



Mang thai, sinh con và sức khỏe trẻ em

● Khi mang thai

◇ Phát Sổ tay sức khỏe mẹ và con

Phát sổ tay mẹ và con tại trung tâm bảo vệ sức khỏe, 6 chi nhánh của trung tâm bảo vệ sức khỏe trong thành phố. Khi phát sổ tay sức khỏe mẹ và con, nhân viên bảo vệ sức khỏe sẽ thăm hỏi trực tiếp thai phụ, tiếp nhận thắc mắc về những vấn đề bạn quan tâm lo lắng như tình trạng sức khỏe thai phụ, về em bé trong bụng, giải thích về các loại chế độ từ khi mang thai đến giai đoạn nuôi dạy con. Sổ tay sức khỏe mẹ và con rất quan trọng, được sử dụng để ghi chép tình trạng sức khỏe của bà mẹ và trẻ trong suốt từ thời kỳ mang thai đến sau sinh. Khi biết mình đang mang thai, hãy nhanh chóng đến nhận Sổ tay sức khỏe mẹ và con, cũng như đến thăm khám sức khỏe thai kỳ định kỳ. Có sổ tay sức khỏe mẹ và con bằng tiếng nước ngoài (tiếng Anh, Bồ Đào Nha, Tagalog, Hàn Quốc, Trung Quốc, Thái Lan, Indonesia, Tây Ban Nha, tiếng Việt).

◇ Hỗ trợ chi phí kiểm tra sức khỏe thai phụ, kiểm tra nha khoa cho thai phụ

Chi phí kiểm tra sức khỏe thai phụ (bao gồm cả kiểm tra ung thư cổ tử cung) được hỗ trợ và giới hạn đến 14 lần, 121,000 yên. Trường hợp đa thai, sẽ được thêm và giới hạn đến 3 lần 15,000 yên. Ngoài ra còn có kiểm tra nha khoa cho đối tượng là các sản phụ (được khám cho đến 1 năm 3 tháng sau khi sinh) tại các cơ quan y tế được chỉ định.

Ban sức khỏe của cơ sở bảo vệ sức khỏe
☎079-289-1641

● Sau khi sinh con

◇ Liên quan đến việc đăng ký

Đăng ký khai sinh: Trong vòng 14 ngày sau khi sinh (Xem P.25)

Đăng ký xin hộ chiếu: Tại đại sứ quán hay lãnh sự quán tại Nhật của nước mà đứa trẻ mang quốc tịch.

Đăng ký xin tư cách lưu trú: Trong vòng 30 ngày sau khi sinh.

Cục quản lý xuất nhập cảnh và lưu trú Osaka
Chi cục Kobe, Chi nhánh cảng Himeji
☎079-235-4688

◇ Tư vấn về sức khỏe trẻ 7 tháng tuổi

Hãy đến đo chiều cao, trọng lượng của trẻ, được tư vấn về cách nuôi dưỡng trẻ và cung cấp thông tin. Đến thời hạn, chúng tôi sẽ gửi phiếu tư vấn qua bưu điện, hãy đưa trẻ đến đúng địa điểm – thời gian được ghi trong phiếu (trung tâm bảo vệ sức khỏe, chi nhánh trung tâm bảo vệ sức khỏe).

◇ Kiểm tra sức khỏe trẻ em

Đến kỳ khám bệnh, phiếu khám sức khỏe sẽ được gửi đến cùng với tên của các cơ quan y tế. Hãy đến khám tại các cơ sở ghi phía dưới đây.

- Khám cho trẻ 4 tháng tuổi: Cơ quan y tế
- Khám cho trẻ 10 tháng tuổi: Cơ quan y tế.
- Khám cho trẻ 18 tháng tuổi: Trung tâm bảo vệ sức khỏe v.v.
- Khám cho trẻ 3 tuổi: Trung tâm bảo vệ sức khỏe v.v.

Ban sức khỏe của cơ sở bảo vệ sức khỏe
☎079-289-1641

◇ Tiêm phòng

Đối với chích ngừa định kỳ, nếu trong độ tuổi chích ngừa và có phiếu tiêm chủng thì sẽ được tiêm chủng miễn phí tại các cơ quan y tế. Phiếu tiêm chủng sẽ được gửi đến nhà qua đường bưu điện muộn nhất là đến khi trẻ tròn 2 tháng tuổi. Những người không có phiếu tiêm chủng, thì có thể nhờ trung tâm chăm sóc bảo vệ sức khỏe phát hành lại. Hơn nữa, ở cơ sở bảo vệ sức khỏe cũng có những hướng dẫn về tiêm phòng (tiếng Anh, Bồ Đào Nha, Hàn Quốc, Trung Quốc, Tagalog) nên xin hãy trao đổi với chúng tôi.

Ban dự phòng của cơ sở bảo vệ sức khỏe
☎079-289-1635

◇ Trợ giúp chi phí khám bệnh cho trẻ em (xem P.35)

妊娠したら / 赤ちゃんが生まれたら / こどもの健康



● 妊娠したら

◇ 母子健康手帳の交付

保健センター、保健センター分室の市内6カ所です。母子健康手帳をお渡しする時に、保健師が妊婦さんと面接をして、妊婦さんの体調やおなかの赤ちゃんのことなど心配なことについて相談をお受けし、妊娠中から子育て期までの各種制度について説明します。母子健康手帳は、妊娠中そして出産後のお母さんと子どもの健康を記録する大切な手帳です。妊娠が分かったら、できるだけ早く「母子健康手帳」を受け取り、定期的な妊婦健康診査を受けましょう。外国語版母子健康手帳（英語、ポルトガル語、タガログ語、韓国語、中国語、タイ語、インドネシア語、スペイン語、ベトナム語）もあります。

◇ 妊婦健康診査費助成・妊産婦歯科検診

妊婦健康診査（子宮頸がん検診含む）にかかる費用を14回121,000円まで助成します。多胎妊婦の場合、3回15,000円までを追加して助成します。（妊婦健康診査と同時使用に限る。）
また妊産婦（産後1年3カ月まで）を対象に指定医療機関で歯科検診を実施します。

保健所健康課 ☎079-289-1641

● 赤ちゃんが生まれたら

◇ 届出関係

出生届 出生から14日以内 (P.26参照)
パスポート取得 子どもが属する国の駐日大使館または領事館

在留資格取得 出生から30日以内
大阪出入国在留管理局神戸支局姫路港出張所
☎079-235-4688

◇ 7か月児の健康相談

赤ちゃんの身体計測や子育ての相談や、情報提供などを行っています。時期がくれば相談票を郵送しますので、記載されている日時に実施場所（保健センター・保健センター分室）へお越しください。

◇ 乳幼児健康診査

健診時期がくれば受診券を郵送します。下記実施場所です。下記実施場所へお越しください。
・4か月児健診 …… 医療機関
・10か月児健診 …… 医療機関
・1歳6か月児健診 …… 保健センターなど
・3歳児健診 …… 保健センターなど

保健所健康課 ☎079-289-1641

◇ 予防接種

定期予防接種は、対象年齢内で接種券があれば、医療機関で無料で受けられます。予防接種券は生後2カ月頃までに郵送します。予防接種券がない方は保健センターで発行できます。なお、予防接種についての案内（英語、ポルトガル語、韓国語、中国語、タガログ語）は保健所にありますので相談してください。

保健所予防課 ☎079-289-1635

◇ 乳幼児医療費の助成 (P.36参照)