ウルドゥー語
اردو

なごや港区子育てチャート②

ناگویا میناتو سٹی بچے کی پرورش کا چارٹ

（赤ちゃんが　うまれてから）

بچے کی پیدائش کے بعد

انگریزی	English
چینی	中文
کورین	한국어
پرتگالی	Português
ہسپانوی	Español
فلپینی	Filipino
ویتنامی	Tiếng Việt
نیپالی	नेपाली
تھائی	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。
اگر زچگی اور بچوں کی صحت کی کتابچہ کے علیحدی کتابچہ کو لے جائیں تو کچھ طریقے میں سستا ہونے کا امکان ہے۔

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 دیکھیئے

STEP 3

お母さんと
赤ちゃんの　健康
ماں اور بچے کی صحت

うまれて2週間くらい
پیدائش سے تقریباً دو ہفتے بعد

12 産婦健康診査
زچگی کی صحت کا چیک اپ
病院
ہسپتال

うまれて1か月くらい
پیدائش سے تقریباً ایک ماہ بعد

うまれて1か月くらい
پیدائش سے تقریباً دو ہفتے بعد

13 1か月児健康診査
ایک ماہ کے بعد بچے کی صحت کا چیک اپ
病院
ہسپتال

うまれて2か月くらいから
پیدائش سے تقریباً دو ماہ بعد

14 予防接種
ویکسینیشن
病院
ہسپتال

うまれて4か月くらいまで
پیدائش سے تقریباً چار ماہ تک

15 新生児・乳児訪問
نوزائیدہ بچے کا گھر میں چیک اپ کرانا
自分の　家
گھر

うまれて3か月から4か月くらい
پیدائش سے تین یا چار ماہ بعد

16 3（4）か月児健康診査
پیدائش سے تین یا چار ماہ تک کے بچے کی صحت کا چیک اپ
保健センター
ہیلتھ سینٹر

（初めての　子ども　だけ）
صرف آپ کے پہلے بچے کیلئے
うまれて3か月から7か月くらい
پیدائش سے تین یا سات ماہ بعد

17 赤ちゃん訪問
بچے کی گھر میں چیک اپ
自分の　家
گھر

うまれて1歳の誕生日の1日前まで
پہلا سال گرہ سے ایک دن پہلے تک

18 妊産婦歯科診査
ماں کے دانتوں کا چیک اپ
歯医者
ڈینٹسٹ

うまれて9か月くらい
پیدائش سے تقلیباً نو ماہ بعد

19 乳児健康診査
دودھ پیتے بچے کی صحت کا چیک اپ
病院
ہسپتال

うまれて1年6か月くらい
پیدائش سے ایک سال اور چھ مہ بعد

20 1歳6か月児健康診査
ڈھیر سال کی عمر کا بچے کی صحت کا چیک اپ
保健センター
ہیلتھ سینٹر

うまれて3年くらい
پیدائش سے تین سال بعد

21 3歳児健康診査
تین سال کی عمر کا بچے کی صحت کا چیک اپ
保健センター
ہیلتھ سینٹر

この紙は、ここから
ダウンロードできます。
یہ کاغذ یہاں سے دونولوڈ کیا جا سکتا ہے.

STEP 4

保育所・幼稚園に
入る　準備
کنڈرگاڑدن/نرسری اسکول میں داخر ہونے کی تیاری

22 園庭開放・子育てサロンなど
بچوں کیلئے کھیل کا اوپن باغیچہ/ بچے کی دیکھ بھال کی سالوں"کلاس"

保育所、幼稚園、コミュニティセンターなど
کنڈرگاڑدن/نرسری اسکول، کومیونٹی سینٹر وغیرہ وغیرہ

保育所・幼稚園の
入り方
کنڈرگاڈدن/نرسری اسکول میں داخر ہونے کا طریقہ کار

23 保育所に入る
نرسری اسکول میں داخل ہونا
区役所
سٹی آفس

24 幼稚園に入る
کنڈرگارڈن میں داخل ہونا
幼稚園
کنڈرگارڈن

区役所・保健センターへの　問い合わせ
سٹی آفس/ہیلتھ سینٹر سے معلومات

⑫～⑯・⑱～㉑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

⑰・㉒・㉓について
港区役所　民生子ども課　民生子ども係
（電話番号 052-654-9713）
港区役所　南陽支所　区民福祉課　保護・子ども係
（電話番号 052-301-8342）
※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

