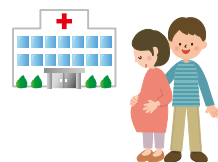


外国人市民のための子育て応援チャート

1 妊娠から出産まで

1 妊娠したことを病院で確認する(有料)



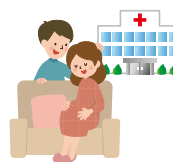
2 母子健康手帳をもらう(区役所保健福祉課)

この手帳は妊娠中や子どもが生まれた後の健診などに必要です。受診券もついています。



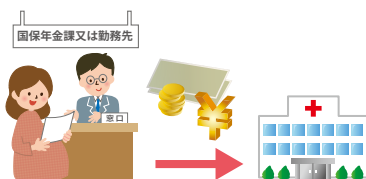
3 妊娠したら産婦人科を受診し、定期健康診査を受ける※助成券をつかえます

妊娠初期にどこで生むかを決めて、分娩予約をしてください。



4 出産育児一時金の手続き(区役所国保年金課又は勤務先)

出産に必要なお金の一部(39万円/42万円)が健康保険から病院に支払われます。



5 母親・両親学級に参加(区役所)※無料

出産、育児について学びます。



6 出産

日本では病院に約5日入院します。入院に必要なものは病院に確認して早めに準備しましょう。



2 出生してからすること 手続き編

7 出生届(区役所市民課)

日本で生まれた場合は、赤ちゃんが生まれてから14日以内に区役所に「出生届」を提出します。出生証明書が必要です。



※外国で生まれた場合は3ヶ月以内に出生届を提出します。

8 健康保険の加入(区役所国保年金課又は勤務先)



9 児童手当(区役所保健福祉課)

「児童手当」は日本国内に住む0才から中学生までの子どもの保護者に支給されます。(年3回 2月、6月、10月)

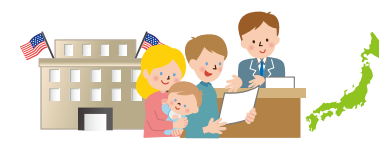


10 子ども医療(区役所保健福祉課)

子どもが県内の医療機関にかかるときは、「健康保険証」と「子ども医療証」を提示することにより、自己負担分が少なくなります。



11 大使館・入管での手続き



※日本で生まれた場合は、出生後30日以内に赤ちゃんの在留許可を申請します。
※父母ともに外国籍の場合は各国大使館(領事館)で赤ちゃんの国籍を取得します。

- 1 上記の手続きで通訳が必要な場合は1週間前までにご相談ください。
- 2 外国人のための「入国・在留資格・国籍手続等」「法律」「心理カウンセリング」の無料相談会をそれぞれ毎月1回行っています。
- 3 託児付きの日本語教室や日本語の勉強についてのアドバイスもしています。
- 4 その他、困ったことや分からないことがある時はお気軽に右記までお問合せください。

3 出生してからすること 健康編

12 1か月児健診&お母さんの診察

出産した病院で赤ちゃんの発育や健康、お母さんの回復状態を確認します。



13 赤ちゃん訪問※無料

生後4か月までに区役所の保健師等が訪問します。赤ちゃんの発育状況を確認するほか、お母さんの体調や困っていることなどを聞きます。



14 予防接種

予診票と母子健康手帳を病院(小児科等)に持って行き、予防接種を受けます。

※定期予防接種(無料)と任意接種(有料)があります。
※予防接種のスケジュールについては病院や区役所へ相談を



15 乳幼児健康診査(小児科等と歯科)

※受診券をつかえます

- ・4か月児健康診査
- ・7か月児健康診査
- ・1歳6か月児健康診査
- ・1歳6か月児歯科健康診査
- ・3歳児健康診査
- ・3歳児歯科健康診査



4 小学校入学前まで

16 育児学級等

区役所や市民センター等では育児学級、乳幼児なんでも相談、栄養教室等を開催しています。



※親子で遊べる場所として、区役所等の親子ふれあいルーム(無料)、子育てふれあい交流プラザ(有料)、子どもの館(有料)などがあります。

17 保育所入所(区役所保健福祉課)

出産後に保護者が仕事をするなど、家で子どもの世話をすることができない場合は保育所(園)に子どもを預けることができます。早めに区役所に相談しましょう。



※保育所(園)の見学もできます。希望する保育所(園)に連絡をしてください。

18 幼稚園入園(各幼稚園)

保育所に通っておらず、3歳になった子どもは誕生日から小学校入学前まで「幼稚園」に通うことができます。小学校に入る前に日本社会や集団生活に慣れることができます。



19 小学校入学(区役所市民課)

外国籍の子どもは「義務教育学校就学申請書」を市民課に提出してください。
(9/1現在、市内に住民票のある場合は、郵便で送られてきます)



※日本語指導や就学援助が必要な子どもは、教育委員会に相談してください。

★北九州国際交流協会 外国人インフォメーションセンター

☎093-643-5931

(日本語：火曜～日曜)

☎093-643-6060

(日本語・英語・中国語・韓国語：火曜～金曜)

(ベトナム語：火曜・水曜)

発行：(公財)北九州国際交流協会 利用時間：10:00～19:00 閉館日：毎週月曜日、12/29～1/3
Email: kia@kitaq-koryu.jp URL: http://www.kitaq-koryu.jp/

Childcare Support Chart

1 From Pregnancy to Childbirth

- 1** If you think you are pregnant visit the hospital for a check-up with your doctor (fee required).



- 2** Get a Maternal and Child Health Handbook (Ward Office Health and Welfare Division)
You need this handbook for various health check-ups you and your child can take during and after your pregnancy. It contains coupons which will let you receive certain health check-ups for free or at a discount.



- 3** Go for Regular Check-ups at the Hospital
***Coupons can be used**
Find a hospital where you can get regular check-ups during your pregnancy and set a delivery date for the birth.



- 4** Apply for the Lump-sum Allowance for Childbirth (Ward Office Pension Division OR Your Workplace)
Your health insurance will cover a payment of part of your childbirth expenses with a lump-sum payment to the hospital (¥390,000/ ¥420,000).



- 5** Take Pregnancy/Childcare Classes for Parents (At the ward office) ***Free of charge**
Learn what you need to know about giving birth and looking after your child.



- 6** Childbirth
In Japan mothers tend to stay in the hospital for around 5 days. Check with the hospital in advance to see what you need to bring.



2 After Giving Birth - Part 1 - Procedures

- 7** Registration of Birth (Ward Office Resident Division)
In Japan you must register a birth at the ward office within 14 days of the birth. You will need a birth certificate to do this.



- 8** National Health Insurance for Your Child (Ward Office Pension Division OR Your Workplace)



- 9** Child Allowance (Ward Office Health and Welfare Division)
Child allowance is paid to all guardians of children, from when their children are born until they graduate junior high school. (Paid 3 times a year: February, June, October)



- 10** Children's Medical Certificate (Ward Office Health and Welfare Division)
When your child needs to go to the hospital you can use their Children's Medical Certificate and National Health Insurance Card to significantly reduce the cost.



- 11** Embassy/Immigration Procedures



*In Japan you must apply for a visa for your child within 30 days of their birth.
*If both parents are of a foreign nationality you must also apply for your child's nationality at your embassy (consular).

3 After Giving Birth - Part 2 - Health

- 12** 1 Month Check-up for Child and Mother
One month after the birth, visit the hospital for a check-up of the mother's recovery and your child's development.



- 13** Nurse Visits***Free of charge**
A nurse will visit your house to check up on the health of the mother and development of your child during the first four months after birth. If you have any worries, please consult with them.



- 14** Vaccinations
You must bring a completed vaccination medical questionnaire form and your Maternal and Child Health Handbook to the hospital (pediatrics department) to receive vaccinations for your child.

*There are routine immunizations (free of charge) and voluntary immunizations (fee required).
*Check at the hospital or ward office for details on vaccination schedules.



- 15** Infant Health Check-ups (pediatrician /dentist)
***Coupons can be used**
· 4 month health check-up
· 7 month health check-up
· 1 year 6 month health check-up
· 1 year 6 month dental check-up
· 3 year health check-up
· 3 year dental check-up



4 From Daycare to Elementary School

- 16** Childcare Classes for Parents
The ward office offers a vast array of classes and courses on taking care of your children including consultation corners and nutrition classrooms.



