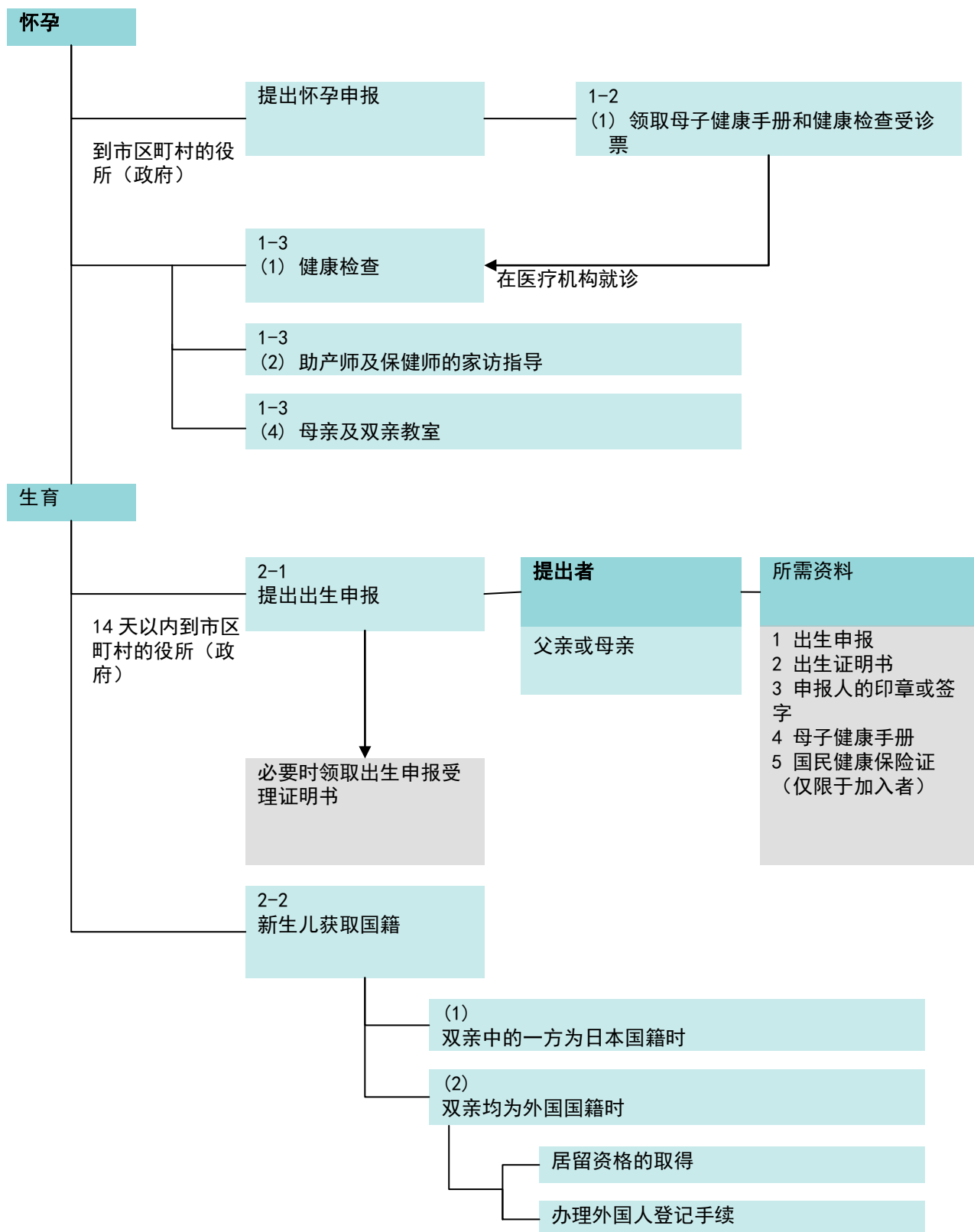




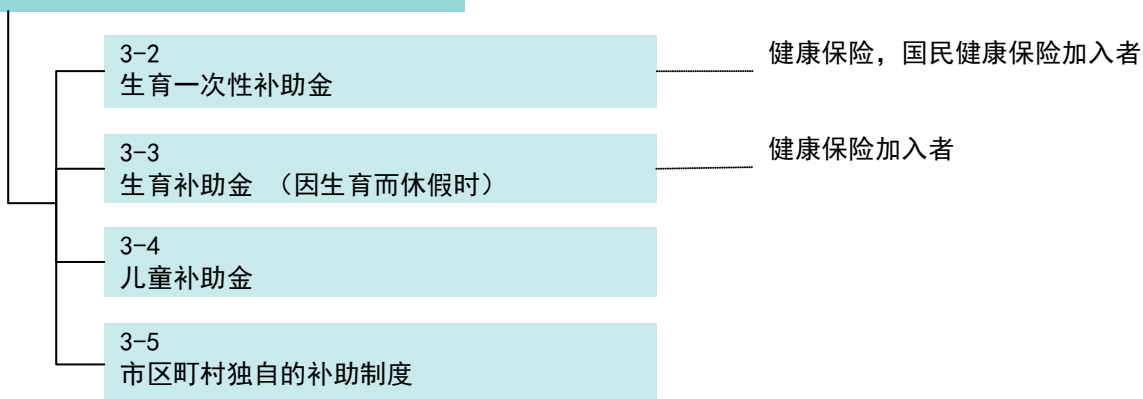
### 从怀孕到生育



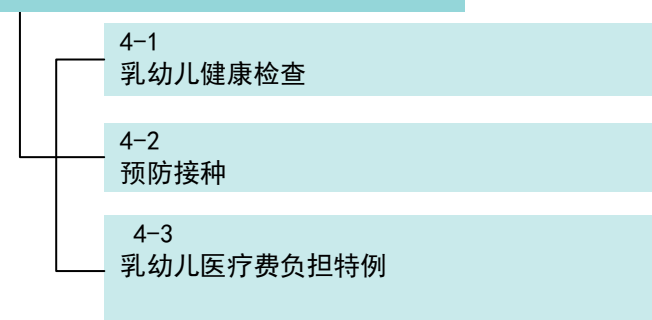


## 育儿

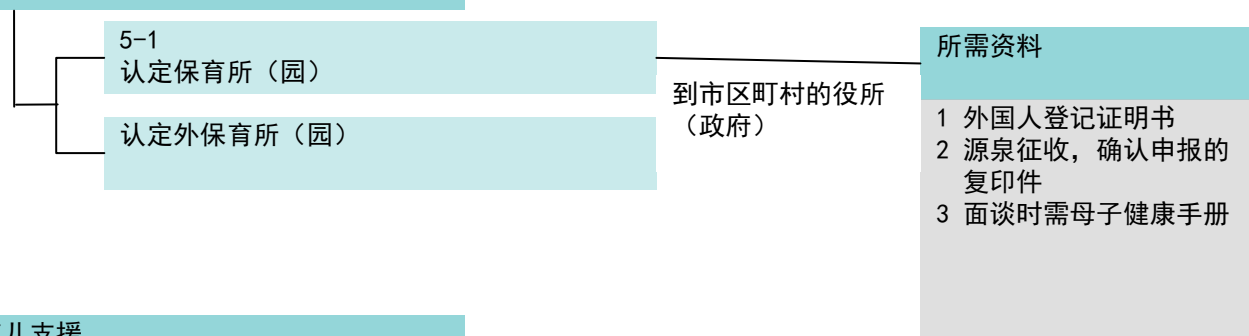
### 希望领取育儿的各种补助时



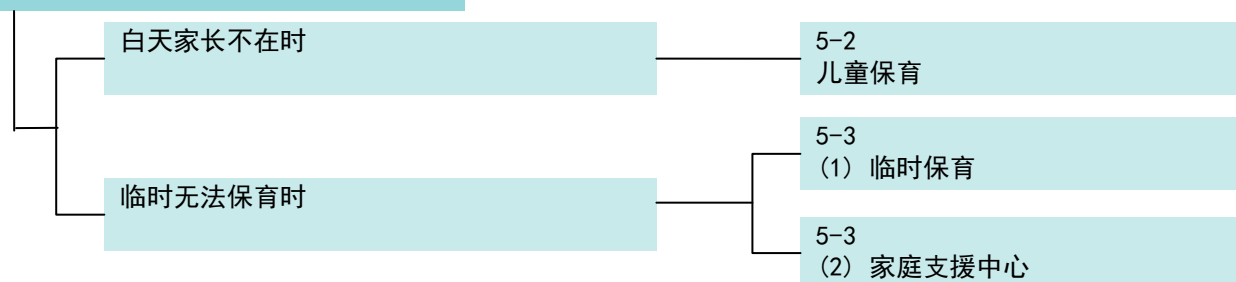
### 有关儿童医疗



### 把孩子放入保育设施



### 育儿支援





生育及育儿是人生的一大事。在此就从怀孕到实际生育的各种必要手续及育儿支援服务进行简单说明。

## 1 怀孕

怀孕及生育对即将出生的孩子非常关键。不仅是为了夫妻双方，也为了即将出生的孩子，应尽可能为其创造怀孕及生育的理想环境。如果确定已怀孕，请到市区町村的役所（政府）提出怀孕申报。

在日本一旦怀孕，您可领取“母子健康手册”，同时也可参加教授怀孕、生育及育儿等有关知识及技术等讲习班。

