

MIA 多言語かわら版
瓦版 MIA 多语种信息报
MIA 다언어 카와라 판
MIA's Multilingual Publication
MIA's Informativo Multilingue

日本語 中文・한국어・English・Português

日本で子どもを生むときは ～妊娠と出産について知っておいて欲しいこと～

出産に関する手続き、産後の体調管理の仕方などは国によって違うため、日本での出産に不安になる外国籍の方も多いと思います。今号の「かわら版」では、日本で安心して出産するために知っておくべきことや必要な手続き、妊娠から出産までの流れを簡単に説明します。

■妊娠したら■

医療機関で妊娠が確認できたら、すぐに住んでいる市区町村に「**妊娠届**」を提出します。妊娠届を提出すると、「**母子健康手帳**」を受け取ることができます。母子健康手帳の使い方を説明するために、受け取る日時が決められているところもあります。

「母子健康手帳」は、妊娠中の経過や出産の状態を記録するものです。定期的な健康診査のときに必ず持って行き、外出するときも緊急の時に備えて、いつも持ち歩くようにしましょう。子どもが生まれてからも健康診査や予防接種の記録などで使います。日本語以外の母子健康手帳を用意しているところもありますので、窓口で問い合わせてください。

国によっては帝王切開での出産が一般的なところもありますが、日本では自然分娩が一般的です。ただし、緊急の場合や医師と相談して必要と認められた場合は、帝王切開での出産になります。



■妊婦の健康診査・保健指導■

妊娠中は、栄養と休息を十分にとり、定期的な健康診査を忘れずに受けましょう。妊娠中の健康診査の費用は市区町村からの助成を受けることができますが、助成される金額や回数などは住んでいるところによって異なります。

各市区町村では、保健師や助産師が家庭を訪問して、妊娠中の過ごし方、出産の準備などについて指導を行っています。訪問指導は無料で、本人からの申し出の他に、医師の紹介によっても行います。日本での出産に関して不安なこと、分からないことがあるときは、一人で悩まず、保健師や助産師に相談してください。

また、言葉の面で不安があるときは、MIAの「保健・医療通訳サポーター派遣制度」を利用することができます。この制度は、日本語が不自由な県内在住の外国人が、安心して保健・医療サービスを受けられるよう、保健所や医療機関などの要請に基づき、通訳サポーターを派遣するものです。通訳サポーター派遣には、まず保健所や医療機関側からの申し込みが必要となります。詳しいことはMIAまでお問い合わせください。電話：022-275-3796

その他にも、市区町村や医療機関では、安心して出産するために妊娠や出産、育児に関する知識や技術などを教える教室も開かれています。参加できるのは妊娠した方とその家族です。

■子どもが生まれたら■

子どもが生まれたら、医師や助産師に「**出生証明書**」を作ってもらい、住んでいる市区町村に14日以内に「**出生届**」を出してください。両親が日本国籍を持たない場合でも、子どもが日本で生まれた場合は、出生届の提出が必要です。さらに本国にも届け出が必要ですので、手続きの方法などは、在日大使館または領事館に確認してください。ただし、90日以内に日本を出国する場合は、届けを出す必要はありません。

また、母子健康手帳の別冊に「**出生連絡票**」がついていますので、保健所にも子どもが生まれたことを知らせてください。約1か月以内に保健師による訪問指導が行われます。

子どもが日本国籍を持たない場合は、外国人登録と在留資格の取得が必要です。外国人登録は、生まれてから60日以内に市区町村で手続きを行ってください。90日以内に日本を出国する場合は、届けを出す必要はありません。在留資格の取得は、生まれてから30日以内に入国管理局に申請して手続きを行ってください。60日以内に出国する場合は手続きの必要はありません。

■出産にかかる費用■

妊娠や出産は病気ではないので、妊娠中の定期的な健康診査と正常な出産に健康保険は使えません。出産するときの入院は一週間くらいで、費用は約30万円～50万円かかります。出産には思っている以上に高額な費用がかかります。前もって健康診査の費用や出産、入院費用を準備しておきましょう。

■出産育児一時金について■

国民健康保険や健康保険に入っていると、出産したときに「**出産育児一時金**」を受け取ることができます。金額は国民健康保険加入者の場合30万～38万円、健康保険加入者は1児ごとに35万円です(金額は変動する場合があります)。国民健康保険に加入している人は、市区町村の国民健康保険の窓口にお問い合わせ、健康保険の人は勤務先、または加入している社会保険事務所へ問い合わせください(国民健康保険、健康保険については「かわら版 vol.16」参照)。出産育児一時金は、申請してから受け取るまでに1～2か月かかります。

