

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 託児つ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

予防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

☎:093-643-5931

★ワンストップインフォメーションセンター

☎:080-6445-2606

(公財)北九州国際交流協会 利用時間:9:00~17:30 閉館日:日曜・祝日・年末年始(12/29~1/3)

E-mail:kia@kitaq-koryu.jp URL:https://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.



*If your child was born abroad you must register the birth within 3 months.

- 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).

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

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.

★Kitakyushu International Association

☎:093-643-5931

Publisher : Kitakyushu International Association

★Information Center for Foreigners

☎:080-6445-2606

Opening hours : 9:00~17:30 Closed : Sunday,National Holidays,New Year Holidays(12/29~1/3)

E-mail:kia@kitaq-koryu.jp URL:https://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岁到中學生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厅(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)。有意向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

外国人咨询中心

☎ 093-643-5931

☎ 080-6445-2606

发行: (公财)北九州国际交流协会

开放时间: 9:00 - 17:30

休馆日: 每周日、节假日、年末年初 (12/29 - 1/3)

Email: kia@kitaq-koryu.jp URL: <https://www.kitaq-koryu.jp/>

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)

(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)

(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.

- 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.

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 chẵn 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
- Phòng tiếp xúc thân mật cha mẹ con cái của trung tâm hành chính quận v.v... (miễn phí)
 - Quảng trường giao lưu tiếp xúc thân mật nuôi dạy con Kosodate Fureai Koryu Puraza (có thu phí)
 - 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.

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

Hiệp Hội Giao Lưu Quốc Tế Kitakyushu

Trung Tâm Thông Tin Người Nước Ngoài

☎ 093-643-5931

☎ 080-6445-2606

Phát hành: (Công ích) Hiệp hội giao lưu quốc tế Kitakyushu

Thời gian mở cửa: 9:00 – 17:30

Ngày đóng cửa: Chủ nhật, ngày lễ, cuối năm và đầu năm (12/29 – 1/3)

Email: kia@kitaq-koryu.jp URL: <https://www.kitaq-koryu.jp/>

แผนสนับสนุนการเลี้ยงดูบุตรสำหรับชาวต่างชาติ

1 ตั้งแต่ตั้งครรภ์จนกระทั่งคลอดบุตร

1 ตรวจสอบการตั้งครรภ์ที่โรงพยาบาล (มีค่าใช้จ่าย)



2 ขอรับสมุดบันทึกสุขภาพแม่และเด็ก (แผนกสวัสดิการสุขภาพ ณ ที่ว่าการอำเภอ) สมุดบันทึกสุขภาพแม่และเด็กจำเป็นสำหรับการตรวจสุขภาพระหว่างตั้งครรภ์และหลังคลอดบุตร มีบัตรตรวจสุขภาพแนบมาในเล่มด้วย



3 เมื่อตั้งครรภ์แล้วเข้ารับการตรวจครรภ์และตรวจสุขภาพเป็นระยะที่แผนกสูติรีเวช *สามารถใช้บัตรลดหย่อนค่าตรวจสุขภาพได้ ดัดสันใจว่าจะคลอดที่ไหนและจองคลอดตั้งแต่ระยะเริ่มตั้งครรภ์



4 ยื่นคำร้องขอรับเงินอุดหนุนค่าใช้จ่ายในการคลอดและเลี้ยงดูบุตร (แผนกประกันสุขภาพแห่งชาติและเงินบำนาญ ณ ที่ว่าการอำเภอหรือที่ทำงาน) ประกันสุขภาพจะจ่ายเงินที่จำเป็นสำหรับการคลอดบุตรส่วนหนึ่ง (390,000 เยน/ 420,000 เยน) ให้แก่โรงพยาบาล



5 เข้าร่วมชั้นเรียนแม่และผู้ปกครอง (ที่ว่าการอำเภอ) *ไม่เสียค่าใช้จ่าย เรียนรู้เรื่องการคลอดและเลี้ยงดูบุตร



6 การคลอดบุตร
ในญี่ปุ่นจะอยู่โรงพยาบาลประมาณ 5 วัน ขอให้ตรวจสอบสิ่งจำเป็นที่ต้องใช้ในโรงพยาบาลและเตรียมไว้ให้พร้อมเสียแต่เนิ่นๆ



2 สิ่งที่ต้องทำหลังคลอด I การยื่นเรื่อง

7 แจ้งเกิด (แผนกประชากร ณ ที่ว่าการอำเภอ) กรณีเกิดในญี่ปุ่นให้ยื่น "แจ้งเกิด" ณ ที่ว่าการอำเภอภายใน 14 วันหลังคลอดและต้องใช้สูติบัตร



*กรณีเกิดในต่างประเทศให้ยื่นแจ้งเกิดภายใน 3 เดือน

8 ทำประกันสุขภาพ (แผนกประกันสุขภาพแห่งชาติและเงินบำนาญ ณ ที่ว่าการอำเภอหรือที่ทำงาน)