*You can make use of the following places to play with your kids and make new friends.
1) Ward Office - Oyako Fureai Room (free of charge)/ 2) Kosodate Fureai Koryu Plaza (fee required)/ 3) Kodomo no Yakata (fee required)

- 17** Applying for Nursery Schools (*Hoikuen*) (Ward Office Health and Welfare Division)
If due to work etc. you are struggling to take care of your children you can apply to nursery schools to take care of your kids. We recommend applying as soon as possible at the ward office.



*You can visit nursery schools you are interested in for a tour. Get in touch directly to find out more.

- 18** Applying for Kindergartens (*Youchien*) (apply directly)
Children not attending a nursery school who are 3 years of age may apply to enter a kindergarten from April of that year, and stay there until they are old enough to enter elementary school. This provides them with a good opportunity to get used to Japanese society and what life might be like in elementary school itself.



- 19** Elementary School (Ward Office Resident Division)
Children of a foreign nationality must hand in a *compulsory education application* form to the resident division of their ward office. At present this form is sent automatically by mail to those with a residence certificate in the city.



*Children who require Japanese guidance or other support in applying for schools should consult directly with the board of education.

- If you require an interpreter for any of the above procedures, please provide us with one week's prior notice.
- If you have any other problems or worries, don't hesitate to consult with us about anything.
- We also provide advice and recommendations for Japanese classes with child-minding services around the city.
- If you have any other issues or there is anything you don't understand contact us at the details on the right.

★ KIA Foreigner Information Center

☎093-643-5931

(Tues - Sun, 10:00 - 19:00 : Japanese)

☎093-643-6060

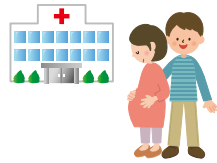
(Tues - Fri, 10:00 - 16:00 : English/Chinese/Korean)
(Tues - Weds, 10:00 - 16:00 : Vietnamese)

Publisher : Kitakyushu International Association (KIA)
Opening hours : 10:00 - 19:00 Closed : Every Monday, 12/29 - 1/3
Email : kia@kitaq-koryu.jp URL : <http://www.kitaq-koryu.jp/>

为方便和支援外国人市民的育儿插图

1 从怀孕到生产

1 到医院去确认是否怀孕(收费)



2 领取母子健康手册(在区役所的保健福祉科领取)

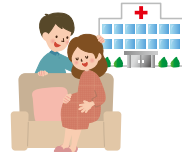
这本手册对于怀孕过程中和孩子出生以后健康检查的都是很重要的。手册中附有检查券。



3 如果怀孕了, 请到妇婴医院就诊并进行定期检查

※可以使用助成券

怀孕初期的时候决定在哪里分娩, 并提前做好分娩预约。



4 分娩育儿临时金的手续(区役所国保年金科或者工作单位)

分娩所需要的费用的一部分(39万日元/42万日元)是由健康保险给医院支付的。



5 母亲、双亲参加育儿教室(区役所)※免费

学习关于分娩和育儿的相关知识。



6 分娩

在日本生孩子需要住院5天。住院时需要的准备的物品请医院确认并提前做好准备。



2 分娩以后要做的事情 手续篇

7 出生证明(区役所市民科)

在日本出生的婴儿, 需要在出生14天之内向区役所提出[出生证明]。以后会需要出生证明书。



※在国外出生的情况, 需要在3个月之内提出出生证明。

8 加入国民健康保险(区役所国保年金科或者工作单位)



9 儿童补贴(区役所保健福祉科)

[儿童补贴]是在日本国内居住的0岁到中学的儿童的父母支付的补贴。(每年3次支付2月、6月、10月)



10 子儿童医疗(区役所保健福祉科)

儿童在福冈县内医院就医时, 如果提示[健康保险证]和[儿童医疗证], 自己负担医疗费用会减少。



11 大使馆、如果管理局的手续



※在日本出生的情况, 出生后30天之内需要申请婴儿的在留许可。
※如果父母都是外国国籍的情况, 需要向各自的国家大使馆或者领事馆申请取得婴儿的国籍。

- 1 上述手续需要翻译的情况, 请在一周之前联系商谈。
- 2 为了外籍人士的[入国、在留资格、国籍手续等][法律][心理咨询]等免费咨询会每个月举行一次。
- 3 给出关于有托儿的日语教室和日语学习的建议。
- 4 关于其他, 有烦恼或者不明白的事情, 请随时随意用右侧的联系方式联系我们。

3 分娩以后要做的事情 健康篇

12 一个月大的婴儿的健康检查 & 母亲的检查

在分娩的医院对婴儿的发育和健康情况以及母亲的恢复情况做检查。



13 探访婴儿 ※免费

在婴儿出生4个月之内区役所的保健师会去探访婴儿。除了确认婴儿的发育情况, 也会询问母亲的身体状况以及生活烦恼等。



14 预防接种

携带接种券和母子健康手册去医院(小儿科等), 接受预防接种。

※有定期预防接种(免费)和任意预防接种(收费)。
※关于预防接种的时间表请和医院或者区役所商谈。



15 婴幼儿的健康检查(小儿科和齿科等)

※可以使用检查券

*4个月大婴儿健康检查
*7个月大婴儿健康检查
*1岁半大婴儿健康检查
*1岁半大婴儿牙齿健康检查
*3岁大婴儿健康检查
*3岁大婴儿牙齿健康检查



4 上小学之前

16 育儿教室等

在区役所或者市民中心开设有育儿教室、关于婴幼儿商谈会、营养教室等。



※作为亲子玩耍的地方, 有区役所的亲子交流屋(免费)、育儿交流广场(收费)、儿童馆(收费)等。

17 入保育所

分娩以后家长需要上班, 不能在家里照顾孩子的时候, 可以托儿在保育所(园)。请尽早和区役所商谈。



※可以参观保育所(园)。有意者请联系相应的保育所(园)。

18 入幼儿园(各自的幼儿园)

即使没有上保育所, 满3岁的儿童从3岁生日那天起一直到上小学为止的期间可以上幼儿园。儿童上小学之前可以先体验习惯日本社会和集体生活。



19 入小学(区役所市民科)

外国国籍的儿童需要向市民科提出[义务教育学校上学申请表]。(9/1开始到现在, 在市内如果有住民票, 会以邮件的形式受到。)



※如果有需要日语指导和上学援助的儿童, 请和教育委员会商谈。

★北九州国际交流协会 外国人信息中心

☎093-643-5931

(日语: 星期二~星期日)

☎093-643-6060

(日语、英语、汉语、韩语: 星期二~星期五)

(越南语: 星期二、星期三)

Biểu đồ hỗ trợ nuôi con cho cư dân người nước ngoài

1 Từ khi mang thai tới khi sinh con

1 Kiểm tra việc đã mang thai tại bệnh viện (tính phí)



2 Nhận sổ tay sức khỏe mẹ con (Ban phúc lợi y tế trung tâm hành chính quận)

Sổ tay này cần thiết cho ví dụ như khi khám sức khỏe khi đang mang thai hay sau khi con đã được sinh ra. Vé miễn phí cũng được kèm theo.



3 Nếu đã mang thai thì đi khám khoa sản phụ và kiểm tra sức khỏe định kỳ

***Bạn có thể sử dụng phiếu hỗ trợ**

Sổ tay này cần thiết cho ví dụ như khi khám sức khỏe khi đang mang thai hay sau khi con đã được sinh ra. Vé miễn phí cũng được kèm theo.



4 Thủ tục tiền trợ cấp một lần sinh con nuôi con (Ban lương hưu bảo hiểm quốc dân trung tâm hành chính quận hoặc là nơi làm việc)

Một phần (390 ngàn yen/420 ngàn yen) của số tiền cần thiết cho việc sinh con sẽ được bảo hiểm sức khỏe chi trả cho bệnh viện.



5 Tham gia vào lớp học tập cha mẹ – người mẹ (Trung tâm hành chính quận)

***Miễn phí**
Học về sinh con, nuôi dạy con.



6 Sinh con

Tại Nhật Bản thì bạn sẽ nhập viện vào bệnh viện khoảng 5 ngày. Những thứ cần thiết để nhập viện thì chúng ta hãy xác nhận với bệnh viện để chuẩn bị sớm.



2 Những việc cần làm sau khi sinh con xong I Phần thủ tục

7 Giấy khai sinh

(Ban cư dân trung tâm hành chính quận)
Trường hợp ra đời ở Nhật Bản thì nộp "Giấy khai sinh" cho trung tâm hành chính quận trong vòng 14 ngày kể từ khi em bé sinh ra. Cần có giấy chứng nhận ra đời.



