

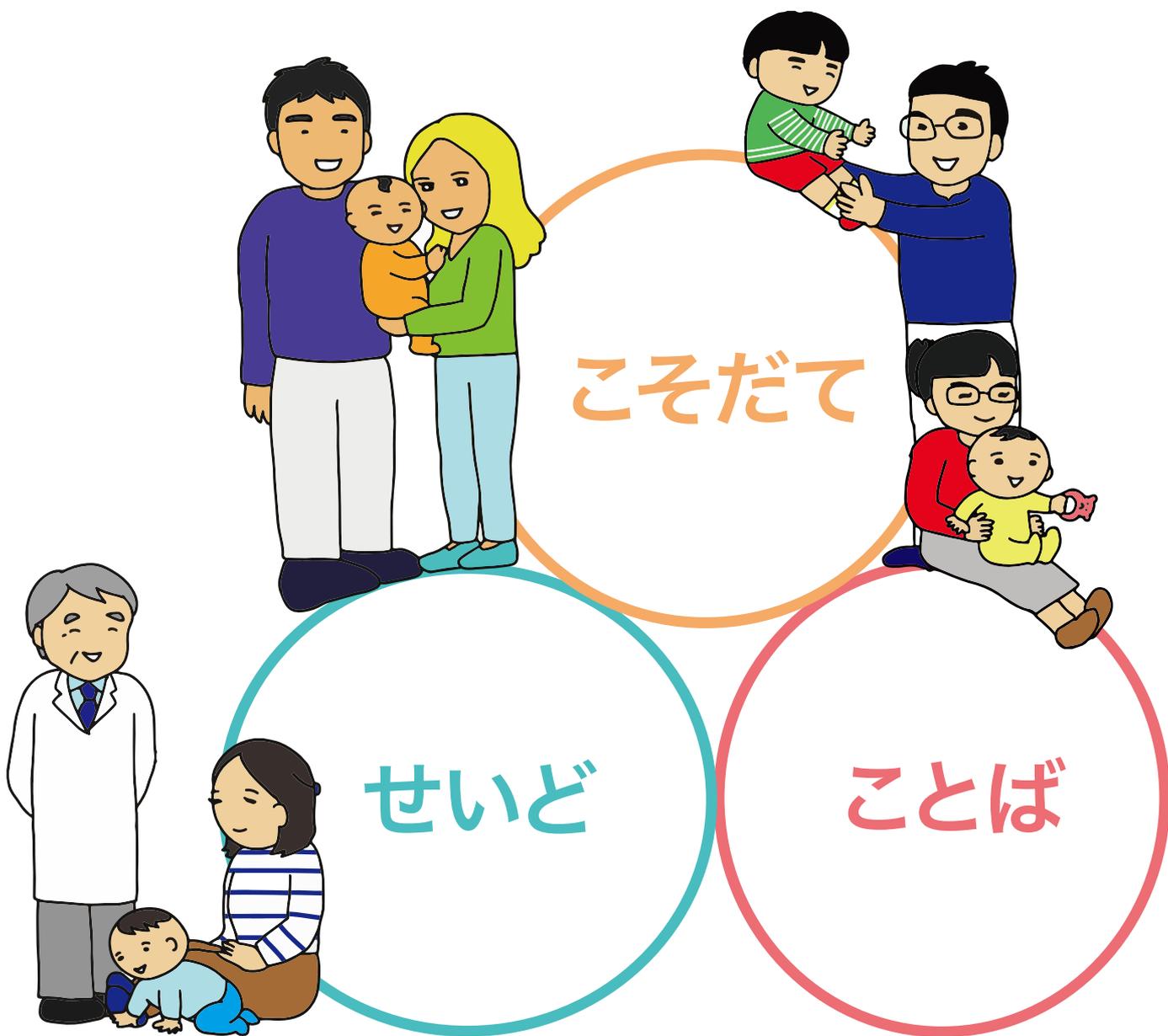
各位在爱知县生儿育女的外国朋友们

あいちで子育てする外国人のみなさまへ



爱知 多元文化育儿书

あいち多文化子育てブック



愛知県

ちゅうごくご
中国語

— 为了在日本快乐安心地养儿育女 —

对于生于外国、或者在与日本人不同的环境里长大的家长来说，在日本养儿育女可能会感到不安，也可能因为没有人商量而感到孤独。但是，日本有各种制度可以帮助大家抚养孩子，同时还有许多设施可以咨询。

这本小册子的制作目的在于向大家提供有关在爱知生儿育女的实用信息。通过这本小册子，大家可以得到有关儿童发育成长、如何培养孩子、育儿制度以及可以咨询的场所等方面的知识和信息。

爱知県多元文化共生推進室

— 日本で楽しく安心して子育てを —

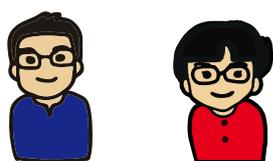
外国で生まれたり、日本人とはちがう環境で育ったお父さん・お母さんにとって、日本での子育ては不安なことがあったり、相談する人がいなくて孤独を感じたりするかもしれません。でも、日本には、みなさんの子育てをサポートするための様々な制度があります。相談を聞いてくれる様々な施設があります。

この冊子は、あいちでの子育てに役立つ情報を、みなさんにお届けするためにつくりました。子どもの発達や、子どもとの関わり方、子育てに関する制度、相談できる場所などについてお知らせします。

みなさんの子育てを応援します！

あいちけんたぶんかきょうせいすいしんしつ
愛知県多元文化共生推進室

目次	page	
第一章	だい しょう 第1章	
我们要当爸爸妈妈啦	3	パパ、ママになるよ
《母子健康手册》和《孕妇健康检查》	5	ぼ し けんこう て ちよう にん ぶ けんこうしん さ 母子健康手帳と妊婦健康診査
如果您或者孩子生病了	6	あなたや子どもが病気がなったとき
第二章	だい しょう 第2章	
谢谢小宝宝来到这个世界上	7	生まれてきてくれてありがとう
婴儿健康检查和你好，随访小宝宝	11	にゅうよう し けんこうしん さ と こん に ちは あか ちゃん ほうもん 乳幼児健康診査とこんにちは赤ちゃん訪問
打预防针	12	よ ぼうせつしゆ 予防接種
第三章	だい しょう 第3章	
如何培育孩子的语言能力	13	こ どもの ことば を 育てる ために 子どものことばを育てるために
如果孩子开始说话了	15	こ ども が 話し 始めたら 子どもが話し始めたら
去图书馆看看吧	18	と し ゃ かん に 行 っ て み よ う 図書館に行ってみよう
第四章	だい しょう 第4章	
小宝宝开始有朋友啦	19	お 友 達 と の 生 活 が 始 ま る よ お友達との生活が始まるよ
托儿所，幼儿园，公认保育园	21	ほ い く えん よう ち えん にん てい こ えん 保育園・幼稚園・認定子ども園
第五章	だい しょう 第5章	
有关抚养孩子的制度	23	こ そ だ て に 関 す る 制 度 子育てに関する制度
市区町村区办事处，保健所・保健中心的联系方式	25	し く ち ゃ う そん や く ば ほ けん し ゃ ほ けん センター の 連 絡 先 市区町村役場、保健所・保健センターの連絡先



