

外国人ママのための 妊娠・出産ガイド 【タガログ語】

Patnubay para sa mga dayuhang ina sa
Pagbubuntis/Panganganak
[Tagalog]



はじめに Panimula

おいでませ山口へ！！

山口県国際交流協会では、日常生活における通訳・翻訳サービス、無料法律相談の実施、ボランティアによる日本語教室など外国人の皆さんが安心して暮らせるよう、様々なサポートを行っています。

このガイドブックは、山口県で出産や育児をされる外国人の皆さんに妊娠・出産から産後・育児までの流れ・受けられるサービス等について知っていただくために作成したものです。ご自分の国でないところで生活することは、大変なことでしょう。赤ちゃんの誕生はとても喜ばしいことですが、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。その上、日本語で情報を探し、理解することは非常に大変なことでしょう。このガイドブックが、皆さんの出産・育児に少しでも役に立てば幸いです。このガイドブックについてのご意見・ご感想などがありましたら、お寄せください。

また、出産や育児に限らず生活する上で困っていること等あれば、いつでも当協会までご連絡ください。

あなたは一人ではありません。日本に住む仲間として、あなたとそのご家族を歓迎いたします。日本での出産が素敵な体験となることを心よりお祈りしています。

Masayang pagdating sa Yamaguchi!!

Sa Yamaguchi International Exchange Association, nagbibigay kami ng serbisyo sa pagsalin-wika para sa araw-araw na pamumuhay, libreng konsulta tungkol sa mga batas, klase para sa wikang Hapon na ang nagtuturo ay mga boluntaryo at iba pang mga suportang serbisyo para ang mga dayuhan ay makapamuhay ng maginhawa.

Ang guidebook na ito ay ginawa upang malaman ng mga dayuhang mangananak o nagpapalaki ng anak sa Yamaguchi Prefecture ang mga kailangang impormasyon mula sa pagbubuntis/panganganak hanggang sa pagpapalaki ng anak, at ang mga serbisyong maaaring magamit. Mahirap ang mamuhay sa ibang bansa. Ang pagsilang ng anak ay isang napakasayang pangyayari ngunit mahirap ang manganak at magpalaki ng anak sa ibang bansa. Dagdag pa rito ang kahirapan ng paghanap at pag-intindi ng mga impormasyon sa wikang Hapon. Sana, kahit kaunti, makatulong ang guidebook na ito sa inyong panganganak at pagpapalaki ng inyong anak. Makipagugnayan lamang kapag kayo ay may mga kuro-kuro o palagay na nais ipaalam tungkol sa guidebook na ito.

At kapag kayo ay nagkaroon ng problema sa araw-araw na pamumuhay, hindi lamang sa pagbubuntis o pagpapalaki ng anak, huwag mag-atubili na tumawag sa aming asosasyon.

Hindi kayo nag-iisa. Kami ay natutuwa na kayo at ang inyong pamilya ay kasama naming naninirahan dito sa Japan.

Lubos puso kaming nagdadasal na ang inyong panganganak sa Japan ay magiging isang napakagandang karanasan.

【利用上の注意】

掲載されている情報は、2013年4月現在のもので、医療制度などは変更になる場合がありますので、ご注意ください。

【Mga Tala sa Paggamit】

Ang mga nakasulat na impormasyon dito ay mga impormasyon noong Abril 2013. Alalahanin lamang na maaaring magkaroon ng pagbabago tulad ng pagbago ng sistemang medikal.

【医療・保健行政関係の方へ】

【Para sa mga taong may kaugnayan sa medikal at insurance na mga institusyon】

より多くの方に共通する内容の掲載を重視したことから、各市町や医療機関などにおける実態と異なる記載があるかもしれませんがご容赦ください。

社会保障制度などは、在留資格によって適用の有無が変わる場合があります。

目次 Nilalaman



1 妊娠・出産から産後・育児期まで

Mula Pagbubuntis/Panganganak hanggang Pagkatapos Manganak/Pagpapalaki ng Anak

1 妊娠したかも？-病院で検査しましょう
Buntis kaya? – Magpatingin sa ospital ...p.3



2 「妊娠届出書」を保健センターへ提出
Ang pagpasa ng [Pabatid ng Pagbubuntis]
sa Health Center ...p.5

3 妊婦検診
Pagsusuri para sa mga buntis ...p.7

4 出産-出生届を役所へ提出
Panganganak – Ang pagpasa ng Pabatid ng
Panganganak sa munisipyo ...p.9



5 出産費用
Gastos sa panganganak ...p.11

6 乳児健康診査
Pagsusuri sa kalusugan ng mga sanggol ...p.15



7 予防接種
Ang mga bakuna ...p.15

8 幼児健康診査
Pagsusuri sa kalusugan ng mga bata ...p.19



2 病院のかかり方、救急車の呼び方

Ang Pagpunta sa Ospital, Ang Pagtawag ng
Ambulansya ...p.21



3 産婦人科問診票（タガログ語版）

Palatanungang Pang-Gynecology (Tagalog) ...p.23



4 知っておくと便利なウェブサイト

Mga Websites na Nakakatulong ...p.25

▼ひし形の模様は「大内菱」といって、山口の地を治めていた大内氏のシンボルです。4つの花びらが集まっているように見えることから「幸菱（さいわいびし）」とも呼ばれ、「しあわせ」を意味します。

▼Ang “Ouchi bishi” ay simbolo ng pamilyang Ouchi na humawak sa Yamaguchi. Dahil ang hugis na dyamante ay parang 4 na talutot ng bulaklak, ito ay tinatawag na “Saiwai bishi” na ang kahulugan ay “kaligayahan”.

1 妊娠・出産から産後・育児期まで

1

妊娠したかも？ -病院で検査しましょう

妊娠したかも？と思ったら産婦人科で検査しましょう。妊娠・出産は病気ではないため、*** 公的医療保険が適用されません。**

費用は全額自己負担で、およそ6千円から2万円前後です。予約が必要な*** 病院**もあるので、電話をしてから行きましょう。

持ちもの：健康保険証、お金、あれば基礎体温表

病院での健診内容は、尿検査での妊娠判定、身長・体重・血圧測定、問診、内診、超音波検査です。子宮の中に赤ちゃんが確認されると妊娠が確定します。

* 公的医療保険

日本では、公的医療保険への加入が義務づけられています。公的医療保険には、勤務先で加入する健康保険と、住んでいる市町の役所で加入する国民健康保険の2種類があります。日本に1年以上住む人は、日本の公的な医療保険に必ず入らなければなりません。公的医療保険に加入すると、保険料を支払う必要がありますが、病気やケガで受診したときに、医療費の支払いが30%だけで済みます。また、出産したときや高額な医療費を支払ったときには払い戻しがあります。

* 病院

妊婦健診・お産を取り扱う県内の医療機関一覧を下記URLよりご覧になれます。(日本語のみ)

<http://www.pref.yamaguchi.lg.jp/cms/a15200/boshi/syusan-kikan.html>

コラム

産院選び

自分が望む妊娠・出産スタイル（女医さんに担当してほしい、赤ちゃんと一緒にの部屋-母子同室で過ごしたい、出産時に夫に付き添ってほしい、入院中は上の子どもと一緒に宿泊したい等）が選べるかどうかは病院によって対応が異なります。

また、出産に関わる費用も異なります。事前に調べて、いくつか比較して検討してみると良いでしょう。ただし、どんなに良い病院でも、自宅から通える距離である事も大切です。また、合併症がある場合、大きい病院へ紹介される場合もありますので、その場合は医師の指示に従ってください。



1 Mula Pagbubuntis/Panganganak hanggang Pagkatapos Manganak/Pagpapalaki ng Anak



1

Buntis kaya? – Magpatingin sa ospital

Kapag palagay ninyo na kayo ay buntis, magpatingin lamang sa isang gynecologist. Hindi sakit ang pagbubuntis/panganganak kaya hindi magagamit ang *** Public Health Insurance**.

