

## Gửi đến những bố mẹ đang nuôi con tại Nhật Bản

Sukusuku ♡ inumaru... nơi có thể thảo luận những vấn đề như mang thai, sinh con, chăm sóc trẻ

Trung tâm hỗ trợ chăm sóc trẻ tại Inuyama Kosodate Sedai Hōkatsu Shien Center

(bên trong trung tâm bảo hiểm của thành phố Inuyama)

Thời gian làm việc từ thứ hai đến thứ 6, 8h30 đến 17h (ngày nghỉ thứ bảy, chủ nhật và dịp Tết)

Tel: 0568-44-0359 e-mail: sukusukuinumaru@city.inuyama.lg.jp

※ Có thể gặp trực tiếp để thảo luận, tuy nhiên cần đặt lịch trước

### ★ Tại bệnh viện, sau khi biết mình đã mang thai

#### Hãy đăng ký nhận *Boshi Kenkō Techō*

Tại trung tâm bảo hiểm (*Hoken Center*) sẽ nhận được sổ tay mẹ con (*boshi kenko techo*) và sổ hướng dẫn cho mẹ và con (*Haha to Ko no Shiori*). Sau khi nhận được hai loại sổ này, bạn có thể đăng ký tham gia các hoạt động tại trung tâm chăm sóc trẻ.

※ Việc phát hành sổ tay mẹ con (*Boshi Kenkō Techō*) chỉ làm được vào thứ ba hàng tuần và cần hẹn trước nên trước khi đến hãy gọi điện nhé.

**Địa điểm :** Trung tâm bảo hiểm của thành phố Inuyama (Tel: 0568-61-1177)

**Nhận đăng ký vào thứ ba hàng tuần, từ 9h-9h15**

(sau đó sẽ có khoảng 1 tiếng để giải thích)

**Giấy tờ cần thiết :**

- "Ninshin Todokede-sho"

※ Giấy chứng nhận mang thai này sẽ được cấp tại bệnh viện nơi khám thai

- Thẻ mã số cá nhân hoặc giấy chứng nhận mã số cá nhân (*My Number*)

- Giấy tờ cá nhân như bằng lái xe hoặc hộ chiếu

- Thẻ ngoại kiều (*Zairyu Card*) hoặc giấy chứng nhận cư trú đặc biệt



### ★ Khi đang mang thai nên làm

#### Các hoạt động hỗ trợ

##### ◆ Khám sức khỏe thai sản

Tại bệnh viện sẽ thực hiện việc khám sức khỏe cho thai phụ.



Khi bạn có địa chỉ cư trú tại thành phố Inuyama thì khi đi khám thai tại các bệnh viện ở tỉnh Aichi đều nhận được tiền hỗ trợ từ thành phố Inuyama.

##### ◆ Tầm tháng thứ tám của thai kỳ, bạn sẽ nhận được điện thoại từ nơi có tên là midwife (người có chuyên môn trong việc chăm sóc trẻ) để xác nhận bạn có gặp khó khăn gì trong thời kỳ thai sản không.

Nếu có khó khăn gì hãy thảo luận ngay nhé.

◆ Lớp học cho bố mẹ Được tổ chức 1 năm 6 lần  
(tại trung tâm bảo hiểm của thành phố)



Cả bố và mẹ đều tham gia được, tại đó sẽ được bổ sung kiến thức về việc chăm sóc trẻ khi trẻ được sinh ra.