前辈爸爸和前辈妈妈
せんばい せんばい
先輩パパと先輩ママ

拥有丰富的育儿经验的三个孩子的爸爸和妈妈

こ そ だ けいけんほう ふ じ と う かあ
子育て経験豊富な3児のお父さんとお母さん

孩子的发育会有个人差异，您的孩子的情况如果和这里面写的不一
样也不必过多担心

こ ども の 発 育 は 個 人 差 が ある から、
こ こ に 書 い て あ る 通 り で な く て も 心 配 し す ぎ な い で ね。



墨西哥卷饼
タコスくん

Tabunka Kosodate
⇒ Takos

我们要当爸爸妈妈啦

パパ、ママになるよ



恭喜您怀孕了。

在准备迎接小宝宝到来时，一定要告诉你们一事情非常重要的事。

这就是：你们的文化和语言是非常伟大的！请你们也转告给你们的孩子。然后，请你们夫妻俩好好商量如何培养这个孩子。

爱知县有很多对你们养育孩子有帮助的设施和制度。你们的孩子将拥有两种以上的文化背景，他们对爱知县来说也是无价之宝。真诚地祝愿小宝宝茁壮成长！

にんしん
妊娠おめでとうございます。

これから赤ちゃんを迎えるにあたって、ぜひ知ってほしいことがあります。

あなたたちの文化やことばは、素晴らしいものです。あなたの子どもにもぜひ伝えてください。そして、どのような子育てをしたいか夫婦で話し合ってください。

愛知県には、あなたの子育てを応援している施設や制度がたくさんあります。2つ以上の文化を背景に持つあなたの子どもは、愛知県にとっても、かけがえのない宝物です。お子さんの健やかな成長を願っています。



前辈妈妈的声音
せんばい
先輩ママの声

一般地说，在日本与剖腹产相比人们更多选择自然分娩，产后平均住院五天左右。请尽早与医生商量好在哪儿生产、用哪种方式生产。

日本では、帝王切開よりも自然分娩（経膈分娩）で子どもを産み、産後5日間くらい入院することが一般的です。あなたがどこでどのように出産するか、早めに医師と相談しましょう。

● 怀孕生育过程

しゅっさん なが 出産までの流れ



如果发现怀孕了

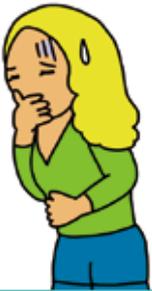
にんしん き 妊娠に気づいたら



- 请去妇产科接受检查。
- 请戒烟、戒酒。
- 如果在医院等地方确认已怀孕,请领取《母子健康手册》(→第5页)、《孕妇·乳幼児健康检查就诊表》(→第5、11页)和《成长卡》(HAGUMIN CARD)(→第24页)。
- 産婦人科で診察を受けましょう。
- タバコ、お酒はやめましょう。
- 病院などで妊娠が確認できたら、母子健康手帳(→5ページ)と妊婦・乳幼児健康診査受診票(→5・11ページ)、はぐみんカード(→24ページ)をもらいましょう。

二到四个月(怀孕初期)

げつ にんしんしよ き 2~4か月(妊娠初期)



- 开始接受孕妇健康检查。(→第5页)
- 因为妊娠反应,您有可能会不舒服或者有便秘。这个时期流产的危险性比较大,所以尽量不要勉强。
- 到怀孕三个月左右的时候,就能确认小宝宝的心音了。
- 妊婦健康診査を受け始めましょう(→5ページ)。
- つわりで気分が悪くなったり、便秘になることがあります。流産の危険性が大きい時期なので、できるだけ無理をしないようにしましょう。
- 3か月ごろになると、赤ちゃんの心音が確認できるようになります。

五到七个月(怀孕中期)

げつ にんしんちゆう き 5~7か月(妊娠中期)

需要注意体重的大幅度增加。

たいじゆう おおほば ぞうか
体重の大幅な増加には
注意が必要です。

- 妊娠反应会消失,食欲增加。接着肚子渐渐变大。
- 可以开始感受得到小宝宝的胎动。
- つわりが治まり、食欲が増えてきます。また、お腹のふくらみが目立ってきます。
- 赤ちゃんの胎動を感じるようになります。

八到十个月(怀孕后期)

げつ にんしんこう き 8~10か月(妊娠後期)



- 经常会气喘,容易疲劳。这个时期还经常会出现贫血和腰痛。由于肚子变大了行动不方便,所以请注意脚下。
- 到怀孕八个月左右的时候,宝宝的胎动会更有力。
- 息切れしたり疲れやすくなります。また、貧血や腰痛になりやすい時期です。お腹が大きくなり、動きにくいので足下に注意しましょう。
- 8か月ごろになると赤ちゃんは力強く動くようになります。

生产 出産

- 请向市区町村政府办事处提交出生证明,办理《儿童医疗费领取证》、儿童补贴和健康保险的手续(→第23·24页)。
- 请在大使馆和入境管理局办理手续。
- 您可以获得生产育儿临时补助金,用以补贴生产费用(→第23页)。
- 市区町村役場に出生届を出し、子ども医療費受給者証、児童手当、健康保険の手続きをしましょう(→23・24ページ)。
- 大使館、入国管理局で手続きをしましょう。
- 出産費用の補助である、出産育児一時金などをもらうことができます(→23ページ)。



《母子健康手册》和“孕妇健康检查”

ぼ し けんこう て ちょう にん ぶ けんこうしん さ
母子健康手帳と妊婦健康診査

● 什么是《母子健康手册》(Boshi Kenko Techo) ?

「母子健康手帳 (Boshi Kenko Techo)」って何？

《母子健康手册》是用于记录从妈妈怀胎到孩子小学入学之前的情况的手册。《母子健康手册》可以记录母子健康检查(体检)、打预防针以及接受随访指导等情况。在保健所·保健中心和医院等地方出示《母子健康手册》就可以准确传递孩子的信息,接受更为良好的服务。《母子健康手册》非常重要,出门时请随身携带,不要丢失。

在医院确认怀孕,到能听到胎儿的心率、即怀孕六周到十周左右的时候,就可领取《怀孕申报书》。请携带此申报书、在留卡及驾驶证等能确认您身份的证件,去市区町村办公窗口或者保健所·保健中心领取《母子健康手册》。

「母子健康手帳」は、お母さんが妊娠してから、その子どもが小学校に入学する前までの様子を記録するものです。この手帳には、お母さんと子どもの健康診査(健診)や予防接種、訪問指導などが記録されます。この手帳を見せると、保健所・保健センターや病院などで、あなたの子どもについて正確に伝えることができ、より良いサービスを受けられます。とても大切な手帳ですので、出かける時には持ち歩き、なくさないようにしましょう。

病院で妊娠したことがわかり、胎児の心拍が確認できる妊娠6週～10週ごろになると、「妊娠届出書」がもらえます。これと在留カードや免許証など身元が確認できるものを持って、市区町村の窓口か保健所・保健センターへ行き、この手帳をもらいます。

● 什么是“孕妇健康检查”？

「妊婦健康診査」って何？

“孕妇健康检查”指在医院等地方检查怀孕的妈妈的健康和小宝宝的成长是否有问题。请至少每月接受一次(怀孕二十四周后每月两次以上,怀孕三十六周后每周一次)检查。如果使用跟《母子健康手册》一同领取的就诊卡,可以减免检查费用。

「妊婦健康診査」は、病院などで、妊娠しているお母さんの健康や赤ちゃんの育ち方に問題がないかを見るために検査をするものです。少なくとも毎月1回(妊娠24週以降には2回以上、妊娠36週以降は毎週1回)、受けましょう。母子健康手帳と一緒にもらう受診券を使うと、無料になったり、安く受けることができます。

更详细的信息, 请咨询您所居住的市区町村 (→第 25 页)

詳しくは、あなたが住んでいる市区町村に問い合わせましょう (→25 ページ)



如果您或者孩子生病了

あなたや子どもが病気になったとき

请尽量去您平时就诊的医院。情况紧急，受重伤或生重病时，可以打‘119’叫救护车。

普段からできるだけおなじ病院に通いましょう。また、緊急で重大なケガ、病気の可能性がある時は、「119」に電話すると救急車を呼ぶことができます。

● 能用外语的医疗支援

がいにこころう いりよう
外国語で受けられる医療のサポート

1. “爱知急救医疗指南”

1. 「あいち救急医療ガイド」

这是一个介绍可以用外语的医疗机构的网站。

がいにこころう たいおう びょういん しょうかい
外国語で対応してくれる病院を紹介しているウェブサイトです。

URL : <http://www.qq.pref.aichi.jp/>

2. “外语 FAX 指南”

