

ناگويا میناتو سٹی بچے کی پرورش کا چارٹ

ناگويا میناتو سٹی بچے کی پرورش کا چارٹ

بچے کی پیدائش تک کا طریقہ کار

انگریزی	English
چینی	中文
کوریئ	한국어
پرتگالی	Português
ہسپانوی	Español
فلپینی	Filipino
ویتنامی	Tiếng Việt
نیپالی	नेपाली
تھائی	ไทย

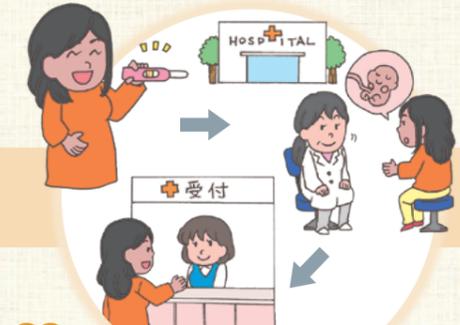


先輩 お母さんと お父さんの 声
تجربہ کار ماں باپ کی آواز
کیو آر کوڈ (لوگوں کی آواز)

もっと知りたい人は 見て ください
مزید معلومات کیلئے دیکھئے

STEP 1

赤ちゃんと できた? کیا آپ حاملہ ہیں?



1 赤ちゃんと できたか 確かめる
حمل ہو گیا یا نہیں، اس کی تصدیق کریں



2 母子健康手帳を もらう
زچگی اور بچوں کی صحت کی کتاب کو وصول کریں (Boshi Kenko Techo)

保健センター
میناتو ہیلتھ سینٹر



3 赤ちゃんと うむ 病院を 決める
زچگی کیلئے ہسپتال کا انتخاب کریں

母子健康手帳の 別冊を もっていきと お金が 安くなること があります。
اگر زچگی اور بچوں کی صحت کی کتابچہ کے علیحدی کتابچہ کو لے جائیں تو کچھ طریقے میں سستا ہونے کا امکان ہے۔



4 妊婦健康診査 (妊婦健診)
حاملہ کے صحت کا چیک اپ (Ninpu-Kenshin)

病院
ہوسپتال

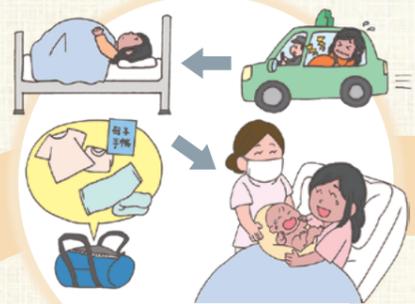


5 出産育児一時金
پیدائش اور بچوں کی دیکھ بھال کیلئے ایکمشت اخراجات کی ادائیگی

病院、健康保険の 窓口
ہسپتال/ہیلتھ انشورنس کاؤنٹر

STEP 2

うまれてすぐの 手続き
پیدائش کے بعد کے طریقہ کار



9 入院・出産・退院
ہسپتال میں داخل کرا/زچگی/روانہ

病院
ہوسپتال



8 プレママセミナー
زچگی کی تیاری کیلئے سیمینار

病院
ہسپتال/ہیلتھ سینٹر



7 出産準備寄り添い支援
زچگی کی تیاری کیلئے معاون ساتھی

保健センターからの 電話
فون کال پر



6 妊産婦歯科診査
حاملہ کے دانتوں کا چیک اپ

歯医者
ڈینٹسٹ

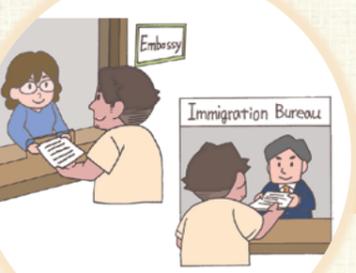
うまれて14日まで
پیدے ہونے سے 14 دن تک



10 区役所の 手続き
سٹی آفس میں کرنے کی چیز

区役所
سٹی آفس

うまれて30日まで
پیدے ہونے سے 30 دن تک



11 大使館・入国管理局の 手続き
سفارت خانہ/امیگریشن آفس میں کرنے کی چیز

大使館・入国管理局
سفارت خانہ/امیگریشن آفس

なごや港区 子育てチャート②へ

ناگويا میناتو سٹی بچے کی پرورش کا دوسرا چارٹ

保健センターへの 問い合わせ

②、④、⑥～⑧について

港保健センター (子育て総合相談窓口)
(電話番号 052-655-8745)

