

緊急情報ガイドブック
ขอแนะนำในกรณีฉุกเฉิน

にんしん しゅっさん 妊娠・出産ガイド

ขอแนะนำเกี่ยวกับการตั้งครรภ์และการคลอด

にほん しゅっさん かんが がいこくじん まま
～日本で出産を考える外国人ママたちへ
ข้อคิดเกี่ยวกับการคลอดบุตรในประเทศญี่ปุ่นของชาวต่างชาติ



1. 日本の出産.....2	1. การคลอดบุตรของประเทศญี่ปุ่น.....2
2. 妊娠・出産 Q & A ~各国の出産事情を踏まえて~...3	2. คำถาม-ตอบเกี่ยวกับการตั้งครรภ์และการคลอด (แหล่งที่มาจากข้อคิดเห็นของชาวต่างชาติ).....3
3. 妊娠のチェック方法について.....5	3. การตรวจสอบการตั้งครรภ์ด้วยวิธีการต่างๆ.....5
4. 妊娠したら	4. ถ้าตั้งครรภ์
A. 妊婦健診	A. การเข้ารับการตรวจครรภ์
B. 出産にかかる費用	B. ค่าใช้จ่ายต่างๆที่เกี่ยวกับการคลอดบุตร
C. 母子健康手帳	C. สมุดคู่มือสุขภาพแม่-เด็ก
5. 産院選び.....6	5. การเลือกโรงพยาบาล.....6
6. 緊急受診の必要性	6. ความจำเป็นที่จะต้องเข้ารับการตรวจรักษาตัว
7. 妊娠・出産をサポートする制度	7. ระบบการให้ความช่วยเหลือเกี่ยวกับการตั้งครรภ์ และการคลอดบุตร
8. 赤ちゃんが生まれたら.....9	8. หลังจากที่เกิดคลอดบุตรแล้ว.....9
A. 各種届出	A. แจ้งเอกสารประเภทต่างๆกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง
B. 入院中にする検査、指導	B. เข้ารับการตรวจรักษาระหว่างอยู่โรงพยาบาลและปฏิบัติ ตามคำแนะนำ
C. 予防接種	C. การฉีดวัคซีนป้องกันโรคชนิดต่างๆ
D. 育児に悩んだら	D. ความวิตกกังวลระหว่างเลี้ยงดูบุตร
問診票.....11	แบบสอบถามทางการแพทย์.....11

自分の生まれ育った国と違う国で出産を迎えるということは、とても不安だと思います。その不安を無くすためには、まず、自分の国と出産しようと思っている国との違いを知ることです。大丈夫、赤ちゃんは万国共通の宝です。赤ちゃんを大切に作る姿勢は世界共通。まずは、安心して生むために、妊娠から出産について必要な事を知りましょう。

การให้กำเนิดบุตรในประเทศที่ไม่ใช่บ้านเกิดของตน หลากหลายย่อมต้องเกิดความวิตกกังวลเป็นธรรมดา และเพื่อเป็นการผ่อนคลายความวิตกกังวล เราจึงควรต้องสร้างความมั่นใจให้กับตนเอง โดยการทำความเข้าใจกับความแตกต่างระหว่างการคลอดบุตรของประเทศนั้นๆ เสียก่อน ยิ่งไปกว่านั้นว่าจะประเทศใดก็ตาม การให้กำเนิดบุตรก็ต้องการให้ทารกที่คลอดออกมามีความปลอดภัยด้วยยาการคุม 32 ดังนั้น เพื่อเป็นการเตรียมความพร้อมจึงควรต้องทราบถึงขั้นตอนที่สำคัญต่างๆ ดังต่อไปนี้

しゅっさん ぼうほう

出産方法 วิธีการทำคลอด

原則、自然分娩です。自然分娩というのは、陣痛がくるのを待って、産道を通して赤ちゃんが産まれてくる(経産分娩)ことをさします。帝王切開は、個人の希望では実施されず、病院の判断で必要とされた時のみ実施されます。(P3)