## ★Sau khi sinh con

### Các thủ tục cần thiết tại UBND thành phố

- ① Thông báo về việc mình đã sinh con bằng việc nộp giấy chứng sinh (*Shussei Todoke*).
  - Các thủ tục về giấy khai sinh phải được thực hiện tại UBND thành phố (*Shimin-ka*) trong vòng 14 ngày từ khi sinh con
  - Phải mang theo sổ boshi techo và giấy chứng sinh (*Shussei Todoke*) đã nhận tại bệnh viện
- ② Để nhận được các thông tin về việc nuôi dạy con, thì khi nộp giấy chứng sinh (*Shussei Todoke*) hãy nộp kèm theo bản *Shussan Renraku-hyo*
  - *Shussan Renraku-hyo* sẽ có đính kèm *Haha to Ko no Shiori*
  - Khi trẻ sinh ra nặng dưới 2500g sẽ cần thêm bảng *Teitaijuji Renraku-hyo*
- ③ Để phòng khi trẻ đau ốm hoặc bị thương, hãy tham gia bảo hiểm y tế cho con nhé
  - Hãy liên lạc với nơi tham gia bảo hiểm của ba mẹ để được hướng dẫn
  - Nếu ba mẹ tham gia bảo hiểm Kokuminkenkohoken thì các thủ tục sẽ được đăng ký ngay tại UBND thành phố Inuyama (*Hoken Nenkin-ka*)
  - Thủ tục nhận các khoản trợ cấp sinh
- ④ Khoản trợ cấp 420,000 yen khi sinh sẽ được bảo hiểm thanh toán trực tiếp với bệnh viện, vì thế hãy tiến hành làm các thủ tục cần thiết.
  - Hãy liên hệ trực tiếp với nơi ba mẹ đang tham gia bảo hiểm để được giúp đỡ.
  - Nếu là bảo hiểm Kokumin Kenkō Hoken thì các thủ tục sẽ được làm ngay tại UBND thành phố Inuyama *Hoken Nenkin-ka*
- ⑤ Nhận thẻ trợ cấp về chi phí y tế cho trẻ (*Kodomo Iryō-hi Jukyūsha-sho*)  
Trẻ từ khi sinh ra đến khi tốt nghiệp cấp 3 sẽ được hỗ trợ hoàn toàn về chi phí y tế
  - Các thủ tục sẽ được làm tại UBND thành phố Inuyama (*Hoken Nenkini-ka*)
- ⑥ Nhận trợ cấp nuôi dưỡng trẻ (*Jidō Teate*)  
Trẻ từ khi sinh ra đến khi tốt nghiệp cấp 2, cứ 4 tháng sẽ nhận một lần trợ cấp nuôi dưỡng
  - Các thủ tục sẽ được làm tại UBND thành phố Inuyama *Kodomo Mirai-ka*
- ⑦ Nhận được túi rác miễn phí do thành phố Inuyama chỉ định
  - Trong khoảng thời gian trẻ đến 1 tuổi, một tháng sẽ được nhận từ thành phố Inuyama 5 túi đựng rác cỡ M (middle size)
  - thủ tục đăng ký được tiến hành tại UBND thành phố Inuyama (*Kankyō-ka*)



### Các thủ tục khác

#### ★★Hãy đăng ký các thủ tục cần thiết tại nước trẻ mang quốc tịch

Trong vòng 30 ngày từ khi sinh con hãy đăng ký làm thẻ ngoại kiều cho trẻ

- Các giấy tờ cần thiết sẽ khác nhau tùy trường hợp nên hãy tham khảo kỹ trước khi đăng ký
- Thủ tục sẽ được tiến hành tại Cục quản lý xuất nhập cảnh (Nyukan)

#### ★Các thủ tục cần thiết tại nước trẻ mang quốc tịch

Các thủ tục tại nước trẻ mang quốc tịch cũng rất cần thiết

- Các thủ tục hãy thực hiện tại đại sứ quán hoặc lãnh sự quán.

## ★Vấn đề chăm sóc sức khỏe mẹ và bé

### Các hoạt động hỗ trợ

#### ◆ Các hoạt động chăm sóc mẹ và bé sau sinh tại thành phố Inuyama (Inuyama-shi Sango Care Jigyo)

Từ sau khi sinh đến khoảng bốn tháng, với những bà mẹ có vấn đề về thể trạng hoặc việc chăm sóc con thì có thể đăng ký ở lại bệnh viện để được tư vấn, chữa trị. Có mất phí

※ Cũng có thể nhận được các hoạt động hỗ trợ, tuy nhiên sẽ tùy vào từng trường hợp.

#### ◆ BABY-WAN HOMON ♪

Trong khoảng thời gian sau sinh đến lúc trẻ được bốn tháng sẽ có chuyên gia về chăm sóc trẻ đến thăm nhà, nếu có vấn đề gì thì hãy thảo luận ngay nhé.

#### ◆ Baby Soku Day

Trong khoảng thời gian sau sinh đến lúc trẻ được bốn tháng tại trung tâm bảo hiểm của thành phố có thể cân đo chiều cao cân nặng của trẻ, có vấn đề gì về việc nuôi con cũng có thể thảo luận được.



#### ◆ Wanpaku Sokutei

Có thể cân đo chiều cao cân nặng của trẻ, có vấn đề gì về việc nuôi con cũng có thể thảo luận được

#### ◆ Kiểm tra sức khỏe lúc 4 tháng tuổi

Khi trẻ được 4 tháng tuổi sẽ có một lần kiểm tra sức khỏe, sau khi quyết định thời gian khám, trung tâm bảo hiểm sẽ gửi phiếu khám về gia đình.



