

先輩 お母さんと お父さんの 声

前辈妈妈爸爸的声音

STEP 1

赤ちゃんが できた?
怀孕了吗?



なごや港区 子育てチャート①
名古屋港区育儿图

赤ちゃんを うむ 病院を 決めるときに 考えること
决定生孩子的医院时要考虑的事情

私は、下のことを 考えて、病院を 探しました。
友だちや SNSで いい病院を 聞いたり、
いろいろな 病院に 相談しました。

- どれくらい お金がかかるか
- お金の 相談を することが できるか
- 病院に 通うのが どれくらい 大変か
- 女性の 医者が いるか
- 同じ 医者 を 予約 することが できるか
- 赤ちゃんの うみ方 を 選ぶ ことが できるか
- 家族が 出産に 立ち会 ことが できるか
- うんだ後 赤ちゃんと 同じ 部屋で 入院 することが できるか
- 母乳と 人工乳(粉ミルクなど)を 選ぶ ことが できるか
- 入院中の 食事を ハラール対応 してくれるか

(いろいろな 国から 来た お母さん・お父さんの 話)

我考虑了以下问题，找到了医院。通过社交软件或向朋友咨询好的医院，并去了各种医院咨询。

- 需要花费多少钱?
- 可以商量费用问题吗?
- 来往医院之间有多困难?
- 有女医生吗?
- 可以预约同一名医生吗?
- 可以选择分娩方式吗?
- 分娩时家人可以在场吗?
- 出生后的婴儿可以在同一间病房住院吗?
- 可以选择母乳和人工乳(奶粉等)吗?
- 产后住院时的饮食可以提供清真的吗?

(来自世界各国的妈妈爸爸的话)

医者が 男性だった
医生是男士

レディースクリニックや 産婦人科に 男性の 医者が いて おどろきました。
宗教上の 理由などで、女性の 医者が いいときは、病院に 行く 前に、病院に 相談して ください。

(ペルーから 来た お母さんの 話)

妇科诊所或妇产科有男医生，我感到十分惊讶。
因宗教上的理由等，认为女医生比较好的话，去医院前请和医院商量。

(来自秘鲁的妈妈的话)

子どものうみ方 分娩方式

ブラジルでは、みんな帝王切開をしていました。
日本では、自由に帝王切開をすることができません。
自然分娩がほとんどだと聞いておどろきました。

※帝王切開：手術をして子どもをうむこと
自然分娩：手術をしないで子どもをうむこと

(ブラジルから来たお父さんの話)

在巴西，大家都是剖腹产。
在日本，无法自由选择剖腹产。
听说基本上都是顺产，我非常惊讶。

※剖腹产：通过手术取出孩子。
顺产：不经过手术分娩

(来自巴西的爸爸的话)

赤ちゃんをうむのにかかるお金① 生孩子所需的费用①

日本では、赤ちゃんをうむのにたくさんのお金がかかりました。
病院に、赤ちゃんをうむ予約をするのに、20万円くらい必要だったので、あわててお金を用意しました。
赤ちゃんがうまれるまで、合わせて60万円以上かかりました。そのうち、42万円は、出産育児一時金で健康保険から病院に払ってもらいました。

(スリランカから来たお父さんの話)

在日本生孩子花了很多钱。
去医院预约生孩子，需要20万日元左右，我连忙准备好了费用。
到孩子出生，一共需要花费60万日元以上。其中42万日元是出生育儿一次性补助，由健康保险支付给医院。

(来自斯里兰卡的爸爸的话)

赤ちゃんをうむのにかかるお金② 生孩子所需的费用②

帝王切開で子どもをうみました。
手術にかかったお金の一部は、健康保険の窓口で高額療養費の手続きをして、戻ってきました。
とても助かりました。

※高額療養費：手術や入院で1か月に病院に払ったお金が、一定のお金より高くなったときに戻ってくるお金

(ペルーから来たお母さんの話)