9 เงินสงเคราะห์บุตร (แผนกสวัสดิการสุขภาพ ณ ที่ว่าการอำเภอ) "เงินสงเคราะห์บุตร" จะจ่ายให้แก่ผู้ปกครองของเด็กที่อาศัยอยู่ในประเทศญี่ปุ่นตั้งแต่แรกเกิดจนถึงระดับมัธยมศึกษาตอนต้น (มีละ 3 ครั้งในเดือนกุมภาพันธ์ มิถุนายนและตุลาคม)



10 การรักษาพยาบาลบุตร (แผนกสวัสดิการสุขภาพ ณ ที่ว่าการอำเภอ) เมื่อบุตรเข้ารับการรักษาน ณ สถานพยาบาลภายในจังหวัดให้แสดง "บัตรประกันสุขภาพ" และ "ใบรับรองการรักษาพยาบาลเด็ก" จะช่วยลดภาระค่าใช้จ่ายลงได้



11 การยื่นเรื่องที่สถานทูตและสำนักงานตรวจคนเข้าเมือง




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


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

3 สิ่งที่ต้องทำหลังคลอด II เรื่องสุขภาพ

12 ตรวจสอบสุขภาพทารกอายุ 1 เดือนและตรวจร่างกายคุณแม่
 ตรวจสอบสุขภาพและพัฒนาการของทารกและตรวจการฟื้นฟูร่างกายคุณแม่ ณ โรงพยาบาลที่คลอด




13 การเยี่ยมทารก *ไม่เสียค่าใช้จ่าย
 เจ้าหน้าที่อนามัยจากรัฐจะเข้าเยี่ยมทารกภายใน 4 เดือนหลังคลอด นอกจากเข้ามาตรวจดูพัฒนาการของทารกแล้ว ก็จะสอบถามเรื่องสภาพร่างกายของคุณแม่รวมถึงปัญหาต่างๆ




14 การฉีดวัคซีน
 นำใบตรวจสอบสุขภาพเบื้องต้นและสมุดบันทึกสุขภาพแม่และเด็กไปยังโรงพยาบาล (เช่น แผนกกุมารเวช) เพื่อรับการฉีดวัคซีน

*มีวัคซีนที่รัฐแนะนำให้ฉีด (ไม่เสียค่าใช้จ่าย) และวัคซีนอื่นๆ (เสียค่าใช้จ่าย)
 *ปรึกษาเรื่องกำหนดการฉีดวัคซีนกับทางโรงพยาบาลหรือที่ว่าการอำเภอ



15 ตรวจสอบสุขภาพทารกและเด็กก่อนวัยเรียน (แผนกกุมารเวชและทันตกรรม)
***สามารถใช้บัตรตรวจสอบสุขภาพได้**

- 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

- ห้องสามสัปดาห์สำหรับเด็ก ณ ที่ว่าการอำเภอ (ไม่เสียค่าบริการ)
- ลานกิจกรรมแลกเปลี่ยนส่วนสัมพันธ์การเลี้ยงดูบุตร (เสียค่าบริการ)
- บ้านของเด็ก (เสียค่าบริการ)

17 เข้าสถานรับเลี้ยงเด็ก (แผนกสวัสดิการสุขภาพ ณ ที่ว่าการอำเภอ)
 กรณีที่ผู้ปกครองไม่สามารถเลี้ยงดูบุตรที่บ้านได้เนื่องจากต้องไปทำงานหลังคลอด ฯลฯ สามารถฝากเด็กไว้ที่ "สถานรับเลี้ยงเด็ก" ได้ โดยครูปักหมักกับทางที่ว่าการอำเภอเสียแต่เงินๆ



*สามารถขอเข้าสถานรับเลี้ยงเด็กได้ และโปรดติดต่อโดยตรงไปยังสถานรับเลี้ยงเด็กที่สนใจ

18 เข้าโรงเรียนอนุบาล (โรงเรียนอนุบาลแต่ละแห่ง)
 เด็กที่ไม่ได้เข้าสถานรับเลี้ยงเด็ก เมื่ออายุครบ 3 ปีแล้วสามารถเข้า "โรงเรียนอนุบาล" ได้ตั้งแต่วันเกิดจนถึงก่อนเข้าเรียนชั้นประถมศึกษา เด็กจะได้คุ้นเคยกับสังคมญี่ปุ่นและการอยู่ร่วมกับผู้อื่นตั้งแต่ก่อนเข้าโรงเรียนประถม



19 เข้าโรงเรียนประถมศึกษา(แผนกประชากร ณ ที่ว่าการอำเภอ)
 เด็กที่ไม่ได้ถือสัญชาติญี่ปุ่น ให้ยื่น "ใบคำร้องขอเข้าเรียนตามระบบการศึกษาภาคบังคับ" ที่แผนกประชากร (กรณีมีทะเบียนบ้านอยู่ในเขต ณ วันที่ 1 กันยายน เอกสารจะถูกส่งมาทางไปรษณีย์)



