

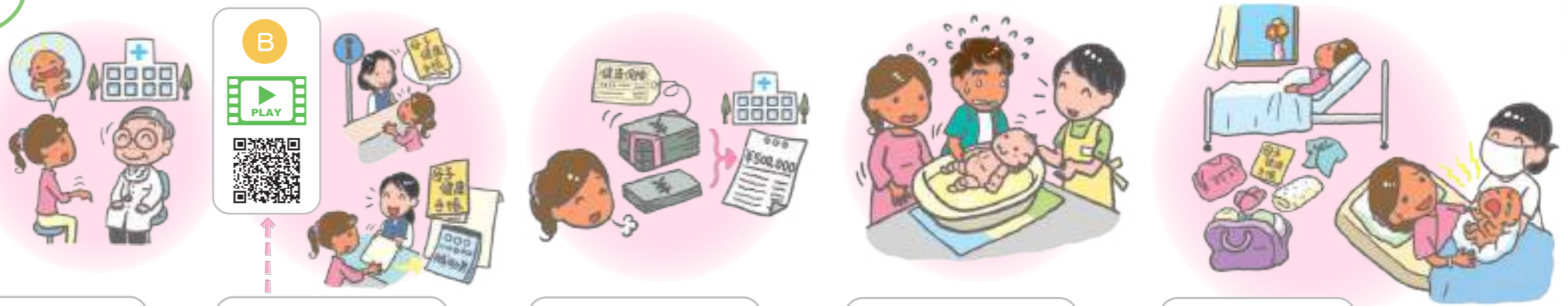
Trámites y Consejos para los Padres Extranjeros

～ Desde el embarazo y parto hasta el ingreso a la Escuela Primaria ～

外国人住民のための子育てチャート(動画入り)
～ 妊娠・出産から小学校入学まで～



Español スペイン語



スタート
Partida

赤ちゃんを妊娠した?
¿Se embarazó?

STEP 1
ママになるための準備
Prepararse para ser mamá

- 1 産むところを探す
Buscar dónde dar a luz
- 2 母子健康手帳をもらう
Obtener la Libreta de Salud Materno-Infantil
- 3 出産育児一時金の手続き
Trámite para la obtención del subsidio de parto
- 4 ははおやがっきゅう さんか
母親(両親)学級に参加
Participe en las aulas para las madres (y padres)
- 5 にゅういん ぶんべん
入院・分娩
Hospitalización y labor del parto

13 よぼうせつしゅ
かかりつけ医
Vacunación Preventiva y médico de cabecera

STEP 2
生まれてからすること
Qué hacer después del nacimiento

にんぶけんしん
妊婦健診
Atención médica prenatal

STEP 3
赤ちゃん和妈妈の健康のために
Para la salud del/la bebé y la mamá

11 いっかげつけんしん
一か月健診
Control de salud del primer mes

12 しんせいじ 赤ちゃん
新生児(赤ちゃん)訪問
Visita al/la neonato/a (bebé)

10 たいしかん にかん
大使館/入管での手続き
Trámites en el Consulado e Inmigración.

6 しゅうじょうとけい
出生届
Registro del Nacimiento

7 しょうにいりょうひじょうせい
小児医療費助成
Subsidio de Costos Médicos Pediátricos

8 じどうてあて
児童手当
Subsidio Infantil

9 しゅうせいれんらくひょう
出生連絡票
Comunicado del Nacimiento

※⑩に必要な書類の入手
Obtenga los documentos necesarios para el trámite ⑩

14 にゅうようけんしん
乳幼児健診
Control de Salud del Lactante y del Niño

STEP 4
おうちから地域への
はじめての歩
El primer paso fuera de casa hacia la comunidad

- 15 こそだ しえん など
子育て支援センター等
Centros de Apoyo a la Crianza
- 16 ほいくえんにゅうえん
保育園入園
Ingreso a la Guardería
または ○
- 17 ようちえん えんにゅうえん
幼稚園・こども園入園
Pre-escolar (Yochien) y Jardines Infantiles (Kodomoen)
- 18 しょうがっこうにゅうがくじゅんび
小学校入学準備
Preparación para el ingreso a la Escuela Primaria



動画でもっとわかりやすい!
¡Los videos ayudan a entender mejor!