Kailangan ninyong bayaran ang buong halaga, ito ay mga ¥6,000 hanggang mga ¥20,000. May mga *** ospital** na kailangan muna ninyong kumuha ng appointment kaya tumawag bago pumunta.

Mga dadalhin: Health Insurance Card, pera, talaan ng karaniwang temperatura ng katawan kung meron

Ang isasagawang pagsusuri ay pagsuri ng ihi para malaman kung kayo ay buntis, pagsukat ng taas, bigat, presyon ng dugo, konsulta sa doctor, pagsuri ng pelvis, at ultrasound. Masisiguro ang pagbubuntis kapag nakita ang bata sa loob ng matris.

* Public Health Insurance

Kailangan magkaroon ng public health insurance sa Japan. May dalawang uri ng public health insurance, ang health insurance na masasapian sa pinapasukang trabaho at ang masasapian sa munisipyo. Kapag tumira sa Japan ng higit sa 1 taon, kailangan magkaroon ng public health insurance. Kailangang bayaran ang bayad sa insurance ngunit kapag kayo ay nagkasakit o napinsala, 30% lamang ng halaga ng pagpapagamot ang babayaran. May maibabalik din na halaga sa gastos kapag nanganak o kapag ang halaga ng babayaran sa ospital kapag nagkasakit ay malaki.

* Ospital

Tignan lamang ang sumusunod na website para sa listahan ng mga pagamutang may gynecologist. (wikang Hapon lamang)

<http://www.pref.yamaguchi.lg.jp/cms/a15200/boshi/syusan-kikan.html>

Payo

Ang pagpili ng ospital

Iba-iba ang pagtugon ng bawat ospital sa nais ninyong paraan ng pagbubuntis at panganganak (kung ang nais ninyong doktor na titingin sa inyo ay babae, kung nais ninyong kasama ang inyong sanggol sa inyong silid, kung nais ninyong kasama ang inyong asawa sa oras ng panganganak, kung nais ninyong makakatulog ang iba ninyong anak sa inyong silid habang kayo ay nasa ospital, atbp).

Maliban dito, na-iiba rin ang halaga ng babayaran sa bawat ospital. Maganda na antimano pa lamang, siyasatin muna at ihambing ang ilang mga ospital. Mahalaga din ang layo ng ospital sa inyong tirahan. Maaari rin kayong irekomenda ng inyong doktor sa mas malaking ospital kapag may komplikasyon ang inyong pagbubuntis.

2

「妊娠届出書」を保健センターへ提出

妊娠確定後、病院から「妊娠届出書」が渡されます。

妊娠届出書の指定箇所に記入したら、母親になる人が居住している自治体の*保健センターに提出します。

保健センターに妊娠届出書を提出すると、「*母子健康手帳」、「*妊婦健康診査受診票」、「*乳児一般健康診査受診票」、「*予防接種セット」がもらえます。

***保健センター**

住民に対し、健康相談・保健指導および健康診査など、健康づくりに関するサービスを行うことを目的とする施設です。

妊娠中や産後の不安、育児に関する相談や悩み等は保健センターで相談することができます。保健師、助産師等が妊娠中や産後の不安、育児に関する相談や悩みに電話や来所、家庭訪問により対応しています。

また、妊娠・出産・育児について、妊娠中の方やこれから父親になる方を対象に講座（母親学級・両親学級）を開催しています。

県内の保健センター一覧を下記URLよりご覧になれます。（日本語のみ）

<http://www.pref.yamaguchi.lg.jp/cms/a15200/boshi/madoguchi.html>

***母子健康手帳**

お母さんとお子さんの健康を守るために作られたもので、妊娠から出産、育児、予防接種、健康診査などを詳しく記録していきます。外国語版（英語、ハングル、中国語、タイ語、タガログ語、ポルトガル語、インドネシア語、スペイン語）もあります。

***妊婦健康診査受診票**

妊婦さんの健康のぐあいやお腹の赤ちゃんの育ちぐあいをみるため、身体測定や血液・血圧・尿などの検査をします。

県の各市町では、妊婦健康診査費用の公費助成を行っています。妊婦健康診査受診票に記載されている検査項目については無料となります。

***乳児一般健康診査受診票**

乳児一般健康診査受診票は、お子さんが生まれた後に使用しますので、大切に保管しておいてください。

***予防接種セット**

予防接種セットは、お子さんが生まれた後に使用しますので、大切に保管しておいてください。

2

Ang pagpasa ng [Pabatid ng Pagbubuntis] sa Health Center

Kapag natiyak na ang pagbubuntis, bibigyan kayo ng ospital ng Sertipiko ng Pagbubuntis.

Sulatan ang mga kailangang sulatan lugar sa papel ng Pabatid ng Pagbubuntis at ipasa ito sa * Health Center ng lugar na tinitirahan ng magiging ina.

Kapag ipinasa ang Sertipiko ng Pagbubuntis sa health center, makakatanggap ng [* Libreta para sa Kalusugan ng Ina at Anak], [* Form para sa Pagsuri ng Kalusugan ng Buntis], [* Form para sa Pagsuri ng Kalusugan ng Sanggol], at [* isang set ng tiket para sa mga bakuna].

* Health Center

Ang health center ay isang pasilidad na nagbibigay sa mga mamamayan ng mga serbisyo upang mapangalagaan ang kalusugan tulad ng sangguni, patnubay at pagsusuri sa kalusugan.

Maaari kayong kumonsulta sa health center sa mga bagay na inyong pinag-aalalahanan habang pagbubuntis at pagkatapos manganak, at mga suliranin sa pagpapalaki ng anak. Tutugunan ng nars ng health center ang mga bagay na inyong pinag-aalalahanan habang pagbubuntis at pagkatapos manganak, at mga suliranin sa pagpapalaki ng anak sa telepono, sa center mismo o sa pamamagitan ng kanyang pagbisita sa inyong tirahan.

Nagbibigay din sila ng mga klase para sa mga buntis at sa magiging ama tungkol sa pagbubuntis, panganganak at pagpapalaki ng anak.

Makikita ang lahat ng health center sa loob ng prefecture sa sumusunod na URL. (wikang Hapon lamang)

<http://www.pref.yamaguchi.lg.jp/cms/a15200/boshi/madoguchi.html>

* Libreta para sa Kalusugan ng Ina at Anak

Ito ay isinagawa upang mapangalagaan ang kalusugan ng ina at ng kanyang anak, detalyadong itinatala ang mga bagay na may kaugnayan sa pagbubuntis hanggang sa panganganak, sa paglaki ng anak, mga bakuna at mga pagsusuri ng kalusugan. May salin ito sa iba't-ibang wika (English, Hangul, Chinese, Thai, Tagalog, Portuguese, Indonesian, and Spanish).

* Form para sa Pagsuri ng Kalusugan ng Buntis

Upang matignan ang kalusugan habang buntis at ang kalagayan ng sanggol sa sinampupunan, sinusukat ang katawan, presyon ng dugo at sinusuri ang ihi.

Ang bayad sa pagsusuri ng kalusugan habang buntis ay binibigay ng pamahalaan. Kapag ginamit ang Form para sa Pagsuri ng Kalusugan ng Buntis, lahat ng pagsusuri ay walang bayad.

* Form para sa Pagsuri ng Kalusugan ng Sanggol

Ang Form para sa Pagsuri ng Kalusugan ng Sanggol ay gagamitin pagkatapos manganak kaya itago lamang ito ng maayos.

* Set ng tiket para sa mga bakuna

Ang set ng tiket para sa mga bakuna ay gagamitin pagkatapos manganak kaya itago lamang ito ng maayos.