*เด็กที่ต้องการคำปรึกษาภาษาญี่ปุ่นหรือความช่วยเหลือด้านการศึกษา กรุณามาปรึกษาคณะกรรมการการศึกษา

★ ศูนย์ให้บริการข้อมูลชาวต่างชาติ สมาคมแลกเปลี่ยนนานาชาติคิตะคิวชู มูลนิธิเพื่อสาธารณสุขประโยชน์

☎ : 093-643-5931

☎ : 080-6445-2606

พิมพ์โดย : (มูลนิธิ) สมาคมแลกเปลี่ยนนานาชาติคิตะคิวชู
 เวลาเปิดให้บริการ : 9:00 ~ 17:30 (ปิดวันอาทิตย์และวันหยุดนักขัตฤกษ์ในช่วงสิ้นปีและวันหยุดปีใหม่)
 Email: kia@kitaq-koryu.jp URL: https://www.kitaq-koryu.jp

แผนกสุขภาพเด็กและวัยรุ่น

外国人のママ・パパが困った！悩んだ！事例集

◎ジャージってなんのこと？ ママ：タイ人 パパ：日本人

小学3年生の娘が社会科見学に行くことになった。学校からのお知らせに、「服装はジャージ」と書いてあった。娘も私も、ジャージとはジャンパーのことだろうと思ったのだが、念のため、夫に確認したところ、運動着とのことだった。娘は危うく他の子と違う格好で登校するところだった。



◎子どもの言葉が遅くて……

ママ：モンゴル人 パパ：日本人

今、一番の気かりは2歳を過ぎた息子の言葉が遅いこと。私はモンゴル語で、夫は日本語で話しかけるため、息子が混乱するのだろうと思っていたが、周りの人から発達障害の可能性もあると言われ、区役所に相談に行った。専門家の先生によれば、障害の有無を判断するには年齢が早すぎるし、言葉の発達には個人差があるとのこと。特に、両親のどちらかが外国人の場合は、2つの言葉が同時に耳に入ってくるため言葉が遅くなる傾向にあるそうで、もう少し様子を見ることになった。



◎切符を買うのも一苦労 ママ：フィリピン人 パパ：日本人

来日した20年前は、日本語の案内標示しかなかった。とても困ったのが駅で切符を買う時。出掛ける時はいつも、夫に降りる駅名を紙に書いてもらい、駅でその紙と券売機の上の漢字とを一つずつ突き合わせながら切符を買った。今ならわからない言葉があってもスマホで簡単に調べられるが、昔は子どもを連れて出かける時でも重たい辞書を持ち歩かなければならず、ただでさえも、おむつやミルクで荷物が多いのに苦労した。



◎自分たちにとっては当たり前なのが……

ママ：インド人 パパ：インド人

娘は小学校の頃、母親よりも肌の色が黒いと同級生にいじめられたことがあった。色々な民族が暮らすインドでは、同じインド人といっても肌の色はさまざま。そのような環境で育った私たちは、そのことを「違い」とすら認識していなかったので、逆に驚いた。世界中には様々な人種がいて、それぞれ肌の色や身体の特徴が違うということを娘のクラスで説明させてもらったが、将来、日本がグローバル化する上で国際理解教育は欠かせないと思う。



◎日本での子育てはきびしい ママ：中国人 パパ：中国人

娘がまだ赤ちゃんの時に、バスで買い物に出掛けたことがあった。途中で娘の機嫌が悪くなり、一生懸命あやしても泣き止まずに困った。前の方の席に座っていた人たちが振り返ってこちらを見るので、いたたまれなくなり、途中でバスを降りた。中国だったら小さな子どもがぐずって泣いても、周りの人たちがみんなであやしてくれるのに……。





◎大学はお金がかかる！ ママ：インド人 パパ：インド人

日本では教育費がとても高い。高校まではほとんどお金がかからなかったので、大学に進学するのにこれほどお金がかかるとは思っていなかった。日本人は子どもが小さなうちから教育資金を積み立てたりするそうだが、自分たちは夫婦ともに外国人なので、そのような知識もなく、息子が大学に入学する時になって慌てた。

◎日中関係にハラハラ ママ：中国人 パパ：日本人

夫とは中国の大学で知り合い、10年前に結婚して、来日した。私自身はもともと日本語が出来たので困った経験はないが、娘が小学校に上がってからは、日中関係がこじれた場合に、中国人の血を引くという理由で娘がいじめられたりしないかと心配である。学校ではいじめの話もよく聞くので、テレビで中国の悪いニュースが流れると不安になる。



◎漢字が読めたら…… ママ：ベトナム人 パパ：ベトナム人

娘が赤ちゃんの頃、レトルトの離乳食が便利そうなので使いたかったが、漢字が読めないで、原材料の表示を見ても何が入っているのかわからず、一度も買うことができなかった。自分で作った離乳食は保存がきかないため、娘にはいつも家で食事をさせたが、外出先で日本人のお母さんが小瓶に入った離乳食を子どもに与えているのを見て、とてもうらやましく思った。