■ 出産育児一時金の貸付制度について ■

出産のための費用が用意できないときは、出産費用の貸付制度や受領委任払制度(出産育児一時金の受け取り先を医療機関に委任することにより、退院時の医療機関への支払いが、出産費用から出産育児一時金を引いた額になる制度)などを利用できる場合もあります。これらの制度は、事前の申し込みが必要で、申し込みの条件もあります。国民健康保険に加入している人は、市区町村の国民健康保険の窓口にお問い合わせ、健康保険の人は勤務先、または加入している社会保険事務所へ問い合わせください。

■ 本国で出産するとき ■

帰国をして出産し、生まれる子どもの国籍が日本の場合、パスポート取得などの手続きが必要となり、時間がかかることがあります。前もって、自分の国ではどんな手続きが必要かを在日大使館や領事館に確認してください。

日本語 **中文** 한국어・English・Português

在日本生孩子时

～ 希望对怀孕、分娩手续等有所了解～



有关生孩子时的各种手续、产后护理方法等等，因国家不同而异。很多外国人在日本生孩子时想必会有一些不安。为了能在日本顺利生孩子，这期的「瓦版」就从怀孕到分娩过程中，应该了解的各种事项及需要办理的各种手续，作以下简单的说明。

■ 怀孕后 ■

在医疗机构确认怀孕后，要马上到所住的市区町村提交「妊娠届」(怀孕申报)。在提交「妊娠届」后领取「母子健康手帳」(母子健康手册)。为了对母子健康手册的使用方法进行详细说明，有的市区町村会规定母子健康手册的领取日期。

「母子健康手册」用来记录怀孕经过和分娩情况。做定期健康检查时必须携带母子健康手册。为了防备紧急情况发生，在外出时也要随身携带母子健康手册。在孩子出生后，母子健康手册用来记录孩子的各种健康检查和预防接种等。有的市区町村备有日语以外的母子健康手册，请到有关窗口查询。

有些国家的分娩以剖腹产为主，而在日本一般以自然分娩为主。但是，紧急情况以及事先与医生商量后认为有必要做剖腹产时，会进行剖腹产。

■ 孕妇的健康检查・保健指导 ■

在怀孕中要充分摄取营养，好好休息，并不要忘记定期进行健康检查。市区町村对孕妇在怀孕中的健康检查费用给予补助，但补助的金额和次数因居住地不同而异。

各市区町村派遣保健师及助产师对孕妇进行家访，对怀孕期的生活、分娩准备等作各项指导。家访指导是免费的，除孕妇本人要求以外，有医生的介绍时也能派遣。有关在日本生孩子方面，如果有不安、不明事项时，不要自己烦恼，请向保健师及助产师咨询。

此外，如果在语言方面不安时，可以利用 MIA 的「保健・医疗翻译支援者派遣制度」。这是一项据保健所及医疗机构等的要求，为了使县内在住不太懂日语的外国人能够安心享受保健・医疗服务，派遣翻译支援者的制度。派遣翻译支援者时，首先要有来自保健所及医疗机构的申请。详细情况请向 MIA 问询。电话：022-275-3796

另外，为了让孕妇能安心生孩子，在市区町村及医疗机构举办学习有关怀孕和分娩、育儿方面知识和技术等的讲习班。孕妇及其家属可以参加。

■ 孩子出生后 ■

孩子出生后，请拿着医生或助产师开的「出生証明書」(出生证明书)在 14 天以内到所住市区町村提交「出生届」(出生登记)。父母双方没有日本国籍，孩子在日本出生时也要提交「出生届」进行出生登记。而且必须要向自己的国家进行出生登记。有关手续方法等，请向驻日大使館或領事館确认。但是，出生后 90 天以内离开日本国时，不必在日本办理此登记。

此外，母子健康手册的另册里附带有「出生連絡票」(出生联络表)。孩子出生后请向保健所通知联络。保健师将在大约 1 个月以内进行家访指导。

非日本国籍的孩子，要办理外国人登录手续并取得合法在留资格。请在孩子出生后 60 天以内到市区町村办理外国人登录手续。孩子出生后 90 天以内离开日本国时，不必办理此项登记手续。请在孩子出生后 30 天以内到入国管理局申请、办理取得合法在留资格手续。孩子出生后 60 天以内离开日本国时，不必办理此项手续。