Criar niños en japon

A 外国人住民のための子育てチャート
Trámites y Consejos para los Padres Extranjeros (12' 37")

B 母子手帳ってなあに?
¿Qué es Boshi Techo? (08' 02")

C 母子訪問について
Sobre la visita a la madre y al recién nacido. (07' 10")

<http://www.kifjp.org/child/esp/chart>

step 1

ママになるための準備 Prepararse para ser mamá

妊娠から出産までの流れ・手続きを確認しましょう。
Procedimientos y trámites a realizar desde el embarazo hasta el parto

1 産むところを探す

日本では「産科」のある病院などで分娩します。妊娠初期に早めに分娩予約をしてください。出産する病院は役所で情報提供/相談できます。

2 母子健康手帳(母子手帳)をもらう

住民登録のある役所で「妊娠届」を提出し、「母子健康手帳」を受け取ります。この手帳は母と子の健康と成長の記録です。大切に保管しましょう。妊婦健診補助券(健診費用を補ってくれるチケット)なども配付されます。
※母子健康手帳は外国語版もあります。

妊娠中の健診は定期的にあるので、必ず毎回受診するのが大切です。

3 出産育児一時金の手続き

日本で出産するには平均50万円かかります。健康保険に入っている場合は「出産一時金」(42万円※)で支払の一部がカバーされます。事前に病院の窓口で手続きしてください。
※2016年8月現在

4 母親(両親)学級に参加

「母親学級」では出産・育児について学ぶ講座が病院や役所で行われます。

5 入院・分娩

日本では病院に約5日入院します。入院に必要なものは事前に確認し、産気づいた際の病院までの行き方を調べておきましょう。

1 Buscar dónde dar a luz

En Japón se da a luz en hospitales que tienen sección de obstetricia. **Reserve atención para dar a luz en el inicio del embarazo.** Sobre los hospitales donde dar a luz puede consultar y obtener información en el Municipio.

2 Obtener la Libreta de Salud Materno-Infantil

Haga registro de su embarazo en el Municipio donde tiene su registro domiciliario y se obtiene la "Libreta de Salud Materno-Infantil" (BOSHITECHŌ). En esta libreta se anotan datos sobre la salud y desarrollo tanto de la madre como del/la bebé. Consérvela con esmero. También se entregan cupones de subsidio para los controles del embarazo (cupones de ayuda para el pago de los controles médicos)
※Hay "Libretas de Salud Materno-Infantil" en lenguas extranjeras.

Los controles son periódicos, es importante que haga todos los controles sin falta.

3 Trámite para la obtención del subsidio de parto

El costo promedio del parto en Japón es de 500,000 yenes. **Si está inscrita en el Seguro de Salud, puede cubrir parte del costo con el "subsidio de parto" (SHUSSAN-ICHIJI-KIN)** (※420,000 yenes). Haga los trámites en la ventanilla del hospital con antelación.
※Monto actual para agosto 2016

4 Participe en las aulas para las madres (y padres)

Las "Aulas para las Madres" (HAHAOYA-GAKKYŪ) que se realizan en los hospitales y/o Municipios, son aulas de enseñanza-aprendizaje sobre el parto y la crianza.

5 Hospitalización y labor del parto

En Japón, se hospitalizan un promedio de 5 días. Aliste los implementos necesarios para la hospitalización con antelación y revise la ruta a seguir para llegar al hospital para cuando empiecen los dolores de parto.

step 3

赤ちゃん和妈妈の健康のために Para la salud del/la bebé y la mamá

産後、赤ちゃん和妈妈の健康を定期的に確認します。
Después del parto, hay que hacer control periódico de la salud tanto del/la bebé como de la mamá.

11 一か月健診

出産した病院で赤ちゃんの発育や健康、お母さんの回復状態を確認します。

12 新生児(赤ちゃん)訪問

生後4ヶ月以内に役所の保健師等が家を訪問します。赤ちゃんの体重や発育状況を確認するほか、お母さんの体調や困っていることなどを聞きます。

13 予防接種・かかりつけ医

生後2か月ごろから予防接種を受け始めます。市区町村から配布される補助券を利用し、決められたスケジュールで打ちましょう。近所のかかりつけ医を決め、夜間・休日診療所なども確認しておきましょう。

14 乳幼児健診

役所から「乳幼児健診」の案内がされますので、必ず受診してください。役所で受ける場合と病院で受ける場合がありますので確認してください。

- 4か月児健診
- 8～10か月児健診(市区町村によって行われない場合もあり)
- 1歳6か月児健診
- 3歳児健診(または3歳6か月児健診)

11 Control de salud del primer mes

En el hospital donde nació, se hace constatación del estado de desarrollo y salud del/la bebé, y el estado de recuperación de la mamá.