3 妊婦検診

妊婦さんや赤ちゃんの健康状態を定期的に確認するために、妊婦健診に行きましょう。妊婦健康診査受診票に記載のある検査項目については、無料で受けることができます。

持ちもの：母子健康手帳、妊婦健康診査受診票、健康保険証、お金

* 県外での受診を希望される方は、保健センターにお問い合わせください。

※妊婦検診は、妊娠初期から妊娠23週までは4週間に1回、妊娠24週から妊娠35週までは2週間に1回、妊娠36週から出産までは週1回の受診がすすめられています。1回目が妊娠8週頃とした場合、受診回数は合計14回くらいになります。

Q. 妊婦健診を受けていなくても、産科の病院へ行けば出産できますか。

- A. 妊婦健診を受けず、陣痛が始まってから救急車で病院へ運ばれる方が、残念ながらいらっしゃいます。病院側では、これまでの妊娠経過がわかりませんから、注意しなければならない病気があるのか、赤ちゃんが順調に育っているのかなど、全くわからない状態です。妊婦さんと赤ちゃんにとって、非常に危険な出産になりますし、このような妊婦さんを受け入れられる病院は限られてしまいます。必ず、妊婦健診は定期的に受けてください。

3

Pagsusuri para sa mga buntis

Pumunta sa regular na pagsusuri para sa mga buntis upang malaman ang kalagayan ng inyong kalusugan habang buntis at ang kalusugan ng sanggol. Maaaring magpasuri ng libre sa mga bagay na nakasulat sa Form para sa Pagsuri ng Kalusugan ng Buntis.

Mga dadalhin: Libreta para sa Kalusugan ng Ina at Anak, Form para sa Pagsuri ng Kalusugan ng Buntis, Health Insurance Card, pera

*Kung nais ninyong pagpasuri sa labas ng prefecture, makipag-ugnayan lamang sa health center.

* Pinapayo na magpasuri habang buntis tuwing 4 na linggo hanggang 23 linggo ng pagbubuntis, tuwing 2 linggo sa loob ng 24 hanggang 35 linggo ng pagbubuntis at linggu-linggo mula 36 na linggo ng pagbubuntis. Kapag ang unang pagpapasuri ay isasagawa sa ika-8 linggo ng pagbubuntis, ang kabuuang bilang ng pagpapasuri ay magiging 14 na beses.

Q. Maaari bang manganak sa ospital para sa panganganak kahit hindi napakagpasuri habang buntis?

A. Sa kasamaang-palad, may mga kasong dumarating dala ng ambulansya sa ospital ang buntis na hindi man lamang nakapagpasuri habang buntis pag nagsimula na ang pananakit ng kanilang tiyan sa panganganak. Mahirap para sa ospital dahil hindi nila alam kung gaano katagal na ang panahon ng pagbubuntis, o kung may sakit na dapat pagingatan, o may komplikasyon sa kalagayan ng sanggol. Mahirap at mapanganib ito para sa parehong ina at sanggol, kaya kakaunting ospital lamang ang tumatanggap ng buntis sa ganitong kalagayan. Regular lamang na magpasuri ng kalusugan habang buntis.

4 出産-「出生届」を役所へ提出

父母ともに外国人であっても子どもが日本で生まれた場合は、* 出生届の提出が必要です。また、子どもが日本国籍を有しない場合は、* 在留資格の取得が必要です。

持ちもの：出生届（病院からもらいます）、母子健康手帳、届出人の印鑑（印鑑がない場合は、本人のサインでもよい）、国民健康保険証（加入者のみ）

* 出生届

日本で子どもが生まれたら、国籍に関係なく、生まれた日を含めて14日以内に、父母ともに外国人の場合には居住地または、子どもの出生地の市役所・町役場へ、父母の一方が日本人の場合には、日本人配偶者の住所地、本籍地、子どもの出生地のいずれかの市役所・町役場へ、父親または母親が出生届を提出します。

なお、日本で子どもが生まれたら、本国にも届出してください。手続きの方法などは、在日大使館または領事館に確認しましょう。

* 在留資格の取得

日本で生まれて、日本の国籍を持たない子どもが日本に在留するには、生まれた日から30日以内に地方入国管理局に申請して、在留資格取得の手続きをする必要があります。ただし、生まれた日から60日以内に出国する場合は必要ありません。

必要書類：在留資格取得許可申請書（入国管理局のホームページからダウンロード可能）、質問書（入国管理局に置いてあります）、出生届受理証明書、子どもを含む世帯全員の住民票の写し、子どものパスポート（あれば）、扶養者の住民税課税証明書及び納税証明書、扶養者の職業を証明する資料、身元保証書

※在留資格の取得に必要な書類の詳細等は入国管理局にお問い合わせください。

Q. 日本で生まれた子どもは日本国籍をもらえる？

A. 日本はアメリカのように生地主義ではなく、父母両系血統主義なので、両親のどちらかが日本国籍でないと日本国籍は取得できません。

4

Panganganak – Ang pagpasa ng Pabatid ng Panganganak sa munisipyo

Kahit na dayuhan ang parehong magulang, kapag ang isang sanggol ay ipinanganak sa Japan kailangan magpasa ng * Pabatid ng Panganganak. At kapag ang nasyunalidad ng sanggol ay hindi Hapon, kailangan * kumuha ng Status of Residence para sa kanya.

Mga dadalhin: Pabatid ng Panganganak (matatanggap mula sa ospital), Libreta para sa Kalusugan ng Ina at Anak, selyo ng pangalan ng taong nagpapabatid (kapag walang selyo ng pangalan, maaari ang pirma ng taong nagpapabatid), National Health Insurance Card (sa kasapi lamang)

* Pabatid ng Panganganak

Kapag ipinanganak ang isang bata sa Japan, kahit anupaman ang nasyunalidad, kailangan magpasa ng Pabatid ng Panganganak sa loob ng 14 na araw mula sa araw na pinanganak, sa munisipyo ng lugar na ipinanganak ang bata kapag ang parehong magulang ay dayuhan, o sa munisipyo kung saan nakarehistro ang Hapon na magulang kapag ang isa sa mga magulang ay Hapon.

Ipaalam din sa sariling bansa kapag nanganak sa Japan. Tiyakin ang paraan sa embahada o konsulado ng sariling bansa sa Japan.

* Ang Pagkuha ng Status of Residence

Upang makatira sa Japan ang isang bata na pinanganak sa Japan ngunit hindi Hapon ang nasyunalidad, kailangan ilakad ang pagkuha ng status of residence para sa bata sa imigrasyong may hawak ng tinitirahang lugar sa loob ng 30 araw. Kapag lalabas ng bansa sa loob ng 60 araw, hindi kailangan gawin ito.

Mga kailangang dokumento: Kahilingan para sa Pahintulot na Makakuha ng Status of Residence (maaaring i-download mula sa homepage ng Bureau of Immigration), Palatanungan (makukuha sa tanggapan ng imigrasyon), sertipiko ng pagpapabatid ng panganganak, kopya ng residence certificate ng buong pamilya na kasama ang bata, pasaporte ng bata (kung mayroon), sertipiko ng residence tax at sertipiko ng pagbayad ng buwis ng taong sumusuporta sa bata, papeles na nagpapatunay sa trabaho ng taong sumusuporta sa bata at papeles ng paggarantiya

* Para sa mga detalya tungkol sa mga kailangang papeles para sa pagkuha ng Status of Residence, magtanong lamang sa imigrasyon.

Q. Makakuha ba ng nasyunalidad ng Hapon ang isang batang pinanganak sa Japan?

A. Ang prinsipyo ng Japan tungkol sa nasyunalidad ay batay sa dugo, hindi tulad sa Amerika na ang prinsipyo ng nasyunalidad ay batay sa lupa, kaya kailangang Hapon ang isa man lamang sa mga magulang ng bata upang siya ay makakuha ng nasyunalidad ng Hapon.

