của một người cha đến từ Brasil)

赤ちゃんを うむのに かかる お金 ① Số tiền cần thiết để sinh con 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)

Ở Nhật, việc sinh con tốn rất nhiều tiền
Tôi tốn khoảng 20 vạn yên để đặt chỗ sinh em bé tại
bệnh viện, vì vậy tôi vội vàng chuẩn bị tiền
Tổng cộng tôi đã tốn trên 60 vạn yên cho đến khi em
bé được sinh ra. Trong đó 42 vạn yên đã được giảm
trừ từ tiền trợ cấp thai sản do trung tâm y tế thanh
toán với bệnh viện

(Câu chuyện của một người cha đến từ Sri Lanka)

赤ちゃんを うむのに かかる お金 ② Số tiền cần thiết để sinh con 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)

Tôi đã sinh con bằng phương pháp sinh mổ
Một phần chi phí phẫu thuật sẽ được hoàn trả
lại khi làm thủ tục chế độ Phí điều dưỡng cao tại
quỹ bảo hiểm y tế
Chế độ đã rất hữu ích

Phí điều dưỡng cao là tiền được trả lại khi số
tiền trả cho bệnh viện để phẫu thuật hoặc
nằm viện trong một tháng trở nên cao

(Câu chuyện của một người mẹ đến từ Peru)



赤ちゃんを うんだ 後の 過ごし方
Cách sinh hoạt sau sinh

日本には、お母さんが 赤ちゃんを
産んでから 1か月は 水を さわらない、
体を 冷やさない という 習慣は ありません。
病院で 冷たい 飲み物を 出されたときは
おどろきました。
日本には、お母さんが 赤ちゃんを うんでから
1か月は 体を 休める 習慣も ありません。
お母さんの 健康のために、赤ちゃんを
うんでから 2週間くらいと 1か月くらいの 2回、
産婦健康診査に 行って ください。
(中国から 来た お母さんの 話)

Ở Nhật, không kiêng việc tắm và làm mát cơ thể sau sinh trong tháng đầu
Tôi đã ngạc nhiên khi ở bệnh viện được cho uống đồ uống lạnh
Ở Nhật không có phong tục nghỉ ngơi một tháng sau sinh
Vì sức khỏe của mẹ, hãy đi khám sức khỏe sản khoa 2 lần, sau sinh không 2 tuần và sau sinh 1 tháng

(Câu chuyện của một người mẹ đến từ Trung Quốc)

赤ちゃんを うんだ 後の お手伝いさん
Người chăm sóc sau sinh

日本には 出産後に お手伝いさんを やとう
習慣が ありません。
お手伝いさんを見つるのが 大変でした。
名古屋市に 住んでいる 同じ 国の
知り合いに 聞いて、 見つけました。
(中国から 来た お母さんの 話)

Ở Nhật, không có phong tục cần người chăm sóc sau sinh
Thật khó để tìm được người chăm sóc
Tôi đã tìm được người giúp việc khi hỏi một người quen cùng quê đang sống tại Nagoya

(Câu chuyện của một người mẹ đến từ Trung Quốc)





こ そ だ い
子育てサロンに 行って ください
Vui lòng đến các salon trông trẻ

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。

たくさんの とも
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)

Cha mẹ người nước ngoài thường thấy cô đơn vì họ có ít người quen

Tôi đến một salon trông trẻ, nơi tôi có thể giao lưu với các cha mẹ khác

Tôi đã quen được nhiều bạn

Tôi đã biết thêm được nhiều thông tin về việc nuôi dạy trẻ

(Câu chuyện của một người mẹ đến từ Peru)

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
Những điều cần lưu ý khi chọn và trẻ nhà trường mẫu giáo

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 かね かかるか
お金が かかるか
- 通うのに ひつよう なにか
必要なものは なにか
- 通うのが 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)

Tôi đã lưu ý những điều sau khi quyết định chọn nhà trẻ và trường mẫu giáo. Tôi đã tham khảo ý kiến của bạn bè và SNS, đến tham quan trường và đã quyết định chọn nơi gửi con

- * Học phí tốn bao nhiêu?
- * Những vật dụng cần thiết khi đến trường là gì?
- * Đi lại có vất vả không?
- * Khi nào có thể nhập học?
- * Bữa ăn ở trường có phù hợp với tôn giáo của tôi không?

(Câu chuyện của cha và mẹ từ nhiều quốc gia khác nhau)