■ 生孩子的所需费用 ■

怀孕和分娩并非疾病，所以怀孕期的定期健康检查和正常分娩不能使用健康保险。分娩时需要住院 1 星期左右。费用约为 30~50 万日币。分娩费用要比想像昂贵得多。建议提前做好健康检查，分娩及住院的费用。

■ 有关分娩育儿补助费 ■

国民健康保险及健康保险的加入者，在分娩时可领取「出産育児一時金」(分娩育儿补助费)。国民健康保险加入者的补助费金额为 30~38 万日币，健康保险加入者的补助费金额为 1 个孩子 35 万日币(金额有变动的可能)。国民健康保险加入者请向市区町村国民健康保险窗口查询。健康保险加入者请向工作单位或所辖社会保险事务所查询。〈有关国民健康保险和健康保险，请参照「かわら版 vol.16」(瓦版第 16 期)〉。分娩育儿补助费从申请到领取，大约需要 1~2 个月的时间。

■ 有关分娩育儿补助费的贷款制度 ■

无法准备足够分娩费用时，可以申请利用分娩费贷款制度及领取委任支付制度(通过委任医疗机构受取分娩育儿补助费，在出院时只向医疗机构支付从分娩费用中扣除分娩育儿补助费后费用的制度)。利用此制度需要事前申请，并有申请条件。国民健康保险加入者请向市区町村国民健康保险窗口、健康保险加入者请向工作单位或所辖社会保险事务所查询。

■ 在自己国家分娩时 ■

回自己国家分娩，出生的孩子为日本国籍时，必须办理取得护照的手续。可能会花一些时间，所以请提前向驻日大使館或領事館查询并确认在自己的国家需要办理什么手续。

~임신과 출산에 대해서 알아 두어야 할 일~

출산에 관한 수속이나 산후 조리 방법 등은 나라에 따라 다르기 때문에 일본에서 출산할 때 불안을 느끼는 외국분도 많을 것 같습니다. 이번 호의 「카와라 판」에서는 일본에서 안심하고 출산하기 위해 알아두어야 할 일이나 필요한 수속, 임신에서 출산까지의 흐름을 간단하게 설명합니다.

■임신하면■

의료기관에서 임신이 확인 되면 바로 살고 있는 시·구·정·촌(市区町村)에 「**임신 신고서**」를 제출합니다. 임신 신고서를 제출하면 「**모자건강수첩**」을 받을 수 있습니다. 모자건강수첩의 사용법을 설명하기 위해 받는 일시가 정해져 있는 곳도 있습니다.

「모자건강수첩」은 임신중의 경과나 출산의 상태를 기록하는 것입니다. 정기적인 건강검사를 할 때 꼭 가지고 가야합니다. 외출 할 때도 긴급상황에 대비해 언제나 가지고 다니도록 합시다. 아기가 태어나고 나서도 건강검사나 예방접종의 기록 등에 사용합니다. 일본어 이외의 모자건강수첩을 준비하고 있는 곳도 있으므로 창구에서 문의 해 주십시오.

나라에 따라서는 제왕절개수술이 일반적인 곳도 있습니다만, 일본에서는 자연분만이 일반적입니다. 그러나 긴급의 경우나 의사와 상담해서 필요가 인정 된 경우에는 제왕절개수술을 하게 됩니다.

■임신의 건강검사·보건지도■

임신중에는 영양과 휴식을 충분히 취하고 정기적인 건강검사를 잊지 말고 받으십시오. 임신중의 건강검사의 비용은 시·구·정·촌(市区町村)에서의 조성을 받을 수 있습니다만, 조성 받는 금액이나 횟수 등은 살고 있는 곳에 따라 다릅니다.

각 시·구·정·촌(市区町村)에서는 보건사나 조산사가 가정을 방문해서 임신중의 생활 방법, 출산 준비 등에 대해 지도를 합니다. 방문 지도는 무료이고 본인의 신청 이외에 의사의 소개에 따라서도 행해집니다. 일본에서의 출산에 관해서 불안한 일이나 모르는 일이 있을 때는 혼자서 고민하지 말고 보건사나 조산사에게 상담해 주십시오.

