

赤方やんが できた?

चरण १ के तपाई पर्धवती हुनुसयी?



- やつきよく にんしんけんさ やく あか 薬局で、 妊娠検査薬(赤ちゃんが できたか 確かめる 選見)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 特っていって ください。
- 母子健康手帳は、 お母さんと 子どもの 健康と 世間を表す。 きるく 成長の 記録を つけるものです。
- 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 रोज्रुहोस्

- にんしん たし びょういん きぼう しゅっさん
 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。
 「ひょういん」 きぼう しゅっさん
 できることが あります。
 「ひょういん」 しゅっさん
- しゅっさん びょういん to びょういん しゅっさん しゅっさん まやく 予約をして ください。
- गर्भाधारण पक्का गरेको अस्पतालमा आफूले चाहेको तरिकामा डेलिभेरी गर्न सिकन्छ कि सोध्रुहोस्। (अर्को अस्पतालमा सम्भव हुन सक्छ।)
- कुन अस्पतालमा जन्म दिने निर्णय गरे पछि,त्यिह 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 けんごうほけん でようしい 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 सक़ुहुन्छ।
- कृपया अस्पतालमा प्रक्रिया पुरा गर्नुहोस्।

● 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 बज 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।

🔞 ニューファミリーセミナー नयााँ परिवाकि। लाचग सेचिनार

- ●ミルクの 飲ませ方や お風呂への 入れ方など、 ここでで 子育てに ついての 教室です。
- यो दूध खुवाउने वा नुहाइदिने तिरका आदि बच्चा हुर्काउने विषयामा सिकाउने कक्षा हो।

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

- ●赤ちゃんが うまれる前に、 退院した 後の 生活に ひつよう 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 पिछ आवश्यक पर्ने कुराहरु तयारी गर्नुहोस्।
- तपाईंलाई अस्पताल भर्ना गर्नुभन्दा पिहले,अस्पतालमा भर्ना हुनका लागि
 के आवश्यक छ अस्पताललाई सोध्रुहोस् र अस्पतालमा भर्ना हुँदा ती कुराहरु आफूसित लिएर जानुहोस्।

STEP 2

多思机でするの 手続き

चरण २ बच्चा पाए बचर्चे पछिको प्रक्रिया



10 区役所の 手続き वार्ड कार्यालय प्रक्रिया

- しゅっしょうとど
- ·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
- ・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。

ाजन्म दर्ता

- यो बच्चा जन्म भएको कुरा सरकारलाई सुचना दिनु हो।
- **2 बाल चिकित्सा प्रमाणपत्र**
- यो प्रक्रिया बच्चाहरू नि:शुल्क अस्पतालमा जानको लागि गरिने हो। ③ बच्चा भत्ता (यो रकम आयमा निर्धारित हुन्छ)
- यो जापानमा पढ्ने जुनियर हाईस्कूलसम्मका बच्चाहरूका अभिभावकहरूले पाउन सिकने भत्ताहरू प्राप्त गर्ने प्रक्रिया हो। ④ जन्म 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 खसालुहोस्। सवासथय केनदराि चसधै बझाउनहोस् वा हलाक बकसाि हालनहोस्।

まい し かん にゅうごく かん り きょく しゅつにゅうこく ざいりゅうかん り きょく て つづ 大使館・入国管理局 (出入国在留管理局)の 手続き

- □ スロ管理局で 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 अनुमित 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।