2. 「外国語音声 FAX 案内」

用五种语言的语音和 FAX 介绍可以用外语接受治疗的医院。

こくご おんせい がいにこころう たいおう びょういん あんない おこな
5 か国語の音声と FAX で、外国語で対応できる病院の案内を行っています。

TEL : 050-5810-5884

3. “爱知医疗翻译系统”

3. 「あいち医療通訳システム」

这个系统根据医院方面的委托进行诊疗翻译支援。因为能使用这个服务的医院有限，请事先在网站或者电话确认。

びょういん いらい おう しんりよう つうやく おこな
病院からの依頼に応じて、診療の通訳サポートを行っています。このサービスを使える病院は限られていますので、ウェブページや電話で確認してください。

URL : <http://www.aichi-iryoku-tsuyaku-system.com/> TEL : 050-5814-7263

● 急救医疗 (夜间和假日等大多数的医院不开门时) 的支援 (仅限日语)

きゅうきゅう いりよう やかん きゅうじつ おお びょういん ひら
救急医療 (夜間や休日など多くの病院が開いていないとき) のサポート (日本語のみ)

1. “爱知县急救医疗信息中心”

1. 「愛知県救急医療情報センター」

此医疗信息中心，二十四小时三百六十五天随时介绍有关可以接受治疗的医院等信息。

じゅしん びょういん じかん にち あんない
受診できる病院などについて、24 時間 365 日いつでも案内しています。

TEL : 052-263-1133

2. “幼儿急救电话咨询”

2. 「愛知県小児救急電話相談」

您的小孩突然受伤或者生病了，只要打这个电话就可以向拥有护士资格的顾问进行咨询。电话咨询时间：晚上七点到第二天早上八点 (每天)。

こどもが きんきゅう びょうき
子どもが緊急のケガ・病気になったときに電話をすると、
かんごし しかく も そうだんいん そうだん
看護師の資格を持つ相談員に相談できます。電話
じかん
できる時間は 19 時から朝 8 時までです (毎日)。

TEL : # 8000

谢谢小宝宝来到这个世界上

生まれてきてくれてありがとう

- 请调整好你们的生活节奏，好让小宝宝感到安心。

お父さん・お母さんの生活リズムを整えて、赤ちゃんを安心して

天气好的时候到户外散散步吧。

天気の良い日はお散歩など、
外へ出かけましょう。

早上好！
新的一天开始了。
おはよう。朝ですよ。



给小宝宝喂奶前，先轻轻地跟他／她打个招呼。小宝宝会安心地喝母乳或者牛奶了。

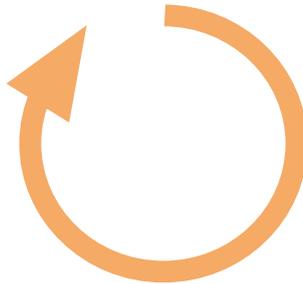
授乳する時にやさしく声をかけ
ましょう。赤ちゃんが安心して
母乳やミルクを飲みます。

请互相打招呼。

打开窗帘使房间充满光亮吧。

あいさつをしましょう。

カーテンを開けて部屋を明るくしましょう。



小宝宝的皮肤很敏感，所以要每天洗澡保持卫生。

赤ちゃんの肌はデリケートなので
毎日入浴してきれいにしましょう。

让小宝宝睡觉的时候，尽量在同一时间关灯、关电视。这样小宝宝会安心入睡。



寝かしつけるときに、同じ時間に灯りやテレビ
を消すなど、毎日同じことをすると赤ちゃんは
安心して、眠る準備ができます。



温柔地肌肤触碰和拥抱能够让小宝宝感到安心。

優しいスキンシップや抱きしめられることで、赤ちゃんは安心します。



● 零～四周 0～4週

小宝宝会不分昼夜地哭。
昼夜の区別なく泣きます。

● 一～三个月 1～3か月

小宝宝开始对各种各样的东西有所反应。他们会发出声音或者用目光去追会动的东西。
声を出したり、動くものを目で追ったり、色々な反応をするようになります。

● 四～六个月 4～6か月

小宝宝会发出笑声或者大人们跟他说话的时候会用丰富的表情来回答。这个时期可以开始让小宝宝吃断奶食品了。

声を出して笑ったり、声かけに対して表情豊かに答えてくれるようになります。
離乳食を始める時期です。

※ 为了预防得婴儿肉毒杆菌症，小宝宝满一岁之前请不要喂蜜蜂。

※ はちみつは乳児ボツリヌス症予防のために満一歳になるまでは食べさせないでください。

我丈夫上完夜班的时候，想让他多休息休息，所以我把孩子带到了育儿支援中心（→第10页）。但是我丈夫白天休息的时候，他帮我照看孩子所以省心了很多。

夫が夜勤明けの時は、ゆっくりして欲しいので、子どもを連れて子育て支援センター（→10ページ）に行ったわ。でも、夫が日中休みの時は、子守をしてくれたので助かったわ。



前辈妈妈的声音
先輩ママの声

孩子的发育和成长因人而异。请享受自己的孩子的点滴成长。如果实在担心，去保健所・保健中心（→第25页）商量是个不错的选择。

子どもの発達や成長には個人差があるよ。自分の子どもの小さな成長を楽しもう。どうしても心配な時は保健所・保健センター（→25ページ）に相談するといいわ。



● 关于小宝宝的哭泣

赤ちゃんが泣くことについて

小宝宝会通过哭泣来表达尿布脏了，肚子饿了，想撒娇等自己的心情。但是他们也会没有理由地哭。小宝宝无论如何都不停止哭的时候大人难免会心情烦躁。这样的時候请深呼吸，把宝宝放到安全的地方让他／她睡一觉，暂时离开那里，或者跟其他人说说话散散心。

赤ちゃんは、おむつが汚れた、お腹が空いた、甘えたいなど、泣くことにより自分の気持ちを伝えてきます。でも、理由なく泣くこともあります。どうしても赤ちゃんが泣きやまない時はいらいらしてしまいがちです。そのようなときは、深呼吸をしたり、安全なところに赤ちゃんを寝かせてその場からいったん離れたり、誰かと言葉を交わすなど気分転換してみましょう。

● 关于产后忧郁症

産後うつについて

如果您持续有心情失落，不能感觉到小宝宝可爱，没有食欲，失眠等症状的话，您有可能得了“产后忧郁症”。这个来自于产后内分泌的变化，不习惯的育儿而感到厌倦等原因。有研究认为产后妈妈的10%到15%会得产后忧郁症，所以每个人都有可能患上此症。心情不好的时候，请和向身边容易商量的人、医生或者去保健所・保健中心（☞第25页）进行咨询吧。

気分が落ち込む、赤ちゃんがかわいいと思えない、食欲がない、眠れない、といったことが続くときは「産後うつ」の可能性がります。産後のホルモンの変化や、慣れない育児の疲れなどが原因です。産後のお母さんの10～15%に起こるとされていて、誰にでもかかる可能性があります。気持ちが辛い時には、相談しやすい身近な人や、医師や保健所・保健センター（☞25ページ）に相談しましょう。



● 关于对育儿有帮助的设施
子育てに役立つ施設などについて

努力养孩子的过程中未免会感到孤独或者精神压力会增大。这时，请试用以下的设施・服务吧。

子育てを頑張っていると孤独を感じたり、ストレスが溜まることがありますね。そのような時は、以下の施設・サービスを利用してみましょう。

育儿支援中心

子育て支援センター

这是支援抚养婴儿的设施。在这里您可以跟其他正在抚养孩子的父母们进行交流，商量抚养孩子的事情，得到有关信息。支援中心里面也举办有关抚养孩子的讲座和活动。设施一般设在托儿所和公共设施里面。乳幼児の子育てを支援する施設です。子育て中の親子が交流したり、子育てに関する相談をしたり、情報を聞くことができます。子育てに関する講座やイベントなどを行っているところもあります。