### 1-1 怀孕时

怀孕时，未来的母亲者请到居住地的市区町村的役所（政府）并提出怀孕申报。申报提交处因市区町村不同而有所不同，详细情况请咨询各市区町村的役所（政府）。提出怀孕申报后，即可领取“母子健康手册”。



## 1 怀孕

### 1-2 母子健康手册

#### (1) 母子健康手册简介

母子健康手册是为了记录母亲及孩子的健康检查结果、孩子的成长经过，以及介绍健康检查和预防接种等各种保健服务而制作的手册。

在母子健康手册的第一页有“出生届济证明（出生已申报证明）”栏。其他的主要内容如下。

#### ●有关母亲健康状态的事项

- 怀孕期间的营养摄取方法
- 怀孕期间的健康检查记录
- 分娩状态与产后的恢复过程
- 怀孕期间和产后体重变化记录
- 母亲（双亲）学习班的听课记录等

#### ●有关孩子健康状态的事项

- 家长对孩子的发育观察与乳幼儿健康检查记录
- 乳幼儿身体发育曲线
- 幼儿的身高体重曲线
- 预防接种记录
- 迄今为止的病历记录等

#### (2) 日语以外语言的母子健康手册

有些役所（政府）也准备了英语、汉语、韩国语、葡萄牙语、西班牙语、泰国语、印度尼西亚语、塔加拉族语等日语以外语言的母子健康手册。在提交怀孕申报书时请问讯相关部门。此外，在日本家庭计划协会也有出售（收费）。

办理团体	地址	电话号码及网站	语言
日本家庭计划协会	东京都新宿区市谷田町 1-10	电话：03-3269-4727 网址： <a href="http://www.jfpa.or.jp/">http://www.jfpa.or.jp/</a>	日语、英语、葡萄牙语、塔加拉族语、汉语、韩国语（六种语言一起记载）

有关役所（政府）是否备有日语以外语言母子健康手册的问讯处

#### (财) 母子卫生研究会

东京都千代田区外神田 2-18-7

电话：03-4334-1160 网址：<http://www.mcfh.or.jp/>





### (3) 其他事项

此外也出版发行有日语、英语、汉语、韩国语、葡萄牙语、西班牙语、泰国语、越南语八种语言版本的《从怀孕到育儿～为了在日本安心生育》一书，每册定价 1,575 日元（不含邮费），另外也出售的 DVD 影像（只有英语版）。