*Trường hợp ra đời ở nước ngoài thì nộp giấy khai sinh trong vòng 3 tháng.

8 Gia nhập bảo hiểm sức khỏe (Ban lương hưu bảo hiểm quốc dân trung tâm hành chính quận hoặc là nơi làm việc)



9 Phụ cấp nhi đồng (Ban phúc lợi y tế trung tâm hành chính quận)

"Phụ cấp nhi đồng" được cấp cho người bảo hộ của trẻ em từ 0 tuổi tới học sinh trung học cơ sở sống trong nước Nhật. (Năm 3 lần: Tháng 2, tháng 6, tháng 10)



10 Chăm sóc y tế trẻ em (Ban phúc lợi y tế trung tâm hành chính quận)

Khi con phải tới cơ quan y tế ở trong tỉnh, số tiền bạn phải tự mình chi trả sẽ ít đi bằng cách đưa ra "Thẻ chứng nhận bảo hiểm sức khỏe" và "Thẻ chứng nhận chăm sóc y tế trẻ em".



11 Thủ tục tại đại sứ quán – cục xuất nhập cảnh



*Trường hợp ra đời tại Nhật Bản thì nộp đơn xin cho phép lưu trú cho em bé trong vòng 30 ngày sau khi sinh.
*Trường hợp cả cha lẫn mẹ đều là quốc tịch nước ngoài thì lấy quốc tịch cho em bé tại đại sứ quán (lãnh sự quán) mỗi nước.

3 Những việc cần làm sau khi sinh con xong II Phần sức khỏe

12 Khám sức khỏe trẻ 1 tháng tuổi & kiểm tra y tế của người mẹ

Chúng tôi sẽ xác nhận sự phát triển hay sức khỏe của em bé, trạng thái phục hồi của người mẹ tại bệnh viện mà bạn đã sinh con.



13 Tới thăm em bé *Miễn phí

Y tá sức khỏe cộng đồng v.v... của trung tâm hành chính sẽ tới thăm trong vòng 4 tháng sau sinh. Bên cạnh việc xác nhận tình hình phát triển của em bé, chúng tôi còn lắng nghe tình hình sức khỏe hay những việc đang gặp rắc rối v.v... của người mẹ.



14 Tiêm chủng

Bạn sẽ mang phiếu dự chắn và sổ tay sức khỏe mẹ con tới bệnh viện (khoa trẻ nhỏ v.v...) và nhận tiêm chủng.

*Có tiêm chủng định kỳ (miễn phí) và tiêm chủng tùy ý (có thu phí).
*Về lịch trình tiêm chủng thì xin hãy xin tư vấn với bệnh viện hay trung tâm hành chính quận



15 Kiểm tra sức khỏe trẻ sơ sinh và trẻ nhỏ (khoa trẻ nhỏ v.v... và khoa nha)

***Bạn có thể sử dụng phiếu khám bệnh**

- Kiểm tra sức khỏe trẻ 4 tháng tuổi
- Kiểm tra sức khỏe trẻ 7 tháng tuổi
- Kiểm tra sức khỏe trẻ 1 năm 6 tháng tuổi
- Kiểm tra sức khỏe khoa nha trẻ 1 năm 6 tháng tuổi
- Kiểm tra sức khỏe trẻ 3 tuổi
- Kiểm tra sức khỏe khoa nha trẻ 3 tuổi



4 Cho tới trước khi nhập học trường tiểu học

16 Lớp học tập nuôi dạy con v.v...

Tại trung tâm hành chính quận hay trung tâm cộng đồng v.v... thì chúng tôi đang tổ chức lớp học tập nuôi dạy con, tư vấn mọi thứ về trẻ sơ sinh và trẻ nhỏ, lớp học dinh dưỡng v.v...



*Sử dụng như là nơi cha mẹ và con có thể chơi chung
a. Phòng tiếp xúc thân mật cha mẹ con cái của trung tâm hành chính quận v.v... (miễn phí)
b. Quảng trường giao lưu tiếp xúc thân mật nuôi dạy con Kosodate Fureai Koryu Puraza (có thu phí)
c. Có Tòa nhà của trẻ em Kodomonoyakata (có thu phí) v.v...

17 Đi học trường trông giữ trẻ (Ban phúc lợi y tế trung tâm hành chính quận)

Trường hợp không thể thực hiện chăm sóc con cái tại nhà ví dụ như người bảo hộ làm việc sau khi sinh con thì bạn có thể gửi con vào "trường (nhà) mẫu giáo". Chúng ta hãy liên lạc sớm với trung tâm hành chính quận.



*Bạn cũng có thể tham quan trường trông giữ trẻ (mẫu giáo). Xin hãy liên lạc trực tiếp tới trường trông giữ trẻ (mẫu giáo) mà bạn mong muốn.

18 Đi nhà trẻ (mỗi nhà trẻ)

Trẻ em đã được 3 tuổi mà đang không đi học ở trường trông giữ trẻ có thể đi "nhà trẻ" kể từ ngày ra đời cho tới trước khi nhập học trường tiểu học. Trẻ em có thể làm quen với sinh hoạt tập thể hay xã hội Nhật Bản trước khi vào trường tiểu học.



19 Nhập học trường tiểu học (Ban phúc lợi y tế trung tâm hành chính quận)

Trẻ em quốc tịch nước ngoài thì xin hãy nộp cho Ban cư dân "Đơn xin vào học trường học giáo dục bắt buộc". (Trường hợp có phiếu cư dân ở trong thành phố ngày 1 tháng 9 hiện tại thì sẽ được gửi tới bằng bưu điện)



*Trẻ em cần hướng dẫn tiếng Nhật hay hỗ trợ vào học thì xin hãy tư vấn với Ủy ban giáo dục.

★Pháp nhân đoàn thể công ích Hiệp hội giao lưu quốc tế Kitakyushu – Trung tâm thông tin người nước ngoài

☎093-643-5931

(Tiếng Nhật : Thứ ba ~ chủ nhật)

☎093-643-6060

(Tiếng Nhật, tiếng Anh, tiếng Trung, tiếng Hàn : Thứ ba ~ thứ sáu)
(Tiếng Việt : Thứ ba, thứ tư)

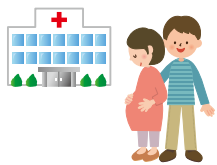
- 1 Trường hợp cần có thông dịch tại thủ tục nói trên thì xin hãy xin tư vấn với hạn chót là trước 1 tuần.
- 2 Chúng tôi đang thực hiện các buổi tư vấn miễn phí "Thủ tục nhập cảnh, tư cách lưu trú, quốc tịch v.v...", "Pháp luật", "Tư vấn tâm lý" dành cho người nước ngoài mỗi thứ 1 lần hàng tháng.
- 3 Chúng tôi cũng thực hiện việc đưa ra lời khuyên về việc học tiếng Nhật hay lớp học tiếng Nhật có giữ trẻ nhỏ
- 4 Ngoài ra, khi bạn có chuyện rắc rối hay việc không hiểu thì xin đừng ngại ngần liên hệ tới địa chỉ ghi bên phải.

Phát hành : (Đoàn thể công) Hiệp hội giao lưu quốc tế Kitakyushu
Thời gian sử dụng : 10:00 ~ 19:00 Ngày đóng cửa : Thứ hai mỗi tuần, 29/12 ~ 3/1
Email : kia@kitaq-koryu.jp URL : <http://www.kitaq-koryu.jp/>

แผนสนับสนุนการเลี้ยงดูบุตรสำหรับชาวต่างชาติ

1 ตั้งแต่ตั้งครรภ์จนกระทั่งคลอดบุตร

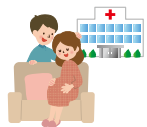
1 ตรวจสอบการตั้งครรภ์ที่โรงพยาบาล (มีค่าใช้จ่าย)



2 ขอรับสมุดบันทึกสุขภาพแม่และเด็ก (แผนกสวัสดิการสุขภาพ ณ ที่ว่าการอำเภอ)



3 เมื่อตั้งครรภ์แล้วเข้ารับการตรวจครรภ์และตรวจสุขภาพเป็นระยะที่แผนกสูติรีเวช



4 ยื่นคำร้องขอรับเงินอุดหนุนค่าใช้จ่ายในการคลอดและเลี้ยงดูบุตร (แผนกประกันสุขภาพแห่งชาติและเงินบำนาญ ณ ที่ว่าการอำเภอหรือที่ทำงาน)



5 เข้าร่วมชั้นเรียนแม่และพ่อปกครอง (ที่ว่าการอำเภอ)