**儿童馆・
儿童中心**

児童館・
児童センター

这是孩子们可以活动身体或者用玩具玩耍的地方。小学生以上的小朋友也能利用。有些地方还会为婴儿举办活动。子どもが体を動かしたりおもちゃなどで遊んだりできる場所です。小学生以上の子どもたちも利用できます。乳幼児のためのイベントをしているところもあります。

暂时寄放

一時預かり

家长因突发状况、临时工等工作，或想放松一下的时候，可以暂时把孩子寄放在托儿所。保護者の急な用事や、パートタイムの仕事、リフレッシュしたい時などに、保育園などで一時的に子どもを預けることができます。

育儿小组

子育てサークル

在这个小组里，家长和孩子可以聚在一起玩或者家长可以互相教换信息。有些小组是家长自己组成的，有些小组是由公共设施组织的。親子が集まって一緒に遊んだり、親同士が情報を教え合ったりする集まりです。親同士が自主的に集まる場合も、公的な施設が行っている場合もあります。

请您所居住的市区町村了解一下有什么设施和服务 (→第 25 页)

あなたが住んでいる市区町村にどんな施設、サービスがあるか問い合わせてみましょう (→25 ページ)



虽然还少，但是有些地方外国人的家长和孩子可以聚在一起愉快地玩，也可以通过翻译得到抚养孩子的信息。详细内容请联系爱知县多元文化共生推进室（本手册底封里面有联系方式）。

まだ数は少ないけど、外国人の親子が集まって一緒に楽しく遊んだり、通訳を通して子育ての情報を聞いたりできる場所もあるよ。詳しいことは愛知県多文化共生推進室に連絡してみてね（この冊子の裏表紙に連絡先があるよ）。

婴儿健康检查和你好，随访小宝宝

にゅうよう じ けんこうしん さ あか ほうもん
乳幼児健康診査とこんにちは赤ちゃん訪問

● 什么是“婴儿健康检查”？

にゅうよう じ けんこうしん さ なに
「乳幼児健康診査」って何？

“婴儿健康检查”指测量孩子的身高和体重，接受医生的诊察来定期地确认孩子是否在健康的成长。您也可以跟保健师商量关于孩子的发育和抚养孩子等事宜。大多数的市町村在①3到4个月，②1岁6个月，③3岁的时候进行这个婴儿健康检查。有些市町村会进行更多次检查。

「乳幼児健康診査」は、子どもの身長、体重を測り、医師の診察を受けて、子どもが健康に育っているかを定期的に確認するものです。子どもの発達や育児などについて保健師に相談することもできます。多くの市町村では、①3～4か月、②1歳6か月、③3歳の頃に行われます。もっとたくさん行う市町村もあります。

● 什么是《婴儿健康检查就诊票》？

にゅうよう じ けんこうしん さ じゅしんひょう なに
「乳幼児健康診査受診票」って何？

《婴儿健康检查就诊票》是可以在医院和诊疗所免费或便宜地接受“婴儿健康检查”的票。这个就诊票有时是跟《母子健康手册》一起给的，有时候市町村会直接寄给您。

「乳幼児健康診査受診票」は、病院や診療所で「乳幼児健康診査」を無料で受けたり、安く受けることができる券です。この受診票は、母子健康手帳と一緒にもらう場合と、市町村から送られてくる場合があります。

● 关于市区町村的“你好！小宝宝随访”

し ぐ ちょうそん あか ほうもん
市区町村の「こんにちは赤ちゃん訪問」について

小宝宝出生后4个月内，市区町村派遣的职员会访问全部的家庭，提供关于抚养孩子的情报和倾听家长的不安和烦恼。访问日期和访问人员各市町村不尽相同。访问前，会用明信片或者电话与您联系。这个服务的名称各市町村不同，有称为“你好！小宝宝随访”，也有称作“小宝宝访问”或“恭喜恭喜访问”的。

赤ちゃんが生まれると、4か月以内に、市区町村から派遣されたスタッフがすべての家庭を訪ね、子育てに関する情報を教えたり不安や悩みを聞いたりします。いつ頃訪問するのか、どのようなスタッフが訪問するのは市町村によって違いますが、訪問の前には、はがきや電話で連絡が来ます。このサービスは、市町村によって「こんにちは赤ちゃん訪問」のほか「赤ちゃん訪問」や「おめでとう訪問」などの違った名前がつけられています。

更详细的信息，请询问您所居住的市区町村（➡第25页）

詳しくは、あなたが住んでいる市区町村に問い合わせましょう（➡25ページ）

打预防针

よ ぼうせっしゅ
预防接种



● 什么是“预防针”？

よ ぼうせっしゅ なに
「预防接种」って何？

“预防针”是为了避免孩子患上重病而打的。适合婴儿打的预防针有两种。一种是法律规定的“定期预防针”，另一种是“任意预防针”。

“定期预防针”是到了需要打预防针的时候，您居住的市区町村常常会把介绍和接受打预防针的票寄过来。您只要拿着这个票去打预防针就不用去医院付钱了。有些市町村也提供免费或者便宜的“任意预防针”。

「预防接种」は、子どもが重い病気にならないようにするために受けるものです。乳幼児向けの预防接种には、法律で決められている「定期接種」と、それ以外の「任意接種」の2種類があります。

「定期接種」は、接種が必要な時期になると、あなたが住んでいる市区町村から案内や预防接种を受けるための券が送られてくることが多いです。その券を持って预防接种に行けば、病院でお金を払う必要がありません。「任意接種」も、市町村によっては、無料で受けたり安く受けられます。



● 有什么样的种类？

どんな種類があるの？

根据孩子的年龄（月龄），需要打预防针的次数和内容可能会有变化。

婴儿的定期预防针总共有8种（2017年12月现在）。有的只要打一次就可以了，另外一些必须打好几次预防针。

预防接种は、年齢（月龄）によって、必要な接種回数や内容が変わることがあります。

また、乳幼児の定期接種は全部で8種類あります（2017年12月現在）。1回で済むものもあれば、何回も接種しなければいけないものもあります。

更详细的信息，请咨询您所居住的市区町村（➡第25页）
詳しくは、あなたが住んでいる市区町村に問い合わせましょう（➡25ページ）

如何培育孩子的语言能力

子どものことばを育てるために

● 请用温柔的表情跟小宝宝说很多话

やさしい表情で赤ちゃんにいっぱい話しかけよう

小宝宝是识别表情的专家！照看孩子的人的表情非常重要。

赤ちゃんは表情を見分けるエキスパート！世話をする人の表情はとても大事です。

跟小宝宝说话时请用温柔的表情慢慢地清楚地说话。小宝宝一边看着爸爸·妈妈的嘴巴一边听着声音，来学习作为单词的发声方法。

話しかけるときは、やさしい表情でゆっくり、はっきり、話しましょう。赤ちゃんは、お父さん・お母さんの口を見ながら音を聞いて、ことばとしての音の出し方を学んでいきます。

哒哒哒
嗯嗯嗯～

ダーダーダー
ナン ナン ナー

今天也说很多话吧。

きょうも いっぱい
おはなし しようね。



前辈妈妈的声音
せんばい ことば
先輩ママの声

如果爸爸·妈妈在发火或者面无表情的话小宝宝会变得不安。没有充裕的精力时，请别人帮着照看孩子也是可以的。

お父さん・お母さんが怒っていたり無表情だったりすると赤ちゃんは不安になっちゃうの。余裕がない時は、誰かに育児を助けてもらってもいいのよ。



● 孩子会通过体验来掌握语言。

子どもは体験を通じてことばを身につけます。

譬如，孩子记住这个叫做「苹果」的单词之前，会有下面所陈述的阶段。他们会去实际的触摸，闻或者吃苹果。在那些时常的场面里，由于周围的人在用那个叫做“苹果”的单词，孩子会开始试着模仿「苹果」的语音。小孩子会反复那个体验，然后一边确认自己实际的用这个「苹果」的单词的时候的周围的反应，一边掌握叫做「苹果」的单词的意思。

