ネパール語
नेपाली

なごや港区子育てチャート②

नागोया मिनाटो वार्ड बाल देखभाल चार्ट

赤ちゃんが　うまれてから
(शिशुको जन्म भएपछि)

अंग्रेजी	English
चीनियाँ	中文
कोरियाली	한국어
पोर्तुगाली	Português
स्पेनिश	Español
फिलिपिनो	Filipino
भियतनामी	Tiếng Việt
उर्दू	اردو
थाई	ไทย

母子健康手帳の　別冊を　持っていくと
お金が　安くなることが　あります。
मातृशिशु स्वास्थ्य पुस्तिकाको अर्को एक प्रति संगै लिएर जाँदा सस्तो हुन सक्छ

先輩　お母さんと
お父さんの　声
अनुभवी आमाहरू र बुबाहरूको भनाई
QR
(भनाई)

もっと　知りたい　人は
見て　ください
यदि तपाईं अझै केही जान्न चाहानुहुन्छ भने,कृपया हेर्नुहोस्

STEP 3
चरण 3
お母さんと赤ちゃんの　健康
आमा र बच्चाको स्वास्थ्य

うまれて2週間くらい
जन्मेको लगभग २ हप्ता पछि

12 産婦健康診査
मातृत्व स्वास्थ्य जाँच
病院
अस्पताल

うまれて1か月くらい
जन्मेको लगभग एक महिना पछि

13 1か月児健康診査
1 महिनाको बच्चाको स्वास्थ्य जाँच
病院
अस्पताल

うまれて2か月くらいから
जन्मेको लगभग 2 महिना पछि बाट

14 予防接種
खोप
病院
अस्पताल

うまれて4か月くらいまで
जन्मेदेखि 4 महिना सम्म

15 新生児・乳児訪問
नवजात शिशुहरू ・शिशुहरूको भ्रमण
自分の　家
घर

うまれて3か月から4か月くらい
जन्मेको लगभग 3~4 महिनापछि

16 3 (4) か月児健康診査
3 (4) महिनाको बच्चाको स्वास्थ्य जाँच
保健センター
स्वास्थ्य केन्द्र

(初めての　子ども　だけ)
(केवल पहिलो बच्चाहरूको लागि)
うまれて3か月から7か月くらい
जन्मिएको लगभग 3 देखि 7 महिना पछि

17 赤ちゃん訪問
बच्चा भ्रमण
自分の　家
घर

うまれて1歳の誕生日の1日前まで
पहिलो जन्मदिनको एक दिन अघि सम्म

18 妊産婦歯科診査
गर्भवती/प्रसुति महिला दन्त परीक्षण
歯医者
दन्त चिकित्सक

うまれて9か月くらい
लगभग जन्म पछि 9 महिना पछि

19 乳児健康診査
शिशु स्वास्थ्य जाँच
病院
अस्पताल

うまれて1年6か月くらい
जन्मेको लगभग 1 वर्ष र 6 महिना पछि

20 1歳6か月児健康診査
1 वर्ष र 6 महिना पछिको स्वास्थ्य जाँच
保健センター
स्वास्थ्य केन्द्र

うまれて3年くらい
जन्मेको लगभग 3 वर्ष पछि

21 3歳児健康診査
3 वर्षे बच्चाको स्वास्थ्य जाँच
保健センター
स्वास्थ्य केन्द्र

この紙は、　ここから
ダウンロードできます。
तपाईं यो कागज यहाँबाट डाउनलोड गर्न सक्नुहुन्छ।

STEP 4
चरण 4
保育所・幼稚園に入る　準備
नर्सरी स्कूल/किन्डरगार्टेनमा भर्ना गर्न तयारी गर्ने

22 園庭開放・子育てサロンなど
बाल हेरचाह केन्द्र

保育所、幼稚園、コミュニティセンターなど
नर्सरी स्कूल,किन्डरगार्टेन,समुदायिक केन्द्र,आदि।

保育所・幼稚園の入り方
नर्सरी स्कूल/किन्डरगार्टेनमा कसरी भर्ना गर्ने

23 保育所に入る
नर्सरी स्कूलमा भर्ना गर्नुहोस्
区役所
वार्ड कार्यालय

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

区役所・保健センターへの　問い合わせ　वार्ड कार्यालय / स्वास्थ्य केन्द्रमा सोधपुछ

⑫～⑯・⑱～㉑について　⑫～⑯・⑱～㉑ बारेमा

港保健センター（子育て総合相談窓口）　(電話番号 फोन नम्बर 052-655-8745)
मिनाटो स्वास्थ्य केन्द्र
※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
* सोमबारदेखि शुक्रबार(सार्वजनिक छुट्टीहरू र वर्षको अन्त्य र नयाँ वर्ष छुट्टीहरू बाहेक) बिहान 8:45 देखि साँझ 5:15 सम्म