⑫～⑯・⑱～㉑ کے بارے میں
میناتو صحت سینٹر (فون نمبر 052-655-8745)
پیر سے جمعہ تک (قومی چھٹی یا سال کے شروع اور آخری دنوں میں بند)
صبح 8 بج کر 45 منٹ سے شام 5 بج کر 15 منٹ تک

میناتو صحت نانیوبن ژوم (فون نمبر 052-302-8161)
پیر سے جمعہ تک (قومی چھٹی یا سال کے شروع اور آخری دنوں میں بند)
صبح 8 بج کر 45 منٹ سے شام 5 بج کر 30 منٹ تک

⑰・㉒・㉓ کے بارے میں
میناتو سٹی آفس بچے کی پرورش کا شعبہ (فون نمبر 052-654-9713)
میناتو سٹی آفس نانیو بڑانچ، شہری فلاح و بہبود اور بچے کی حفاظت شعبہ (فون نمبر 052-301-8342)
پیر سے جمعہ تک (قومی چھٹی یا سال کے شروع اور آخری دنوں میں بند)
صبح 8 بج کر 45 منٹ سے شام 5 بج کر 30 منٹ تک

くわしい　問い合わせ先や　相談先は　こちら
تفصیل سے پوچھنا چاہیںگے تو اس پر بات کریں

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
فروری میں قائم ہوئی2021　میناتو وارڈ ریجنل پاور پروموشن آفس نے پبلش کیا ہے　فون نمبر 052-654-9622　فیکس نمبر 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
پیر سے جمعہ تک (قومی چھٹی یا سال کے شروع اور آخری دنوں میں بند) صبح 8 بج کر 45 منٹ سے شام 5 بج کر 30 منٹ تک

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

ماں اور بچے کی صحت

12 産婦健康診査 — زچگی کی صحت کا چیک اپ

- 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。

• زچگی کے بعد ہسپتال میں ماں کی صحت کا چیک اپ کرتے ہیں.

• زچگی کے دو ہفتے بعد اور ایک ماہ بعد چیک اپ کرائیں.

13 1か月児健康診査 — ایک ماہ کے بعد بچے کی صحت کا چیک اپ

- 病院で 赤ちゃんの 健康を 確かめて ください。

• ہسپتال میں اپنے بچے کی صحت کی جانچ کرائیں.

14 予防接種 — و یکسینیشن

- 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。

• بچے کو بیماری سے بچانے والا انجیکشن لگایا جاتا ہے .

• آپ کو مہر بند واؤچر <ویکسی نیشن انفارمیشن> ملے گا۔.

• براہ کرم مہر بند واؤچر، ماں اور بچے کی صحت کا کتابچہ، اور ہیلتھ انشورنس کارڈ ساتھ لائیں۔ .

• ہسپتال سے انجکشن لگوانے کی تاریخوں کا مشورہ کریں .

15 新生児・乳児訪問 — نوزائیدہ بچے کا گھر میں چیک اپ کرانا

- 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。

• ہیلتھ سینٹر کا صحت عامہ کی نرس<جو بچے کی صحت کے بارے میں آپ کو رائے دے سکتی ہے> آپ کے گھر آ کر بچے کی ترقی کا درجہ دیکھتی ہے .

• صحت عامہ کی نرس آنے سے پہلے آنے کا دن فیصلہ کرنے کیلئے فون آتا ہے .

• اگر آپ کو جاپانی زبان نہیں آتی ہے تو اردو مترجم کے ساتھ بات کریں.

16 3 (4) か月児健康診査 — پیدائش سے تین یا چار ما ہ تک کے بچے کی صحت کا چیک اپ

- 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。

• ہیلتھ سینٹر میں بچے کی صحت کا چیک اپ کرتے ہیں.