12 Visita al/la neonato/a (bebé)

Una Trabajadora de Sanidad Pública del Municipio, **visitará al/la bebé** en los primeros 4 meses de nacido/a. Además de medir el peso del/la bebé y constatar su desarrollo, ve el estado de salud de la mamá, si tiene algunas dudas que despejar, esta Trabajadora de Salud le ayudará.

13 Vacunación Preventiva y médico de cabecera

La Vacunación Preventiva (YOBŌ-SESSHU) empieza a partir de los dos meses de haber nacido. Lleve a los/las bebés a vacunarlos en los períodos establecidos, utilizando los cupones de vacunación que son otorgados en el Municipio. Procure tener un médico de cabecera cerca de su casa y también datos sobre Centros de Salud que atiendan en horarios nocturnos y en días feriados.

14 Control de Salud del Lactante y del Niño

El Municipio, le enviará el comunicado sobre "Control de Salud del Lactante y del niño" (NYŪYŪJI-KENSHIN), no deje de llevar al/la bebé al control. Se lleva a cabo en el municipio o en el hospital, favor de constatar con antelación.

- Control de salud del 4to mes
- Control de salud de 8～10 meses (depende de los municipios, en algunos no se realizan)
- Control de salud de 1 año y 6 meses
- Control de salud de 3 años (ó 3 años y 6 meses)

step 2

生まれてからすること Qué hacer después del nacimiento

赤ちゃんが生まれてから、様々な手続きがあります。
Una vez que nace el/la bebé, hay diversos trámites a realizar.

6～9は役所で一度に手続きしましょう。

Del 6-9 son trámites a realizar en el Municipio.

6 出生届

赤ちゃんが生まれたら14日以内に役所に「出生届」を提出します。

6 Registro del nacimiento

Hay que hacer el "Registro de Nacimiento" (SHUSSHŌ-TODOKE) en el Municipio **dentro de los primeros 14 días de haber nacido el/la bebé.**

7 小児医療費助成

0歳からの子どもは「小児医療証」が発行され、無料診療を受けられます。ただし市区町村によって上限年齢や助成対象の所得制限が違います。かならず役所で確認してください。

7 Subsidio de Costos Médicos Pediátricos

A los niños/as desde los cero años se les emite un "Certificado de Costos Médicos Pediátricos" (SHŌNI-IRYŌ-SHŌ) que permite a los/las niños/as acceder gratuitamente a las consultas médicas. La edad tope del beneficiario y el tope del ingreso familiar para acceder a este subsidio varía según los Municipios, por ello, hay que constatarlo en el Municipio en el que está registrado su domicilio.

赤ちゃんの健康保険

国民健康保険の場合は、同時に赤ちゃんの保険証も申請します。(社会保険の場合は一か月健診までに勤務先で手続き)

El Seguro de Salud del/la bebé

Si la familia tiene Seguro Nacional de Salud (Kokumin kenko hoken), simultáneamente al registro de nacimiento hay que inscribir al/la bebé al Seguro de Salud. (En caso tuvieran Seguro Social (Shakai hoken), tramitarlo en su lugar del trabajo antes del control del primer mes)

8 児童手当

「児童手当」は日本国内に住む中学生までの子どもの保護者に支給されます(所得制限等あり)。毎年「現況届」を提出して更新します。

8 Subsidio Infantil

El "Subsidio Infantil" (JIDŌ-TEATE) es otorgado a solicitud de los guardas de los niños que viven en Japón hasta terminar la Secundaria Básica. Existe un tope de ingreso familiar como requisito y se renueva anualmente presentando el formulario del "Estado Actual Familiar" (GENKYŌ-TODOKE)

9 出生連絡票

「出生連絡票」は新生児(赤ちゃん)訪問の家庭を把握するために使われます。用紙は母子手帳と一緒に配付される場合が多いです。忘れずに提出してください。

9 Comunicado del Nacimiento

"El comunicado del nacimiento" (SHUSSHŌ-RENRAKUHYŌ) es utilizado para tener en cuenta los hogares a los que hay que visitar por el nacimiento de un nuevo miembro. Por lo general el formulario es entregado junto con la "Libreta de Salud Materno-Infantil". Favor de presentarlo sin olvido, al nacer su bebé.