港保健センター南陽分室 मिनाटो स्वास्थ्य केन्द्र नान्यो शाखा　(電話番号 फोन नम्बर 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
* सोमबारदेखि शुक्रबार(सार्वजनिक छुट्टीहरू र वर्षको अन्त्य र नयाँ वर्ष छुट्टीहरू बाहेक) बिहान 8:45 देखि साँझ 5:30 सम्म

⑰・㉒・㉓について　⑰・㉒・㉓ बारेमा

港区役所　民生子ども課　民生子ども係　(電話番号 फोन नम्बर 052-654-9713)
मिनाटो वार्ड कार्यालय बाल प्रभाग बालबालिका विभाग

港区役所　南陽支所　区民福祉課　保護・子ども係　(電話番号 फोन नम्बर 052-301-8342)
मिनाटो वार्ड अफिस नान्यो शाखा वार्ड निवासी कल्याण प्रभाग संरक्षण/बालबालिका विभाग
※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
* सोमबारदेखि शुक्रबार(सार्वजनिक छुट्टीहरू र वर्षको अन्त्य र नयाँ वर्ष छुट्टीहरू बाहेक) बिहान 8:45 देखि साँझ 5:30 सम्म

くわしい　問い合わせ先や　相談先は　こちら ▶▶
विस्तृत सोधपुछ र सल्लाहका लागि यहाँ हेर्नु होस्

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
2021 फेब्रुअरीमा प्रकाशित　मिनाटो वार्ड क्षेत्रीय शक्ति प्रवर्धन कार्यालयबाट प्रकाशित　फोन नम्बर 052-654-9622　फ्याक्स नम्बर 052-651-6179

※日本語のみ　月曜日から金曜日（祝日・年末年始を除く）　午前8時45分から午後5時30分まで
* जापानी भाषाको लागि मात्र,सोमबारदेखि शुक्रबारसम्म (छुट्टिहरू र वर्ष-अन्त्य र नयाँ वर्ष छुट्टीहरू बाहेक)　बिहान 8:45 देखि साँझ 5:30 सम्म

このチャートは、公益財団法人かな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。
この冊子は、港区に住む外国人有志・その他各種団体の協力を得て、一般財団法人自治体国際化協会の助成により作成されました。
一般財団法人 自治体国際化協会

STEP 3 お母さんと 赤ちゃんの 健康

चरण 3 आमा र बच्चाको स्वास्थ्य

12 産婦健康診査 मातृत्व स्वास्थ्य जाँच

- 病院で 赤ちゃんを うんだ 後の お母さんの 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 खोप

- 子どもを 病気に かかりにくくする 注射を 打ちます。
- 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。
- 病院と これからの 予防接種を 受ける 日を 相談して ください。

- बच्चालाई रोगबाट बच्न 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。
- 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。

- स्वास्थ्य केन्द्रबाट सार्वजनिक 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 बस्नुहोस्।

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।
- तपाईंले स्वास्थ्य केन्द्रबाट सुचना प्राप्त गर्नुहुन्छ। कृपया तोकिएको दिनमा स्वास्थ्य केन्द्रमा जानुहोस्।
- 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 人〕が 家に 来て、 子育てサロンなどの 地域の 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 समितिका 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 बस्नुहोस्।

18 妊産婦歯科診査 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

- 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।

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

21 3歳児健康診査 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。
- 案内の 手紙が 保健センターから 送られてきます。 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।
- तपाईंले स्वास्थ्य केन्द्रबाट सुचना प्राप्त गर्नुहुन्छ। कृपया तोकिएको दिनमा स्वास्थ्य केन्द्रमा जानुहोस्।
- यसको लागि शुल्क लाग्दैन।

STEP 4 保育所・幼稚園に 入る 準備

चरण 4 नर्सरी स्कूल/किन्डरगार्टेनमा भर्ना गर्ने तयारी

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 交流したり、 子育ての 相談が 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 申し込んで ください。
- 4月から 入るときは、 前の 年の 10月から 12月に 申し込んで ください。 申し込む 前に 区役所に 相談して ください。

- यो तपाईंको बच्चाको हेरचाह गरिने 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 पढ्ने 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।

外国人のための子育てのページ
https://www.city.nagoya.jp/minato/page/0000136001.html