例えば、子どもが「りんご」ということばを覚えるまでには、以下のステップを踏みます。実際にりんごを触ったり、匂いをかいだり、食べたりします。その時々で、周りの人が「りんご」ということばを使うことで、子どもは「りんご」という音をマネして見るようになります。その体験を繰り返して、自分が実際に「りんご」ということばを使った時の周りの反応を確かめながら、「りんご」ということばの意味を身につけていきます。

在买东西的中途
買い物の途中で

啊，苹果。真香。
有好多种类呢，有红苹果，也有黄苹果。
红的苹果，黄色的苹果，各种各样
あ、りんご。いい匂いだね。
赤いりんご、黄色いりんご、いろいろだね



从看小人儿书知道
絵本で知る



用眼睛和舌头和鼻子来体会
目と舌と鼻を使って、実感



请用手指一指作为点心的苹果，
跟您的孩子说“这个是苹果。很好吃”，
然后一起愉快地吃吧。

おやつに出したりんごを指さし、
「りんごだよ。おいしいね」と言って、
一緒に楽しく食べましょう。

如果孩子开始说话了

子どもが話し始めたら

- 请用您最有信心的语言跟孩子说话吧。

あなたが一番自信のあることばで、子どもと話をしましょう。

跟小孩子说话的时候请用您最有信心的语言。

在您高兴，开心，生气，难过的时候用您最信心的语言说话的话，您的孩子会更深刻的体会到您的感觉，想法和感情的。

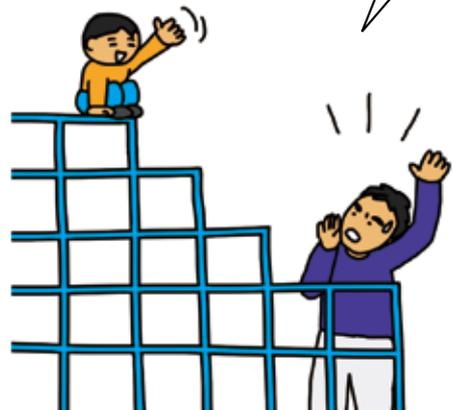
子どもと話をするときにはあなたが一番自信のあることばを使いましょう。

喜ぶときも、楽しむときも、怒るときも、悲しむときも、一番自信のあることばで話せば、あなたの思いや考え、感情がより深く子どもに伝わります。

好特別啊！
看样子很好吃的沙拉做好了。
妈妈。可帮了大忙了。
すごいね！
おいしそうなサラダができたね。
お母さん。助かったわ。



危険！
如果爬了那么高，
估计你就无法一个人下来了
危ないぞ！
そんなに高くまで上がったら
一人で降りられないでしょう。



您可以更深度地表达您的心情的同时，不仅仅是结论还可以详细地去说明那个理由。

気持ちがより深く伝わるとともに、結論だけでなく、その理由も詳しく説明できます。

就算爸爸和妈妈说的语言不同，一般来说如果用自己最自信的言语来说的话会对孩子有良好的影响。

お父さんとお母さんの話す言語がちがっても、それぞれが一番自信のあることばで話すことが子どもに良い影響を与えていると言われています。



● 请你们夫妇商量关于孩子的语言，决定方针吧。

夫婦で子どものことばについて話し合い、方針を決めましょう。

对接触两种以上的语言长大的孩子来说，一方面学会语言会很吃力，另一方面根据环境，孩子的语言体验会变得丰富，对他们的成长有着给予良好影响的可能性。请家长尽力分别使用对孩子易懂的言语的同时，请给予他们各种各样的体验的机会。

2つ以上のことばに触れて育つ子どもは、ことばの習得が大変である一方で、環境次第では言語体験が豊かになり、成長に良い影響を与える可能性を持っています。親は子どもにわかりやすいことばの使い分けに努めるとともに、様々な体験の機会を与えるようにしましょう。

年齢 ねんれい 年齢	特征 とくちょう 特徴
1岁 さい 1歳	孩子会用手指一指自己知道的东西,然后渐渐地会发出类似于“汪汪”和“妈妈”等含有意义的单词。 自分が知っているものを「アッ」と指差し、「ワンワン」「マンマ」など意味のあることばが出始めます。
两岁 さい 2歳	孩子开始有自我意识了,会开始常常说“不”。他们会问“那个,是什么?”。他们会开始用二语文说话。 自我が自覚め、「いや。」とよく言うようになります。「あれ、なに?」と質問します。二語文で話せるようになります。
三岁 さい 3歳	孩子的单词量会爆发性地增加。 ことばが爆発的に増えます。

● 孩子已经三岁了，但是还是说不出话来…

3歳になってもことばが出ない…

孩子的发育会有个人差异。但是如果您感到您的孩子的发育要比周围的小朋友晚或者觉得会不会有什么问题的時候，请不要客气的跟保健所・保健中心（→第25页），保育园・托儿所（→第21页），儿童馆・儿童中心（→第10页）等地方进行咨询。

子どもの発達には個人差があります。しかし周りの子どもと比べて遅れていると感じたり、何か変かもしれないと思ったときには保健所・保健センター（→25ページ）や、保育園・幼稚園（→21ページ）、児童館・児童センター（→10ページ）などで遠慮なく相談してみましよう。

● 请接触小人儿书

えほん した
絵本に親しもう。

给孩子朗读小人儿书是家长和孩子的交流的时间。通过朗读不仅仅能帮助孩子的语言的成长，还能培养孩子的集中精力的听力和想像力。

よ き かせ は おや こ の コミュニケーションの じかん になります。また、こ ども の こ と ば の せいちょう だけでなく、集 ちゆう き そうぞうりよく そだ 中して聞く力や想像力も育てます。



爸爸妈妈，请朗读跟你们一起照看孩子的人喜欢看的小人儿书。请在图书馆（→第18页）借外语的小人儿书，或用小人儿书的画和爸爸妈妈最有信心的语言跟孩子们说话吧。

とう さん ・ おかあ さん、こ そだ さん か ひと す えほん よ としよ かん 館（→18 ページ）で がいこくご えほん か えほん え つか とう さん ・ おかあ さん の いちばん じしん あることばで、お話ししたりしましょう。



前辈妈妈的声音
せんばい こえ
先輩ママの声

在我们家，孩子睡之前我会给他朗读的。

うちは寝る前に読み聞かせをしているわ。



前辈爸爸的声音
せんばい こえ
先輩パパの声

我们给孩子朗读能飞出来的，有故事的，发出声读的话有韵律的小人儿书的时候，他们会感到非常高兴。

うちの子どもたちは、飛び出す絵本や、ストーリーがある絵本、音読するとリズムがある本を読むと、とても喜ぶます。

去图书馆看看吧

としょかん い
図書館に行ってみよう



● 什么是“图书馆”？

としょかん なに
「図書館」って何？

“图书馆”是可以免费借书和杂志的设施。爱知县有一百以上的图书馆，它们位于县内大部分的市区町村。大多数的图书馆里有孩子喜欢的「小人儿书」。在有些图书馆也可以借日语以外的书。也有些图书馆举办给孩子朗读小人儿书等活动。请积极参加。

としょかん ほん ざっし むりよう か しせつ けんない し くちようそん
「図書館」は、本や雑誌を無料で借りることができる施設です。県内ほとんどの市区町村に
あります。おほ としょかん こども よろこ えほん にほんご がい ほん か
多くの図書館では、子どもの喜ぶ「絵本」もあります。日本語以外の本を貸してい
るところもあります。こどもたち えほん よ き かいさい としょかん
子どもたちに絵本の読み聞かせなど、イベントを開催している図書館も
あります。どんどん かつよう
活用してください。