◎せっかく日本に住んでいるのに ママ：カナダ人 パパ：アメリカ人

スーパーに行くと、新発売のものや、いつもと違うものが買いたいと思うのだが、結局、いつも買っている商品を選んでしまう。しょうゆもいろいろな種類があるが、どんな風に使うのかわからない。魚も母国より種類が多くて興味をそられるが、調理法がわからないため、選ぶのは母国でなじみのあったサーモンや鱈ばかり。日本に来て15年になるのに残念。



◎日本語が少しできるために ママ：タイ人 パパ：日本人

役所の窓口では、私が日本語を話せるとわかると、否応なしに日本語で説明をする。しゃべるスピードが速かったり、内容が複雑だったりすると、実はほとんどわからない。説明されてもよく理解できていないので後になって問題が起こる。窓口の人からは「説明した」と責められるが、私が悪いのだろうか？

◎誰に相談すれば？ ママ：ベトナム人 パパ：ベトナム人

北九州市で働く同国人の夫と結婚し、来日した。日本語はベトナムで少し勉強したが、来日してみると私の日本語はほとんど通じなかった。普段の外出は近くのスーパーに買い物に行く程度。夫は仕事で帰りが遅いため、ほとんど丸一日を、自宅で一人きりで過ごす。日本語教室に行きたい気持ちもあるが、バスの乗り方すらわからない。母国語で思いっきりおしゃべりができる友達もほしいが、どんなふうに知り合えばいいのかわからない。最近、涙がこぼれることも多い。



A collection of the struggles of foreign mums and dads in Japan

◎ What is a “jersey” ?...

My daughter a third year elementary school student was scheduled to go on a school trip. The notification from the school said that students were to wear a “jersey” for the visit. Neither I nor my daughter knew what they meant by “jersey”, but I figured they were saying to wear a jumper. Just in case, I checked with my husband ahead of time, and to my surprise found out that it was referring to a full sportswear track suit. I narrowly avoided sending my daughter on the trip in completely the wrong clothes.



◎ Why can't my child speak?...

The thing I am most worried about at the moment is that my two year old son is still unable to speak. I speak to him in my native language and my husband speaks to him in Japanese; we are worried this might have confused him. This summer, we visited my hometown as a family; it's the first time we have been back in a while. My husband had to return to Japan early due to his work, however, I and my son were able to spend the whole summer at home with my parents. I thought under these circumstances my son would surely start speaking, but he is still unable to speak either Chinese or Japanese. Worried that he may be suffering from a developmental disorder, I went to the ward office to consult with a specialist. According to the specialist my son is still too young for them to be able to judge as to whether or not he has this kind of disorder, and the age at which a child learns to speak varies from individual to individual. Furthermore, they informed me that there is a tendency for children whose parents speak two or more languages to be slower in developing the ability to speak. For now, I have decided to wait and watch to see how things go.



◎ How can buying a ticket be this difficult...

It was quite a while ago, but when I first arrived in Japan there was no *romaji* or English written on signs. One thing I really struggled with was buying tickets at the train station. The names for all the stations on the ticket machine were written in *kanji* characters, so every time I wanted to go out I would have to ask my husband to write the name of the station on a piece of paper for me and play a game of matching the name he had given me with the one on the screen. Nowadays, if there is a word you don't know you can easily look it up on your smartphone, but back then when I used to take my children out with me I would have to carry a dictionary around everywhere. Already worn down by the heavy burden of carrying nappies and milk, this was just another weight on my shoulders.



◎ Things that we consider to be the norm...

My daughter takes after her father, and her skin is noticeably darker than mine. When she was in elementary school, for some reason the other students started teasing her about her skin colour being different to mine. I am originally from India. Where I am from many people of various ethnicities live together and you see people with all sorts of skin tones. As a family raised in that kind of environment, we had never even considered the idea of people being different because of their skin colour, and found ourselves shocked by this attitude in Japan. I spoke to my daughters tutor and we arranged for the school to hold a class teaching the children that the world is made up of many different people and many different races, everyone with different faces and different colours of skin. I think in the future as Japan becomes ever more global that this kind of education aimed at international understanding is a must.



◎ It's difficult to raise children in Japan...

When my child was still a baby, there was one time when I went shopping somewhere a little far from home. On the way my baby became upset and started crying, failing to stop no matter how much I cradled them and leaving me at a loss as to what to do. The people in the seat in front kept turning around and staring at me; I felt too ashamed to stay on the bus. Despite being miles away from our destination, I got straight off the bus. In China if there is a young child crying in a shop or on the bus, the surrounding people come to help cradle them until they stop crying. Japanese people are harsh on both parents and children alike.





◎ Going to university is expensive!...

Tuition fees in Japan are very expensive. Since education had been more or less free until senior high school I had assumed that it wouldn't cost that much to go to university either. Apparently, Japanese parents put together savings for their child's education from a very young age, but we are both parents from abroad and with no knowledge of this we were caught off guard when it came time for our daughter to progress to university. Now, in order to pay the tuition fees for both of our daughters even I have also had to start working again.