6 การคลอดบุตร



2 สิ่งที่ต้องทำหลังคลอด I การยื่นเรื่อง

7 แจ้งเกิด (แผนกประชากร ณ ที่ว่าการอำเภอ)



*กรณีเกิดในต่างประเทศให้ยื่นแจ้งเกิดภายใน 3 เดือน

8 ทำประกันสุขภาพ (แผนกประกันสุขภาพแห่งชาติและเงินบำนาญ ณ ที่ว่าการอำเภอหรือที่ทำงาน)



9 เงินสงเคราะห์บุตร (แผนกสวัสดิการสุขภาพ ณ ที่ว่าการอำเภอ)



10 การรักษาพยาบาลบุตร (แผนกสวัสดิการสุขภาพ ณ ที่ว่าการอำเภอ)



11 การยื่นเรื่องที่สถานทูตและสำนักงานตรวจคนเข้าเมือง



*กรณีเกิดในญี่ปุ่น ให้ยื่นคำร้องขออนุญาตพำนักสำหรับทารกภายใน 30 วันหลังคลอด
*กรณีทั้งพ่อและแม่เป็นชาวต่างชาติ ให้ไปขอรับสัญชาติทารกที่สถานทูต (สถานกงสุล) ของแต่ละประเทศ

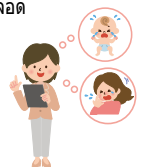
- 1 หากต้องการล่ามช่วยดำเนินการยื่นเรื่องดังกล่าวข้างต้น กรุณาปรึกษาล่วงหน้าอย่างน้อย 1 สัปดาห์
- 2 จัดให้คำปรึกษาฟรีสำหรับชาวต่างชาติเกี่ยวกับ "การเข้าประเทศ, การรับรองสถานภาพการพำนัก, การยื่นขอสัญชาติ ฯลฯ" "กฎหมาย" และ "การให้คำปรึกษาด้านจิตวิทยา" เดือนละ 1 ครั้ง
- 3 เรายังให้คำแนะนำเกี่ยวกับการเรียนภาษาญี่ปุ่นและชั้นเรียนภาษาญี่ปุ่นพร้อมบริการฝึกเลี้ยงดูเด็กด้วย
- 4 หากมีปัญหาหรือมีข้อสงสัยอื่นๆ สามารถติดต่อสอบถามตามเบอร์โทรศัพท์ที่ระบุไว้ด้านขวาได้

3 สิ่งที่ต้องทำหลังคลอด II เรื่องสุขภาพ

12 ตรวจสอบสุขภาพทารกอายุ 1 เดือนและตรวจร่างกายคุณแม่



13 การเยี่ยมทารก *ไม่เสียค่าใช้จ่าย



14 การฉีดวัคซีน

นำใบตรวจสุขภาพเบื้องต้นและสมุดบันทึกสุขภาพแม่และเด็กไปยังโรงพยาบาล (เช่น แผนกกุมารเวช) เพื่อรับการฉีดวัคซีน

*มีวัคซีนที่รัฐแนะนำให้ฉีด (ไม่เสียค่าใช้จ่าย) และวัคซีนอื่นๆ (เสียค่าใช้จ่าย)
*ปรึกษาเรื่องกำหนดการฉีดวัคซีน กับทางโรงพยาบาลหรือที่ว่าการอำเภอ



15 ตรวจสอบสุขภาพทารกและเด็กก่อนวัยเรียน (แผนกกุมารเวชและทันตกรรม)

*สามารถใช้บัตรตรวจสุขภาพได้

- ตรวจสอบสุขภาพทารกเมื่ออายุครบ 4 เดือน
- ตรวจสอบสุขภาพทารกเมื่ออายุครบ 7 เดือน
- ตรวจสอบสุขภาพเมื่ออายุครบ 1 ปี 6 เดือน
- ตรวจสอบสุขภาพปากและฟันเมื่อเด็กอายุครบ 1 ปี 6 เดือน
- ตรวจสอบสุขภาพเมื่อเด็กอายุครบ 3 ปี
- ตรวจสอบสุขภาพปากและฟันเมื่อเด็กอายุครบ 3 ปี



4 ก่อนเข้าโรงเรียนประถมศึกษา

16 ชั้นเรียนเลี้ยงดูเด็ก ฯลฯ

มีการจัดกิจกรรมชั้นเรียนเลี้ยงดูเด็ก ให้คำปรึกษาเกี่ยวกับทารกและเด็กก่อนวัยเรียน ห้องเรียนโภชนาการ ฯลฯ ณ ที่ว่าการอำเภอและศูนย์ส่งเสริมกิจกรรมชุมชน



*เรามีพื้นที่สำหรับทำกิจกรรมร่วมกับพ่อแม่และเด็ก
a. ห้องสานสัมพันธ์แม่ลูก ณ ที่ว่าการอำเภอ (ไม่เสียค่าบริการ)
b. ลานกิจกรรมแลกเปลี่ยนสานสัมพันธ์การเลี้ยงดูบุตร (เสียค่าบริการ)
c. บ้านของเด็ก (เสียค่าบริการ)

17 เข้าสถานรับเลี้ยงเด็ก (แผนกสวัสดิการสุขภาพ ณ ที่ว่าการอำเภอ)

กรณีที่ผู้ปกครองไม่สามารถเลี้ยงดูบุตรที่บ้านได้เนื่องจากต้องไปทำงานหลังคลอด ฯลฯ สามารถฝากเด็กไว้ที่ "สถานรับเลี้ยงเด็ก" ได้ โดยควรปรึกษากับทางที่ว่าการอำเภอเสียแต่เนิ่นๆ



*สามารถขอเข้าสถานรับเลี้ยงเด็กได้ และโปรดติดต่อโดยตรงไปยังสถานรับเลี้ยงเด็กที่สนใจ

18 เข้าโรงเรียนอนุบาล (โรงเรียนอนุบาลแต่ละแห่ง)

เด็กที่ไม่ได้เข้าสถานรับเลี้ยงเด็ก เมื่ออายุครบ 3 ปีแล้วสามารถเข้า "โรงเรียนอนุบาล" ได้ตั้งแต่ครบวันเกิดจนถึงก่อนเข้าเรียนชั้นประถมศึกษา เด็กจะได้คุ้นเคยกับสังคมญี่ปุ่นและการอยู่ร่วมกับผู้อื่นตั้งแต่ก่อนเข้าเรียนประถม



19 เข้าโรงเรียนประถมศึกษา (แผนกประชากร ณ ที่ว่าการอำเภอ)

เด็กที่ไม่ได้ถือสัญชาติญี่ปุ่น ให้ยื่น "ใบคำร้องขอเข้าเรียนตามระบบการศึกษาภาคบังคับ" ที่แผนกประชากร (กรณีมีทะเบียนบ้านอยู่ในเขต ณ วันที่ 1 กันยายน เอกสารจะถูกส่งมาทางไปรษณีย์)



*เด็กที่ต้องการคำชี้แนะภาษาญี่ปุ่นหรือความช่วยเหลือด้านการเรียน กรุณามาปรึกษาคณะกรรมการการศึกษา

★ ศูนย์ให้บริการข้อมูลชาวต่างชาติ สมาคมแลกเปลี่ยนนานาชาติคิตะคิว มุลนิธิ เพื่อสาธารณประโยชน์

☎ 093-643-5931

(ภาษาญี่ปุ่น : อังคาร-อาทิตย์)

☎ 093-643-6060

(ภาษาญี่ปุ่น อังกฤษ จีน เกาหลี : อังคาร-ศุกร์)

(ภาษาเวียดนาม : อังคาร-พุธ)

พิมพ์โดย : (มูลนิธิ) สมาคมแลกเปลี่ยนนานาชาติคิตะคิว
เวลาให้บริการ : 10:00 - 19:00 น. วันหยุด : ทุกวันจันทร์ และ 29 ธ.ค. - 3 ม.ค.
อีเมล : kia@kitaq-koryu.jp URL : http://www.kitaq-koryu.jp/

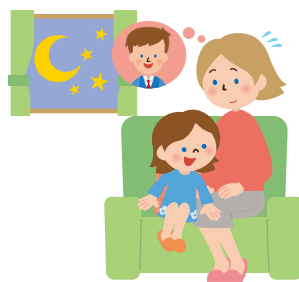
こんなときは?