● 如何借书？

としょかん か
どうやって本を借りるの？

借书的时候需要「出借卡」。首先，携带可以确认名字·地址·出生年月日的物件（居留卡，驾照，健康保险证，母子健康手册等）到图书馆，办「出借卡」。这个卡也是免费的。

借书的时候，请把想借的书和这张卡拿到窗口。每个图书馆有不同的一次性能借的书的数量和能借的时间。譬如，名古屋市的图书馆可以1次性借最多6本书，期限是两周。

としょかん か かしだし ひつよう なまえ じゅうしょ せいねんがっぴ かくにん
本を借りるためには、「貸出カード」が必要です。まずは、名前・住所・生年月日の確認で
きるもの（ざいりゅう うんてんめんきょしょう けんこう ほけんしょう ぼ しけんこう てちょう としょかん も
在留カード、運転免許証、健康保険証、母子健康手帳など）を図書館に持っていっ
て、かしだし むりよう
「貸出カード」をつくります。このカードも無料でつくれます。

としょかん か かしだし ほん まどぐち も い いちど か ほん
本を借りるときは、借りたい本とこのカードを窓口を持って行きます。一度に借りられる本
かず か かりられる きかん としょかん こと たとえ な ご や し ぼあい かい さつ
の数や借りられる期間は図書館によって異なります。例えば名古屋市の場合は、1回6冊まで、
きかん しゅうかん
期間は2週間までです。

小宝宝开始有朋友啦

ともだち せいかつ はじ
お友達との生活が始まるよ

- 孩子进入托儿所和幼儿园以后，他们会交朋友，由此他们的世界会扩大。

ほいくえん ようちえん はい ともだち こ せかい ひろ
保育園や幼稚園に入ると、友達ができる子どもの世界が広がります。



刚开始去托儿所和幼儿园的时候，有时候孩子会在去幼儿园的路上哭泣，但是这个是正常的。就算孩子在哭，请相信老师，请注意微笑着跟他／她道别，然后等待孩子习惯幼儿园的生活。

ほいくえん ようちえん かよ はじ こ 子どもが つうえんじ な
保育園や幼稚園などに通い始めたばかりのころ、子どもが通園時に泣いてしまう
ことがあります。しぜん なこと。泣いていても、せんせい しんらい わか
れすることを心がけ、こころ こ えん な ま
子どもが園に慣れるのを待ってみましょう。



前辈妈妈的声音
せんばい こそ
先輩ママの声

我的孩子刚去幼儿园的时候也经常哭。听说跟孩子道别的时候如果家长流露出担心的表情，孩子也会跟着感到不安，所以当时我会尽量笑着跟他道别。现在看样子他倒是很开心的去幼儿园了。

わたし こ な わか おや しんばい かお こ
私の子もよく泣いていたの。別れるときに親が心配そうな顔をしていると、子ども
もふあん になってしまうと聞いて、できるだけえがお わか
しように保育園に通っているわ。いま たの



● 孩子不会说日语，所以我担心他／她能不能适应幼儿园。

こどもが日本語ができないから、園になじめるか心配。

日本人的孩子的语言也在发育中，所以请不要过度担心。进了幼儿园后，请跟老师咨询孩子的情况，告诉老师关于自己的文化，然后请一件一件减少您所担心的事情。

日本人の子どもも、ことばの発達^{はったつ とちゅう}の途中^{とちゅう}ですから、あまり心配^{しんぱい}しないようにしましょう。入園^{にゅうえん}してから、先生^{せんせい}に子どもの様子^{ようす}を聞いたり、自分^{じぶん}の国^{くに}の文化^{ぶんか}について伝え^{つた}、心配^{しんぱい}なことを一つずつ減^へらしていきましょう。

● 把孩子寄托在哪里？

子どもをどこに預けるか？

有各种各样的设施可以寄托孩子。能寄托的时间和费用也是各种各样的。请考虑对自己的孩子来说哪个地方最好，然后参观几家设施，决定让孩子去哪家托儿所。

子どもを預^{あず}かってくれる施設^{しせつ}は色々^{いろいろ}あります。預^{あず}かってくれる時間^{じかん}や料金^{りょうきん}も様々^{さまざま}です。どの施設^{しせつ}が自分^{じぶん}の子どもにとって一番^{いちばん}良いのか考え^{かんが}、実際^{じっさい}にいくつかの施設^{しせつ}を見学^{けんがく}して、預^{あず}け先^{さき}を決めましょう。

不仅仅是费用和寄托时间，我们观察了孩子们玩的地方和孩子们的情况以后决定的。

りょうきん ほいくじかん
料金や保育時間だけでなく、遊ぶ場所^{あそ ぼしょ}や通^{かよ}っている子どもたちの様子^{ようす}を見て決めました。



前辈爸爸的声音
せんぱい 先輩パパの声



前辈妈妈的声音
せんぱい 先輩ママの声

孩子去了托儿所以后，在与其他孩子妈妈们打招呼的过程中，我自己的朋友也增加了。

こどもが保育園^{ほいくえん}に行くようになって、ママ友^{とも}と挨拶^{あいさつ}しているうちに、私^{わたし}も友達^{ともだち}が増^ふえたわ。

托儿所，幼儿园，公认保育园

ほいくえん ようちえん にんてい えん
 保育園、幼稚園、認定こども園

标准是四月二号的时候的年龄。

がつ か じてん ねんれい きじゅん
 4月2日時点の年齢が基準だよ。



● 托儿所 < 零 - 五岁 >

ほいくえん ほいくじょ さい
 保育園 (保育所) <0-5 歳>

因为家长生病了或者在工作的关系不能在家里照看孩子的时候，托儿所代替家长照顾孩子。有些托儿所会照看孩子到下午，另外一些托儿所会照看到更晚的时间。

ほごしや びょうき であつたり いたたり するなどで 家庭で 保育できない 子どもを、保護者に代
 わって 保育を行う 施設です。夕方まで 子どもを 預かるほか、もっと 遅い時間まで 保育する園もあ
 ります。

● 幼儿园 < 三 - 五岁 >

ようちえん ほいく さい
 幼稚園 <3-5 歳>

幼儿园是进行幼儿期的教育的学校。很多时候孩子可以在幼儿园里到下午2点到3点左右。有些幼儿园也有比这个更晚的时间或者星期六和暑假等时候也可以保育孩子。

ようじき きょういく おこな がつこう おお ばあい ごご じ じごろまで 子どもを 預かります。また、
 これより 遅い時間や、土曜日、夏休みなどにも 子どもを 保育する園もあります。

● 公认保育园 < 零 - 五岁 >

にんてい えん さい
 認定こども園 <0-5 歳>

< 零 - 二岁 > <0-2 歳>

像托儿所一样，对在家庭里不能照看的孩子进行照顾。

ほいくえん おな かに 家庭で 保育できない 子どもを 対象に 保育を行います。

< 三 - 五岁 > <3-5 歳>

过中午之前是教育的时间。并且，可以照顾不能在家里照看的孩子到傍晚（有的保育园可以更晚）。

ひるす ぎょういく じかん 家庭で 保育できない 子どもを、夕方（園によってはもつ
 と遅い時間）まで 預かります。

这里所写的‘保育园’是指根据法律，满足一定的标准的公认保育园。

ここに書いてある「保育園」とは、法律に基づいて、一定の基準を満たした
 認可保育所のことだよ。





● 我想让孩子去保育园
こどもをほいくえんあず
 子どもを保育園に預けたい

如果希望从四月份寄托孩子，大多数是在前一年的十月到年末的时候报名。不过因为每个市区町村都有不一样的报名方法和时间，所以请提前向市区町村提问。

がつこどもあずばあいぜんねんがつねんまつもうしこおお
 4月から子どもを預けたい場合、前年の10月から年末にかけて申込みことが多いです。しかし、市し
ちょうそんもうしこほうほうじきちがはやしくちょうそんとあ
 町村によって申込み方法や時期が異なるため、早めに市区町村に問い合わせましょう。