หลักการทำคลอดโดยทั่วไปก็คือการทำคลอดโดยธรรมชาติ กล่าวคือต้องรอจนกว่าจะมีอาการปวดท้องคลอดคือเมื่อปากของคลอดเปิดกว้างพอที่จะให้ทารกเคลื่อนตัวหลุดออกมาได้นั่นเอง สำหรับการคลอดโดยการผ่าตัดนั้น เจาะตัวไม่สามารถแจ้งความต้องการได้เนื่องจากทางโรงพยาบาลจะเป็นผู้ตัดสินใจเองว่าจะทำดีหรือไม่(หน้า 3)

にんぶけんしん

妊婦健診

การตรวจสุขภาพระหว่างตั้งครรภ์

赤ちゃんが生まれてくるまで、定期的に健診が行われます。赤ちゃんとママの体を守る為に必要な事です。(P5)

เพื่อความปลอดภัยของมารดาและทารกจึงต้องมีการตรวจเช็คสุขภาพเป็นระยะๆ จนกระทั่งถึงวันคลอด (หน้า 5)

しゅっさん ぼしょ

出産の場所

สถานที่ทำคลอด

病院や個人医院、助産院などがあります。病院によって、設備や産後の指導方法、サービス内容、母子同室・異室等、が異なります。(P6)

ไม่ว่าจะเป็นสถานพยาบาลของรัฐบาลหรือเอกชนหรือคลินิกก็ตาม ต่างก็มีความพร้อมของเครื่องมือ บริการภายในห้อง การสอนหรือการให้ความรู้ภายหลังการคลอดไม่เหมือนกัน การให้มารดา-ทารกอยู่ภายในห้องเดียวกันหรือไม่ขึ้นอยู่กับความพร้อมของสถานพยาบาลแต่ละที่ด้วย (หน้า 6)

にゅういんにつすう

入院日数

ระยะเวลาของการอยู่โรงพยาบาล

通常 5 ~ 7 日間です。産後のママや赤ちゃんの体調によっては、長引く事もあります。ママと赤ちゃんの入院日数が違うこともあります。(P3)

ช่วงระยะเวลาของการพักรักษาตัวในโรงพยาบาลแตกต่างกันออกไป ปกติแล้วจะอยู่ในระหว่าง 5 - 7 วัน ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับสุขภาพร่างกายของมารดาและทารก บางท่านก็อาจจะอยู่นานก็มี เป็นต้น (หน้า 3)

にゅういんちゅう ひつよう

入院中に必要なもの

การเตรียมสิ่งของที่จำเป็นเพื่อใช้ขณะอยู่โรงพยาบาล

入院セットとして、院内で販売しているものと、自分でそろえるものがあります。必要なものが病院によって異なります。

เครื่องใช้สำหรับเข้าโรงพยาบาลแต่ละแห่งไม่เหมือนกันคือมีทั้งที่หาซื้อได้ที่โรงพยาบาลและที่ต้องเตรียมมาเอง ดังนั้นจึงต้องสอบถามรายละเอียดโดยตรงกับเจ้าหน้าที่ของโรงพยาบาลให้ชัดเจนด้วย

あか

よぼうせつしゅ

赤ちゃんの予防接種

การฉีดวัคซีนป้องกันโรคต่างๆ ให้แก่ทารก

入院中はしません。誕生してから 2 ~ 3 カ月後から始まります。接種は、小児科・保健所等で行います。(P4)

ขณะที่ทารกอยู่ในโรงพยาบาลจะไม่มีการฉีดวัคซีนให้จนกว่าทารกจะมีอายุได้ 2 - 3 เดือน ซึ่งจะดำเนินการโดยงานแผนกเด็ก หรือสถานอนามัยต่างๆ เป็นต้น (หน้า 4)