또 언어의 면에서 불안이 있을 때는 MIA의 「**보건의료 통역 서포터 파견 제도**」를 이용 할 수 있습니다. 이 제도는 일본어가 부자유로운 현내 재주의 외국인이 안심하고 보건의료 서비스를 받을 수 있도록 보건소나 의료기관 등의 요청을 받아서 통역 서포터를 파견하는 것입니다. 통역 서포터 파견에는 먼저 보건소나 의료기관으로부터 신청이 필요로 합니다. 자세한 사항은 MIA에 문의 해 주십시오. 전화:022-275-3796

그 외에도 시·구·정·촌(市区町村)이나 의료기관에서는 안심하고 출산 할 수 있기 위해 임신이나 출산, 육아에 관한 지식이나 기술 등을 가르치는 교실도 열리고 있습니다. 참가 할 수 있는 것은 임신한 분과 그 가족입니다.

■아기가 태어나면■

아기가 태어나면 의사나 조산사에게 「**출생증명서**」를 받아서 살고 있는 시·구·정·촌(市区町村)에 14일 이내에 「**출생신고서**」를 제출 해 주십시오. 양친이 모두 일본국적이 아닌 경우에도 아기가 일본에서 태어난 경우는 출생신고서의 제출이 필요합니다. 또 본국에도 신고가 필요하기 때문에 수속 방법 등은 재일대사관 또는 영사관에 확인 해 주십시오. 그러나 90일 이내에 일본을 출국 할 경우에는 신고서를 제출 할 필요는 없습니다.

또 모자건강수첩의 별책에 「**출생연락표**」가 붙어 있으므로 보건소에도 아기가 태어난 것을 알려 주십시오. 약 1개월 이내에 보건사에 의한 방문지도가 행해집니다.

아이가 일본국적이 없는 경우에는 외국인등록과 재류자격의 취득이 필요합니다. 외국인등록은 태어나서부터 60일 이내에 시·구·정·촌(市区町村)에서 수속을 행해 주십시오. 90일 이내에 일본을 출국 할 경우에는 신고서를 제출 할 필요가 없습니다. 재류자격의 취득은 태어나서부터 30일 이내에 입국관리국에 신청해서 수속을 행해 주십시오. 60일 이내에 출국 할 경우에는 수속의 필요는 없습니다.

■출산에 드는 비용■

임신이나 출산은 병이 아니므로 임신중의 정기적인 건강검사와 보통의 출산에는 건강보험을 사용할 수 없습니다. 출산 할 때 입원은 1주일 정도이고 비용은 **약 30만엔~50만엔**입니다. **출산에는 의외로 고액의 비용이 듭니다. 사전에 건강검사의 비용이나 출산 입원 비용을 준비 해 둡시다.**

■출산육아일시금에 대해■

국민건강보험이나 건강보험에 가입 되어 있으면 출산했을때 「**출산육아일시금**」을 받을 수 있습니다. 금액은 국민건강보험 가입자의 경우는 30만~38만엔이고, 건강보험 가입자는 한 명당 35만엔입니다. (금액은 변동할 경우가 있습니다.) 국민건강보험에 가입 해 있는 사람은 시·구·정·촌(市区町村)의 국민건강보험의 창구에 문의하시고, 건강보험인 사람은 근무처 또는 가입하고 있는 사회보험사무소로 문의 해 주십시오.(국민건강보험과 건강보험에 대해서는 「카와라 판 vol.16」 참조) 출산육아일시금은 신청하고 나서 받을 때 까지 1~2개월 걸립니다.

■출산육아일시금의 대부제도에 대해서■

출산을 위한 비용을 준비할 수 없을 때는 **출산비용의 대부제도나 수령위임불제도(출산육아일시금의 수령처를 의료기관에 위임하게 되어, 퇴원 때의 의료기관에 대한 지불이 출산비용으로부터 출산육아일시금을 뺀 금액이 되는 제도)** 등을 이용할 수 있는 경우도 있습니다. 이런 제도는 사전의 신청이 필요하며 신청의 조건도 있습니다.



국민건강보험에 가입하고 있는 사람은 시·구·정·촌(市区町村)의 국민건강보험의 창구에 문의하시고, 건강보험인 사람은 근무처 또는 가입 하고 있는 사회보험사무소로 문의 해 주십시오.