よくある相談



Q1

日本に友達がいません。日本語にも自信がありません。主人も仕事が忙しいのでいつも帰りが遅くて、子どもと二人だけで家にいるととても不安です。



A1

お子さんと一緒に「ママとパパのための日本語教室」に来てみませんか? 日本語の勉強をしながら、子育て中の外国人ママやパパと友達になったり、日本のいろいろなことを教えてもらったりできます。勉強をしている間、生後6か月以上の子どもは、託児室で面倒をみてもらえるので安心です(生後6か月未満の赤ちゃんについてはご相談ください)。託児を利用する場合は1回500円ですが、授業料は無料です。妊娠中のお母さんやこれからお父さんになる方の参加もできます。



【小倉教室】

場 所：子育てふれあい交流プラザ（小倉北区浅野 3-8-1 AIM3 階→J R小倉駅北口より歩いて5分）

時 間：金曜日 10:30～12:00

【黒崎教室】

場 所：子どもの館（八幡西区黒崎 3-15-3 COM CITY7 階→J R黒崎駅より歩いてすぐ）

時 間：木曜日 10:30～12:00

※はじめて来る時にはかならず連絡をしてください。

Q2

産婦人科や小児科に行くときに、うまく日本語で説明ができません。それにお医者さんが言っていることもよく分からないのですが、聞き返すのも恥ずかしいから困ることがあります。



A2

北九州国際交流協会では、病院で通訳をしてくれる医療通訳者の派遣を行っています。料金は基本的に無料（有料の場合もあります）ですが、病院の承諾がないと派遣できないので、病院に行く5日前までに予約をしてください。

また、保育所や幼稚園の見学や、学校の保護者面談、赤ちゃん訪問、その他、役所での手続きなどについては、行政通訳者の派遣もできます。料金は無料です。必ず5日前までに予約をしてください。ただし、買物、入国管理局や警察などの専門的な知識が必要な通訳、保育所・幼稚園生活での日常的な子どもへの通訳、家族間でのプライベートな通訳などには派遣できません。



Q3

自分は母親・父親としてダメな気がして子どもに申し訳なく思っています。何もないのに涙が出てきたり、子どもに怒鳴ったりしてしまうこともあります。料理も洗濯も掃除もなにひとつできていない自分が情けないです。



A3

子育てをしていると、横になってぐっすり眠ることができなったり、トイレを我慢することもありますよね。これまでとは違って、自分のペースで生活できなくなるので、心や体がついていけなくなるのも当然です。

北九州市では、子どもが生まれたら、保健師等が訪問し、子どもの健康状態、子育てや産後の生活等について相談に応じています。保健師さんは、妊娠中から子育て中の間に、何か悩んだり分からない時に相談にのってくれる専門家です。対応は日本語のみですが、もちろん通訳もつけられます(⇒Q2参照)。

また、臨床心理士による心理カウンセリングを無料で受けることもできます。カウンセリングは、問題が深刻になる前に心を元気にしていくための場でもあります。自分の悩みはたいしたことないから…と遠慮する必要はありません。

どちらも、まず外国人インフォメーションセンターにご相談ください。どうすれば自分らしく子育てをしているか、相談員と一緒に考えましょう。秘密は守ります。



Q4

仕事をしたいと思っていますが、子どもを何歳から預けることができるのか、保育所は幼稚園とどう違うのか、どこに申し込んだらいいのかわかりません。仕事の探し方や、市営住宅の申し込み方、在留資格の変更のことなど分からないことがたくさんあります。



A4

分からないことは気軽に外国人インフォメーションセンターにお尋ねください。国籍・日本語力・在留資格などに関わらず、どんな方でも無料でご利用いただけます。対応時間内であれば、予約はいらないのでいつでもご連絡ください。弁護士や行政書士など専門家による相談会もあります。秘密は守ります。



上記(外国人のための相談・日本語教室・通訳派遣など)のお申込み・お問い合わせは

★北九州国際交流協会

【日本語】

電 話：093-643-5931

メール：kia@kitaq-koryu.jp

曜 日：火曜～日曜(月曜と年末年始は休館)

時 間：9:00～19:00(来館の場合は10:00～19:00)

言 語：日本語

★外国人インフォメーションセンター

【日本語・英語・中国語・韓国語・ベトナム語】

電 話：093-643-6060

メール：helpdesk@kitaq-koryu.jp

曜 日：火曜～金曜(月曜・土曜・日曜、祝日、年末年始は休館)

時 間：10:00～16:00

※ベトナム語の対応は、火曜・水曜日のみ。

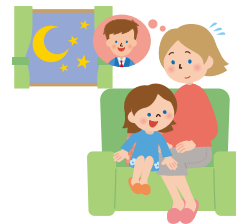
※上記以外の言語については、予約制で対応できます。

※お急ぎの場合は、北九州国際交流協会【日本語・英語】にご連絡ください。

What Should I Do? FAQ

Q1

I have no friends in Japan and I can't speak Japanese well. My husband is busy with work and comes home late, so it's just me and the two kids at home. I'm worried what to do if something happens.



A1

Why not come along with your kids to our Japanese Classroom for Mums and Dads? You can study Japanese, make friends with other parents from overseas raising children in Japan and learn lots about Japan too. We can look after any child older than 6 months for you at our day-care, so that you can study in peace (if you have a child under 6 months of age please consult with us.) It costs 500 yen/time to use our day-care facilities but the class is free! Expecting mothers and fathers can take part too.



[Kokura Classroom]

Where : Kosodate Fureai Koryu Plaza

(AIM Building 3F, Asano 3-8-1, Kokurakita-ku → 5 mins on foot from JR Kokura Station, North Exit)

When : Fridays 10:30 - 12:00

[Kurosaki Classroom]

Where : Kodomo no Yakata (COMCITY 7F, Kurosaki 3-15-3, Yahatanishi-ku → Next to Kurosaki Station)

When : Thursdays 10:30 - 12:00

*Please contact us in advance if it is your first time coming to the class

Q2

When I visit the doctors, I can't explain things very well in Japanese. I don't really understand what the doctor is saying either, and it's embarrassing to keep asking them to repeat themselves. I don't know what to do.



A2

The Kitakyushu International Association KIA offers a medical interpreter dispatch service. In general we can dispatch interpreters to hospitals for free (there may be a small fee in some cases), however we require the hospitals permission to do so. Please make a reservation with us at least 5 days in advance.

We also dispatch administrative interpreters who can interpret for you for visiting kindergartens and nurseries for a tour, parent-teacher conferences at school, baby check-up visits by nurses, and other administrative procedures. The service is free of charge. Please make a reservation with us at least 5 days in advance. We cannot dispatch our interpreters for cases that require specialist interpretation e.g. immigration and police issues; general interpretation at kindergartens and nursery's; and interpretation for private purposes e.g. shopping or interpretation between family members.



Q3

I think I am a terrible parent and feel bad for my child. I'm always crying and getting angry at my kids for no reason. I can't even cook, clean nor do the laundry. I'm useless.



A3

Raising a child is difficult especially in a foreign country. You can't do things at your own pace and it puts a burden on your physical and mental health. The City of Kitakyushu is here to help with post-natal nurse visits to check up on the health of you and your baby. If you have anything you are worried about, don't hesitate to ask them. They are specialists who can provide you with help and support throughout your pregnancy and after childbirth. Whilst they can only speak Japanese, we can organize for an interpreter to accompany them (See Q2).

If you are worried about your mental health or want to receive counselling, we offer psychological counselling for free with a clinical psychologist.

There is nothing to be ashamed about, so if you feel that you need help come and consult with us as soon as possible.

If you need help with any of the above come and find us at the KIA Foreigner Information Center. All consultations are confidential.



Q4

I want to find a job, but I'm not sure from what age I can put my child in day-care, what the differences between nursery schools (*Hoikuen*) and kindergartens (*Youchien*) are, or where I should even apply. I don't know how to look for a job in Japan, I want to apply for city housing but don't know how and I need to change my visa but don't know what to do.



A4

You can consult with us about anything at the KIA Foreigner Information Center. Regardless of nationality, Japanese ability or visa anybody can consult with us for free. As long as you call us or come along during our opening hours, you don't even need a reservation. We can also help you find professional help with lawyers, public notaries and other experts. All consultations are confidential.



To apply for/enquire about any of the above services (Foreign language consultation/Japanese classrooms/Interpreter dispatch etc.) please contact us below.