しゅっさん びよう

出産費用

ค่าใช้จ่ายในการคลอดบุตร

無料ではなく、妊婦健診を含めて自費ですが、健診や出産費用を一部補助する制度があります (P5、P7) ค่าใช้จ่ายต่างๆ จะรวมตั้งแต่การตรวจสุขภาพระหว่างตั้งครรภ์ การทำคลอด ซึ่งบางส่วนจะได้รับการช่วยเหลือจากงานสวัสดิการ (หน้า 5 และ หน้า 7)

あか

けんしん

赤ちゃんの健診

การตรวจสุขภาพของทารก

出産後、約 1 カ月後に 1 ヶ月健診を行います。ママと赤ちゃん両方の体調をチェックします。それ以後の健診は、保健所・小児科などで実施します。(P9)

หลังจากคลอดได้ 1 เดือน จะมีการตรวจสุขภาพให้กับมารดาและทารก ต่อจากนั้นก็จะเป็นหน้าที่ของงานแผนกเด็ก และ สถานอนามัยต่างๆ เป็นต้น (หน้า 9)

きんぎゅうていおうせつかい おこな

緊急帝王切開が行われる主なケース

赤ちゃんの心拍が異常に早くなったり遅くなったする状態が続く、早めに赤ちゃんを出さなければならぬと判断された場合や、赤ちゃんが出る前に胎盤が剥離し、子宮内に大量の出血が起こり、危険な状態になった場合など。赤ちゃんもしくはママのどちらか、または両方に危険がある時は、緊急に帝王切開を行うことがあります。

กรณีที่ต้องให้มีการผ่าตัดฉุกเฉิน

สาเหตุที่ต้องให้ทำการผ่าตัดฉุกเฉินมีหลายกรณีเช่น เด็กทารกมีลักษณะการเต้นของหัวใจผิดปกติ คือทั้งเร็วและช้า สลับติดต่อกันกรณีนี้ถ้าไม่ทำการผ่าตัดอาจเป็นอันตรายได้ บางครั้งในกรณีที่รกหลุดออกมาก่อนตัวเด็ก หรือในกรณีที่ในมดลูกมีการตกเลือดมาก ต่างๆ เหล่านี้เป็นต้น แพทย์จำเป็นต้องทำการผ่าตัดด่วนเพื่อความปลอดภัยของมารดาและทารกในครรภ์

せんたくてき よてい ていおうせつかい おこな
選択的 (予定) 帝王切開が行われる
 おも
主なケース

双子や三つ子など、赤ちゃんが同時に2人以上おなか
 にいる場合や、胎盤が子宮の出口を塞いでいて、陣痛が
 くる前に胎盤がずれて大出血を起こす恐れがある場合や、
 逆子(さかご)と呼ばれる、赤ちゃんのおしりや足が下
 になっている場合など。また、妊娠中からママの血圧が
 高いと、胎盤を通じて酸素や栄養が届きにくくなり、母
 子共に深刻な状態に陥る恐れがある場合にも、選択的(予
 定)帝王切開が行われます。

帝王切開の手術の際、手術室での夫の立ち会い、撮影
 などが希望で行える国もありますが、日本では認められ
 ないケースがほとんどです。

กรณีที่จำเป็นต้องกำหนดให้ทำการผ่าตัด

ในกรณีที่ทารกในครรภ์เป็นฝาแฝด 2 หรือ แฝด 3
 หรือตั้งแต่ 2 คนขึ้นไปจำเป็นต้องทำการผ่าตัดเนื่อง
 จากช่วงเวลาในการคอยให้เด็กเคลื่อนตัวออกมาต้อง
 ใช้เวลานานกว่าปกติ ปากมดลูกจะแห้งเป็นอุปสรรค
 ต่อการทำคลอดหรืออาจจะตกเลือดได้ บางครั้ง
 ทารกไม่เอาหัวลงแต่กลับเอาก้นหรือเอาเท้าออกมา
 ก่อน ก็จำเป็นต้องกำหนดให้ทำการผ่าตัด เช่นกัน
 บางกรณีขณะตั้งครรภ์มารดามีความดันโลหิตสูง
 จะเป็นปัญหาทำให้การหายใจ(การส่งผ่านออกซิเจน
 /อาหาร)ของทารกติดขัด แพทย์จึงต้องลงความเห็น
 และกำหนดให้มีการผ่าตัด เป็นต้น