5

出産費用

日本では、病院で赤ちゃんを産む場合、公的医療保険が適用されませんので、正常分娩で35～50万円ほどの費用がかかります。帝王切開の場合、公的医療保険が適用されますが、公的医療保険に未加入の場合は、50～80万円ぐらいの費用がかかります。

なお、* **出産育児一時金**が給付される等、各種の助成制度があります。

【出産や育児に関する助成制度】

* 出産育児一時金

出産にあたって、本人または夫の加入している医療保険（社会保険、国民健康保険など）から一時金の下りる制度です。申請期間は出産の日から2年間です。流産や死産になっても、妊娠85日以上であれば対象です。

出産育児一時金の支給額は、子ども一人につき42万円（産科医療補償制度に加入している病院などで分娩した場合）となっていますが、今後変更の可能性があります。手元に現金はなくても安心して出産できるように、出産費用に出産育児一時金を直接充てられる仕組み（各医療保険者から直接病院などに出産育児一時金を支払う）になっています。この方法を希望しない場合は、出産後に本人に支払われる方法を選ぶこともできます。

○ 出産手当金

出産のため会社を休み、雇い主から報酬が支払われないときに出産日（出産日が予定日後であるときは出産予定日）以前42日（多胎妊娠の場合は98日）から出産日後56日までの間、出産手当金が受けられます。

受けられる額：出産のため会社を休んだ期間の1日につき標準報酬日額の3分の2相当額

なお、出産手当金の額より少ない報酬を雇い主から受けている場合は、出産手当金と受けている報酬の差額が受けられます。

○ 育児休業給付金

子どもが1歳になる誕生日の前々日（事情により最長1歳6か月）まで認められている育児休業。この期間、生活費を補助するために支払われるのがこの制度で、給料の5割が育児休業中に支給されます。ただし、この制度は雇用保険から支払われるので、雇用保険料を支払っていて、育休前の2年間に、1か月に11日以上働いていた月が12か月以上あることが条件ですから、自営業の人などはもらえません。また、産休だけで育休をとらない人ももらえません。産休に入るときに会社を通して手続きをします。

Gastos sa panganganak

Sa Japan, hindi nagagamit ang public health insurance kapag nanganak sa ospital kaya ang halaga ng gastos kapag normal ang panganganak ay mga ¥350,000 ~ ¥500,000. Ang cesarean na panganganak ay tinutugunan ng public health insurance ngunit kapag hindi kasapi ang gastos ay mga ¥500,000 ~ ¥800,000.

May mga sistema ng tulong na nagbibigay ng * isang bigayang perang tulong para sa panganganak at pag-alaga ng anak, at iba pang mga tulong.

[Mga Sistema ng Tulong para sa Panganganak at Pag-alaga ng sanggol]

* Ang isang bigayang perang tulong para sa panganganak at pag-alaga ng sanggol

Ang sistemang ito ay upang makatanggap ng isang bigayang perang tulong para sa panganganak at pag-alaga ng sanggol mula sa sariling health insurance o sa health insurance ng asawa (social insurance, national health insurance, atbp.) kapag nanganak. Ang panahon ng pag-aplay upang makatanggap nito ay 2 taon mula sa araw ng panganganak. Kahit kayo ay nalaglagan o patay ang sanggol nang pinanganak, matatanggap ninyo ito kapag ang inyong pagbubuntis ay umabot ng 85 araw o higit pa.

Ang halaga ng isang bigayang perang tulong para sa panganganak at pag-alaga ng sanggol ay ¥420,000 sa isang bata (kapag nanganak sa isang ospital na kasapi sa Obstetric Medical Compensation System) ngunit maaaring mabago ito sa hinaharap. Upang makapanganak na mapayapa ang pag-iisip kahit na walang hawak na pera, maaaring direktang ibayad ang perang ito sa gastos ng panganganak (maaaring direktang ibayad ang matatanggap na pera sa ospital mula sa health insurance). Maaari ring piliin na ibigay sa nanganak ang pera pagkatapos niyang manganak.

○Ang allowance sa panganganak

Makatanggap ng allowance sa panganganak kapag hindi pumasok sa pinapasukang kumpanya upang manganak (maternity leave) at hindi binayaran ng pinapasukang kumpanya ang mga araw na hindi pumasok, ito ay ang panahon mula 42 araw (98 araw kapag magigit isang sanggol ang dinadala) bago ang araw ng panganganak (kapag ang araw ng panganganak ay pagkatapos ng palagay na araw ng panganganak na ibinigay ng doctor, susundin ang palagay na araw ng panganganak) hanggang 56 na araw pagkatapos manganak.

Halaga ng matatanggap: Ang halagang matatanggap sa loob ng 1 araw na hindi pumasok dahil sa panganganak ay 2/3 ng regular na halagang natatanggap sa 1 araw.

Kapag nakatanggap ng mas mababa sa halagang ito mula sa pinapasukang kumpanya, ang kulang na halaga ay matatanggap sa allowance sa panganganak.

○Ang matatanggap na pera sa bakasyong may bayad para sa pag-alaga ng sanggol

Ang bakasyong may bayad para sa pag-alaga ng sanggol (childcare leave) ay hanggang 2 araw bago sa unang kaarawan (pinakamatagal na ang 1 taon at 6 na buwang gulang ng sanggol kapag may sapat na dahilan) ng sanggol. Ang sistemang ito ay nagbibigay ng pinansyal na tulong para sa pamumuhay, makatanggap ng kalahati ng regular na sahod sa loob ng panahon ng hindi pumapasok upang alagaan ang sanggol. Ang sistemang ito ay binabayaran ng unemployment insurance at kailangang sa loob ng 2 taon bago kunin ang bakasyong ito nakapagtrabaho ng 11 araw o higit pa sa isang buwan sa loob ng 12 buwan, kaya ang mga taong may sariling negosyo ay hindi matutugunan. Hindi rin matatanggap ang tulong na ito kapag nagbakasyon lamang upang manganak at hindi nagbakasyon para alagaan ang sanggol. Sa oras ng pumasok sa panahon ng bakasyon upang manganak, ilakad sa kumpanyang pinapasukan ang bakasyon para sa pag-alaga ng sanggol.

○乳幼児医療費助成制度

病気にかかりやすい乳幼児期の医療費を自治体が援助してくれる制度です。

健康保険制度に加入している小学校入学前までの乳幼児で、父母の市町民税の税額控除前の所得割額合計額が136,700円以下の場合は医療費のうち、医療保険適用の自己負担額が助成されます。市町による助成の範囲や対象が異なる点がありますので、詳しくは、お住まいの市役所・町役場の担当課にお問い合わせください。

○児童扶養手当金

父母の離婚や父又は母の死亡等により、父又は母と生計を同じくしていない児童を育成する家庭等の生活の安定と自立を助け、児童の福祉を増進するため、児童を育てている父、母又は父、母に代わって養育している方を対象に手当が支給されます。

請求者（児童を育てている父、母又は養育者）及び同居している扶養義務者（請求者の親、兄弟など）の所得により、手当の全部又は一部が支給されないことがあります。

在留資格があることが条件となりますが、在留資格があっても要件に該当しない場合があります。詳しくは、居住地の市役所・町役場にお問い合わせください。

コラム

産科医療補償制度

産科医療補償制度に加入している分娩機関で出産し、万一赤ちゃんが分娩に関連して重度脳性まひとなった場合に看護、介護のための補償金が支払われるとともに、脳性まひ発症の原因分析が行われます。補償の対象児については出生体重や在胎週数、傷害の程度などによる基準があります。

○Sistema ng tulong sa pagbayad ng pagpapagamot sa mga sanggol at maliliit na bata

Ito ang sistema ng mga munisipalidad upang matulungan sa pagbayad ng pagpapagamot ng mga sanggol at maliliit na bata na madaling magkasakit.