◎ Sino-Japanese relations - life on tenterhooks...

I met my husband during our student days when he was studying abroad in China. We got married and moved to Japan. I have always been able to speak Japanese so there was never really anything I struggled with in regards to everyday life, but since my daughter has entered elementary school I am always terribly worried that due to the Chinese blood in her veins that she may be bullied during times of tension in Sino-Japanese relations. I often hear stories of this kind of bullying. My daughter is a mild-mannered girl, but I can't help but worry when I see news about China on the TV in Japan.



◎ If only I could read *kanji*...

When my daughter was still a baby I had heard about the conveniences of weaning children onto ready-made baby food. I wanted to try it out but since I could only read *hiragana* the basic Japanese phonetic alphabet and not the fully fledged *kanji* characters, I was unable to figure out what ingredients were in the food and ended up never buying it. Since home-made baby food can't be stored for long I always made sure to feed my baby at home, but when I left the house and saw Japanese mothers feeding their babies the ready-made baby-food I couldn't help but feel jealous of them.

◎ I want to make the most of living in Japan but...

When I go to the supermarket I always want to try new products that I see on the shelves, but always end up purchasing the products I am used to and always buy. There is dark soy sauce and light sauce but I don't know the difference between them and their different uses so I always just buy the same brand. Compared to my home country Japan has such a vast array of fish available to buy, they always pique my interest but I wouldn't know where to start when it comes to cooking them. It's been 15 years since I've come to Japan, but still the only fish I buy at the supermarket are the salmon and sardines that I am used to from my own country.



◎ Just because I speak a little Japanese...

When I go to the counter at the ward office as soon as they realize I can speak a little Japanese, whether I like it or not that start explaining away in the language. To tell the truth whether the speed they are speaking at is too fast, or the content of what they are explaining is too complicated, I can barely understand any of what they are saying. They explain things without checking that the other side has really understood, and it is thereafter that problems start to occur. The workers at the counter blame me saying that they explained it to me already, but am I really at fault here?

◎ Who can I turn to?...

My relatives introduced me to a guy, also from Vietnam, who I ended up getting married to. After we got married I moved to where he worked, here in Kitakyushu. I had studied Japanese a little, but when I actually came to Japan for the first time nobody understood my Japanese. I mostly only leave the house to go shopping at the nearby supermarket. My husband normally comes home late because of his work, and I spend most of the day home alone. I want to go out and study Japanese but I don't even know how to catch the bus here in Japan. I want friends from my own country, but I don't know how to make the connections. These days there are few days that go by where I am not in tears.



外国人爸爸、妈妈的困难和烦恼！ 相关事例

◎「ジャージ」(运动服) 是什么？

前几天，小学3年级的女儿要去进行社会实践学习时，学校的通知书里写着穿「ジャージ」去。女儿和我都不知道「ジャージ」到底是什么，心想一定是指夹克「ジャンパー」。但以防万一，还是跟丈夫确认了一下，原来是指运动服。险些让女儿穿着和其他同学不同的衣服去。



◎孩子说话晚



2岁多的儿子还不开口说话，这是我现在最担心的事。和孩子说话时，我用我自己的母语汉语、丈夫用日语，我一直想这可能是致使孩子发生混乱而迟迟不说话的原因。今年夏天，我们一家三口一同回到了阔别已久的中国。丈夫因为工作关系提前返回了日本，我和孩子们暑假一直住在姥姥家，心里非常期待儿子能开始说话，但他还是汉语和日语都没有说。那之后，我担心会不会是发育问题，就去区役所向专家进行了咨询。据专家说，语言发育上存在个人差，是不是发育障碍现在判断尚早，且如果父母的一方是外国人时，会因同时听到两种语言而出现语言发育较缓慢的倾向，所以需要再观察一段时间。

◎买票都困难

说起来已经是很久以前的事了。刚来日本时，各种广告牌上都没有罗马字和英语标记，特别感到困难的是在车站买票时，售票机上的站名只有汉字，出门时总是让丈夫将下车时的站名写在纸上，将纸上写的汉字和售票机上的字一个一个对照来买票的。现在，有不知道的日语时可以用智能手机来查，但以前带孩子出门的时候，光是尿布和奶粉等行李就很重，但还必须要携带字典去才行。



◎对我们来说是理所当然的事，但……



女儿长得很像父亲，和我相比她的肤色比较黑。她小学时曾被同学欺负说：“你为什么比自己的妈妈黑呀！”在多民族共生的印度，即使是同为印度人大家也肤色各异，在那样的环境下长大的我们，决不会对肤色不同而认为有什么区别，反倒是吃了一惊。于是我们便请老师向同班同学们说明一下：世界上有很多人种，他们有不同的肤色和外表特征。希望将来日本在推进国际化的进程中，千万不要忘记进行相互理解的国际教育。

◎在日本抚养孩子好难！

孩子很小时，有一次我带他坐公共汽车到比较远的地方去买东西，途中他突然耍起性子来，怎们哄都一直哭。那时，坐在我们前边的人都不停回头看，让我无地自容只能在还未到达目的地就先下车了。如果是中国国内，小孩子在公共汽车或店铺里耍性子哭闹的话，周围的大人们都会帮着哄孩子。但在日本，周围的人对孩子和其父母却非常的刻薄。





◎大学需要很多钱!