โดยทั่วไปแล้วการผ่าตัดทำคลอดในประเทศญี่ปุ่นไม่
 อนุญาตให้ผู้เป็นสามีอยู่ในห้องขณะทำการผ่าตัดทำ
 คลอด ไม่ว่าจะเพื่อเป็นกำลังใจหรือบันทึกภาพก็ตาม

2

にんしん しゅっさん
妊娠・出産 Q & A

かっこく しゅさんじじょう ふ
 ~各国の出産事情を踏まえて~

คำถาม - ตอบเกี่ยวกับเรื่องการตั้งครรภ์และการคลอดบุตร ข้อมูลจากนานาประเทศที่มีต่อเรื่องการคลอดบุตร

じょい み
 ② **女医さんに診てもらいんだけど...**

👉 日本にも女医さんはいます。しかし、数が少ないので、
 病院に確認をしてください。大きい病院の場合は、担当曜日
 がいつなのか、合わせて確認すると良いでしょう。また、経
 過が順調な場合で出産リスクが低い方の場合は、女性の助産
 師さんのもとで出産するという選択肢もあります。

คำถาม **อยากให้หมอที่ทำการตรวจเป็นสตรีได้ไหม**

คำตอบ ในประเทศญี่ปุ่นมีแพทย์ผดุงครรภ์ที่เป็นสตรีจำนวนไม่
 มากนัก ดังนั้นจึงจำเป็นต้องติดต่อสอบถามล่วงหน้าก่อน และ
 นอกจากนั้นตามโรงพยาบาลใหญ่ๆก็ยังมีแพทย์ประจำเฉพาะแต่
 ละวันอีกด้วย

ていおうせつかい しゅっさんきぼうび とう じぶん えら
 ② **帝王切開や出産希望日等は、自分で選べないの？**

👉 帝王切開は、術後合併症などのリスクが自然分娩より高
 いため、日本では、原則として自然分娩です。帝王切開・手
 術日は自分で選択できません。また無痛分娩やソフロロジー
 を取り入れた出産など様々な方法がありますが、実施できる
 病院に限られていますので、良く調べた上で決めましょう。

คำถาม **เราสามารถกำหนดวันผ่าตัดหรือวันคลอดได้ด้วยตัว
 เองหรือไม่**

คำตอบ ตามหลักการโดยทั่วไปแล้วประเทศญี่ปุ่นจะไม่มี การ
 ผ่าตัดทำคลอดให้เพราะอาจเกิดมีอาการหลังการผ่าตัดหรือ
 อาการข้างเคียงเกิดขึ้นและนอกจากนั้นวิธีการคลอดตาม
 ธรรมชาติก็เป็นวิธีที่ดีที่สุดด้วย
 การคลอดด้วยวิธีผ่าตัดหรือการกำหนดวันไม่สามารถกำหนดได้
 ด้วยตนเอง ยกเว้นการคลอดแบบที่ไม่ต้องการให้มีอาการ
 เจ็บปวดจะมีหลายวิธีให้เลือกได้ซึ่งขึ้นอยู่กับโรงพยาบาลแต่ละ
 แห่งและตัวท่านเอง จะเป็นผู้ตัดสินใจพิจารณาเอง