※祝日・年末年始以外の 月曜日から金曜日
午前8時45分から 午後5時15分まで

港保健センター南陽分室
(電話番号 052-302-8161)

※祝日・年末年始以外の 月曜日から金曜日
午前8時45分から 午後5時30分まで

問い合わせ先

港保健センター (電話番号 052-655-8745)

港保健センター南陽分室 (電話番号 052-302-8161)

お問い合わせ先

港保健センター (電話番号 052-655-8745)

港保健センター南陽分室 (電話番号 052-302-8161)

作成: 2021年2月 発行: 港区地域力推進室 [電話番号] 052-654-9622 [FAX番号] 052-651-6179

この紙は、ここからダウンロードできます。 詳細は、こちら

このチャートは、公益財団法人がわ国際交流財団が発行した「外国人住民のための子育てチャート～妊娠・出産から小学校入学まで～」を参考に作成しました。

STEP 1 赤ちゃんができた？ کیا آپ حاملہ ہیں؟



1 赤ちゃんができたか 確かめる حاملہ ہو گیا یا نہیں، اس کی تصدیق کریں

- 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。

● حمل کی تصدیق کرنے کیلئے دوا خانہ سے پریگننسی ٹیسٹ کٹ (pregnancy test kit) خریدیں، اور سلف چیک اپ (self check-up) کرائیں۔

● سلف چیک اپ سے حملہ ہو جانے کی تصدیق ہوجانے کی صورت میں ہسپتال سے رابطہ کریں اور دوبارہ چیک اپ کرائیں۔

● ہسپتال سے حاملہ ہونے کی تصدیق کا سرٹیفکیٹ (pregnancy confirmation certificate) حاصل کریں۔

2 母子健康手帳を もらう (Boshi Kenko Techo) زچگی اور بچوں کی صحت کی کتاب کو وصول کریں

- 病院で もらった 妊娠届出書を 保健センターに 持って行って 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。

● ہسپتال میں ملا حاملہ کا رپورٹ کو اپنے پاس رکھ کہ بیلٹھ سینٹر لے جائیں .

● زچگی اور بچوں کی صحت کی کتابچہ ما اور بچوں کے صحت اور نمو کو ریکارڈ کرنے کیلئے استعمال کرتے ہیں۔

● زچگی اور بچوں کی صحت کی کتابچہ کے ساتھ ایک اور کتابچہ ہے۔ اس کو ہسپتال میں دیکھیں گے تو ما اور بچوں کے چیکاپ کے ادائیگی کم ہو سکتی ہے۔

3 赤ちゃんを うむ 病院を 決める زچگی کیلئے ہسپتال کا انتخاب کریں

- 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。

● حمل کی تصدیق کرنے کے بعد اسی ہسپتال میں جس طرح چاہتے ہیں اس طرح پیدا کرنے کا امکان کا معلومات کریں (دوسرا ہسپتال میں امید کی پیدائش ممکن ہو سکتا ہے)

● زچگی کیلئے ہسپتال انتخاب کرنے کے بعد ہسپتال میں زچگی کیلئے رجسٹریشن کرائیں۔

4 妊婦健康診査(妊婦健診) حاملہ کے صحت کا چیک اپ (Ninpu-Kenshin)