■본국에서 출산 할 때■

귀국해서 출산 해 태어날 아이의 국적이 일본인 경우에는 여권취득 등의 수속이 필요하게 되며 시간이 걸리는 수가 있습니다. 사전에 자신의 나라에서는 어떤 수속이 필요한 지를 재일대사관이나 영사관에 확인해 주십시오.

日本語・中文・한국어 **English** Português

When Giving Birth to a Child in Japan ~Things You Need to Know about Pregnancy and Birth~

Because there are differences from country to country regarding processes related to childbirth and postpartum physical management, many foreign residents may be anxious about giving birth in Japan. In this issue of Kawaraban, we will provide a simple explanation on things you need to know and necessary procedures from pregnancy to childbirth so that you can feel at ease about giving birth in Japan.



■When You Become Pregnant■

When you verify at a medical facility that you are pregnant, you must immediately file a “ninshin todoke”(pregnancy notification) with your local municipal administrative office. When you file a pregnancy notification, you can receive a “boshi kenko techo”(Maternal and Child Health Handbook). In order to explain how to use it, some offices set dates and times for you to receive one.

The Maternal and Child Health Handbook is used to record the progress of pregnancy and childbirth. Always be sure to have it on you for regular health check-ups and in case of an emergency. After the child is born you can use it to record health check-ups and vaccinations. Please enquire about multilingual versions at the time you file your pregnancy notification.

While Caesarian section deliveries are common in some countries, natural childbirths are more common in Japan. However, if it is an emergency or your doctor considers it necessary, you can also give birth by Caesarian section.

■Maternity Health Check-Ups and Health Guidance■

During pregnancy, remember to receive ample nutrition, get ample rest, and undergo regular health check-ups. You can receive assistance from local municipalities to help defray the costs of health check-ups during your pregnancy. The amount of assistance money or the number of times you can use it varies according to where you live.

Each municipality arranges a midwife or public-health nurse to visit the households of pregnant residents to help them learn about lifestyle during pregnancy and preparation for birth and other aspects. This service is free of charge and offered at the request of doctors as well as of pregnant persons themselves. Instead of worrying by yourself, please consult a midwife or public-health nurse whenever you have anxiety or don't understand something about childbirth in Japan.

Furthermore, when you have linguistic difficulty, you can use MIA's “Health and Medical Interpreter Introduction Service”. Under this system, a foreign resident who is not proficient in Japanese can receive health and medical service with peace of mind through requests made by a public health center or medical institution for an interpreter. In order for an interpreter to be dispatched, a public-health center or medical institution must first make a request. For more detail, please call MIA at 022-275-3796

In addition, local municipalities and medical institutions offer classes where pregnant residents can learn the knowledge and techniques to be used for the phases of pregnancy, birth, and childcare with peace of mind. Pregnant residents and their family members can participate in these classes.

■When Your Child Is Born■

When your child is born, please have your doctor or midwife prepare a “shussho shomeisho”(birth certificate) and file a “shussho todoke”(birth notification) with the local municipal administrative office within 14 days from birth. Even if the parents are non-Japanese, any child born in Japan is required to file a birth notification. In addition, there will also be necessary registration in your home country. Please confirm with your country's embassy or consulate in Japan about the process. However, there is no need to do this in the event that the child will leave Japan within 90 days.

In addition, there will be a “shussho renrakuhyo”(birth notification card) that comes with a separate volume of the Maternal and Child Health Handbook. Please send it to the public-health center when your child is born. You will receive a visit from a public-health nurse within a month.

In the event that the child doesn't possess Japanese nationality, the child must go through alien registration and acquire status of residence. The procedure for alien registration must be carried out with the local municipal administrative office within 60 days after the child is born. If the child is returning to his/her home country within 90 days, there is no need for this registration. Please apply for status of residence at the immigration bureau within 30 days of the child's birth. If the child is going to return to his/her home country within 60 days, there is no need for this process.