にゅういんきかん ぼこく ちが
 ② **入院期間が母国と違うけど、なぜ？**

👉 日本では、入院中に、出産だけでなく子
 供の先天性の異常の有無の検査を実施、また、
 ママが帰宅後に戸惑わないように、赤ちゃん
 へのミルクのあげ方や、入浴方法・退院後の
 過ごし方の指導などをするため、入院期間が
 長くなります。詳しい内容は、病院によつて
 異なるので、確認すると良いでしょう。中国
 や韓国などでは、産後しばらくの間、家事・
 入浴を一切しない、水を触らないという習慣
 が一部あるそうですが、病院の指導に従つて
 ください。日本では入院中、ママもシャワー
 を浴びる事ができます。

คำถาม **ทำไมระยะเวลาในการอยู่
 โรงพยาบาลระหว่างคลอดจึงไม่เหมือนกับ
 ประเทศของตน**

คำตอบ ระยะเวลาของการอยู่ในโรงพยาบาล
 หลังคลอดของประเทศญี่ปุ่นแตกต่างกันออกไป
 ขึ้นอยู่กับผลของการตรวจเช็คสุขภาพและ
 การให้ความรู้ต่างๆจากแพทย์ผู้รับผิดชอบ
 เพราะนอกจากมารดาและทารกจะปลอดภัย
 หลังจากคลอดแล้วมารดาจะต้องสามารถที่จะ
 เลี้ยงดูทารกได้ด้วยความมั่นใจ เช่น การ
 ให้นมแก่ทารก การอาบน้ำ เป็นต้น ในบาง
 ประเทศอย่างเช่นเกาหลีหรือจีนมีประเพณีห้าม
 ไม่ให้อาบน้ำหลังคลอดบุตรใหม่ๆด้วย อย่างไรก็ตาม
 ก็ตามการคลอดบุตรในประเทศญี่ปุ่นท่านก็ต้อง
 ทำตามที่แพทย์ญี่ปุ่นแนะนำตามความเหมาะสม
 ด้วย



Q 母乳で育てる？それとも粉ミルク？

A 日本では、母乳育児を推奨する病院がほとんどです。そのために、出産直後から母子同室とする施設も多いです。授乳のために夜中に何度も起こされるケースもあります。産後、ママがゆっくりとしたい場合は母子異室の施設もありますので、事前によく調べましょう。また、ママや赤ちゃんの状態によって、粉ミルクを使用する事もあります。粉ミルクの使用の方法については、入院中に指導してくれる施設もあります。退院後、不安が残らないように、わからないことがあったら入院中に遠慮せずに質問しましょう。

คำถาม เลี้ยงทารกด้วยนมมารดาหรือนมผง

คำตอบ การเลี้ยงดูทารกที่เกิดในประเทศญี่ปุ่นโดยทั่วไปแล้ว ทางโรงพยาบาลจะแนะนำให้เลี้ยงดูทารกด้วยนมมารดามากกว่า อย่างไรก็ตาม โดยจะจัดห้องพิเศษให้กับมารดาและทารกเพื่อให้มีอิสระระหว่างการให้นมโดยเฉพาะ เนื่องจากบางครั้งอาจจะต้องตื่นกลางดึกเพื่อให้นมแก่ทารกด้วย นอกจากนี้ผู้เป็นมารดาหลังคลอดใหม่ยังต้องการพักผ่อนเจียบ ดังนั้นทางโรงพยาบาลจึงได้เตรียมห้องพิเศษดังกล่าวแยกต่างหากไว้ ถ้าวางใจได้มีความประสงค์ที่จะใช้บริการดังกล่าวก็สามารถสอบถามได้จากโรงพยาบาลนั้นๆ บางกรณีถ้ามีเหตุจำเป็นที่จะต้องให้นมผงแก่ทารกทางโรงพยาบาลก็จะให้การแนะนำแก่ท่านก่อนที่จะออกจากโรงพยาบาลท่านสามารถสอบถามข้อสงสัย หรือความกังวลด้านต่างๆกับเจ้าหน้าที่ได้ทุกประการ