★ **Kitakyushu International Association KIA**
【Japanese】

TEL: **093-643-5931**

Email : kia@kitaq-koryu.jp

Open : Tues – Sun (Closed Mondays/New Year's Holiday)

9:00 ~ 19:00 (Doors open from 10:00)

Language : Japanese

★ **KIA Foreigner Information Centre**
【Japanese/English/Chinese/Korean/Vietnamese】

TEL: **093-643-6060**

Email : helpdesk@kitaq-koryu.jp

Open : Tues – Fri (Closed Mondays/Weekends/New Year's Holiday)

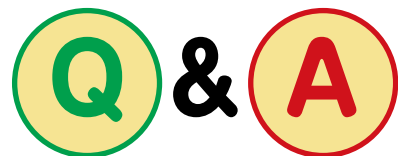
10:00 ~ 16:00

*Vietnamese Tues – Weds only

*Other languages available on reservation

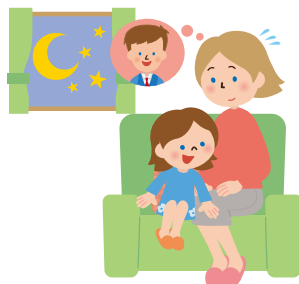
*If it is an emergency and we are closed call the Kitakyushu International Association KIA (Japanese/English).

经常有的咨询



Q1

在日本没有朋友。对于自己的日语没有自信。丈夫的工作也很忙，经常回家很晚，总是只有自己和两个孩子两个人在家心里很是不安。



A1

您和孩子一起来 [妈妈和爸爸的日语教室] 怎么样？在学习日语的同时，可以和育儿中的外国国籍的妈妈或者爸爸成为朋友，可以和他们学习到很多关于日本的知识。在您学习期间，会有人在托儿室中替您照顾出生 6 个月以上的儿童（如果您的孩子未满 6 个月，请和我们商谈）。利用托儿设施的情况是一次 500 日元。上课是免费的。孕中的妈妈或者是今后要当爸爸的人士都可以参加。



【小仓教室】

地 点：育儿交流广场（小仓北区浅野 3-8-1AIM3 层→ JR 小仓站北出口徒步 5 分钟）

时 间：星期五 10：30～12：00

【黑崎教室】

地 点：儿童馆（八幡西区黑崎 3-15-3COM CITY7 层→ JR 黑崎站附近）

时 间：星期四 10：30～12：00

※第一次来馆时请务必事先与我们联系。

Q2

去妇产科或者小儿科就医时，不能很流利地使用日语说明自己的状况。并且医生所说的内容也不是很清楚，更不好意思让医生再重复说一遍。为此很困扰。



A2

目前北九州交流协会有向医院派遣医疗翻译者。基本上是免费的（也有的情况收费），因为没有医院的许可是不可以使用医疗翻译，所以最迟是在去医院就医的 5 日前，请预约医疗翻译。

并且，在参观保育所或者幼儿园、学校的家长会、看访婴儿、或者其他在区役所办手续时，也可以派遣行政翻译者。是免费的。最迟要在 5 日之前预约。但是，购物、去入国管理局或者警察局等需要专业性知识的翻译以及在保育所或者幼儿园给孩子做普通日常的翻译、或者家庭成员之间的比较隐私的翻译，是不可以申请使用行政翻译的。



Q3

有时候会出现觉得自己作为母亲，父亲不行，感到对不起孩子。有时候还不为什么却情不自禁地流起眼泪来，责备孩子。连做饭菜，洗衣服和打扫房屋的事也做不好，感到自己很无能的情况。



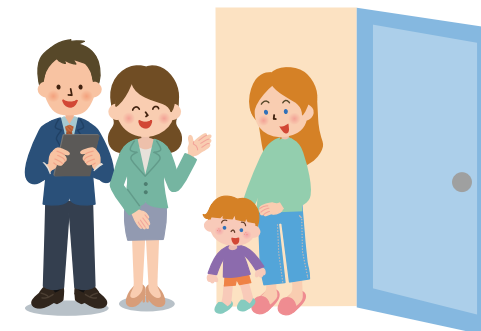
A3

在育儿期间，有时候会出现不能横躺着休息或睡熟，不能常去厕所的情况。这是由于现在和以前生活大有不同，不能以自己的步调生活，心情和身体跟不上变化而出现的症状。

在北九州生完孩子后，保健师等专职人员会进行家访，您可以对婴儿的健康状态，育儿或产后生活等进行咨询。当您在怀孕和育儿期间中，遇到有什么不明白的地方或有烦恼的事项时，保健师可以从专家的观点来为您提供帮助。咨询用日语进行，当然也可以派遣翻译。请参照 2

另外，还可以免费接受临床心理士的心理咨询。心理咨询是为了在问题变得严重之前，帮助解决或减轻您心情低落的地方。无论您的烦恼大小，请不要客气随时前来咨询。

首先请向外国人咨询中心询问。让我们咨询员和您一起考虑怎样做好自己理想的育儿。我们严守秘密。



Q4

想工作，不过不知道从几岁起可以开始托儿，不明白保育园与幼儿园的不同之处，在哪里申请才好。不明白找工作的方法，怎样申请市营住宅，不懂在留资格变更手续等。



A4

如有上列不明白的事情，请随时向外国人咨询中心询问。无论您的国籍，日语水平，在留资格如何，皆能免费利用我们的服务。如在工作时间内，请随时向我们联络，不需预约。还有由律师，行政书士等专家的咨询会。我们严守秘密。



有关上述面对外国人士咨询，日语教室，派遣翻译等事项，请向以下各处询问。

★北九州国际交流协会

【日语】

电 话：093-643-5931

电子邮件：kia@kitaq-koryu.jp

日 期：周二～周日（周一和年末年初休息）

时 间：9:00～19:00（来访 10:00～19:00）

语 言：日语

★外国人咨询中心

【日语・英语・汉语・韩语・越南语】

电 话：093-643-6060

电子邮件：helpdesk@kitaq-koryu.jp

日 期：周二～周五（周一周六周日节假日年末年初休息）

时 间：10:00～16:00

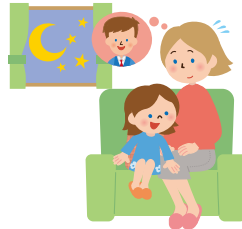
越南语利用只有周二和周三
上述以外的语言，经过可以经过预约利用。
紧急时，请向北九州国际交流协会「日语・英语」联系

Lúc như thế này thì?

Q & A Tư vấn thường gặp

Q1

Tôi không có bạn ở Nhật. Tôi cũng không tự tin với tiếng Nhật. Chồng tôi cũng bận việc nên lúc nào cũng về nhà muộn nên khi ở nhà với con chỉ có hai người thì tôi rất lo lắng.



A1

Bạn có muốn thử tới “Lớp học tiếng Nhật cho ba và mẹ” cùng với con bạn không? Bạn có thể trở thành bạn bè với ba hay mẹ người nước ngoài đang nuôi con hay được chỉ cho nhiều kiến thức khác nhau về Nhật Bản trong lúc vừa học tiếng Nhật. Trong lúc đang học, con 6 tháng tuổi trở lên sẽ được chăm sóc ở phòng giữ trẻ nên rất yên tâm (đối với bé chưa đầy 6 tháng tuổi thì xin hãy liên lạc tư vấn). Trường hợp sử dụng dịch vụ giữ trẻ thì 500 yen 1 lần còn tiền học phí thì miễn phí. Người mẹ đang mang thai hay quý vị sắp trở thành bố cũng có thể tham gia.



[Lớp học Kokura]

Địa điểm: Quảng trường giao lưu tiếp xúc thân mật nuôi dạy con Kosodate Fureai Koryu Puraza (Tầng 3 AIM, 3-8-1 Asano, Kokurakita-ku → Đi bộ 5 phút từ cổng bắc ga JR Kokura)

Thời gian: Thứ sáu 10:30 ~ 12:00

[Lớp học Kurosaki]

Địa điểm: Tòa nhà trẻ em Kodomonoyakata

(Tầng 7 COM CITY, 3-15-3 Kurosaki, Yahironishi-ku → Đi bộ là tới ngay từ ga JR Kurosaki)

Thời gian: Thứ năm 10:30 ~ 12:00

*Khi tới đây lần đầu tiên thì xin bạn hãy nhất định liên lạc trước.

Q2

Khi đi tới khoa sản phụ hay khoa trẻ em thì tôi không thể giải thích tốt bằng tiếng Nhật. Thêm nữa, tôi cũng không hiểu rõ những điều mà bác sỹ nói, việc hỏi lại cũng làm tôi xấu hổ nên có khi tôi gặp rắc rối.