- 10 週 اور بچوں کے صحت کا چیک اپ باقاعدگی سے کریں .
- 12 ھ سے 14 ھ تک ہر 2 ھ میں ایک بار ہسپتال جانے کی ضرورت ہوتی ہے۔
- 15 ھ سے 18 ھ تک ہر 4 ھ میں ایک بار ہسپتال جانے کی ضرورت ہوتی ہے۔
- 19 ھ سے 22 ھ تک ہر 2 ھ میں ایک بار ہسپتال جانے کی ضرورت ہوتی ہے۔
- 23 ھ سے 26 ھ تک ہر 1 ھ میں ایک بار ہسپتال جانے کی ضرورت ہوتی ہے۔
- 27 ھ سے 30 ھ تک ہر 1 ھ میں ایک بار ہسپتال جانے کی ضرورت ہوتی ہے۔
- 31 ھ سے 34 ھ تک ہر 1 ھ میں ایک بار ہسپتال جانے کی ضرورت ہوتی ہے۔
- 35 ھ سے 37 ھ تک ہر 1 ھ میں ایک بار ہسپتال جانے کی ضرورت ہوتی ہے۔
- 38 ھ سے 40 ھ تک ہر 1 ھ میں ایک بار ہسپتال جانے کی ضرورت ہوتی ہے۔

● زچگی اور بچوں کی صحت کی کتابچہ، بیلٹھ انشورنس کارڈ اور پیسے لے کر جائیں .

5 出産育児一時金 پیدائش اور بچوں کی دیکھ بھال کیلئے ایکمشت اخراجات کی ادائیگی

- 健康保険に入っている 人が 子どもを 産んだときに 払われる お金です。
- 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。

● اگر بیلٹھ انشورنس کارڈ بولڈر ہیں تو بچے کی پیدائش پر زچگی اور بچے کی دیکھ بھال کیلئے ایکمشت تقریباً 420 ہزار ہسپتال سے ملیں گے۔

● بچے کی پیدائش پر اخراجات کیلئے ہسپتال میں درخواست دیں .

子どもを うむのに かかる お金の 例

بچے پیدا کرنے کی ادائیگی کا مسال

6 妊産婦歯科診査 حاملہ کے دانتوں کا چیک اپ

- 10 ھ سے 14 ھ تک ہر 2 ھ میں ایک بار ہسپتال جانے کی ضرورت ہوتی ہے۔
- 15 ھ سے 18 ھ تک ہر 4 ھ میں ایک بار ہسپتال جانے کی ضرورت ہوتی ہے۔
- 19 ھ سے 22 ھ تک ہر 2 ھ میں ایک بار ہسپتال جانے کی ضرورت ہوتی ہے۔
- 23 ھ سے 26 ھ تک ہر 1 ھ میں ایک بار ہسپتال جانے کی ضرورت ہوتی ہے۔
- 27 ھ سے 30 ھ تک ہر 1 ھ میں ایک بار ہسپتال جانے کی ضرورت ہوتی ہے۔
- 31 ھ سے 34 ھ تک ہر 1 ھ میں ایک بار ہسپتال جانے کی ضرورت ہوتی ہے۔
- 35 ھ سے 37 ھ تک ہر 1 ھ میں ایک بار ہسپتال جانے کی ضرورت ہوتی ہے۔
- 38 ھ سے 40 ھ تک ہر 1 ھ میں ایک بار ہسپتال جانے کی ضرورت ہوتی ہے۔

● ماں کے دانتوں کو بیماری سے بچانے کیلئے ڈینٹسٹ کے پاس چیک اپ کیلئے جائیں .