Q 妊娠中のサプリメント・食品の摂取については、大丈夫？

A 国によっては、習慣上、妊娠中にとると良いとされているもの、避けたほうが良いとされているものが異なります。妊娠中のママの状態によっては摂取しないほうが良いケースもありますので、摂る前に、医師などに相談してください。

คำถาม ระหว่างตั้งครรภ์สามารถรับประทาน อาหารเสริมหรืออาหารพิเศษต่างๆได้หรือไม่

คำตอบ ในแต่ละประเทศย่อมมีข้อแนะนำที่ดี หรือข้อห้ามตามประเพณีและวัฒนธรรมแตกต่างกันออกไปและต้องขึ้นอยู่กับสภาพร่างกายระหว่างตั้งครรภ์ของมารดาด้วย ดังนั้นความต้องการหรือการให้อาหารเสริมต่างๆขอรับคำปรึกษาจากแพทย์ก่อนจะดีที่สุด

Q 妊娠中の体重・塩分管理や健診は、なぜ行うの？

A 日本では、赤ちゃん&ママを守る為に、定期健診を行います。又、妊娠高血圧症候群を防ぐ目的で、健診ごとにママの体重・血圧測定、尿検査を行います。赤ちゃんの様子はエコーで確認します。ママの血圧・体重コントロールのために、塩分摂取の制限を指示されたり、食事指導を受けたりすることもあります。安全に赤ちゃんを出産する為に、血圧管理・体重コントロールは医師の指示のもとに行いましょう。

คำถาม ทำไมจึงต้องมีการควบคุมน้ำหนัก ปริมาณเกลือ การตรวจร่างกายในช่วงระหว่างตั้งครรภ์ด้วย

คำตอบ เพื่อเป็นการดูแลรักษาสุขภาพพลานามัยของมารดาและทารกในครรภ์จึงต้องมีการตรวจสุขภาพเป็นระยะๆ เช่น การชั่งน้ำหนัก การวัดความดันโลหิต เพื่อป้องกันโรคความดันโลหิตสูง การตรวจปัสสาวะ เป็นต้น และนอกจากนั้นยังมีการใช้ระบบอัลตราซาวด์เพื่อตรวจเช็คสุขภาพร่างกายของทารก เป็นต้น ซึ่งในบางรายอาจได้รับคำแนะนำจากแพทย์เพื่อการควบคุมน้ำหนัก ปริมาณเกลือ หรืออาหารการกินด้วยดังนั้นการตรวจสุขภาพระหว่างตั้งครรภ์จึงเป็นเรื่องที่มีความสำคัญและจำเป็นอย่างยิ่ง

Q 予防接種はどうなっているの？

A 入院中に赤ちゃんのBCG等の予防接種を実施する国もありますが、日本では、入院中に予防接種は行いません。退院後、様々な予防接種があります。接種スケジュールや内容などについては、市役所に問い合わせ、定められた期間内に接種してください。対象年齢時に接種しなければ自費になります。

คำถาม การฉีดวัคซีนเพื่อป้องกันโรคเป็นอย่างไร

คำตอบ ในบางประเทศจะมีการฉีดวัคซีน บี ซี จี ให้กับทารกระหว่างอยู่โรงพยาบาลแต่สำหรับประเทศญี่ปุ่นแล้ว จะดำเนินการต่อเมื่อออกจากโรงพยาบาลไปแล้วซึ่งต้องเป็นไปตามกำหนดการของสำนักงานอำเภอและถ้าหากไม่ไปรับการฉีดตามกำหนดต้องชำระค่าฉีดวัคซีนเอง