详细情况请咨询特定非营利活动法人 AMDA 国际医疗信息中心。

问讯处	地址	电话号码及网站
特定非营利活动法人 AMDA 国际医疗信息中心东京	〒160-0021 东京都新宿区歌舞伎町邮局留	电话：03-5285-8086 网址： <a href="http://amda-imic.com/">http://amda-imic.com/</a>
特定非营利活动法人 AMDA 国际医疗信息中心関西	〒552-0021 大阪府大阪市港区大阪筑港邮局留	电话：06-4395-0555



## 1 怀孕

### 1-3 孕妇的健康检查与保健指导等

#### (1) 孕妇的健康检查

在怀孕期间，请注意保证充足的营养和休息，并勿忘接受定期的健康检查。

可在居住地就诊几次优惠或免费健康检查。在领取母子健康手册时，可一同领取健康检查的受诊票。

#### (2) 助产师及保健师的家访指导

各市区町村提供助产师或保健师到家庭，并根据孕妇各自的实际情况，对孕妇生活方式及生育准备等进行指导的服务。详细情况请咨询居住地的市区町村的役所（政府）。

该家访指导为免费服务，除了本人可提出申请外，也可通过医生的介绍获得服务。

#### (3) 助产设施

由于经济上的理由而以实际费用分娩有困难时，可以公费入住指定的助产设施。请必须在出生之前向役所（政府）提出申请。

#### (4) 母亲及双亲教室

在各市区町村均设有怀孕、生育及育儿相关的日常知识、技术等内容的讲习班。

参加对象为孕妇及其家属，并且可免费参加。



## 2 出生申报与国籍的取得

当孩子出生时，医生或助产师将开具“出生证明书”。即使父母均为外国人，但是孩子在日本出生时，根据户籍法需要办理“出生申报”。此外，如果孩子不具有日本国籍，根据外国人登记法办理“新登记”（请参照[B外国人登记 1-2 孩子出生时](#)）手续，根据出入国管理以及难民认定法办理“居留资格取得”（请参照[A居留资格 2-8 居留资格的取得](#)）申请手续等。

### 2-1 出生申报

当孩子在日本出生后，作为拥有属地性效力的户籍法也适用于在日本国的外国人。与国籍无关，请在 14 日（含生日）以内向市区町村的役所（政府）提出出生申报。请在这个期间内取好孩子的名字并备齐申报所需的资料。

所需资料	提交处/问讯处	提交时间	提交人
1 出生申报表（在市区町村的役所（政府）或病院 备有） 2 出生证明书（生育时医生或助产师在出生申报书 上出具了证明的资料） 3 提交申报者的印章（无印章时本人签名也可） 4 母子健康手册 5 国民健康保险证（只限加入者）	出生所在地或提交人居 住地的市区町村的役所 （政府）	在 14 天（含 出生日）以 内	父亲或母亲