日本的教育费真是很贵。到高中几乎都没有花多少钱，没想到进大学后需要这么多钱。日本人的话，在孩子很小时就开始积攒学费。但我们夫妻同为外国人没有任何这方面的日本常识，所以女儿上大学时真是慌了。现在，我为了赚2个女儿的教育费也在外面打工。

◎因日中关系而提心吊胆

我和丈夫是在大学里相识的，他是我们大学的日本留学生，结婚后我们俩一起回到了日本，因为自己本来就会日语，所以在日本的日常生活上并没有感到太多的不便。但是，孩子上小学以后，每当中日关系发生问题时，就会非常担心孩子会不会因为有中国血缘而被欺负。在日本，常常听说学校里有受欺负的孩子的事，我女儿是个非常老实的孩子，所以每当看到电视里播出针对中国的负面新闻就会觉得不安。



原材料名

野菜、
玄米(国産)
砂糖、食塩、
脱脂粉乳



◎会读汉字的话

女儿很小的时候，听说成品的断奶食物很方便，所以自己也想买来试一下，但因为当时我只会读平假名，看不懂所标示的原材料名，所以最终一次也没有买过。因为自制的断奶食不能长时间保存，所以总是让孩子在家吃饭。每当在外面看到日本的妈妈喂孩子吃瓶子里的断奶食，我都会非常地羡慕。

◎难得住在日本

每当去超市时，我都想买一些新上市的或和平时不一样的商品，但结果总是买那些曾买过的东西。酱油也有重口味、淡口味等各式各样的品种，但因为不知道该怎么用所以总是买相同的牌子。比起母国日本的鱼可真是种类甚多，都想尝尝看，但因为不知道该怎么做而放弃。已经来日本15年了，结果还是只选些和母国一样的三文鱼或沙丁鱼。



◎为了学会一点儿日语

在市役所窗口办理手续时，如果日本人觉得我会日语的话，就不管我同意与否全用日语进行说明。当语速很快或是内容复杂时，实际上我几乎都听不懂。虽然给我说明了但因我没能理解，所以过后往往会发生问题，窗口的人会责备地说：“已经说明了。”那是我的错吗？

◎有能咨询的人吗?

经亲戚的介绍和同为越南人的老公结婚，并来到了他工作的北九州市。来之前学了一点儿日语，但来日本以后发现自己的日语几乎就不通，平时的外出只局限在到附近的超市买东西而已。老公他每天都工作到很晚，1整天几乎都是我一个人度过。自己也非常想去学日语，但因为连公共汽车的坐法都不知道所以只好放弃。我非常想和来自越南的人交朋友，却不知道怎样才能联系上。最近我常常会情不自禁地落泪。



こんなときは？

よくある相談

Q & A

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。詳しくはこちらをご覧ください。↓

<https://www.kitay-koryu.jp/japanese/classroom/kia/>



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かつたり、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分かりません。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。



★北九州国際交流協会

電話: **093-643-5931**

メール: kia@kitaq-koryu.jp

曜日: 月曜～土曜

(日・祝日・年末年始は休館)

時間: 9:00～17:30

★ワンストップインフォメーションセンター

電話: **080-6445-2606**

メール: helpdesk@kitaq-koryu.jp

曜日: 月曜～金曜

(土日・祝日・年末年始は休館)

時間: 9:00～16:00

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.

Please refer here for more details ↓

<https://www.kitaq-koryu.jp/japanese/classroom/kia/>



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.



★ **Kitakyushu International Association**

TEL: **093-643-5931**

Email: kia@kitaq-koryu.jp

Open: Mon~Sat 9:00~17:30

Except National Holidays,

New Year Holidays(12/29~1/3)

★ **Information Center for Foreigners**

TEL: **080-6445-2606**

Email: helpdesk@kitaq-koryu.jp

Open: Mon~Fri 9:30~16:00

Except National Holidays,

New Year Holidays(12/29~1/3)

经常有的咨询

Q & A

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, 可以和他們学习到很多关于日本的知识。

详情请见此 ↓

<https://www.kitaq-koryu.jp/japanese/classroom/kia/>



经常有的咨询 Q & A

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问询。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问询。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，请向以下各处问询。

★北九州国际交流协会

★外国人咨询中心

电话: 093-643-5931
 电子邮件: kia@kitaq-koryu.jp
 日期: 周一~周六 (节假日、年末年初休息)
 时间: 9:00~17:30

电话: 080-6445-2606
 电子邮件: helpdesk@kitaq-koryu.jp
 日期: 周一~周五 (节假日、年末年初休息)
 时间: 9:30~16:00

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 bố hay mẹ người nước ngoài đáng nuôi con hay được chỉ cho nhiều kiến thức khác nhau về Nhật Bản trong lúc vừa học tiếng Nhật.