Makakatanggap ng tulong sa pagbayad ng pagpapagamot kapag may bata na hindi pa pumapasok sa elementarya at sakop ng health insurance, na ang kita ng magulang ay hindi hihigit sa ₱136,700 (bago ibawas ang mga bawas). Naiiba sa bawat munisipalidad ang laki ng tulong at ang mga kailangang kondisyon upang makatanggap ng tulong na ito, magtanong lamang sa taong kinaukulan sa munisipyo ng inyong tinitirahang lugar para sa mas detalyadong impormasyon.

○Ang allowance sa pagsuporta sa bata

Ang allowance na ito ay ibinibigay sa isang ama o ina, o sa isang taong nagpapalaki sa bata sa halip ng ama o ina, kapag dahil sa pag-diborsyo, kamatay o iba pang dahilan ang bata ay walang ama o ina, upang matulungan makatayo ng sarili at maging matatag ang pamumuhay.

Batay sa kita ng sumusuporta sa bata (ang napapalaking ama o ina, o kahalip na tao) at ang kita ng kasama sa pamamahay (magulang, kapatid ng sumusuporta sa bata), nag-iiba ang matatanggap na halaga.

Kailangan may status of residence ngunit kahit meron man may kasong hindi matutugunan ang mga kailangang kondisyon. Para sa mas detalyadong impormasyon, magtanong lamang sa munisipyo ng inyong tinitirahang lugar.

Impormasyon

Ang Obstetric Medical Compensation System

Kapag kayo ay nanganak sa isang pagamutan na kasapi sa Obstetric Medical Compensation System at ang inyong anak ay pinanganak na may malalang cerebral palsy, hindi lamang kayo makakatanggap ng pinansyal na tulong upang siya ay maalagaan, susuriin din ang dahilan bakit siya nagkaroon ng cerebral palsy. May mga batayan upang ang bata ay matugunan ng sistemang ito sa bigat niya ng siya ay pinanganak, sa tagal na siya ay dinala sa sinampupunan at sa tindi ng kanyang cerebral palsy.

6

乳児健康診査

赤ちゃんが1か月・3か月・7か月になったら、小児科で*乳児健康診査を受けましょう。乳児一般健康診査受診票があれば、無料で受けることができます。

持ちもの：母子保健手帳、乳児一般健康診査受診票

*** 乳児健康診査**

健康診査の目的は、隠れた病気を早期発見・早期治療することです。また、月齢に応じた成長発達をしているかチェックし、遅れている場合は原因を明らかにし、対策を立てます。

気になることがあれば、この機会に聞いてみましょう！

7

予防接種

定期の*予防接種は、対象年齢内に受ければ無料です。対象年齢をはずれると有料となります。標準的な接種期間のなるべく早い時期に受けましょう。

接種の順番や時期は、かかりつけの小児科の先生と相談しましょう。

持ちもの：母子健康手帳、予防接種セット

*** 予防接種**

はしかや百日せきのように感染症の原因となるウィルスや細菌、または菌が作り出す毒素の力を弱めて予防接種液（ワクチン）をつくり、これを体に接種して、その病気に対する抵抗力（免疫）をつくることを予防接種といいます。

6

Pagsusuri sa kalusugan ng mga sanggol

Kapag ang sanggol ay naging 1 buwan, 3 buwan, at 7 buwang gulang na patignan lamang siya sa pediatrician para sa pagsusuri sa kalusugan ng sanggol. Kapag dinala ang *Form para sa Pagsuri ng Kalusugan ng Sanggol, libre ang pagpapasuri.

Mga dadalhin: Libreta para sa Kalusugan ng Ina at Anak, Form para sa Pagsuri ng Kalusugan ng Sanggol

*** Pagsusuri sa kalusugan ng mga sanggol**

Ang layunin ng pagsusuring ito ay upang matuklasan ng maaga kung mayroon mang sakit ang sanggol at magamot ito sa lalong madaling panahon. Upang tignan kung ang kanyang paglaki ay angkop sa kanyang edad, at tignan kung ano ang dahilan kapag nahuhuli ang kanyang paglaki upang maayos ang anumang problema.

Kapag mayroon kayong inaalala, gamitin ang pagkakataong ito upang itanong sa doktor.

7

Ang mga bakuna

Ang mga regular na nakatakdang *bakuna ay libre kapag sa nakatakdang edad magpapabakuna. Kapag lumampas na sa nakatakdang edad, may bayad na ang pagpabakuna. Pabakunahan lamang ang mga bata ng maaga sa loob ng nakatakdang panahon ng bakuna.

Sumangguni sa doktor ng inyong anak kung anong bakuna ang dapat munang gawin at kung kailan.

Mga dadalhin: Libreta para sa Kalusugan ng Ina at Anak, set ng tiket para sa bakuna

*** Ang mga bakuna**

Ang bakuna ay mga mikrobyo o bakteryang sanhi ng mga nakakahawang sakit tulad ng measles at pertussis na pinahina ang lakas, ito ay pinapasok sa katawan upang lumakas ang laban ng katawan sa tinutugunang sakit.

【定期予防接種のスケジュール】

※2013年4月1日現在

予防接種の種類	対象年齢		標準的な接種年齢	接種回数
ヒブ（インフルエンザ菌b型）ワクチン	生後2か月～5歳未満		生後2か月～7か月未満に接種開始	4～1回 *接種開始時期により異なります
小児用肺炎球菌ワクチン				
ポリオ（不活化ポリオワクチン）	初回	生後3か月～7歳半未満	生後3か月以上12か月未満	3回（20日以上の間隔をおく）
	追加		（初回接種終了後） 12か月以上18か月未満	1回（初回終了後、6か月以上の間隔をおく）
三種混合 ジフテリア（D）・百日咳（P）・破傷風（T）	1期 初回	生後3か月～7歳半未満	生後3か月以上12か月未満	3回（20日～56日の間隔）
四種混合 ジフテリア（D）・百日咳（P）・破傷風（T）・不活化ポリオ	1期 追加		（1期初回接種終了後） 12か月以上18か月未満	1回（1期初回終了後、6か月以上の間隔をおく）
二種混合 ジフテリア（D）・破傷風（T）	2期	11歳～13歳未満	11歳～12歳未満（小学6年）	1回
BCG	1歳未満		生後5か月以上8か月未満	1回
麻しん・風しん（MR）	1期	1歳～2歳未満		1回
	2期	5歳～7歳未満（小学校就学前の1年間）		1回
日本脳炎	1期 初回	生後6か月～7歳半未満	3歳～4歳未満	2回（6日～28日の間隔をおく）
	1期 追加		4歳～5歳未満	1回（1期初回終了後、おおむね1年おく）
	2期	9歳～13歳未満	9歳～10歳未満（小学4年）	1回
子宮頸がん予防ワクチン ※	小学6年生～高校1年生相当の年齢の女子		中学1年生	3回（同一のワクチンを3回続けて接種する）

※厚生労働省では平成25年6月14日より、子宮頸ガン予防ワクチンの積極的な接種の勧奨を差し控えています。ワクチンの接種は、その有効性と接種による副作用が起こるリスクを十分に理解した上で受けるようにしてください。

[Takdang Panahon ng mga Bakuna]