孩子在日本出生后，请也向本国提出申报。具体手续方法等请向在日大使馆或领事馆确认。  
 另外，请根据需要领取出生申报受理证明书（出生申报已获得受理的证明资料）。



### 样本

<p style="text-align: center;"><b>出生届</b></p> <p style="text-align: center;">平成 年 月 日届出</p> <p style="text-align: center;">長 殿</p>		<p>受理 平成 年 月 日 第 号</p> <p>送付 平成 年 月 日 第 号</p> <p>長印</p>
		<p>青期調査 戸籍記載 記載調査 調査票 票 票 住民票 通知</p>
(1) 子の氏名	<p>(よみかた) 氏 名</p> <p>父母との続き明 <input type="checkbox"/> 続出子 ( <input type="checkbox"/> 男 ) <input type="checkbox"/> 続出でない子 ( <input type="checkbox"/> 女 )</p>	<p><b>記入の注意</b></p> <p>鉛筆や消えやすいインキで書かないでください。</p> <p>子が生まれた日からかぞえて14日以内に出してください。</p> <p>届書は、1通でさしつかえありません。</p> <p>子の名は、常用漢字、人名用漢字、かな、ひらがなで書いてください。</p> <p>(1)欄のよみかたは、戸籍には記載されません。住民票の処理上必要ですから書いてください。</p> <p><input type="checkbox"/>には、あてはまるものに☑のようにしるしをつけてください。</p>
(2) 生まれたとき	<p>平成 年 月 日 <input type="checkbox"/> 午前 <input type="checkbox"/> 午後 時 分</p>	
(3) 生まれたところ	<p>香地 番 号</p>	
(4) 住所 (住民登録をするところ)	<p>(よみかた) (フリガナ) 世帯主の氏名 世帯主との続き明</p>	
(5) 父母の氏名 (子が生まれたときの年齢)	<p>父 昭和 年 月 日 (満 歳)</p> <p>母 昭和 年 月 日 (満 歳)</p>	
(6) 本籍	<p>香地 番</p>	
(7) 子が生まれたとき	<p>外国人のときは(国籍)だけを書いてください。</p> <p>回居を始めたとき <input type="checkbox"/> 昭和 年 月 (結婚式をあげたとき、または、回居を始めたときのうち早いほうを書いてください)</p>	<p>「筆頭者の氏名」には、戸籍のはじめに記載されている人の氏名を書いてください。</p>
(8) 子が生まれたときの世帯のおもな仕事と	<p><input type="checkbox"/> 1. 農業だけまたは農業とその他の仕事を持っている世帯</p> <p><input type="checkbox"/> 2. 自由業・商工業・サービス業等を個人で経営している世帯</p> <p><input type="checkbox"/> 3. 企業・個人商店等(官公庁は除く)の常勤労働者共済で勤め先の従業員数が1人から99人までの世帯(日々または1年未満の契約の雇用者は5)</p> <p><input type="checkbox"/> 4. 3にあてはまらない常勤労働者共済及び会社団体の雇員の世帯(日々または1年未満の契約の雇用者は5)</p> <p><input type="checkbox"/> 5. 1から4にあてはまらないその他の仕事をしている者のいる世帯</p> <p><input type="checkbox"/> 6. 仕事をしている者のいない世帯</p>	<p>届け出られた事項は、人口動態調査(統計法に基づく指定統計第5号、厚生労働省所管)にも用いられます。</p>
(9) 父母の職業	<p>(国勢調査の年一平成 年一の4月1日から昭和25年3月31日までに子が生まれたときだけ書いてください)</p> <p>父の職業 母の職業</p>	
その他	<p>子の父または母が、まだ戸籍の筆頭者となっていない場合は、新しい戸籍がつくれますので、この欄に希望する本籍を書いてください。</p>	
届出人	<p><input type="checkbox"/> 1. 父 <input type="checkbox"/> 2. 法定代理人 ( ) <input type="checkbox"/> 3. 同居者 <input type="checkbox"/> 4. 医師 <input type="checkbox"/> 5. 助産師 <input type="checkbox"/> 6. その他の立会者</p> <p><input type="checkbox"/> 7. 公設所の長</p> <p>住所 (4) 欄に同じ 香地 番 号</p> <p>本籍 (6) 欄に同じ 香地 番 筆頭者の氏名 (6) 欄に同じ</p> <p>署名 印 昭和 年 月 日生</p>	
事件簿番号	<p>連絡先 電話 - -</p> <p>長岡連絡が取れるところ 自宅・勤務先・携帯</p>	