● 到成功入园为止的过程
にゅうえんなが
 入園までの流れ

给市区町村办事处打电话／在市区町村办事处的窗口商量关于托儿所的事情。
しくちょうそんやくぼでんわしくちょうそんやくぼまどぐちほいくえん
 市区町村役場に電話する／市区町村役場の窓口で保育園のことを相談する。

打听需要的文件资料和报名的时间。
ひつようしよるいもうしこじき
 必要な書類や申込みの時期について聞く。

提交报名表（给市区町村办事处或者直接向托儿所等报名）。
もうしこようしでいしゆつしくちょうそんやくぼえんちよくせつ
 申込み用紙を提出する（市区町村役場もしくは園に直接など）。

面试，抽签等
めんせつちゆうせん
 面接、抽選など

收到入所同意通知书。
にゅうしよしよだくつうちとど
 入所承諾通知が届く。

入园
にゅうえん
 入園

收到入所拒绝通知书。
にゅうしよふしよだくつうちとど
 入所不承諾通知が届く。

延长育儿休假或者寻找非公认托儿所。
いくじきゅうかえんちようむにんかほいくじよさが
 育児休暇を延長するか無認可保育所を探す。

● 请利用庭园开放。
えんていかいほうりよう
 園庭開放を利用しよう。

有些托儿所和幼儿园在指定的日子里会开放自己的设施提供给没有进任何托儿所的小朋友们玩。对孩子来说这是一个能交朋友和在沙地里玩儿等能体验在家里不能体验的事情的好机会，所以请试着利用一下吧。

ほいくえんようちえんえんはいちいきこえんしせつつかあそひ
 保育園や幼稚園などによっては、園に入っていない、地域の子どもたちが園の施設を使って遊ぶ日
をつくっているところがあります。友達をつくったり、すなばあそいえたいげんよ
 をつくっているところがあります。友達をつくったり、砂場で遊んだり、家ではできない体験をする良
きかい
 い機会ですから、利用してみましょう。

有关抚养孩子的制度

こそだ かん せいど
子育てに関する制度

● 有关生产时的健康保险制度

しゅっさん かん けんこう ほけん せいど
出産に関する健康保険の制度

“生育补助费”是一个补助制度，不管在日本或在外国生产，只要在日本加入健康保险的人都能得到每个孩子40万4千日元补助费（有的地方42万日元）。办理健康保险或生孩子的设施（医院等）的手续以后，设施会从您的健康保险里领取这笔钱，由此您就可以少付生产费用了。

如果跟生孩子有关系的病的花费或着做手术的花费比事先决定的金额贵的话，根据“高额疗养费制度”，有可能能收回已经支付掉的钱。这个是基本上做了手续后可以收回已经支付的钱的制度，但是如果您事先已经知道治病或者做手术的花费会贵的话，只要做好相关的手续，您就不用向窗口支付预先决定好的金额。

并且，根据健康保险的不同，拿到“生育补助费”之前，有时候可以借到生产时要用的钱。到被给予为止的间，生孩子有关的钱。

上述的这些详细的内容，请问您工作的岗位（关于国民健康保险请问您所居住的市区町村）。

「出産育児一時金」は、日本で健康保険に入っている人が出産したとき、日本で産んでも外国で産んでも、子ども1人につき40万4千円が払われる制度です（42万円の場合もあります）。健康保険または出産する施設（病院など）の手続きを行うと、施設があなたの健康保険からこのお金を受け取り、あなたが窓口で払うお金を少なくすることができます。

また、出産に関係する病気や手術にかかったお金が決められた額より高くなると、「高額療養費制度」により払ったお金が戻ってくる場合もあります。基本的には、手続きをすると払ったお金が後から戻ってくる制度ですが、事前に病気の治療や手術にかかるお金が高くなると分かっている場合は、必要な手続きをすれば、決められた額以上は窓口で払わなくてよくなります。

さらに、健康保険によっては、「出産育児一時金」が払われるまでの間、出産にかかるお金を貸してくれる場合もあります。これらの詳しい内容は、あなたが働いている会社（国民健康保険の場合は各市区町村）に聞いてください。

● 儿童医疗制度

こ じょうせいど
子ども医療制度

“儿童医疗制度”是市町村给予孩子医疗费用的制度。利用这个制度，除部分费用，孩子去医院就诊可以免费。原则上，上小学之前的孩子可以利用这个制度（如果住院可以适用至中学毕业）。但是根据市町村的不同，有的市町村也会适用至更大年龄的孩子。

「子ども医療制度」は、市町村が子どもの医療費を払ってくれる制度です。この制度を使うと、一部の費用を除いて、子どもが病院に行ったときに、あなたがお金を払う必要がありません。対象になる年齢は、小学校入学前まで（入院については中学校卒業まで）が基本となっていますが、市町村によっては、もっと大きい年齢まで対象としています。

● 児童补贴・児童扶養补贴（2017年4月現在）

じどうてあて　じどうふようてあて　ねん　がつげんざい
児童手当・児童扶養手当（2017年4月現在）

“児童补贴”是有中学毕业之前的孩子的家庭能拿到的补助费。补贴的数目根据孩子的年龄，人数，父母的收入会有所不同，但是最少1个人能拿到5,000日元。

“児童扶养补贴”是单亲家庭等家庭能拿到的补助费。这个数目也是根据孩子的人数和父母的收入有所不同。第一个孩子能拿到一个月42,290日元以下，第二个孩子是一个月9,990日元以下，第3个之后的孩子的话能拿到一个月5,990日元以下。另外，爱知县还有“爱知县孤儿补贴”制度以支援单亲等家庭。

这两种补贴都需要您向您居住的市区町村办理手续。

「児童手当」は、中学校を卒業する前の子どもを持っている家庭がもらえるお金です。金額は、子どもの年齢、数、親の収入によって変わりますが、1人につき最低5,000円がもらえます。

「児童扶養手当」は、親が1人しかいない家庭などがもらえるお金です。こちらも子どもの数や親の収入によって金額が変わります。1人目の子どもについては月に42,290円以下、2人目の子どもについては月に9,990円以下、3人目以降の子どもについては、月に5,990円以下がもらえます。なお、同じく1人親家庭などへの支援として「愛知県遺児手当」もあります。

どちらのお金も、あなたが住んでいる市区町村の手続きが必要です。

● 《成长卡》（HAGUMIN CARD）

はぐみんカード



《成长卡》（HAGUMIN CARD）是怀孕的妈妈和未满18岁的孩子（到18岁的第一个3月31日为止）的家庭能领取的卡。在指定的店出示此卡，可以享受优惠。比如说，商品可以减价或者在餐厅可以免费的享用饮料等。您可以在市町村领取《母子健康手册》的同时领取此卡。关于可以使用此卡的地方和优惠的内容，您可以在下面的URL查到。

【<http://www.pref.aichi.jp/kosodate/cgi-script/card/premium/index.cgi>】

※ 在名古屋市，您可以领到《小鸟卡》（PIYOKA CARD），其作用和《成长卡》（HAGUMIN CARD）一样。

「はぐみんカード」は、妊娠中の方や、18歳までの子ども（18歳になった最初の3月31日まで）がいる家庭がもらえるカードです。決められたお店でカードを見せると、サービスが受けられます。例えば、商品が割引になったり、レストランで飲み物が無料になるなどです。市町村で母子健康手帳をもらうときに、一緒にもらえます。カードが使える施設とサービスの内容は以下のURLから探すことができます。