* Impormasyon noong Abril1, 2013

Uri ng Bakuna	Tinutugunan Edad		Pinapayong Edad na Magpabakuna	Ilang Beses
Hib (Influenza Type b)	Mula 2 buwang gulang ~ bago maging 5 taong gulang		Umpisahan mula 2 buwang gulang ~ bago maging 7 buwang gulang	4 ~ 1 beses *batay sa panahong inumpisahan ang bakuna
Pediatric Pneumonia				
Polio	Unang bakuna	Mula 3 buwan ~ bago maging 7 taon gulang	Mula 3 buwan ~ bago maging 12 buwang gulang	3 beses (bigyan ng pagitan ng 20 araw o higit pa)
	Dagdag na bakuna		(pagkatapos ng unang bakuna) Mula 12 buwan ~ bago maging 18 buwang gulang	1 beses (bigyan ng pagitan na 6 na buwan o higit pa pagkatapos ng unang bakuna)
Diphtheria (D)/ Pertussis (P)/ Tetanus (T)	Unang bakuna sa unang panahon	Mula 3 buwan ~ bago maging 7 taon gulang	Mula 3 buwan ~ bago maging 12 buwang gulang	3 beses (bigyan ng pagitan na 20 ~ 56 araw)
	Dagdag na bakuna sa Unang panahon		(pagkatapos ng unang bakuna) Mula 12 buwan ~ bago maging 18 buwang gulang	1 beses (bigyan ng pagitan na 6 na buwan o higit pa pagkatapos ng unang bakuna)
Diphtheria (D)/ Tetanus (T)	Ika-2 panahon	Mula 11 taon ~ bago maging 13 taong gulang	Mula 11 taon ~ bago maging 12 taong gulang (Ika-6 na baitang sa elementarya)	1 beses
BCG	Bago maging 1 taong gulang		Mula 5 buwan ~ bago maging 8 buwang gulang	1 beses
Measles	Unang panahon	Mula 1 taon ~ bago maging 2 taong gulang		1 beses
	Ika-2 panahon	Mula 5 taon ~ bago maging 7 taong gulang (sa loob ng 1 taon bago pumasok sa elementarya)		1 beses
Japanese Encephalitis	Unang bakuna sa unang panahon	Mula 6 na buwan ~ bago maging 7 taong gulang	Mula 3 taon ~ bago maging 4 taong gulang	2 beses (bigyan ng pagitan na 6 ~ 28 araw)
	Dagdag na bakuna sa Unang panahon		Mula 4 taon ~ bago maging 5 taong gulang	1 beses (bigyan ng mga 1 taong pagitan pagkatapos ng unang bakuna)
	Ika-2 panahon	Mula 9 taon ~ bago maging 13 taong gulang	Mula 9 taon ~ bago maging 10 taong gulang (Ika-4 na baitang sa elementarya)	1 beses
Cervical cancer *	Ika-6 na baitang sa elementarya ~ unang baitang sa senior high school na edad ng babae		Unang baitang ng junior high school	3 beses (3 beses na sunud-sunod na pagbakuna ng parehong bakuna)

* Mula Hunyo 14, 2013 tinigilan ng Ministry of Health, Labor & Welfare ang aktibong paghikayat ng magpabakuna sa cervical cancer. Sa pagpabakuna sa cervical cancer, lubos na intindihin muna ang peligro ng maaaring lumabas na masamang epekto laban sa epektibo ng bakunang ito.

8

幼児健康診査

お子様が1歳6か月および3歳（または3歳6か月）を迎えると*幼児健康診査があります。受診の仕方はお住まいの市町によって違うので、保健センターに確認しましょう。

保護者の方の歯科健診を同時に実施している市町もあります。

受診票は、事前に郵送する市町や、保健センターで母子健康手帳と一緒にお渡ししておく市町もあり、様々です。

*** 幼児健康診査**

幼児健康診査では、ことばの発達を含め、お子さんが年齢に応じた成長発達をしているかチェックします。事前にご家庭で、目（視力）、耳（きこえ）の検査も行います。また、歯科健診も行います。幼児健康診査は、対象期間内は無料で受けることができます。

コラム

医療費控除（確定申告）

家族全員の医療費等が1年間（1月1日～12月31日）に10万円を超えた人または所得が200万円未満の人で、1年間の医療費等が所得の5%を超えた人は、確定申告をすると所得税が戻ってきます。妊娠・出産にかかった医療費以外も含まれます。

ただし、出産育児一時金、生命保険からの給付金などは差し引かれ、さらに10万円を引いた額が医療費控除の対象になります。家族全員分の領収書を1年分まとめておき、確定申告の時期（通常2月～3月）に税務署で申告用紙をもらって手続きします。

8 Pagsusuri sa kalusugan ng mga bata

May *pagsusuri sa kalusugan ng bata pag siya ay naging 1 taon at 6 na buwang taong gulang, at 3 taong gulang (o kaya 3 taon at 6 na buwang gulang). Naiiba ang paraan ng pagsagawa ng pagsusuri sa bawat munisipalidad kaya tiyakin lamang sa inyong health center.

May mga munisipalidad na sabay ginagawa ang pagsusuri ng ngipin.

May mga munisipalidad na pinapadala sa koreo ang Form para sa Pagsuri ng Kalusugan ng Sanggol, at may munisipalidad naman na binibigay ito sabay sa pagbigay ng Libreta para sa Kalusugan ng Ina at Anak, iba-iba ang paraan.

* Ang pagsuri ng kalusugan ng bata

Ang pagsusuring ito ay upang tignan kung ang paglaki ng bata ay angkop sa kanyang edad kasama na ang kakayahan niyang magsalita. Bago pumunta rito, titignan na sa bahay ang mata (paningin) at tainga pandinig. Mayroon ding pagsuri sa ngipin. Ang pagsuri sa kalusugan ng bata ay libre kapag isasagawa sa loob ng itinakdang panahon.

Impormasyon

Bawas sa kita ng gastos sa pagpapagamot (sa pag-file ng final income tax return)

Kapag ang kita ng buong pamilya ay hindi hihigit sa ₱2,000,000 at ang nagastos sa pagpapagamot atbp sa loob ng taong iyon (Enero 1 ~ Disyembre 31) ay humigit sa ₱100,000, ibig sabihin ang gastos sa pagpapagamot atbp ay humigit ng 5% ng kita, ibabalik sa inyo ang binayad ninyong buwis sa kita o income tax kapag nag-file ng final income tax return. Hindi lamang ang gastos sa pagbubuntis at panganganak, kasama din ang iba pang mga gastos sa pagpapagamot.

Ngunit ito ay pagkatapos tanggalan ng ₱100,000 at tanggalin ang lahat ng natanggap na pera tulad ng isang bigayang perang tulong para sa panganganak at pag-alaga ng sanggol, perang nakuha sa life insurance, atbp. Ipunin ang lahat ng resibo mula sa lahat ng miyembro ng pamilya at ipasa ito sa pag-file ng final income tax return sa nakatakdang panahon para dito (mga Pebrero ~ Marso).

2 病院のかかり方、救急車の呼び方

(1) 医療機関

医療機関は、規模によって「病院」と「診療所」に分けられます。症状の軽いときにはまず診療所を受診し、入院や手術が必要になれば病院を紹介されるのが一般的です。

(2) 診察の流れ（初診時の場合）

① 受付

「初診です」と受付に言って、健康保険に加入している場合は「健康保険証」を提出します。

このとき、多くの場合、「診察申込書」や「問診票」といって、現在の病気の症状や病歴などについて記入する用紙への記入を求められます。記入が終わったら、受付に提出し、待合室で待ちます。

② 診察

名前が呼ばれたら、診察室に入って診察を受けます。必要に応じて検査や処置があります。

③ 会計

診察が終わったら、待合室で待ちます。名前が呼ばれたら受付（会計窓口）でお金を払います。

（医療費の支払いは現金ですが、カードで支払える医療機関が一部あります。）

必要に応じて、次回の予約をします。

④ 薬の受取

会計のときに渡される「処方せん」をもって、「調剤薬局」と書かれている薬局に薬を取りにいきます。薬の飲み方などは、薬剤師さんが説明してくれます。ここで、別途、薬代を支払います。

* 「再診」の場合は、初診時にもらった診察券を受付に提出します。その後の流れは、初診時と同じです。

(3) 救急の場合

急病、大ケガ、事故にあった場合は、『119番』に電話して、救急車を呼びます。救急車は一般の家庭電話、携帯電話、PHS または公衆電話からもかけることができます。軽いケガや病気のときなど、自分で病院へ行ける場合は、タクシーや自家用車を利用してください。

○救急車の呼び方

1. 119番に電話したら、まず「救急です」と伝える。
2. 救急車に来てほしい住所を伝える。
(住所が分からないときは、近くの大きな建物など目印になるものを伝えてください。)
3. 具合の悪い方の症状（年齢等を含めて誰が、どのようにして、どうなったか等）を簡潔に伝える。
4. 電話している人の名前、電話番号を伝える。



2 Ang Pagpunta sa Ospital, Ang Pagtawag ng Ambulansya



(1) Mga Pagamutan

Nahahati ang mga pagamutan sa mga [ospital] at mga [klinika]. Kapag magaan lamang ang nararamdamang mga sintomas kadalasan pumupunta muna sa klinika, at kapag kailangang ng operasyon o ma-ospital siya ay nirerekomenda sa ospital.