字は略さず丁寧に書いてください。

☑母子健康手帳と届出人の印をご持参ください。



样本

出生证明书

記入の注意

子の氏名			男女の別	1男 2女
生まれたとき	平成 年 月 日	午前 時 分	午後 時 分	
(10) 出生したところ及びその種別	出生したところの種別	1 病院 4 自宅	2 診療所 5 その他	3 助産所
	出生したところ	番地 番 号		
	(出来たところ) (の種別1~3) 施設の名称			
(11) 体重及び身長	体重 グラム	身長 センチメートル		
(12) 単胎・多胎の別	1 単胎	2 多胎 ( 子中第 子 )		
(13) 母の氏名			妊娠週数	満 週 日
(14) この母の出産した子の数	出生子 (この出生子及び出生後死亡した子を含む)		人	胎
(15) 1 医師 2 助産師 3 その他	上記のとおり証明する。 平成 年 月 日			
	(住所)			番地 番 号
	(氏名)			印

夜の12時は「午前0時」、昼の12時は「午後0時」と書いてください。

体重及び身長は、立会者が医師又は助産師以外の者で、わからなければ書かなくてもかまいません。

この母の出産した子の数は、当該母又は家人などから聞いて書いてください。

この出生証明書の作成者の順序は、この出生の立会者が例えば医師・助産師ともに立ち会った場合には医師が書くように1、2、3の順序に従って書いてください。



## 2 出生申报与国籍的取得

### 2-2 新生儿获取国籍

国籍对孩子的将来来说是非常重要的。无论加入哪国国籍，都必须办好必要的手续。在孩子出生前，请充分向各自的大使馆或市区町村役所（政府）的户籍科、法务局等咨询，并确认办理手续时的所需资料。

#### (1) 双亲中的一方为日本国籍时

父亲、母亲的一方是日本人并在合法结婚的情况下，出生的孩子可取得日本国籍。但是，因孩子的国籍在出生的同时就决定了，当不是合法结婚时，只要父亲不认领胎儿，孩子就不能取得日本国籍。关于如何取得另一方父母的外国国籍，需办理与双亲均为外国国籍时同样的手续。详细情况请向在日大使馆或领事馆确认。

#### (2) 双亲均为外国国籍时

双亲均为外国国籍时，即使在日本出生也不能取得日本国籍。按照双亲各自国家的法律取得国籍。因各国办理方式不同，具体手续方法与所需资料请向在日大使馆或领事馆确认。

父母的国籍	孩子的国籍	手续方法
双亲中的一方为日本人时	日本国籍	1 向市区町村的役所(政府)提交出生申报 2 有关取得另一方父母的外国国籍，请咨询该国在日大使馆或领事馆
双亲均为外国国籍时	外国国籍	请咨询双亲各自国家的在日大使馆或领事馆



## 2 出生申报与国籍的取得

### 2-3 有关对“私生子”的认领

认领是指未办理法律上结婚手续的父母生育的孩子与父亲之间形成法律上父子关系的行为。根据户籍法，认领方需向市区町村的役所（政府）提出申请。详细情况请咨询市区町村的役所（政府）。



## 2 出生申报与国籍的取得

### 2-4 国籍选择

对于孩子也要取得日本之外的国籍的情形，在向日本提交出生申报时，请提出“保留国籍”的申请。因日本的法律不承认持有日本国籍和外国国籍的双重国籍，在满 22 岁之前必须对其中一方的国籍做出选择。



### 3 生育费用与各种补助

由于顺产属于健康保险对象外，如包括怀孕期间的定期健康检查在内则需花费一笔可观的费用。此外，在分娩后从孩子的出生日起 14 天以内必须提交出生申报。接下来让我们对生育所需费用和必要的手续进行简单介绍。

#### 3-1 健康保险与生育费用

由于怀孕、分娩并非患病，通常的生育不能利用健康保险。请事先准备好各种费用。在日本生育时需要住院一周左右，费用至少需要 50 万日元左右。但是，向已经加入健康保险的服务窗口提出申请，可领取生育一次性补助金。（费用直接支付给医疗机构。）



