



にほん
日本によろこそいらっしやいました！

さっし にほん しゅっさん いくじ がいこくじん みな
この冊子は、日本で出産や育児をする外国人の皆さん
に、ぜひご活用いただきたく作成させていただきました。

さっし ないよう しゅっさん いくじ かん おも か
冊子の内容は、出産や育児に関する主なことが書かれ
ています。日本における一般的な出産のお話や、特徴的
な文化やシステムについてなども説明しています。

じぶん くに せいかつ たいへん
ご自分の国ではないところで生活することは、大変な
ことでしょう。あか たんじょう
赤ちゃんの誕生はとってもとってもうれ
しいことですが、いこく しゅっさん いくじ しんしん ふたん
異国での出産・育児は、心身ともに負担
の大きいことでもあります。そのうえ、にほんご じょうほう
日本語で情報を
さがし、りかい ひじょう たいへん
理解することは非常に大変なことでしょう。

さっし ぼご か さいわ
もし、この冊子があなたの母語で書かれていたら、幸い
です。もし、そうでなかったらぜひラスクまでご連絡くだ
さい。こんご さっし さくせい いけん さんこう
今後、冊子を作成するときに、ご意見として参考に
させていただきます。

さっし すこ みな しゅっさん いくじ やくだ
この冊子が、少しでも皆さんの出産・育児に役立つ
ことができれば、うれしく思います。

ひとり にほん す なかま
あなたは一人ではありません。日本に住む仲間として、
あなたとご家族を歓迎いたします。あなたのしゅっさん
出産が
すてき たいけん ころこ いの
素敵な体験となることを心よりお祈りしています。

ねん ラスク だいひょう ふじわら
2007年 RASC代表 藤原ゆかり

Welcome to Japan!

This guide book is for people from other countries who are having and have had babies in Japan.

It covers major topics about childbirth, parenting, culture and the system of hospitals in Japan.

We think it is not easy to live in a foreign country. Having babies is so happy, but it is mentally and physically hard to have a baby in a foreign country. You need to make an effort to get information and to understand it.

This book will help you with your mother tongue. If it is not useful, please tell us, RASC.

It will be helpful to us in making a revised edition in the future. We are very glad if you get any benefit from this book.

You are not alone. We welcome you and your family as friends living in Japan together.

We hope from our hearts that your childbirth will be great.

2007 the representative of RASC
Yukari Fujiwara



たぶん かいりょう けんきゅうかい ラスク
多文化医療サービス研究会 (RASC)