■ Costs of Childbirth ■

Since pregnancy and childbirth are not considered sickness, regular health check-ups during pregnancy and normal births are not covered by health insurance. Typically a mother stays at the hospital for about one week for a birth **at the cost of 300,000 to 500,000 yen**. Giving birth costs more than one thinks. **Prepare in advance for health check-up, hospitalization, and childbirth expenses.**



■ Lump-Sum Payment of Childbirth and Childcare ■

If you have contributed to national health insurance or health insurance programs, you can receive a "**shussan ikuji ichijikin**" (**Lump-Sum Payment of Childbirth and Childcare**) when the child is born. The amount is 300,000 to 380,000 yen per child for national health insurance system members and 350,000 yen per child for health insurance system members (There are cases where the amount of money can change). Please inquire at the counter for national health insurance at your local municipal administrative office in the case of national health insurance. And please do so at your place of employment or at the office of the Social Insurance Agency in the case of health insurance. (Please refer to Kawaraban vol. 16 regarding national health insurance and health insurance) It will take one to two months to receive the payment after you apply for it.

■ The Loan System for Lump-Sum Payment of Childbirth and Childcare ■

In the event that you are not able to prepare for the costs of childbirth, you can use a loan system to cover childbirth expenses or a receipt commission payment system (by entrusting the medical institution with receiving the payment, when you make payment at the time of discharge from the medical institution, the cost of childbirth is subtracted from the lump-sum payment of childbirth and childcare). Under these systems, application beforehand is necessary, and these applications also have conditions. Please inquire at the counter for national health insurance at your local municipal administrative office in the case of national health insurance. And please do so at your place of employment or at the office of the Social Insurance Agency in the case of health insurance.

■ Childbirth in One's Own Country ■

In the event that you return to your home country and give birth and the newborn is a Japanese national, you will be required to get a passport for the newborn, and that will take time. Please make sure beforehand with your country's embassy or consulate in Japan what procedures you have to follow.

日本語・中文・한국어・English **Português**

Para dar á luz no Japão ~Conhecimentos necessários sobre gravidez e parto~

Devido às diferenças de formalidades referentes ao parto e maneira de controle de saúde pós parto por país, muitas estrangeiras se preocupam ao dar a luz no Japão. Nesta edição de Kawaraban, explicaremos brevemente sobre o que precisa saber para dar á luz com segurança no Japão, as formalidades necessárias, e o processo desde a gravidez até o parto.

■ Quando engravidar ■

Sendo confirmada a gravidez em uma instituição médica, apresente a notificação de gravidez (ninshin todoke) na prefeitura ou subprefeitura onde reside imediatamente. Nesta ocasião é concedida a Caderneta de saúde da mãe e do bebê (Boshi kenko techo). Há prefeituras que marca a data para concepção para explicar como usar a caderneta.

A caderneta de saúde da mãe e do bebê serve para anotação do estado durante a gestação e do parto.

Leve consigo sem falta quando for a exames periódicos e quando sair de casa também, leve-a preparando para o caso de emergência. Após o nascimento do bebê, a caderneta sera utilizada para anotações dos exames medicos e vacinações. Há prefeituras em que são disponíveis as cadernetas em outros idiomas. Consulte em balcão da prefeitura.

Há países onde o parto cesárea é comum, mas aqui no Japão é comum o parto natural. Porém, em caso de emergência ou quando o medico aprova a necessidade, será realizado a cesárea.

■ Exame para gestante e orientação de saúde ■

Durante a gravidez, procure se alimentar e descansar bem. Também não esqueça de fazer exames de saúde periódico. A despesa de exames durante a gravidez é auxiliada pela prefeitura ou subprefeitura sendo o valor vezes diferente dependendo do local onde reside.

Cada cidade, bairro, município ou vila envia ao domicílio da gestante parteiras ou assistentes de saúde pública que dão orientação sobre como enfrentar a gravidez e os preparativos para o parto. A orientação é gratuita e além do requerimento da própria gestante, será realizado por recomendação do medico. Quando tiver preocupações ou dúvidas ao dar a luz no Japão, não sofra sozinha e consulte o assistente de saúde pública ou parteira.



Na dificuldade com o idioma, pode-se utilizar o sistema de enviar intérpretes voluntários da área médica e saúde do Mia. Este sistema tem como objetivo oferecer os serviços médicos aos estrangeiros que não dominam o idioma japonês também, enviando intérpretes voluntários conforme o pedido de postos de saúde ou instituições médicas. Para enviar um intérprete voluntário, precisa-se de um requerimento por parte dos postos de saúde ou instituições médicas. Para maiores informações, consulte Mia 022-275-3796.

Há também cursos que dão orientação de conhecimentos e técnicas sobre gravidez, parto e educação da criança realizados por prefeituras ou instituições médicas, para que possa dar à luz com segurança. As gestantes e familiares podem participar desses cursos.