• رہنمائی کا خط ہیلتھ سینٹر سے اتی ہے.
جس دن آپ کی باری کا فیصلہ کیا گیا اس دن ہیلتھ سینٹر جائیں .

• چیک اپ مفت سے کیا جاتا ہے.

17 赤ちゃん訪問 — بچے کی گھر میں چیک اپ

- 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。

• بچوں کی مقامی کومیٹی کےممبر<جن سے بچے کے بارے میں مشورہ کر سکتے ہیں> آپ کے گھر آ کر بچے کی دیکھ بھال کے سیلون اور بچوں کی پرورش کیلئے مقامی معلومات دیتے ہیں.

• اپنی پریشانی اور مسلہ کے سلسلےمیں آپ ان سے مشورہ کر سکتے ہیں .

• اگر آپ کو جاپانی زبان بولنا نہیں آتی تو آپ اردوترجمان کے ساتھ بات لے جائیں.

18 妊産婦歯科診査 — ماں کے دانتوں کا چیک اپ

- 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。

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

19 乳児健康診査 — دودھ پیتے بچے کی صحت کا چیک اپ

- 病院で 赤ちゃんの 健康を 確かめて ください。

• ہسپتال میں اپنے بچے کی صحت کی جانچ کرائیں.

20 1歳6か月児健康診査 — ڈھیر سال کی عمر کا بچے کی صحت کا چیک اپ

21 3歳児健康診査 — تین سال کی عمر کا بچے کی صحت کا چیک اپ

- 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。

• ہیلتھ سینٹر میں اپنے بچے کی صحت کی جانچ کرائیں

• ہیلتھ سینٹرکی طرف سے راہنمائی کامراسلہ آئے گا.
جس دن آپ کوبلایاجائے اس دن آپ ہیلتھ سینٹر جائیں .

• چیک اپ بالکل فری ہے.

STEP 4 保育所・幼稚園に 入る 準備

کنڈرگارڈن/نرسری اسکول میں داخل ہونے کی تیاری

22 園庭開放・子育てサロンなど — بچوں کیلئے کھیل کا اوپن باغیچہ/بچے کی دیکھ بھال کی سالوں"کلاس"

- 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。

• یہ وہ جگہ ہے جہاں نرسری اسکول یا کینڈارگاردن میں داخل ہونے سے پہلے بچے کے والدین بچوں کی پرورش کے بارے میں بات چیت کرسکتے ہیں اور مشورہ کرسکتے ہیں.

• جگہ اور وقت کے بارےمیں‌معلومات کیلے آپ ویب سائٹ، سٹی آفس، نرسری اسکول یا کینڈرگارڈن سے حاصل کر سکتے ہیں.

• اس پر آپ کا خرچ آسکتا ہے.

23 保育所に入る — نرسری اسکول میں داخل ہونا

- 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。

• زچگی کے بعداگر والدہ کو جاب کرنا ہو تو یہاں پر بچے کو چھوڑ سکتے ہیں .

• آپ سٹی آفس میں درخواست دیں.

• اگر آپ اپنے بچے کو اپریل سے داخل کرانا چاہتے ہیں توبراہ کرم گزشتہ سال کے اکتوبر سے دسمبر کے دوران درخواست کریں.درخواست دینے سے پہلے براہ کرم وارڈ آفس سے مشورہ کری.

24 幼稚園に入る — کنڈرگارڈن میں داخل ہونا

- 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。

• یہ وہ جگہ ہے جہاں پر وہ بچے جو نرسری اسکول یا کنڈارگردن نہیں جاتے اور تین سال کے ہوگئے ہیں وہ بچے ایلیمنٹری اسکول جانےتک یہاں پڑھ سکتے ہیں

• جس کنڈرگارڈن میں آپنے بچےکو داخل کراناچاہتے ہیں اس میں درخواست دیں.

この紙の 説明には 例外も あります。

اس کاغذ پر دی گئی ہدایات سے مستثنیات ہیں

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