各国により、出産を取り巻く環境や、考え方、指導の違いがあります。とまどった時は、担当の先生やスタッフに聞いてみましょう。

ความเชื่อ การสั่งสอนที่ผิดๆทำให้เกิดความขัดแย้งความกังวลในสมองซึ่งส่งผลกระทบต่อทารกในครรภ์ด้วย ดังนั้นหากมีความกังวลหรือข้อสงสัยใดๆ กรุณาสอบถามแพทย์หรือเจ้าหน้าที่ได้โดยตรงความกังวลในสมองซึ่งส่งผลกระทบต่อทารกในครรภ์ด้วย ดังนั้นหากมีความกังวลหรือข้อสงสัยใดๆ กรุณาสอบถามแพทย์หรือเจ้าหน้าที่ได้โดยตรง

Q 出産前に赤ちゃんに先天的な異常があるかどうか調べる事はできるの？

A 羊水検査によって、染色体異常の有無を調べる事はできます。心配な方は医師に相談してください。

คำถาม ก่อนที่ทารกจะคลอดออกมาเราสามารถที่จะตรวจสอบได้หรือไม่ว่าทารกมีอาการปกติครบ 32 หรือไม่

คำตอบ ในกรณีดังกล่าวท่านสามารถขอรับคำปรึกษาจากแพทย์ได้ เช่น โดยการทดสอบโครโมโซมในถุงน้ำคร่ำว่ามีอาการผิดปกติหรือไม่ อย่างไร เป็นต้น และนอกจากนั้นความผิดปกติในครรภ์อาจเกิดจากสิ่งแวดล้อมระหว่างคลอด

3

妊娠のチェック方法について วิธีการตรวจเช็คเกี่ยวกับการตั้งครรภ์

市販薬：ร้านขายยาทั่วไป

ドラッグストア・薬局で、妊娠チェックの為のキットが、販売されています。生理がこなくておかしいな?と思ったら検査してみてください。陽性なら早めに受診をしてください。また、陰性でも生理がこなくて心配なときは受診をすすめます。陰性でも妊娠している事が、まれにあります。

ตามร้านขายยาจะมีอุปกรณ์น่านาชนิดที่ทําขึ้นเพื่อใช้ตรวจสอบการตั้งครรภ์ขั้นพื้นฐานเช่น ถ้าเกิดสงสัยว่ารอบเดือนมาไม่ตามกำหนดก็สามารถซื้ออุปกรณ์ดังกล่าวมาตรวจสอบดูได้ถ้าผลเป็นโพสิทีฟ (ผลทางบวก) ควรรีบไปปรึกษาแพทย์เพื่อการยืนยันที่แน่ชัดและตรวจเช็คในขั้นตอนต่อไป แต่อย่างไรก็ตามถึงแม้ว่าผลการตรวจจะเป็นทางบวกและรอบเดือนก็ไม่มาควรลองไปขอรับการตรวจเช็คให้แน่นอนอีกครั้งเพราะในบางรายผลการตรวจสอบเป็นทางบวกแต่ตั้งครรภ์ก็มี

確定診断：การตรวจและวินิจฉัยโรค

市販薬で陽性になっただけでは、正常妊娠の確定診断にはなりません。子宮外妊娠の可能性もあるので、早めに受診をしましょう。

ถึงแม้ว่าท่านจะใช้อุปกรณ์ตรวจสอบการตั้งครรภ์แล้วปรากฏผลเป็นทางบวกแต่ก็ไม่อาจที่จะกำหนดหรือวินิจฉัยได้แน่นอนว่าเป็นการตั้งครรภ์ตามปกติเพราะบางครั้งอาจเป็นการตั้งครรภ์นอกมดลูกก็มี ดังนั้นจึงขอแนะนำให้รีบไปเข้ารับการตรวจเช็คอีกครั้งหนึ่ง