A2

Tại Hiệp hội giao lưu quốc tế Kitakyushu thì chúng tôi thực hiện việc phái cử thông dịch viên y tế, người sẽ giúp thông dịch tại bệnh viện. Tiền phí thì về cơ bản là miễn phí (cũng có trường hợp thu phí) nhưng nếu không có sự đồng ý cho phép của bệnh viện thì không thể cử đi được nên bạn hãy hẹn trước với hạn chót là 5 ngày trước khi đi tới bệnh viện. Ngoài ra, đối với việc tham quan trường trông giữ trẻ hay trường mẫu giáo, buổi thảo luận người bảo hộ của trường học, việc ghé thăm trẻ sơ sinh, bên cạnh đó, các thủ tục tại trung tâm hành chính v.v... thì chúng tôi cũng có thể phái cử thông dịch viên hành chính. Tiền phí là miễn phí. Xin hãy nhất định đặt hẹn trước với hạn chót là trước đó 5 ngày. Tuy vậy, đối với việc mua sắm, thông dịch cần kiến thức chuyên môn như Cục quản lý xuất nhập cảnh hay cảnh sát v.v..., thông dịch cho trẻ em thường ngày trong sinh hoạt trường trông giữ trẻ, nhà trẻ, thông dịch riêng tư giữa các gia đình v.v... thì chúng tôi không thể phái cử.



Q3

Tôi nhận thấy bản thân không xứng đáng làm cha, làm mẹ và cảm thấy có lỗi với con. Cũng có khi không có chuyện gì mà nước mắt cứ trào ra hay lỡ quát mắng con. Tôi cảm thấy thương hại bản thân không làm được bất kỳ việc gì dù là nấu ăn, giặt giũ hay dọn dẹp.



A3

Khi đang nuôi con thì cũng có khi không thể nằm xuống mà ngủ say hay phải nhin chuyện về sinh nhĩ? Cuộc sống sẽ khác với trước đây và không thể sinh hoạt theo nhịp của bản thân được nên tinh thần hay thể xác không theo kịp cũng là chuyện đương nhiên.

Tại thành phố Kitakyushu thì khi trẻ em được sinh, y tá sức khỏe cộng đồng v.v... sẽ ghé thăm và tư vấn nếu bạn cần về cuộc sống sau khi sinh, việc nuôi dạy con cái hay tình trạng sức khỏe của con bạn v.v... Y tá sức khỏe cộng đồng là những chuyên gia giúp tư vấn khi lo lắng hay không hiểu điều gì đó trong thời gian từ khi bạn đang mang thai tới khi đang nuôi dạy con cái. Hỗ trợ thì chỉ bằng tiếng Nhật nhưng tất nhiên thông dịch viên cũng được cử tới (⇒ tham chiếu Q2).

Ngoài ra, bạn cũng có thể nhận miễn phí tư vấn tâm lý bởi chuyên viên tâm lý lâm sàng. Tư vấn tâm lý cũng là nơi để làm cho tinh thần mạnh khỏe trước khi vấn đề trở nên nghiêm trọng. Bạn không cần phải ngần ngại rằng vì nỗi lo lắng phiền muộn của bản thân chẳng có gì to tát ...

Dù là thứ gì thì trước hết xin hãy liên hệ tư vấn với trung tâm thông tin người nước ngoài. Chúng ta hãy cùng suy nghĩ với tư vấn viên xem làm thế nào để có thể nuôi con theo cách riêng của bản thân. Chúng tôi sẽ giữ bí mật cho bạn.



Q4

Tôi đang muốn đi làm nhưng không rõ từ mấy tuổi thì có thể gửi trẻ, trường trông giữ trẻ và nhà trẻ khác nhau như thế nào, đăng ký ở đâu thì được. Có rất nhiều việc tôi không biết như cách tìm việc, cách đăng ký nhà ở do thành phố quản lý, việc thay đổi tư cách lưu trú v.v...



A4

Việc bạn không hiểu thì xin hãy thoải mái hỏi thăm tới trung tâm thông tin người nước ngoài. Bất kể quốc tịch, năng lực tiếng Nhật, tư cách lưu trú v.v..., quý vị nào cũng có thể sử dụng miễn phí. Nếu trong thời gian hỗ trợ thì không cần hẹn trước nên xin hãy liên lạc bất kỳ lúc nào. Có cả những buổi tư vấn bởi các chuyên gia như luật sư hay chuyên viên hành chính được chứng nhận. Chúng tôi sẽ giữ bí mật cho bạn.



Việc đăng ký, liên hệ nói trên (phái cử thông dịch – lớp học tiếng Nhật – tư vấn cho người nước ngoài v.v...) thì như sau

★Hiệp hội giao lưu quốc tế Kitakyushu

[Tiếng Nhật]

Điện thoại : **093-643-5931**

Email : kia@kitaq-koryu.jp

Ngày trong tuần : Thứ ba ~ chủ nhật
(Thứ hai và dịp năm mới thì đóng cửa)

Thời gian : 9:00 ~ 19:00
(Trường hợp tới tận nơi thì 10:00 ~ 19:00)

Ngôn ngữ : Tiếng Nhật – Tiếng Anh

★Trung tâm thông tin người nước ngoài

[Tiếng Nhật – Tiếng Anh – Tiếng Trung – Tiếng Hàn – Tiếng Việt]

Điện thoại : **093-643-6060**

Email : helpdesk@kitaq-koryu.jp

Ngày trong tuần : Thứ ba ~ thứ sáu
(Thứ hai, thứ bảy, chủ nhật, ngày lễ, dịp năm mới thì trung tâm đóng cửa)

Thời gian : 10:00 ~ 16:00

*Hỗ trợ tiếng Việt thì chỉ thứ ba và thứ tư.

*Với các ngôn ngữ ngoài ở trên ra thì chúng tôi có thể hỗ trợ theo chế độ hẹn trước

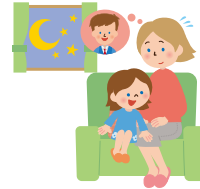
*Trường hợp vội thì xin hãy liên lạc tới Hiệp hội giao lưu quốc tế Kitakyushu [Tiếng Nhật – Tiếng Anh]

คำถามที่มักพบบ่อย



Q1

ไม่มีเพื่อนที่ญี่ปุ่น อีกทั้งยังไม่มั่นใจภาษาญี่ปุ่นของตัวเอง
สามีกลับบ้านดึกตลอดเพราะงานยุ่ง กังวลมากเวลาที่อยู่บ้านกับลูกแค่สองคน



A1

ลองพาคุณลูกมาเข้าร่วม "ชั้นเรียนภาษาญี่ปุ่นเพื่อคุณแม่และคุณพ่อ" ด้วยกันดีไหมคะ
เรียนภาษาญี่ปุ่นไปด้วยแถมยังได้เพื่อนใหม่เป็นคุณพ่อคุณแม่ชาวต่างชาติที่กำลังเลี้ยงลูกเล็กพร้อมทั้งได้ความรู้เกี่ยวกับประเทศญี่ปุ่นหลาย
อย่างด้วย ระหว่างเรียนคุณแม่สบายใจได้เพราะมีบริการรับฝากเลี้ยงเด็กอายุตั้งแต่ 6 เดือนขึ้นไปให้ค่ะ
(สำหรับทารกอายุยังไม่ถึง 6 เดือน คุณแม่ลองเข้ามาปรึกษาเจ้าหน้าที่ดูก่อนนะคะ)
หากต้องการใช้บริการฝากเลี้ยงเด็กจะมีค่าบริการครั้งละ 500 เยน ส่วนค่าเรียนฟรีค่ะ
คุณแม่ที่กำลังตั้งครรภ์หรือคนที่กำลังจะเป็นคุณพ่อก็สามารถเข้าร่วมได้นะคะ

[ชั้นเรียนโคคุระ]

สถานที่: ลานกิจกรรมแลกเปลี่ยนสานสัมพันธ์การเลี้ยงดูบุตร
(3-8-1 AIM ชั้น 3 อะซะโนะ เขตโคคุระเคะ → เดิน 5 นาทีจากทางออกทิศเหนือของสถานี JR โคคุระ)
เวลา: วันศุกร์ 10:30 - 12:00 น.

[ชั้นเรียนคุโรสะกิ]

สถานที่: บ้านของเด็ก (Kodomo no Yakata)
(3-15-3 COM CITY ชั้น 7 คุโรสะกิ เขตยะสะตะนิชิ → เดินไม่ไกลจากสถานี JR คุโรสะกิ)
เวลา: วันพฤหัสบดี 10:30 - 12:00 น.