7 出産準備寄り添い支援 زچگی کی تیاری کیلئے معاول ساتھی

- 10 ھ سے 14 ھ تک ہر 2 ھ میں ایک بار ہسپتال جانے کی ضرورت ہوتی ہے۔
- 15 ھ سے 18 ھ تک ہر 4 ھ میں ایک بار ہسپتال جانے کی ضرورت ہوتی ہے۔
- 19 ھ سے 22 ھ تک ہر 2 ھ میں ایک بار ہسپتال جانے کی ضرورت ہوتی ہے۔
- 23 ھ سے 26 ھ تک ہر 1 ھ میں ایک بار ہسپتال جانے کی ضرورت ہوتی ہے۔
- 27 ھ سے 30 ھ تک ہر 1 ھ میں ایک بار ہسپتال جانے کی ضرورت ہوتی ہے۔
- 31 ھ سے 34 ھ تک ہر 1 ھ میں ایک بار ہسپتال جانے کی ضرورت ہوتی ہے۔
- 35 ھ سے 37 ھ تک ہر 1 ھ میں ایک بار ہسپتال جانے کی ضرورت ہوتی ہے۔
- 38 ھ سے 40 ھ تک ہر 1 ھ میں ایک بار ہسپتال جانے کی ضرورت ہوتی ہے۔

● بیلٹھ سینٹر سے آپ کو فون کال موصول ہو سکتا ہے .

● آپ کے ذہن میں جو بھی سوال ہو بیلٹھ سینٹر سے مشورہ کریں .

8 プレママセミナー AAA زچگی کی تیاری کیلئے سیمینار

- 10 ھ سے 14 ھ تک ہر 2 ھ میں ایک بار ہسپتال جانے کی ضرورت ہوتی ہے۔
- 15 ھ سے 18 ھ تک ہر 4 ھ میں ایک بار ہسپتال جانے کی ضرورت ہوتی ہے۔
- 19 ھ سے 22 ھ تک ہر 2 ھ میں ایک بار ہسپتال جانے کی ضرورت ہوتی ہے۔
- 23 ھ سے 26 ھ تک ہر 1 ھ میں ایک بار ہسپتال جانے کی ضرورت ہوتی ہے۔
- 27 ھ سے 30 ھ تک ہر 1 ھ میں ایک بار ہسپتال جانے کی ضرورت ہوتی ہے۔
- 31 ھ سے 34 ھ تک ہر 1 ھ میں ایک بار ہسپتال جانے کی ضرورت ہوتی ہے۔
- 35 ھ سے 37 ھ تک ہر 1 ھ میں ایک بار ہسپتال جانے کی ضرورت ہوتی ہے۔
- 38 ھ سے 40 ھ تک ہر 1 ھ میں ایک بار ہسپتال جانے کی ضرورت ہوتی ہے۔

● یہ بچوں کی پرورش کی کلاس ہے۔ جیسے بچوں کو دودھ پلانے یا نہلانے کا طریقہ وغیرہ وغیرہ .

9 入院・出産・退院 ہسپتال میں داخلہ/زچگی/روانہ

- 10 ھ سے 14 ھ تک ہر 2 ھ میں ایک بار ہسپتال جانے کی ضرورت ہوتی ہے۔
- 15 ھ سے 18 ھ تک ہر 4 ھ میں ایک بار ہسپتال جانے کی ضرورت ہوتی ہے۔
- 19 ھ سے 22 ھ تک ہر 2 ھ میں ایک بار ہسپتال جانے کی ضرورت ہوتی ہے۔
- 23 ھ سے 26 ھ تک ہر 1 ھ میں ایک بار ہسپتال جانے کی ضرورت ہوتی ہے۔
- 27 ھ سے 30 ھ تک ہر 1 ھ میں ایک بار ہسپتال جانے کی ضرورت ہوتی ہے۔
- 31 ھ سے 34 ھ تک ہر 1 ھ میں ایک بار ہسپتال جانے کی ضرورت ہوتی ہے۔
- 35 ھ سے 37 ھ تک ہر 1 ھ میں ایک بار ہسپتال جانے کی ضرورت ہوتی ہے۔
- 38 ھ سے 40 ھ تک ہر 1 ھ میں ایک بار ہسپتال جانے کی ضرورت ہوتی ہے۔

● زچگی کیلئے ہسپتال میں داخل ہونے سے پہلے یہ بھی فیصلہ کریں کہ ہسپتال کیسے جانا ہے .