### 3 生育费用与各种补助

#### 3-2 生育一次性补助金

如加入了国民健康保险或健康保险，在生育时可领取“生育一次性补助金”。2011年3月底以前，原则上金额为42万日元。国民健康保险加入者请咨询居住地的市区町村役所（政府）的国民健康保险负责部门，健康保险加入者请咨询工作单位或所加入的社会保险事务所（请参照 [F 医疗 4-2 健康保险](#)）。



### 3 生育费用与各种补助

#### 3-3 生育补助金(因生育而休假时)

因生育休假而从雇主方领取不到工资时，从分娩日（分娩日在预定日之后时为分娩预定日）之前的 42 天（怀孕多胎时为 98 天）开始至分娩日之后的 56 天期间，可领取生育补助金。

领取金额：因生育而休假的期间每天相当于标准工资的三分之二。

此外，当从雇主方拿到的工资比生育补助金还少的情况时，可领取生育补助金和工资的差额。



### 3 生育费用与各种补助

#### 3-4 小孩补贴

孩子出生后，即使是外国人，只要办理了外国人登记，即可根据支付小孩补贴的相关法律而领取小孩补贴（请参照 [1 其他福利 1-1 小孩补贴](#)）。



### 3 生育费用与各种补助

#### 3-5 市区町村独自の补助制度

在各市区町村中有些地方为出生的孩子发放“诞生祝贺金”、也有些地方赠送“诞生祝贺礼物”、以及“诞生纪念品”，还有些地方以低收入者为对象，在婴儿一周岁之前的期间提供奶粉或牛奶等。您居住的区域是否有类似制度，请咨询居住地的市区町村的役所（政府）。

#### ●各种补助金

各种补助金	内容	条件	手续/问讯处
生育一次性补助金	・ 2011 年 3 月底以前原则上为 42 万日元	需加入国民健康保险或健康保险	国民健康保险加入者请咨询居住地的市区町村役所（政府）的国民健康保险负责部门，健康保险加入者请咨询工作单位或社会保险事务所
生育补助金	标准工资日额的三分之二	1 健康保险的被保险期间持续 1 年以上 2 对于退職的情况，在退職后 6 个月以内生育	工作单位或社会保险事务所
其他	诞生祝贺礼物或诞生祝贺金等	-----	因市区町村不同而不同。请咨询居住地的市区町村役所（政府）



## 4 医疗

为了孩子的健康成长，提供乳幼儿的健康检查及预防接种服务。请务必阅读市区町村役所（政府）发来的通知。

### 4-1 乳幼儿健康检查（集团体检）

以 3~4 月、8~10 月、1 岁零 6 个月、3 岁等的乳幼儿为对象，进行发育、成长诊察，身高及体重测量以及育儿咨询等。各市区町村的实施方法等有所不同，请向保健所以及保健中心确认。

### 4-2 预防接种

预防接种是为了预防疾病感染、预防生病、减轻症状以及防止疾病蔓延等而进行的注射。是预防接种法所规定的以预防传染病为目的的措施。

根据预防接种法的预防接种可免费接受。为了不生病，获得免疫是非常重要的。

如有什么不明之处或者担心之事，请向常看的医生、市区町村役所（政府）以及保健所咨询。

### 4-3 乳幼儿医疗费负担特例

如加入了健康保险，通常由自己负担医疗费费的 3 成，义务教育就学前（6 岁生日以后的第一个 3 月 31 日之前）的乳幼儿则负担医疗费费的 2 成。另外，也有的自治体实行自己的婴幼儿医疗费补助制度。



## 5 育儿

在日本设有当在家里不能对孩子进行保育时代替家长帮助托管孩子的设施。此外，也存在临时帮助托管孩子的制度以及育儿交友支援设施等。

### 5-1 认可保育所(园)

#### (1) 认可保育所(园) 简介

保育所(园)是帮助因工作或生病等事由白天无法照顾孩子的家长照顾 0 岁至学前乳幼儿的保育设施。有公立保育所(园)和私立保育所(园)两种，私立保育所(园)有获得市区町村认可的保育所(园)和认可外(未获得认可)的保育所(园)。