*กรุณาดูติดต่อก่อนล่วงหน้าเมื่อมาเป็นครั้งแรก



Q2

เวลาไปแผนกสูตินรีเวชหรือแผนกกุมารเวช ไม่สามารถอธิบายเป็นภาษา
ญี่ปุ่นอย่างที่ควรได้ อีกทั้งยังไม่ค่อยเข้าใจสิ่งที่คุณหมอพูดด้วย
จะถามซาก็ไม่กล้าไม่รูจะทำอย่างไร



A2

สมาคมแลกเปลี่ยนนานาชาติคิดะคิวชู
มีบริการจัดส่งล่ามทางการแพทย์เพื่อช่วยแปลภาษาที่โรงพยาบาลให้ โดยทั่วไปจะไม่คิดค่าบริการ
(แต่บางกรณีก็คิดค่าบริการ) ทั้งนี้เราต้องได้รับการยินยอมจากทางโรงพยาบาลก่อนจึงจะสามารถจัดส่งล่ามไปได้
หากต้องการใช้บริการ กรุณาดูติดต่อล่วงหน้าอย่างน้อย 5 วันก่อนไปโรงพยาบาล
นอกจากนี้เรายังสามารถจัดส่งล่ามสำหรับงานราชการ เช่น การเยี่ยมชมสถานรับเลี้ยงเด็กและโรงเรียนอนุบาล
การสัมภาษณ์ผู้ปกครองที่โรงเรียน การไปเยี่ยมทารกและการยื่นเรื่องต่างๆ ณ สถานที่ราชการ
โดยไม่คิดค่าบริการ แต่ต้องจองล่วงหน้าอย่างน้อย 5 วัน ทั้งนี้ เราไม่สามารถจัดส่งล่ามช่วยซื้อของ
ล่ามที่ต่อมีความรู้เฉพาะทางเช่นเรื่องสำนักงานตรวจคนเข้าเมืองหรือสำนักงานตำรวจ ล่ามประจำวันสำหรับเด็กที่อยู่ใน
สถานรับเลี้ยงเด็กหรือโรงเรียนอนุบาล และล่ามเรื่องส่วนตัวระหว่างสมาชิกในครอบครัว



Q3

รู้สึกว่าตัวเองเป็นแม่เป็นพ่อที่ใช้ไม่ได้ รู้สึกผิดต่อลูก ทั้งๆ
ที่ไม่มีอะไรน่าตกใจออกมาเอง บางทีก็เผลอวาดลูกไปบ้าง ละอายแก่
ใจที่ทำอะไรไม่ได้ดีสักอย่างทั้งอาหาร ซักผ้าหรือทำความสะอาดบ้าน



A3

พอเลี้ยงลูก เราก็ไม่อาจล้มตัวลงนอนหลับได้อย่างสนิทบ้างหรือต้องทนกลืนปัสสาวะบ้างใช้ไหมล่ะคะ ชีวิตจะเปลี่ยนแปลงไปจากเดิม
เราไม่สามารถใช้ชีวิตตามใจตัวเองได้อีก ก็เป็นเรื่องธรรมดาที่ร่างกายและจิตใจของเราจะปรับตัวตามไม่ทัน
ที่เมืองคิดะคิวชู เมื่อมีเด็กเกิดใหม่
เจ้าหน้าที่อนามัยจะเข้าไปเยี่ยมที่บ้านเพื่อให้คำปรึกษาเกี่ยวกับสุขภาพของเด็ก การเลี้ยงดูบุตรและการใช้ชีวิตหลังคลอด ฯลฯ
เจ้าหน้าที่อนามัยเป็นผู้เชี่ยวชาญที่จะคอยให้คำปรึกษาเวลาที่เรากลักรู้หรือมีเรื่องไม่เข้าใจตั้งแต่ช่วงตั้งครรภ์จนถึงช่วงการเลี้ยงดูบุตร
โดยจะให้บริการเป็นภาษาญี่ปุ่นเท่านั้น แต่ก็สามารถจัดหาล่ามช่วยแปลภาษาได้ค่ะ (⇒ อ้างอิง Q2)
นอกจากนี้ยังสามารถเข้ารับบริการให้คำปรึกษาด้านจิตวิทยาโดยนักจิตวิทยาคลินิกได้ฟรี
บริการให้คำปรึกษาเป็นการช่วยให้จิตใจของเราเบื่อกับงานขึ้นก่อนที่ปัญหาจะยิ่งรุนแรง
จึงไม่จำเป็นต้องเกรงใจหรือคิดว่าความกังวลของเราไม่ใช่เรื่องใหญ่โตอะไร...
ไม่ว่าจะเป็นเรื่องใด ขอให้ติดต่อปรึกษาเข้ามาที่ศูนย์ให้บริการข้อมูลชาวต่างชาติก่อนได้เลยค่ะ
มาช่วยกันคิดร่วมกับเจ้าหน้าที่ให้คำปรึกษาของเราว่าทำอย่างไรจึงจะสามารถเลี้ยงดูบุตรในแบบของตัวเองได้
ทุกเรื่องจะถูกเก็บเป็นความลับค่ะ



Q4

ตั้งใจว่าจะทำงาน แต่ไม่ทราบว่าจะสามารถนำลูกไปฝากเลี้ยงได้ตั้งแต่กี่ขวบ
สถานรับเลี้ยงเด็กต่างกับโรงเรียนอนุบาลอย่างไร แล้วต้องสมัครที่ไหน
มีเรื่องที่ไม่รู้เยอะมากทั้งวิธีหางานทำ วิธีสมัครเข้าบ้านพักอาศัยตามโครงการรัฐ
เรื่องการเปลี่ยนแปลงสถานภาพการพำนัก ฯลฯ



A4

ถ้ามีเรื่องที่ไม่ทราบ ขอให้ติดต่อสอบถามมายังศูนย์ให้บริการข้อมูลชาวต่างชาติได้เลยค่ะ ไม่ว่าคุณจะมีสัญชาติใด
มีความสามารถทางภาษาญี่ปุ่นหรือสถานภาพการพำนักใดก็สามารถใช้บริการของเราได้โดยไม่เสียค่าใช้จ่าย
สามารถติดต่อสอบถามเข้ามาได้ตลอดภายในระหว่างเวลาทำการโดยไม่ต้องจองล่วงหน้า มีเจ้าหน้าที่คำปรึกษาโดยผู้เชี่ยวชาญทั้ง
นายความและที่ปรึกษาด้านกฎหมาย ทุกเรื่องจะถูกเก็บเป็นความลับค่ะ



สมัครและติดต่อสอบถามข้างต้น (ขอคำปรึกษาสำหรับชาวต่างชาติ ชั้นเรียนภาษาญี่ปุ่น บริการล่ามแปลภาษา ฯลฯ) ได้ที่

★ สมาคมแลกเปลี่ยนนานาชาติคิดะคิวชู [ภาษาญี่ปุ่น]

เบอร์โทรศัพท์ : 093-643-5931

อีเมล : helpdesk@kitaq-koryu.jp

วันทำการ : อังคารถึงอาทิตย์ (หยุดวันจันทร์และวันหยุดสงกรานต์ปีเก่าต้อนรับปีใหม่)

เวลาทำการ : 9:00 - 19:00 น. (กรณีเดินทางมาติดต่อที่สมาคม 10:00 - 19:00 น.)

ภาษา : ญี่ปุ่นและอังกฤษ

★ ศูนย์ให้บริการข้อมูลชาวต่างชาติ [ภาษาญี่ปุ่น, อังกฤษ, จีน, เกาหลี, เวียดนาม]

เบอร์โทรศัพท์ : 093-643-6060

อีเมล : helpdesk@kitaq-koryu.jp

วันทำการ : อังคารถึงศุกร์ (หยุดวันจันทร์ เสาร์ อาทิตย์ วันหยุดนักขัตฤกษ์และวันหยุดสงกรานต์ปีเก่าต้อนรับปีใหม่)

เวลาทำการ : 10:00 - 16:00 น.

* ภาษาเวียดนามให้บริการเฉพาะวันอังคารและวันพฤหัสบดี

* ภาษาอื่นๆ นอกจากที่ระบุข้างต้นสามารถติดต่อจองล่วงหน้าได้

* กรณีเร่งด่วน กรุณาติดต่อสมาคมแลกเปลี่ยนนานาชาติคิดะคิวชู [ภาษาญี่ปุ่นและภาษาอังกฤษ]