● والد کی گاڑی کا استعمال، یا ڈیلیور بین ٹیکسی .

● زچگی کیلئے ہسپتال میں داخل ہونے سے پہلے بچے کی پرورش کیلئے روز کی ضرورت کی کیزوں کی تیاری کر لیں، تاکہ ہسپتال سے فارغ ہو کر گھر جانے پر ان کیزوں کو فوری طور پر استعمال کر سکیں .

● ہسپتال میں داخل ہونے سے پہلے ساتھ لے کر جانے والی ضروری چیزوں کے بارے میں معلومات حاصل کریں۔ تاکہ ہسپتال جانے وقت یہ ضرورت کی چیزیں ساتھ لے جا سکیں .

STEP 2 生まれてすぐの 手続き پیدائش کے بعد کے طریقہ کار



10 区役所の 手続き سٹی آفس میں کرنے کی چیز

- 1 出生届 (1) برتھ سرٹیفکیٹ رجسٹریشن بچے کی پیدائش کی رپورٹ ہے
- 2 子ども医療証 (2) بچے کا میڈیکل سرٹیفکیٹ بچے مفت ہسپتال میں اخراجات کی ادائیگی کا طریقہ کار
- 3 児童手当 (収入によって もらう お金が 変わります。) (3) بچوں کی دیکھ بھال کا ایکمشت رقم والدین کی ماہانہ آمدن کے مطابق کم یا زیادہ ہو سکتی ہے جاپان میں رہنے والے 15 سال سے چھوٹی عمر کے بچوں کے والدین کو مدد ملنے کا طریقہ ہے
- 4 出生報告 (4) پیدائش کی رپورٹ بچے کو دکھانے کیلئے بیلٹھ سنٹر میں یہ اطلاع فام جمع کرانا ہوتا ہے یہ فارم زچگی اور بچوں کی صحت کے کتابچہ میں منسلک ہوتا ہے۔ اس فارم فل کرنے کے بعد اسے تعلقہ سٹی آفس یا کسی بھی پوسٹ آفس میں جمع کرادیں

11 大使館・入国管理局 (出入国在留管理局) の 手続き سفارت خانہ/امیگریشن آفس میں کرنے کی چیز

- 10 ھ سے 14 ھ تک ہر 2 ھ میں ایک بار ہسپتال جانے کی ضرورت ہوتی ہے۔
- 15 ھ سے 18 ھ تک ہر 4 ھ میں ایک بار ہسپتال جانے کی ضرورت ہوتی ہے۔
- 19 ھ سے 22 ھ تک ہر 2 ھ میں ایک بار ہسپتال جانے کی ضرورت ہوتی ہے۔
- 23 ھ سے 26 ھ تک ہر 1 ھ میں ایک بار ہسپتال جانے کی ضرورت ہوتی ہے۔
- 27 ھ سے 30 ھ تک ہر 1 ھ میں ایک بار ہسپتال جانے کی ضرورت ہوتی ہے۔
- 31 ھ سے 34 ھ تک ہر 1 ھ میں ایک بار ہسپتال جانے کی ضرورت ہوتی ہے۔
- 35 ھ سے 37 ھ تک ہر 1 ھ میں ایک بار ہسپتال جانے کی ضرورت ہوتی ہے۔
- 38 ھ سے 40 ھ تک ہر 1 ھ میں ایک بار ہسپتال جانے کی ضرورت ہوتی ہے۔

● امیگریشن آفس میں بچے کی رہائش کے اجرت فام کی درخواست کریں .

● سفارت خانہ میں بچے کی ملکی شہریت کیلئے درخواست دیں .

● درخواست کیلئے ضروری معلومات متعلقہ امیگریشن آفس اور سفارت خانہ میں حاصل کریں