我是剖腹产生的孩子。
手术费用的一部分，可以通过在健康保险窗口办理高额疗养费手续，返还给您。
帮了我大忙。

高额疗养费：因手术和住院，1个月内支付给医院的费用变高时返还给您的现金

(来自秘鲁的妈妈的话)



あか 赤ちゃんを うんだ 後の 過ごし方
生孩子后的生活方式

にほん かあ お母さんが あか 赤ちゃんを
うんでから 1か月は 水を さわらない、
からだ ひ 体を 冷やさない という しゅうかん 習慣は ありません。
びょういん つめ の もの だ 病院で 冷たい 飲み物を 出されたときは
おどろきました。

にほん かあ お母さんが あか 赤ちゃんを うんでから
1か月は 体を 休める 習慣も ありません。
かあ けんこう のために、 あか 赤ちゃんを
うんでから 2週間くらいと 1か月くらいの 2回、
さんぶ けんこうしんさ い 産婦健康診査に 行って ください。

ちゅうごく き かあ はなし
(中国から 来た お母さんの 話)

在日本，没有妈妈生完孩子1个月内不能碰水，不能着凉的习惯。

医院给我喝凉的东西时我很吃惊。

在日本，也没有生完孩子后，妈妈要坐月子的习惯。

为了母亲的健康，请在分娩后约2周和1个月，进行2次产妇产健康诊察。

(来自中国的妈妈的话)

あか 赤ちゃんを うんだ 後の お手伝いさん
生孩子后的月嫂

にほん しゅっさんご てつだ お手伝いさんを やとう
しゅうかん 習慣が ありません。

てつだ お手伝いさんを見つるのが たいへん 大変でした。
なごやし す 名古屋市に 住んでいる おな くに 国の
しあ き 知り合いに 聞いて、 見つけました。

ちゅうごく き かあ はなし
(中国から 来た お母さんの 話)

在日本，没有生孩子后雇月嫂的习惯。

找月嫂非常麻烦。

询问了在名古屋市居住的中国朋友，终于找到了。

(来自中国的妈妈的话)





こそだ い
子育てサロンに 行って ください
 前往育儿沙龙。

がいこくじん おや し あ すく
 外国人の 親は、 知り合いが 少ないので、
 さみしい 思いをすることが 多いです。

わたし ほか おや こうりゆう
 私は、 他の 親と 交流することが できる
 子育てサロンに 行きました。

たくさんの 友だちが できました。

いろいろな 子育ての 情報を 知ることが
 できました。

(ペルーから 来た お母さんの 話)

外国人家长因认识的朋友很少，感到寂寞的时候很多。

我去了能够和其他家长交流的育儿沙龙。

结交了很多朋友。

知道了各种各样的育儿信息。

(来自秘鲁的妈妈的话)

ほいくじょ ようちえん き き
保育所や 幼稚園を 決めるときに 気をつけること
 决定保育所或幼儿园时要注意的事情

わたし した き ほいくじょ
 私は、 下のことに 気をつけて、 保育所や
 ようちえん き とも
 幼稚園を 決めました。 友だちや SNSに
 そうだん ほいくじょ ようちえん けんがく
 相談したり、 保育所や 幼稚園を 見学して、
 こ かよ き
 子どもが 通うところを 決めました。

- どれくらい お金がかかるとか
- 通うのに 必要なものは なにか
- 通うのが どれくらい 大変か
- いつから 通うことが できるか
- 子どもの 食事を ハラール対応してくれるか

(いろいろな 国から 来た お母さん・お父さんの 話)

我注意了以下问题并决定了保育所还是幼儿园。通过
 社交软件或向朋友咨询， 并去保育所和幼儿园参观， 决定
 了托管孩子的地方。

- 需要花费多少钱？
- 入托需要什么东西？
- 往返有多困难？
- 什么时候开始入托？
- 孩子的饮食可以提供清真的吗？

(来自世界各地的妈妈爸爸的话)

