

चरपा ३ धामा र बच्चाको स्वास्थ्य



- ●病院で 赤ちゃんを うんだ 後の お母さんの はかこう たし 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 合わせて 2回 確かめて ください。
- अस्पतालमा 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 महिनाको बच्चाको स्वास्थ्य जाँच

- ●病院で 赤ちゃんの 健康を 確かめて ください。
- ●अस्पतालमा तपाईंको बच्चाको स्वास्थ्य जाँच गर्नुहोस्।

14 **予防接種** 례प

- ●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 持っていって ください。
- बच्चालाई रोगबाट बच्च 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 नवजात शिशुहरू ・ शिशुहरूको भ्रमण

- 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。
- ●白紫語が 苦手な 人は、 通訳が できる 人と 一緒にいて ください。
- स्वास्थ्य केन्द्रबाट सार्वजिनक स्वास्थ्य नर्स < बच्चाको स्वास्थ्यको बारेमा परामर्श दिन सक्ने व्यक्ति> घर आउँने छन् र बच्चाको विकास स्थिति जाँच गर्ने छन्।
- उनीहरुले भ्रमण गर्न अघि भ्रमणको मिति तोक्न तपाईंलाई फोन गर्नेछन्।
 यदि तपाईंलाई जापानी भाषा राम्ररी आउँदैन भने,कृपया दोभाषे राखेर बसृहोस्।

16 3 (4) か月児健康診査 3 (4) महिनाको बच्चाको स्वास्थ्य जाँच

- ●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 行って ください。
- ●お金は かかりません。

- स्वास्थ्य केन्द्रमा तपाईंको बच्चाको स्वास्थ्य जाँच गर्नुहोस्।
- तपाईँले स्वास्थ्य केन्द्रबाट सुचना प्राप्त गर्नुहुन्छ।
 कृपया तोकिएको दिनमा स्वास्थ्य केन्द्रमा जानृहोस।
- यसको लागि शुल्क लाग्दैन।

17 赤ちゃん訪問 बच्चा भ्रमण

- 地域の 児童委員(子どもの 相談を できる 地域の 児童委員(子どもの 相談を できる 地域の よい ない ない またい またい 大)が 家に 来て、子育てサロンなどの 地域の また 子育ての 情報を 教えてくれます。
- ●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 सिमितिका 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 बसुहोस्।

18 妊產婦女科診査 गर्भवती/प्रसुति महिला दन्त परीक्षण

●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 चिकित्सककहाँ जानुहोस्।

19 乳児健康診査 शिशु स्वास्थ्य जाँच

• अस्पतालमा तपाईंको बच्चाको स्वास्थ्य जाँच गर्नुहोस।

20 1歳6か月児健康診査 1 वर्ष र 6 महिना पछिको स्वास्थ्य जाँच

21 3歲児健康診査 3 वर्षे बच्चाको स्वास्थ्य जाँच

- ●保健センターで 赤ちゃんの 健康を 確かめます。
- •स्वास्थ्य केन्द्रमा तपाईंको बच्चाको स्वास्थ्य जाँच गर्नुहोस्।
- तपाईंले स्वास्थ्य केन्द्रबाट सुचना प्राप्त गर्नुहुन्छ।
 कृपया तोकिएको दिनमा स्वास्थ्य केन्द्रमा जानुहोस्।
- ●यसको लागि शुल्क लाग्दैन।



保育所。幼稚園に入る準備

चरण ४ चर्सची स्तुल/किन्डरगारिनमा भर्नी पर्ने तथाखी

22 園庭開放・子育てサロンなど बाल हेरचाह केन्द्र

- ●保育所や 幼稚園に 入る 前の 子どもや 親が 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,वार्ड अफिस,नर्सरी स्कूल र किन्डरगार्टेनमा उपलब्ध छन्।
- •यसको लागि पैसा लाग्न सक्छ।

23 保育所に入る नर्सरी स्कूलमा भर्ना गर्नुहोस्

- ●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 単し込んで ください。
- यो तपाईंको बच्चाको हेरचाह गिरने ठाउँ हो जब आमा बुबाले साना बच्चालाई छाडेर काममा जानुपर्दा।
- कृपया वार्ड कार्यालयमा आवेदन दिनुहोस्।
- यदि तपाइँ अप्रिल बाट प्रवेश गर्दै हुनुहुन्छ भने कृपया अघिल्लो वर्षको अक्टोबरदेखि डिसेम्बरसम्म आवेदन गर्नुहोस्। आवेदन गर्नु अघि कृपया वार्ड अफिससँग परामर्श लिनुहोस्।

24 **幼稚園に入る** किन्डरगार्टेनमा भर्ना गर्नुहोस्

- ●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 बच्चाले प्राथमिक स्कूलमा भर्ना नगरेसम्म पढने 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।