入管の手続きに「出生届受理証明書」と赤ちゃんを含めた「住民票」が必要になりますので、役所で取得してください。

Para los trámites de Inmigración, va a requerir del "Certificado de Recepción de Inscripción del Nacimiento" (SHUSSHŌ-TODOKE-JURI-SHŌMEISHO) y el Registro de Residencia (JŪMINHYŌ), que se solicitan en el Municipio.

10 大使館/入管での手続き

- 入国管理局で生後30日以内に赤ちゃんの在留許可を申請します。
- 各国大使館(領事館)で赤ちゃんの国籍を取得します。

10 Trámites en la Embajada/e Inmigración

- Dentro de los 30 primeros días de haber nacido el/la bebé, debe solicitar en las Oficinas de Control de Inmigración su autorización de residencia (VISA).
- Se obtiene la nacionalidad del/la bebé en el Consulado del país de origen de los padres.

step 4

おうちから地域へのはじめの一步 El primer paso fuera de casa hacia la comunidad

小学校に入るまでに地域とつながっていきましょう。
Vaya relacionándose con la comunidad desde antes que los niños ingresen a la Escuela Primaria.

15 子育て支援センター等

就学前の子どもと保護者同士が交流したり、子育て相談ができます。

16 保育園入園

出産後に保護者が仕事をする場合などに「保育園」に子どもを預けます。認可保育園の場合、役所で申請します。早めに相談しましょう。利用料は所得によって変わります。

17 幼稚園・こども園入園

保育園に通っておらず、3歳になった子どもは4月以降から小学校入学前まで「幼稚園」に通うことができます。小学校に入る前に日本社会や集団生活に馴染むことができます。幼稚園で保育をする認定こども園も自治体によってはあります。役所で確認してください。

18 小学校入学準備

外国籍の子どもがいる家庭には小学校入学の前年秋ごろに公立小学校の「就学案内」が送られてきます。教育委員会・役所などへ入学申請をしてください。日本国籍の場合は上記の手続きは不要です。小学校の「就学通知」送られてきます。入学前の健康診断や説明会には、必ず出席してください。

<支援者の皆さんへ>

このチャートは出産・子育てに関わる支援者と外国人保護者との円滑なコミュニケーションの助けになればと作成しました。手続きやサービス利用の確認にご活用ください。

15 Centros de Apoyo a la Crianza

Su niño se puede relacionar con otros niños pre-escolares, así como entre las mamás, también puede hacer consultas sobre la crianza.

16 Ingreso a la Guardería

En el caso de que la mamá trabaje después del parto, se puede encargar el/la niño/a en la "Guardería" (HOIKUEN). Para las guarderías autorizadas, se solicita en el Municipio. Es mejor consultar con antelación. Los costos varían de acuerdo al ingreso familiar.

17 Ingreso al Pre-escolar (Yochien) y Jardines Infantiles

Los/as niños/as que no van a la Guardería, pueden ingresar al "Pre-escolar" (YŌCHIEN) a partir de los 3 años de edad hasta ingresar a la Escuela Primaria. Ahí pueden ir socializándose y adquiriendo el comportamiento grupal antes de ingresar a la Escuela Primaria. En algunos Municipios tienen Jardines Infantiles (Kodomoen) con reconocimiento para cuidar de los/las niños/as a modo de guardería. Favor de constatar en el Municipio.

18 Preparación para el ingreso a la Escuela Primaria

A los hogares de niños/as de nacionalidad extranjera, se les envía una postal de "Orientación para Enrolarse a la Escuela Pública" (SHŪGAKU-ANNAI). Una vez que reciba esta postal realice la solicitud de ingreso en el Municipio o en el Comité de Educación. En caso de niños/as de nacionalidad japonesa no es necesario realizar la solicitud arriba indicada. Les llegará una "Notificación de Enrolamiento a la Escuela" (SHŪGAKU-TSŪCHI) Por otro lado, acuda sin falta al examen de salud previo al ingreso a la escuela y a la reunión de explicación sobre la vida escolar.

外国人住民のための子育て支援サイト
http://www.kifjp.org/child