【<http://www.pref.aichi.jp/kosodate/cgi-script/card/premium/index.cgi>】

※ 名古屋市では、「はぐみんカード」の代わりに「ぴよか」というカードがもらえます。受けられるサービスは同じです。

市区町村区办事处， 保健所・保健中心的联系方式

市区町村役場、保健所・保健センターの連絡先

● 市区町村办事处（公所） 市区町村役場

这是向居民执行各种制度和进行各种服务的场所。打电话时，请说明想办理的事情，然后请总机转到有关部门或人员。

住民に向けて様々な制度やサービスを幅広く実施しているところです。電話をしたら、どのような要件かを伝えて、担当の人に電話をつないでもらいましょう。

● 保健所・保健中心 保健所・保健センター

这是市区町村的设施，主要从事关于居民健康的工作。很多地方都可以进行关于抚养孩子和健康咨询，也实施打预防针和健康诊查等。

市区町村の施設で、住民の健康に関する仕事をしているところです。子育てや健康に関する相談や、予防接種・健康診査などを実施しているところが多いです。

市区町村的名字 市区町村名	市区町村的联系方式 市区町村役場連絡先	保健所・保健中心的联系方式 保健所・保健センター連絡先	
名古屋市 (Nagoya-shi)	千種区 (chikusa-ku)	052-762-3111	052-757-7033
	東区 (higashi-ku)	052-935-2271	052-979-3588
	北区 (kita-ku)	052-911-3131	052-910-6815
	西区 (nishi-ku)	052-521-5311	052-529-7105
	中村区 (nakamura-ku)	052-451-1241	052-486-6388
	中区 (naka-ku)	052-241-3601	052-269-7155
	昭和区 (showa-ku)	052-731-1511	052-745-6030
	瑞穂区 (mizuho-ku)	052-841-1521	052-837-3285
	熱田区 (atsuta-ku)	052-681-1431	052-679-3086
	中川区 (nakagawa-ku)	052-362-1111	052-364-0065
	港区 (minato-ku)	052-651-3251	052-655-8745
	南区 (minami-ku)	052-811-5161	052-619-7086
	守山区 (moriyama-ku)	052-793-3434	052-797-5220
	緑区 (midori-ku)	052-621-2111	052-899-6518
	名東区 (meitou-ku)	052-773-1111	052-769-6288
	天白区 (tenpaku-ku)	052-803-1111	052-847-5981
豊橋市 (toyohashi-shi)	0532-51-2111	0532-39-9159	
岡崎市 (okazaki-shi)	0564-23-6000	0564-23-6084・0564-23-6180	
一宮市 (ichinomiya-shi)	0586-28-8100	naka hoken center 0586-72-1121	
		nishi hoken center 0586-63-4833	
		kita hoken center 0586-86-1611	
瀬戸市 (seto-shi)	0561-82-7111	0561-85-5511	
半田市 (handa-shi)	0569-21-3111	0569-84-0646	
春日井市 (kasugai-shi)	0568-81-5111	← 请给市区町村区办事处打电话。	
豊川市 (toyokawa-shi)	0533-89-2111	0533-89-0610	
津島市 (tsushima-shi)	0567-24-1111	0567-23-1551	
碧南市 (hekinan-shi)	0566-41-3311	0566-48-3751	
刈谷市 (kariya-shi)	0566-23-1111	0566-23-8877	

市区町村の名字 し く ちやうそんめい 市区町村名	市区町村の联系方式 し く ちやうそんやく ぼ れんらくさき 市区町村役場連絡先	保健所・保健中心の联系方式 ほ けんじよ ほ けん れんらくさき 保健所・保健センター連絡先
豊田市 (toyota-shi)	0565-31-1212	关于健康检查 けんこうしん さ かん 健康診査に関すること 0565-34-6636 关于打预防针 よ ぼうせつしゆ かん 予防接種に関すること 0565-34-6180 关于育儿咨询 いくじそらだん かん 育児相談に関すること 0565-34-6627
安城市 (anjo-shi)	0566-76-1111	0566-76-1133
西尾市 (nishio-shi)	0563-56-2111	nishio shi hoken center 0563-57-0661 nishio shi kira hoken center 0563-32-3001
蒲郡市 (gamagori-shi)	0533-66-1111	0533-67-1151
犬山市 (inuyama-shi)	0568-61-1800	0568-61-1176
常滑市 (tokoname-shi)	0569-35-5111	0569-34-7000
江南市 (konan-shi)	0587-54-1111	0587-56-4111
小牧市 (komaki-shi)	0568-72-2101	0568-75-6471
稻沢市 (inazawa-shi)	0587-32-1111	inazawa shi hoken center 0587-21-2300 sobue shisyo 0587-97-7000
新城市 (shinshiro-shi)	0536-23-1111	0536-23-8551
東海市 (tokai-shi)	052-603-2211	052-689-1600
大府市 (obu-shi)	0562-47-2111	0562-47-8000
知多市 (chita-shi)	0562-33-3151	0562-54-1300
知立市 (chiryu-shi)	0566-83-1111	0566-82-8211
尾張旭市 (owariasahi-shi)	0561-53-2111	0561-53-6102
高浜市 (takahama-shi)	0566-52-1111	0566-52-9871
岩倉市 (iwakura-shi)	0587-66-1111	0587-37-3511
豊明市 (toyoake-shi)	0562-92-1111	0562-93-1611
日進市 (nisshin-shi)	0561-73-7111	0561-72-0770
田原市 (tahara-shi)	0531-22-1111	tahara city hall kenko ka 0531-23-3515 atsumi lifeland 0531-33-0386
愛西市 (aisai-shi)	0567-26-8111	0567-28-5833
清須市 (kiyosu-shi)	052-400-2911	052-400-2911
北名古屋市 (kitanagoya-shi)	0568-22-1111	0568-23-4000
弥富市 (yatomi-shi)	0567-65-1111	
みよし市 (miyoshi-shi)	0561-32-2111	0561-34-5311
あま市 (ama-shi)	052-444-1001	052-443-0005
長久手市 (nagakute-shi)	0561-63-1111	0561-63-3300
東郷町 (togo-cho)	0561-38-3111	0561-37-5813
豊山町 (toyoyama-cho)	0568-28-0001	0568-28-3150
大口町 (oguchi-cho)	0587-95-1111	0587-94-0051
扶桑町 (fuso-cho)	0587-93-1111	0587-93-8300
大治町 (oharu-cho)	052-444-2711	052-444-2714
蟹江町 (kanie-cho)	0567-95-1111	0567-96-5711
飛島村 (tobisima-mura)	0567-52-1231	0567-52-1001
阿久比町 (agui-cho)	0569-48-1111	0569-48-1111
東浦町 (higashiura-cho)	0562-83-3111	0562-83-9677
南知多町 (minamichita-cho)	0569-65-0711 (保健中心是内线 514 号) ※	
美浜町 (mihama-cho)	0569-82-1111 (保健中心是内线 289 号) ※	
武豊町 (taketocho-cho)	0569-72-1111	0569-72-2500
幸田町 (kota-cho)	0564-62-1111 (保健中心是内线 184 号) ※	
設楽町 (shitara-cho)	0536-62-0511	shitara hoken center 0536-62-0901 tsugu hoken center 0536-83-2665
東栄町 (toei-cho)	0536-76-0501	0536-76-0503
豊根村 (toyone-mura)	0536-85-1313	0536-85-5055

各位在爱知县生儿育女的外国朋友们

爱知多文化育儿书

2018年3月

爱知县县民生活部社会活动推进科多元文化共生推进室

邮编：460-8501 名古屋市中区三之丸三丁目1番2号

电话：052-954-6138（直拨）

传真：052-971-8736

E-mail：tabunka@pref.aichi.lg.jp

<http://www.pref.aichi.jp/syakaikatsudo/tabunka.html>

<https://www.facebook.com/Aichitabunkakouseinet>

あいち多文化子育てブック

あいちで子育てする外国人のみなさまへ

2018年3月

愛知県県民生活部社会活動推進課多文化共生推進室

〒460-8501 名古屋市中区三の丸三丁目1番2号

電話：052 - 954 - 6138（ダイヤルイン）

FAX：052 - 971 - 8736

E-mail：tabunka@pref.aichi.lg.jp

<http://www.pref.aichi.jp/syakaikatsudo/tabunka.html>

<https://www.facebook.com/Aichitabunkakouseinet>



爱知多文化共生网



facebook