■Ao nascimento da criança■

Quando nascer uma criança, faça a Notificação de Nascimento (shussho todoke) apresentando o Atestado de Nascimento (shussho shomeisho) fornecido pelo médico ou parteira. Mesmo os pais que são estrangeiros, se a criança nasceu no Japão, é necessário a Notificação de Nascimento Apresentando o Atestado de Nascimento fornecido pelo médico ou parteira. Mesmo os pais sendo estrangeiros, se a criança nasceu no Japão é necessário a Notificação de Nascimento. Além disso, será preciso a notificação ao país de origem. Confirme antecipadamente com a embaixada ou consulado do seu país no Japão sobre os trâmites. Em caso de sair do Japão dentro de 90 dias, não será necessário a Notificação do Nascimento.



Comunique também o nascimento da criança (shussho renrakuhyo) para o Posto de Saúde (Hokenjo) enviando a “Carta de Comunicação do Nascimento” anexando o volume extra da Caderneta de Saúde da Mãe e do Bebê.

Será realizado a orientação domiciliar por assistente de saúde pública dentro de um mês.

No caso da criança não ter nacionalidade japonesa, será necessário registro de estrangeiro e obtenção de status de permanência. Faça o registro de estrangeiro dentro de 60 dias após o nascimento em prefeitura ou subprefeitura local. Quando a criança sair do Japão dentro do prazo de 90 dias após o nascimento, não será necessário efetuar o registro. Para obter o status de permanência, deverá fazer o requerimento no Departamento de Controle de Imigração dentro do prazo de 30 dias após o nascimento. Se a criança sair do Japão dentro do prazo de 60 dias após o nascimento, esse procedimento não será necessário.

■As despesas com o parto■

Como a gravidez e o parto não são considerados como doença, o seguro de saúde não cobre os exames de saúde periódicos durante a gestação e o parto normal. Ao dar a luz necessita-se aproximadamente de uma semana de internação, cuja despesa varia de 300 a 500 mil yenes. O parto custará mais do que podem imaginar. Prepare-se com antecedência o valor para os exames para gestantes, parto e a internação.

■Auxílio Natalidade■

Sendo inscrita ao Seguro Nacional de Saúde (Kokumin kenko hoken) ou Seguro de Saúde (Kenko hoken), poderá receber o Auxílio de Natalidade (shussan ikuji ichijikin). O valor do auxílio varia de 300 a 380 mil yenes no caso de Seguro Nacional de Saúde, e 350 mil yenes por criança no caso de Seguro de Saúde (os valores poderão ser alterados). Para maiores informações, pessoas inscritas no Seguro Nacional de Saúde dirijam-se ao balcão de atendimento do Seguro Nacional de Saúde e as pessoas inscritas no Seguro de Saúde ao local de trabalho ou Escritório de Seguro Social (Shakaihoken jimusho). (Em relação ao Seguro Nacional de Saúde e Seguro de Saúde, veja o volume 16 do Kawaraban) o Auxílio Natalidade será pago em 1 a 2 meses após o requerimento.

■Sistema de empréstimo do Auxílio Natalidade■

Quando tiver dificuldades com o pagamento da despesas com o parto, há casos em que possa utilizar o sistema de empréstimo do Auxílio Natalidade ou sistema de pagamento por procuração (juryo ininbarai seido) Sistema em que o interessado entrega a procuração com o objetivo de receber o Auxílio Natalidade a instituição que realize o parto, para que o pagamento da despesa seja somente a diferença entre o valor total da despesa e o do Auxílio Natalidade. Para utilizar estes sistemas é preciso fazer inscrição antecipadamente e há também restrições ao se inscrever. Para mais informações, pessoas inscritas no Seguro Nacional de Saúde dirijam-se ao balcão de atendimento do Seguro Nacional de Saúde e as pessoas inscritas no Seguro de Saúde, ao local de trabalho ou Escritório de Seguro Social (Shakaihoken jimusho).

■Para dar à luz no país de origem■

Em caso de dar a luz no país de origem, se a nacionalidade da criança for japonesa será necessário os trâmites como obtenção do passaporte e etc..podendo ser demorados. Verifique antecipadamente com a embaixada ou consulado do seu país no Japão quais os trâmites necessários.