Mọi chi tiết xin hãy xem ở đây. ↓

<https://www.kitakyu.jp/japanese/classroom/kia/>



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 vệ sinh nhà? 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.



Lưu như thể này (HTR) & A tư vấn thường gặp

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**

Số điện thoại: **093-643-5931**

Email: kia@kitaq-koryu.jp

Ngày: Thứ hai – Thứ bảy

(Chủ nhật, ngày lễ, cuối năm và đầu năm đóng cửa)

Thời gian: 9:00 ~ 17:30

★ **Trung tâm thông tin người nước ngoài**

Số điện thoại: **080-6445-2606**

Email: helpdesk@kitaq-koryu.jp

Ngày: Thứ hai – Thứ sáu

(Thứ bảy, chủ nhật, ngày lễ, cuối năm và đầu năm đóng cửa)

Thời gian: 9:30 ~ 16:00

คำถามที่มักพบบ่อย Q & A

Q1

ไม่มีเพื่อนที่ญี่ปุ่น อีกทั้งยังไม่มั่นใจภาษาญี่ปุ่นของตัวเอง
สามีกลับบ้านดึกตลอดเพราะงานยุ่ง กังวลมากเวลาที่อยู่บ้านกับลูกแค่สองคน



A1

ลองพาคูณลูกมาเข้าร่วม "ชั้นเรียนภาษาญี่ปุ่นเพื่อคุณแม่และคุณพ่อ" ด้วยกันดีไหมคะ
เรียนภาษาญี่ปุ่นไปด้วยเล่นยังได้เพื่อนใหม่เป็นคุณพ่อคุณแม่ชาวต่างชาติที่กำลังเลี้ยงลูกเล็กพร้อมทั้งได้ความรู้เกี่ยวกับประเทศญี่ปุ่นหลายๆ
กรุณาตรวจสอบนี้สำหรับรายละเอียด ↓

<https://www.kitaq-koryu.jp/japanese/classroom/kia/>



Q2

เวลาไปแผนกสตินรีเวชหรือแผนกกุมารเวช ไม่สามารถอธิบายเป็นภาษา
ญี่ปุ่นได้อย่างที่ต้องการได้ อีกทั้งยังไม่ค่อยเข้าใจสิ่งที่คุณหมอพูดด้วย
จะถามซ้ำก็ไม่กล้าไม่รูจะทำอย่างไร



A2

สมาคมแลกเปลี่ยนนานาชาติคิดจะช่วยเหลือ
มีบริการจัดส่งสามทางการแพทย์เพื่อช่วยเหลือแปลภาษาที่โรงพยาบาลให้ โดยทั่วไปจะไม่คิดค่าบริการ
(แต่บางกรณีก็คิดค่าบริการ) ทั้งนี้เราต้องได้รับการยินยอมจากทางโรงพยาบาลก่อนจึงจะสามารถจัดส่งสามไปได้
หากต้องการใช้บริการ กรุณาติดต่อจองล่วงหน้าอย่างน้อย 5 วันก่อนไปโรงพยาบาล
นอกจากนี้เรายังสามารถจัดส่งสามสำหรับงานราชการ เช่น การเยี่ยมชมสถานรับเลี้ยงเด็กและโรงเรียนอนุบาล
การสัมภาษณ์ผู้ปกครองที่โรงเรียน การไปเยี่ยมทารกและการยื่นเรื่องต่างๆ ณ สถานที่ราชการ
โดยไม่คิดค่าบริการ แต่ต้องจองล่วงหน้าอย่างน้อย 5 วัน ทั้งนี้ เราไม่สามารถจัดส่งสามช่วยเหลือของ
สามที่ต้องมีความรู้เฉพาะทางเช่นเรื่องสำนักงานตรวจคนเข้าเมืองหรือสำนักงานตำรวจ สามประจำวันสำหรับเด็กที่อยู่ใน
ในสถานรับเลี้ยงเด็กหรือโรงเรียนอนุบาล และสามเรื่องส่วนตัวระหว่างสมาชิกในครอบครัว



Q3

รู้สึกว่าคุณเองเป็นแม่เป็นพ่อที่ใช้ไม่ได้ รู้สึกผิดต่อลูก หึงๆ ที่ไม่มีอะไรน่าตกใจออกมาเอง บางทีก็เผลอควาดลูกไปบ้าง ละอายแก่ใจที่ทำอะไรไม่ได้ดีสักอย่างทั้งอาหาร ชักผ้าหรือทำความสะอาดบ้าน

