



Q: 出生届はどこに出しますか？

A: 「出生届」の出生証明書の部分(右側)は出産した病院のスタッフがかき、退院までにスタッフからわたされます。

「出生届」は出産後14日以内に赤ちゃんの名前を決めて、住んでいる場所の市区町村の役所に必ず提出してください。届け出のときには母子手帳と印鑑(はんこ)が必要です。出産育児一時金は、入っている健康保険の手続きをすればもらえます。

Q: 出産育児一時金とは何ですか？

A: 出産育児一時金とは、健康保険に入っている場合にもらえるおかねの事です。

妊娠4ヶ月(85日)以上で出産したあとにももらえます。金額は、ひとりの赤ちゃんにつき、だいたい42万円です。(2019年11月現在)

手続きは、はいっている健康保険によってちがいます。健康保険組合、または会社の担当の人にきいてください。妊娠のとちゅうで健康保険をかえるときも、かならずきいてください。



Q: Di mana saya menyerahkan formulir registrasi kelahiran?

A: Sertifikat kelahiran (berada pada sebelah kanan “formulir registrasi kelahiran”) akan diisi oleh staf rumah sakit tempat melahirkan dan diserahkan pada Anda ketika keluar dari rumah sakit.

Untuk “formulir registrasi kelahiran”, Anda harus menentukan nama bayi dalam kurun waktu 14 hari setelah melahirkan dan menyerahkannya ke kantor pemerintah setempat tempat Anda tinggal. Ketika menyerahkan, Anda memerlukan Buku Kesehatan Ibu dan Anak dan *inkan* (*hanko*/stempel). Anda bisa mendapatkan uang tunjangan secara lump-sum untuk melahirkan dan mengasuh anak apabila mengajukan asuransi kesehatan yang Anda miliki.

Q: Apa itu uang tunjangan secara lump-sum untuk melahirkan dan mengasuh anak?

A: Uang tunjangan secara lump-sum untuk melahirkan dan mengasuh anak adalah uang yang dapat diterima apabila memiliki asuransi kesehatan.

Uang dapat diterima setelah melahirkan dengan kehamilan di atas 4 bulan (85 hari). Jumlah uang untuk seorang bayi adalah sekitar 420.000 yen. (per November 2019)

Prosedurnya berbeda-beda tergantung pada asuransi kesehatan yang Anda miliki. Tanyakanlah kepada serikat asuransi kesehatan (society-managed health insurance) atau penanggung jawab di perusahaan. Pastikan Anda juga bertanya ketika hendak mengubah asuransi kesehatan di tengah-masa kehamilan.

## Q: 新生児訪問とは何ですか？

A: 生後28日以内に、母子手帳にはさんであるハガキ（新生児訪問依頼書）をだしましょう。そうすると、保健師や助産師が家にきてくれて、ママと赤ちゃんのからだのチェックをします。



## Q: 赤ちゃんをつれていける場所がありますか？

A: 赤ちゃん和妈妈が一緒にあそべる場所や専門のスタッフに相談できる場所があります。「ひろば」「センター」「児童館」の3つの種類があります。くわしくは、すんでいるところの役所にきいてみましょう。

### ■ひろば

赤ちゃんのことで気になること、不安なことについて、相談できます。赤ちゃんを育てたことがあるスタッフがあります。だいたい、週に3日以上開いています。ほかのママと話をしたり、友だちになったりできます。

### ■センター

「ひろば」と一緒に、赤ちゃんのことで気になること、不安なことについて相談できます。ここには、保育士や看護師などの専門家がいますので、知りたいことが聞けるとおもいます。週に5日以上開いています。

### ■児童館

赤ちゃんのための遊びのプログラムがあります。ほかの赤ちゃんとも一緒に遊ぶことができます。赤ちゃんだけでなく、小学生、中学生、高校生も自由にくることができます。赤ちゃんを育てたことがあるスタッフがあります。週に3日以上開いています。

## Q: Apa itu kunjungan untuk bayi baru lahir?

A: Kirimkanlah kartu pos (formulir permohonan kunjungan untuk bayi baru lahir) yang ada di dalam Buku Kesehatan Ibu dan Anak melalui pos dalam kurun waktu 28 hari setelah kelahiran. Dengan melakukan ini, perawat kesehatan masyarakat atau bidan akan datang ke rumah dan memeriksa tubuh ibu dan bayi.

## Q: Apakah ada tempat untuk bisa membawa bayi saya?

A: Ada tempat di mana bayi dan ibu dapat bermain bersama dan tempat untuk dapat berkonsultasi dengan staf ahli. Terdapat 3 jenis tempat, yaitu “alun-alun/square”, “center”, dan “aula anak/children’s hall”. Untuk informasi lebih lanjut, tanyakanlah pada kantor pemerintah di tempat tinggal Anda.

### ■Alun-alun/square

Di sini, Anda dapat mengonsultasikan kecemasan dan kekhawatiran tentang bayi Anda. Terdapat staf yang berpengalaman. Biasanya buka lebih dari 3 hari dalam seminggu. Anda dapat berbicara dan berteman dengan ibu-ibu lainnya.

### ■Center

Sama dengan alun-alun/square, di sini Anda dapat mengonsultasikan kecemasan dan kekhawatiran tentang bayi Anda. Karena di sini terdapat spesialis seperti pekerja/petugas pengasuhan anak, perawat, dll, Anda dapat menanyakan hal-hal yang ingin Anda ketahui. Buka lebih dari 5 hari dalam seminggu.

### ■Aula anak/children’s hall

Di sini terdapat program bermain untuk bayi dan bayi Anda dapat bermain dengan bayi-bayi yang lain. Tidak hanya untuk bayi, siswa sekolah dasar dan sekolah menengah juga dapat datang dengan bebas. Terdapat staf yang berpengalaman. Buka lebih dari 3 hari dalam seminggu.