#### ◆ 5 kagetsuji sukoyaka hiroba

Từ khi sinh đến khoảng 5 tháng tuổi, ba mẹ có thể cùng con tham gia các buổi hướng dẫn về ăn dặm hoặc các buổi chia sẻ.

#### ◆ Thảo luận về sức khỏe của trẻ khi 1 tuổi

Sẽ có một buổi nói chuyện về sức khỏe, việc ăn uống, răng miệng của trẻ

#### ◆ Kiểm tra sức khỏe lúc 1 năm 6 tháng tuổi

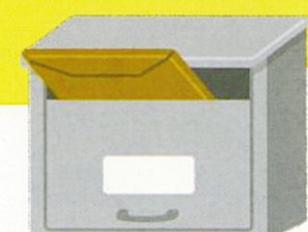
Sẽ có lần kiểm tra sức khỏe, sau khi quyết định thời gian khám, trung tâm bảo hiểm sẽ gửi phiếu khám về gia đình.

#### ◆ Buổi thảo luận khi trẻ được 2 năm 3 tháng và lớp học đánh răng cho trẻ

Sẽ tiến hành đo chiều cao cân nặng trẻ, sức khỏe răng miệng của trẻ dựa theo kết quả khám của nha sĩ, và có thể thảo luận được về vấn đề nuôi con

#### ◆ Kiểm tra sức khỏe lúc 3 tuổi

Sẽ có lần kiểm tra sức khỏe, sau khi quyết định thời gian khám, trung tâm bảo hiểm sẽ gửi phiếu khám về gia đình.



## ★ Về việc tiêm phòng

Việc tiêm phòng cho trẻ sẽ được diễn ra, khi con sinh ra đến khi được 6 tuần tuổi sẽ có phiếu tiêm phòng (*Yobō Sesshū Yoshin-hyō*) được gửi về từng gia đình

- Hãy đọc kỹ các mục chú ý về việc tiêm phòng và sức khỏe của trẻ (*Yobō Sesshū to Kodomo no Kenkō*)
- Việc tiêm vaccine sẽ được tiến hành tại các cơ sở y tế và cần hẹn trước
- Nếu tiêm vaccine theo đúng thời kỳ quy định thì sẽ không phát sinh chi phí gì



## ★ Các thông tin về việc nuôi dạy trẻ

### ◆ FAMILY SUPPORT CENTER

Khi đăng ký thành viên tại trung tâm bạn có thể sử dụng có mất phí các dịch vụ hỗ trợ tại trung tâm

### ◆ KOSODATE SHIEN CENTER / *Jidō Center*

Là nơi ba mẹ có thể chơi cùng con. Sẽ nhận được các thông tin về việc nuôi dạy con và các hoạt động vui chơi kết bạn.



### ◆ KODOMO MIRAI-EN (mẫu giáo, nơi giữ trẻ được chứng nhận)

Khi muốn cho con đi mẫu giáo, hãy đến tòa thị chính thành phố phòng Kodomo miraika để được tư vấn cụ thể.

### ◆ Trông trẻ theo giờ (*Ichiji Hoiku*)

Khi muốn trông trẻ theo giờ, có thể tham khảo trong danh sách các nhà trẻ dưới đây, có mất phí. Thông tin cụ thể hãy liên lạc trực tiếp đến những địa điểm này

- Hashizume Kodomo Mirai-en (0568-62-3780)
- Haguro Minami Kodomo Mirai-en (0568-67-4445)
- Hakutei Hoikuen (0568-62-6488)
- Inuyama Sakura Hoikuen (0568-61-0814)

### ◆ Dịch vụ trông trẻ sau ốm (*Byōgo-ji Hoiku*)

Khi trẻ bị ốm xong thì việc đưa trẻ đến trường mẫu giáo hoặc trường học là khá khó khăn, vì vậy có dịch vụ đặc biệt trông giữ trẻ sau ốm. Thông tin chi tiết hãy liên hệ đến Rakuta Nishi Kodomo-en (0568-67-2761)



Chép tác :

Tổ chức NPO Shake Hands

〒484-0083

Inuyama-shi Higashi Koken70-2

E-mail: info@shake-hands.jp

TEL 090-9940-2939



Với sự hợp tác của :

trung tâm bảo hiểm thành phố Inuyama

(Inuyama-shi Hoken Center)

〒484-0086

Inuyama-shi Matsumoto-cho 1-121

TEL 0568-61-1176