(2) Ang paglakad sa mga pagamutan (sa unang pagpapatingin)

① Ang magpalista

Sabihin sa tanggapang mesa na unang pagpunta pa lamang ninyo ito [Shoshin desu], kapag may health insurance kayo ipakita and health insurance card [Kenko Hokensho] ninyo. Dito, karamihan sa mga pagamutan ay pasusulatan sa inyo ang application form para magpatingin [shinsatsu moshikomisho] at isang medikal na palatanungan [monshin-hyo]. Pagkatapos sulatan, ibigay lamang sa tanggapang mesa at maghintay sa silid hintayan.

② Ang pagsusuri

Kapag tinawag ang inyong pangalan, pumasok sa silid ng pagsusuri upang masuri ng doktor. Maaring may isagawang iba pang pagsusuri kung kailangan.

③ Ang pagbayad

Maghintay muli sa silid hintayan pagkatapos masuri. Kapag tinawag ang inyong pangalan, pumunta muli sa tanggapang mesa (bayarang mesa) at magbayad. (Karamihan sa mga pagamutan, ang hinihiling ay pera ngunit may pagamutan ding tumatanggap ng credit card.)

Kung kailangan, magpareserba na para sa sunod na appointment.

④ Ang pagkuha ng gamot

Dalhin ang binigay na reseta nang kayo ay nagbayad sa parmasyang namamahagi ng gamot upang makakuha ng gamot. Ipapaliwanag sa inyo ng parmasyotiko kung papaano iinumang gamot, atbp. Dito rin ninyong babayaran nang hiwalay ang gamot.

*** Sa susunod na pagpunta, ibigay lamang sa tanggapang mesa ang examination card na ibinigay sa inyo nang una ninyong pagpunta. Pagkatapos nito pareho na ang paglakad tulad ng una ninyong pagpunta.**

(3) Sa oras ng emerhensiya

Idayal ang 119 at tumawag ng ambulansya kapag may biglang nagkasakit, napinsala ng malala o kapag naaksidente. Makakatawag ng ambulansya sa mga telepono ng bahay, sa mga cell phones, sa teleponong PHS at sa mga publikong pay phones. Kapag ang pinsala sa katawan ay maliit lamang o magaan lang ang sakit, gamitin lamang ang taxi o ang sariling sasakyan upang pumunta sa ospital.

○Paano tumawag ng ambulansya

1. Tumawag sa [numero 119] at sabihin na [Kinkyu desu (Emerhensiya po)].

2. Sabihin kung saan ninyo gustong pumunta ang ambulansya.

(Kung hindi ninyo alam ang address sabihin kung mga malalaking gusali o mga palatandaan ang nasa paligid.)

3. Sabihin ang mga sintomas ng taong may sakit (sino siya at ang kanyang edad, ano ang nangyari atbp.)

4. Sabihin ninyo ang inyong pangalan at ang numero ng inyong telepono.



3 産婦人科問診票（タガログ語版）



次の問診票は、NPO 法人国際交流ハーティ港南台、公益財団法人かながわ国際交流財団が協働作業を通して作成したものです。

現在、10診療科目（眼科、外科、産婦人科、歯科、耳鼻咽喉科、小児科、整形外科、内科、脳神経外科、皮膚科）、17言語（インドネシア語、英語、カンボジア語、スペイン語、タイ語、タガログ語、中国（北京）語、ハングル、ベトナム語、ペルシャ語、ポルトガル語、ラオス語、ロシア語、フランス語、ドイツ語、アラビア語、クロアチア語）で作成されています。

この多言語医療問診票は、随時更新されますので、最新のものは、多言語医療問診票ホームページ <http://www.k-i-a.or.jp/medical/>でご確認ください。



3 Palatanungang Pang-Gynecology (Tagalog)



Ang sumusunod na palatanungan ay gawa ng NPO International Community Hearty Konandai and Kanagawa International Foundation.

Sa kasalukuyan, ito ay isinasagawa sa 10 departamentong medikal (ophthalmology, external medicine, gynecology, dentistry, otolaryngology, pediatrics, orthopedic surgery, internal medicine, neurosurgery, dermatology), sa 17 wika (Indonesian, English, Cambodian, Spanish, Thai, Tagalog, Chinese (Beijing), Hangul, Vietnamese, Persian, Portuguese, Laotian, Russian, French, German, Arabic, Croatian).

Ang medikal na palatanungang ito sa iba't-ibang wika ay maaaring mabago sa anumang oras, tignan lamang ang website ng Medikal na Palatanungan sa Iba't-ibang Wika para sa pinakabagong salin <http://www.k-i-a.or.jp/medical/>.

OBSTETRICS AND GYNECOLOGY

産婦人科問診票

Lagyan ng marka (✓) ang naaayong mga sagot.

Taon 年 Buwan 月 Araw 日

Pangalan 名前	Kaarawan 生年月日	_____ taon 年 _____ buwan 月 _____ araw 日
Tirahan 住所	Telepono 電話	_____
Mayroon ka bang seguro pangkalusugan (Health Insurance)? 健康保険を持っていますか?		
<input type="checkbox"/> Wala 無 <input type="checkbox"/> Oo 有		
Nasyonalidad 国籍	Wika 言葉	_____

Ano ang nais mong ikunsulta? どうしましたか

pagdadalang-tao 妊娠 baog 不妊症 dinudugo 不正性器出血

hindi regular ang dating ng regla 月経異常 kulang sa dugo 貧血

tumor sa matris 子宮筋腫 tumor sa obaryo 卵巣のう腫瘍 nangangati ang ari 性器のかゆみ

may lumalabas na likido mula sa ari おりもの masakit ang tiyan 腰痛

magpapasuri kung may kanser がん検診 polyp ポリープ iba pa その他

Tungkol sa regla: 月経について

* Kailan ka unang nagkaregla? 初めて生理があったのはいつですか edad/gulang _____ taon 歳

* Kailan huminto ang regla(menopos)? 閉経はいつですか edad/gulang _____ taon 歳

* Regular ba ang dating ng regla? 生理は順調ですか Hindi いいえ Oo はい

* Pagitan 周期について 28araw 28日型 30araw 30日型 _____ araw 日型 di-regular 不順

* Tumatagal ang regla ng 持続期間について _____ araw 日間

* Gaano ang labas ng regla? 生理の量について marami 多い normal 普通 kaunti 少ない

* May sakit ka bang nararamdaman tuwing may regla? 生理痛について

Wala 無 Oo 有 → masakit ang puson 下腹部

Wala 無 Oo 有 → masakit ang ibabang bahagi ng likod 腰痛 iba pa その他

* Ang huling regla ay tumagal ng? 最終月経は

mula _____ taon 年 _____ buwan 月 _____ araw 日から _____ araw 日間

Kasaysayan ng pagadadalangtao: 妊娠歴

Pagdadalang-tao 妊娠 _____ beses 回

nanganak 分娩 _____ beses 回 → normal 正常分娩 _____ beses 回

hindi normal 異常分娩 _____ beses 回

nakunan 流産 _____ beses 回 → di-sinasadyang pagkalaglag 自然流産 _____ beses 回

(nalaglagan) nagpalaglag(aborsyon) 人工流産 _____ beses 回

iba pa その他 → ibang paraan ng panganganak(sa labas ng bahay-bata) 子宮外妊娠

di-normal na nunal 胎状奇胎

Gusto mo bang sa ospital na ito isilang ang iyong anak? 妊娠の方は当院でのお産を希望しますか

Hindi いいえ Oo はい

Nakaranas ka na ba ng pangangati (allergy) dahil sa anumang gamot o pagkain? 薬や食物でアレルギーを生じたことがありますか