**A3**

พอเลี้ยงลูก เราก็มองอาจล้มตัวลงนอนหลับได้อย่างสนิทบ้างหรือต้องทนกลืนน้ำสวามะบังใหม่ล่ะคะ ชีวิตจะเปลี่ยนแปลงไปจากเดิม เราไม่สามารถใช้ชีวิตตามใจตัวเองได้อีก ก็เป็นเรื่องธรรมดาที่ร่างกายและจิตใจของเราจะปรับตัวตามไม่ทัน

ที่เมืองคิตะคิวชู เมื่อมีเด็กเกิดใหม่

เจ้าหน้าที่อนามัยจะเข้าไปเยี่ยมที่บ้านเพื่อให้คำปรึกษาเกี่ยวกับสุขภาพของเด็ก การเลี้ยงดูบุตรและการใช้ชีวิตหลังคลอด ฯลฯ

เจ้าหน้าที่อนามัยเป็นผู้เชี่ยวชาญที่จะคอยให้คำปรึกษาเวลาที่เรากลัดกลุ้มหรือมีเรื่องไม่เข้าใจตั้งแต่ช่วงตั้งครรภ์จนถึงช่วงการเลี้ยงดูบุตร โดยจะให้บริการเป็นภาษาญี่ปุ่นเท่านั้น แต่ก็สามารถจัดหาล่ามช่วยแปลภาษาได้ค่ะ (⇒ อ้างอิง Q2)

นอกจากนี้ยังสามารถเข้ารับบริการให้คำปรึกษาด้านจิตวิทยาโดยนักจิตวิทยาคลินิกได้ฟรี

บริการให้คำปรึกษาเป็นการช่วยให้จิตใจของเราเริ่มเบิกบานขึ้นก่อนที่ปัญหาจะยิ่งรุนแรง

จึงไม่จำเป็นต้องเกรงใจหรือคิดว่าความกังวลของเราไม่ใช่เรื่องใหญ่โตอะไร...

ไม่ว่าจะเป็นเรื่องใด ขอให้ติดต่อปรึกษาเข้ามาที่ศูนย์ให้บริการข้อมูลชาวต่างชาติก่อนได้เลยค่ะ

มาช่วยกันคิดร่วมกับเจ้าหน้าที่ให้คำปรึกษาของเราว่าทำอย่างไรจึงจะสามารถเลี้ยงดูบุตรในแบบของตัวเองได้

ทุกเรื่องจะถูกเก็บเป็นความลับค่ะ

**Q4**

ตั้งใจว่าจะหางาน แต่ไม่ทราบว่าจะสามารถนำลูกไปฝากเลี้ยงได้ตั้งแต่กี่ขวบ

สถานรับเลี้ยงเด็กต่างกับโรงเรียนอนุบาลอย่างไร แล้วต้องสมัครที่ไหน

มีเรื่องที่ไม่รู้เยอะมากทั้งวิธีหางานทำ วิธีสมัครเข้าบ้านพักอาศัยตามโครงการรัฐ

เรื่องการเปลี่ยนแปลงสถานภาพการพำนัก ฯลฯ

**A4**

ถ้ามีเรื่องที่ไม่ทราบ ขอให้ติดต่อสอบถามมายังศูนย์ให้บริการข้อมูลชาวต่างชาติได้เลยค่ะ ไม่ว่าจะเรื่องถือสัญชาติใด

มีความสามารถทางภาษาญี่ปุ่นหรือสถานภาพการพำนักใดก็สามารถใช้บริการของเราได้โดยไม่เสียค่าใช้จ่าย

สามารถติดต่อสอบถามเข้ามาได้ตลอดภายในระหว่างเวลาทำการโดยไม่ต้องจองล่วงหน้า มีจัดให้คำปรึกษาโดยผู้เชี่ยวชาญทั้ง

ทนายความและที่ปรึกษาด้านกฎหมาย ทุกเรื่องจะถูกเก็บเป็นความลับค่ะ



สมัครและติดต่อสอบถามข้างต้น (ขอคำปรึกษาสำหรับชาวต่างชาติ ชั้นเรียนภาษาญี่ปุ่น บริการล่ามแปลภาษา ฯลฯ) ได้ที่

★ สมาคมแลกเปลี่ยนนานาชาติคิตะคิวชู

เบอร์โทรศัพท์ : **093-643-5931**

อีเมล : kia@kitaq-koryu.jp

วันในสัปดาห์ : วันจันทร์ ถึง วันเสาร์

(เปิดให้บริการในวันอาทิตย์ วันหยุดนักขัตฤกษ์และวันหยุดช่วงเทศกาลปีใหม่)

เวลาเปิดให้บริการ : 9 : 00~17 : 30

★ ศูนย์ให้บริการข้อมูลชาวต่างชาติ

เบอร์โทรศัพท์ : **080-6445-2606**

อีเมล : helpdesk@kitaq-koryu.jp

วันในสัปดาห์ : วันจันทร์ถึงวันศุกร์

(เปิดให้บริการในวันเสาร์ วันอาทิตย์ วันหยุดนักขัตฤกษ์และวันหยุดช่วงเทศกาลปีใหม่)

เวลาเปิดให้บริการ : 9 : 30~16 : 00