

STEP
1

赤ちゃんが
できた？
怀孕了吗？

1

赤ちゃんが
できたか
確かめる

確認怀孕

●薬局で、
妊娠検査薬〔赤ちゃんが
できたか
確かめる
道具〕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。

●在药局购买妊娠检查药〔确认是否怀孕的用品〕，
进行检查。

●检查结果为已怀孕时，再去医院检查是否怀孕。

●在医院获取妊娠登记申请书。

2

母子健康手帳を
もらう

获取母子健康手册

●病院で
もらった
妊娠届出書を
保健センターに
持って
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
成長の
記録を
つける
ものです。

●母子健康手帳には、
別冊が
ついています。
病院に
だすと、
お母さんや
赤ちゃんの
検査の
お金が
安くなる
ことが
あります。

●带好在医院获取的妊娠登记申请书去保健中心。

●母子健康手册是记录母亲和孩子的健康和成长的手册。

●母子健康手册附带分册，在医院出示，母亲和婴儿的检查费用能够优惠。

3

赤ちゃんを
うむ
病院を
決める

决定分娩的医院

●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。

●出産する
病院を
決めたら、
病院で
出産の
予約を
して
ください。

●在检查怀孕的医院咨询能否按希望分娩。
(也有在其他医院可以按希望分娩的情况。)

●决定分娩医院后，在医院预约分娩。

4

妊婦健康診査(妊婦健診)
孕妇健康诊察(孕妇健診)

●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。

●母子健康手帳の
別冊で
14回
分の
お金が
やす
く
安
く
な
り
ま
す。
病院
に
母子健康手帳を
出
し
て
く
だ
さ
い。

●母子健康手帳と
保険証、
お金
を
持
っ
て
い
っ
て
く
だ
さ
い。

●定期检查母亲和婴儿的健康情况。

●由于不能使用健康保险，将会比因生病或受伤去医院更
费钱。

●母子健康手册的分册中附带14次的优惠。请在医院出示
母子健康手册。

●带好母子健康手册、保险证和现金。

5

出産育児一時金
出生育儿一次性补助

●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
健康保険が
病院に
払
っ
て
く
れ
ま
す。
(約42万円)

●病院で
手続
き
し
て
く
だ
さ
い。

●参保健康保险的人在生孩子时可获得的金钱。
生孩子所需费用的一部分由健康保险支付给医院。
(约42万日元)

●请在医院办理手续。

子どもを
うむ
のに
か
か
る
お
金
の
例



6

妊産婦歯科診査
孕产妇齿科诊察

●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。

●为了预防母亲的牙齿疾病，请看牙医。

7

出産準備寄り添い支援
分娩准备扶持支援

●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。

●保健中心将给您打电话。

●有不懂的或担心的地方请来咨询。

8

プレママセミナー
准妈妈学习会

●ミルクの
飲
ま
せ
方
や
お
風
呂
へ
の
入
れ
方
な
ど、
子
育
て
に
つ
い
て
の
教
室
で
す。

●教授喂奶方法、洗澡方法等育儿相关内容的学习班。

9

入院・出産・退院
住院、分娩、出院

●入院する
前
に、
う
ま
れ
そ
う
に
な
っ
た
と
き
の
病
院
ま
で
の
行
き
方
を
調
べ
て
く
だ
さ
い。
(お父さんの
車、
陣痛タクシーなど)

●赤ちゃんが
う
ま
れ
る
前
に、
退
院
し
た
後
の
生
活
に
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。

●住院前，请确认好快要生的时候如何前往医院。
(爸爸的车、阵痛出租车等)

●请在生孩子之前，准备好出院后所需的生活必需品。

●住院前，请向医院咨询所需用品，并在住院时携带好。

STEP
2

うまれてすぐの
手続き
出生后立即办理的手续

10

区役所の
手続き
区役所的手续

①出生届
・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
中
学
生
ま
で
の
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
・赤ちゃん訪問を
す
る
た
め
に、
保
健
セ
ン
タ
ー
に
出
す
紙
で
す。
・母子健康手帳に
紙
が
あ
り
ま
す。
区
役
所
に
あ
る
ポ
ス
ト
や
郵便ポストに
入
れ
て
く
だ
さ
い。

①出生登记
・孩子出生时提交的文件。

②儿童医疗证
・是孩子免费去医院就诊的手续。

③儿童补贴(根据收入，
金
額
不
同。)
・在日本居住的中学生以下儿童的父母获得补贴的手续。

④出生报告
・为了婴儿家庭访问，向保健中心提交的文件。
・母子健康售持附带该文件。请放进区役所的信件
箱或邮政邮箱内。

11

大使館・入国管理局(出入国在留管理局)の
手続き
大使馆、入国管理局(出入国在留管理局)的手续

●入国管理局で
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。

●请前往入国管理局办理婴儿的在留许可手续。

●请前往大使馆(领事馆)办理婴儿的国籍手续。

●办手续时所需资料请向入国管理局或大使馆(领
事馆)咨询。