希望进入公立保育所(园)和认可私立保育所(园)者较多，此外，由于入园有多项条件限制，因此，并不是所有的申请者都可以入园。保育费根据家庭的收入而定，基本上保育时间为一天八小时(早上七点至下午六点)。另外还有所谓的延长保育，即有些地方也可保育至晚上八点左右。

认可外保育所(园)的保育费与收入无关，需按保育所(园)规定缴纳费用。

#### 申请公立及认可保育所(园)时所需的资料

- 外国人登记证明书(全体家庭成员、正反面复印件)
- 源泉征收票及确定申报书的复印件
- 在申请后的面谈时请带上母子健康手册



## 5 育儿

### (2) 保育所(园)入所(园)程序与手续

要进入认可保育所(园)，需到市区町村办理申请手续。

申请入所(园)	在希望进入的保育所(园)所在市区町村的役所(政府)服务窗口提出申请。有些市区町村备有保育所(园)一览表，在选择保育所(园)时请作为参考。还有些市区町村也可同时受理多个入园申请。因市区町村不同而需要提出的资料也有所不同。通常包括申请书、家属以及孩子状况调查书、源泉征收票以及征税证明书、证明不能家庭保育的资料等。随时受理申请，但对于4月入所(园)的情况，因有些市区町村有规定日期，请加以确认。		
	所需资料	申请处/问讯处	提交时间
	1 入所(园)申请书 2 家属以及孩子状况调查书 3 证明保育困难的资料(双亲的工作证明书等) 4 源泉征收票、确定申报书留底或征税证明书等	市区町村的役所(政府)	随时。但对于4月入所(园)的情况，因有些市区町村有规定日期，请务必加以确认。
↓			
审批	市区町村的负责科充分考虑家庭无法保育的实际情况，按照无法保育因素的高低顺序(并非申请的时间顺序)进行审批。根据空缺实际情况召开入所(园)会议，预定人选。		
↓			
预定通知	接到入所(园)决定通知(落选时也有些市区町村不予通知)。		
↓			
面谈与入所(园)决定	接到通知后，在要进入的保育所(园)举行面谈以及说明会，入所(园)准备物品等也在此进行说明。		
↓			
入所(园)			

### (3) 认可外保育所(园)

所谓认可外保育所(园)是指面积及保育者人数未达到国家标准的设施，其运营及设备因设施不同而有相当大的差别。其中也有些获得役所(政府)补助，可认为与认可保育所(园)一样。其特征是小规模且较多面向低龄儿童。



## 5 育儿

### 5-2 儿童保育

放学后儿童健全育成事业(儿童俱乐部)，是指根据儿童福利法对因家长需上班等而白天不在家的小学生（大致年龄为不满 10 岁的儿童），利用儿童馆、学校空余教室等为他们放学后提供适当的玩耍以及生活的场所，以促进儿童的健康成长。

市区町村以及社会福利法人为该设施的实施主体，全国设有约一万八千处。

具体情况请咨询地区的市区町村役所（政府）。



## 5 育儿

### 5-3 其他保育

#### (1) 临时保育

临时保育是指由于每周 1 至 3 天的断续工作、或者因病、生育而住院以及护理等而临时出现的家庭保育困难时，保育园帮助托管孩子的制度。利用费用因市区町村不同而有所不同。

#### (2) 家庭支援中心

家庭支援中心是一种希望获得育儿援助者与愿意提供援助者为会员的育儿互助制度，并由市区町村设立运营。上医院看病、护理及希望休整时等可临时委托照顾孩子。尽管每小时需付约 600 日元的费用（因市区町村不同而有所不同），但具有需要照顾时可随时利用的优点。在利用之前需事先办理会员登记等手续。详细情况请咨询市区町村的役所（政府）。