Hindi 無 Oo 有 → gamot 薬 pagkain 食物 iba pa その他

May iniinom ka bang gamot sa kasalukuyan? 現在毎日飲んでる薬はありますか

Wala 無 Oo 有 → Kung may dala ka ngayon ay nais naming makita 持っていれば見せてください

Nakapagpasuri ka na ba kung may kanser ka? がん検診を受けたことがありますか

Hindi 無 Oo 有 (_____ taon 年 _____ buwan 月 _____ araw 日)

Anu-anong sakit ang nagkaroon ka na? 過去にどのような病気をしましたか

sakit sa atay 肝臓の病気 sakit sa bato 腎臓の病気 sakit sa puso 心臓の病気

sakit na nakuha sa pakikipagtalik(seks) 性病

tisis/tuberculosis/T.B. 結核症 mataas na presyon ng dugo 高血圧症

apendisitis 虫垂炎 AIDS エイズ rayuma リウマチ

Nakapagpaopera ka na ba? 手術を受けたことがありますか

Hindi 無 Oo 有 (edad/gulang 年齢: _____ taon 歳 _____ buwan ヶ月)

Nasalinan ka na ba ng dugo? 輸血を受けたことがありますか

Hindi 無 Oo 有

Kalusugan ng pamilya: 家族の病歴

	edad/gulang 年齢	malusog 健康	hindi minusog 健康でない	namanang sakit 遺伝病	mataas ang presyon ng dugo 高血圧	diyabetes 糖尿病	kanser 癌
ama 父		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
ina 母		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
kapatid na lalaki 兄弟		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
kapatid na babae 姉妹		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
asawa 夫		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
anak/mga 子供		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

produced by 国際交流/ハーティ港南台 directed by DIGITALIUM projects!!・Illusion Mill

担当医・支援者の方々へ

この問診票は、在日外国人支援ボランティアによって作成されたものを、支援者のネットワークを通じて、無料で配布しているものです。翻訳に関しては、できる限りの正確さをきつたりですが、間違い等が見つかりましたら随時修正版を下記インターネットサイトに配信しております。またインターネットサイトには、これ以外の科目や言語の問診票、医療制度情報などがありますので、必要に応じてご活用ください。また、翻訳の間違いや、追加したほうがいい質問事項等がありましたら下記のサイトにメールで情報をいただければ幸いです。

<http://www.k-i-a.or.jp/medical/>

2002年6月発行

4 知っておくと便利なウェブサイト Mga Websites na Nakakatulong

サイト名 Pangalan ng Site	作成者 Ang Gumawa	URL
多言語医療問診票 Medikal na Palatanungan sa Iba't ibang Wika	(公財) かながわ国際交流財団 NPO 法人国際交流ハーティ港南台 Kanagawa International Foundation NPO International Community Hearty Konandai	http://www.k-i-a.or.jp/medical/
多言語医療問診システム M3 (エムキューブ) Sistema ng Pagsalin-wika ng Konsultasyong Medikal M3	特定非営利活動法人 多文化共生センターきょうと Center for Multicultural Society - Kyoto	http://sites.google.com/site/tabunkam3/
在住外国人のための医療ハンドブック Medikal na Libreta para sa mga Dayuhang Mamamayan	おおいた国際交流プラザ Oita International Plaza	http://www.oitaplaza.jp/iryo/iryo_o_hand_e.pdf
多言語生活情報 Impormasyon Tungkol sa Pamumuhay sa Iba't-ibang Wika	(財) 自治体国際化協会 Council of Local Authorities of International Relations (CLAIR)	http://www.clair.or.jp/tagengo/
外国人のための医療情報 Medikal na Libreta	(公財) 茨城県国際交流協会 Ibaraki International Association	http://www.ia-ibaraki.or.jp/kokusai/soudan/medical/index.html
AMDA 国際医療情報センター AMDA International Medical Information Center	特定非営利活動法人 AMDA 国際医療情報センター AMDA International Medical Information Center	http://amda-imic.com/
やまぐち医療情報ネット Network ng mga Medikal na Impormasyon sa Yamaguchi	山口県救急医療情報センター Yamaguchi Prefecture Emergency Medical Information Center	http://www.qq.pref.yamaguchi.lg.jp/qq35/WP000/RP000001BL.do
ママと赤ちゃんのサポートシリーズ Gabay para sa mga Bagong Ina at mga Bagong Panganak na Sanggol	多文化医療サービス研究会 -RASC- Researching and Supporting Multi-Cultural Healthcare Services -RASC-	http://www.rasc.jp/index.php?itimid=12
日本で出産を考える外国人ママたちへ Para sa mga dayuhang ina na balak manganak sa Japan	(公財) 山梨県国際交流協会 Yamanashi International Association	http://www.yia.or.jp/foreign_residents/pregnancy_childbirth/index.html
すこやかな妊娠と出産のために Para sa Inyong Kalusugan habang Buntis at sa Pangananak	厚生労働省 Ministry of Health, Labour and Welfare	http://www.mhlw.go.jp/bunya/kodomo/boshi-hoken10/dl/02.pdf
SIA 多言語子育て情報 SIA Impormasyon Tungkol sa Pagpalaki ng Bata sa Iba't-ibang Wika	(公財) 滋賀県国際協会 Shiga Intercultural Association for Globalization	http://www.s-i-a.or.jp/child/
多言語版 救急時情報収集シート Papel para sa Impormasyon sa Oras ng Emerhensiya sa Iba't-ibang Wika	特定非営利活動法人 多文化共生センターひょうご Center for Multicultural Society - Hyogo	http://www.tabunka.jp/hyogo/119/
メディカルハンドブック Libretang Medikal	(公財) 宮崎県国際交流協会 Miyazaki International Foundation	http://www.mif.or.jp/japanese/modules/content005/

外国人ママのための 妊娠・出産ガイド

※このガイドブックは、
財団法人自治体国際化協会から
助成を受け、作成したものです。



<企画・作成・協力>

神尾 喜子
山口大学医学部附属病院助産師
酒井 恵子
山口県立総合医療センター保健師
中谷 智子
山口市健康増進課保健師
藤村 美都子
青年海外協力隊 山口県OB会 副会長
(中国・看護師・H13年度第2次隊)

<デザイン・レイアウト>

山口県立大学国際文化学部文化創造学科
「やまぐちの飾り」企画
石川 智香子、小林 遥
長井 優紀子、山尾 佑夏

(監修)

山口県立大学国際文化学部文化創造学科
地域文化創造論研究室
准教授 斉藤 理

<イラスト>

山口県立大学国際文化学部文化創造学科
大田 晴香

<イラストアドバイザー>

山口県立大学看護栄養学部看護学科
岡本 郁実、福岡 里美、山下 祥子

<発行>

公益財団法人山口県国際交流協会
〒753-0814 山口県山口市吉敷下東4-17-1
Tel:083-925-7353 Fax:083-920-4144
e-mail:yiea@yiea.or.jp
URL: <http://www.yiea.or.jp/>
平成25年9月発行

<Tagapaglathala>

Yamaguchi International Exchange Association
4-17-1 Yoshiki Shimohigashi, Yamaguchi City, Yamaguchi Prefecture 753-0814
Tel: 083-925-7353 Fax: 083-920-4144
e-mail:yiea@yiea.or.jp
URL: <http://www.yiea.or.jp/>
Setyembre 2013 nilathala