持ち物 ings ที่ต้องเตรียม

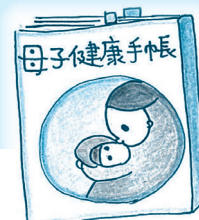
- 健康保険証 บัตรประกันสุขภาพ
正常な妊娠・出産には保険は適用されませんが、トラブルや手術には適用されます。
ตามปกติแล้วจะไม่นำมาใช้ใน เรื่องของการตั้งครรภ์หรือการคลอดบุตรแต่จะใช้ในกรณีที่มีปัญหาหรือการผ่าตัด เป็นต้น
- 基礎体温表 (つけている人)
ข้อมูลเกี่ยวกับการวัดอุณหภูมิของร่างกาย(ผู้ที่ได้จดบันทึกไว้)
- メモ帳・スケジュール帳、筆記用具
สมุดบันทึก สมุดจด อุปกรณ์การเขียน
- 現金 เงินสด

4

妊娠したら ถ้าตั้งครรภ์

A: 妊婦健診 การตรวจสุขภาพระหว่างตั้งครรภ์

通常の健診は自費扱いとなり、病気がある場合を除いて保険の適用になりませんが、各市町村から14回程度、健診費用の補助がでる用紙が母子健康手帳とともに交付されます。母子健康手帳交付後に転居した場合は、再度、市町村に問合せましょう。



เป็นที่ยอมรับกันทั่วไปว่าค่าใช้จ่ายเกี่ยวกับการตรวจสุขภาพเจ้าตัวเองเป็นผู้รับผิดชอบเองยกเว้นในกรณีที่ป่วย ทั้งนี้หน่วยงานของรัฐฯก็ได้ให้การช่วยเหลือเรื่องการตรวจโดยทั่วไปจำนวน 14 ครั้งซึ่งผู้มาเข้ารับการตรวจจะต้องนำสมุดคู่มือสุขภาพแม่-เด็กมาด้วยทุกครั้งที่มาตรวจและถ้าคู่มือดังกล่าวมีการเปลี่ยนแปลงท่านจะต้องแจ้งไปยังหน่วยงานของรัฐฯที่อยู่ใกล้บ้าน

「感染症検査」 1 ~ 2 回

梅毒、B型肝炎、C型肝炎、HIV感染の有無を調べる検査で、必ず行う必要があります。費用は自己負担です。(約 10,000 円)

การตรวจสอบเกี่ยวกับโรคติดต่อ 1 - 2 ครั้ง

โรคที่ต้องเข้ารับการตรวจสอบได้แก่ กามโรค(พีพีพี) ตับอักเสบนชนิด บี หรือ ซี โรคติดต่อ HIV เป็นต้น ทั้งนี้ท่านจะต้องรับผิดชอบค่าใช้จ่ายในการตรวจคือประมาณ 10000 เยน

B: 出産にかかる費用 ค่าใช้จ่ายในการคลอดบุตร

各産院によって、診察料、健診や分娩の費用は異なります。一般的に出産費用(入院費含む) 40 - 50 万円はかかるので、少しずつ貯金して貯めておきましょう。

ในแต่ละโรงพยาบาลกำหนดค่าใช้จ่ายเกี่ยวกับการตรวจรักษา การตรวจสุขภาพหรือการคลอดแบบธรรมชาติไว้ต่างกันออกไป ดังนั้นจึงต้องเป็นภาระที่ท่านจะต้องเก็บรวบรวมเงินไว้เพื่อการนี้โดยเฉพาะและโดยทั่วไปแล้วค่าใช้จ่ายเกี่ยวกับการคลอดบุตร(รวมค่าพักพื้นที่โรงพยาบาลด้วย)ประมาณ 4 แสน - 5 แสน เยน

C: 母子健康手帳 ほしけんこうてちょう คู่มือสุขภาพแม่และเด็ก

妊娠と診断されたら、市町村役場や保健センターなどで母子健康手帳を受け取ってください。

母子健康手帳にはさまざまな情報が記載されています。健診の時に持参するほか、子どもの予防接種の記録やかかった病気など、出産後も大切な健康記録になります。各市町村によって、交付の日や対応時間帯が異なりますので、事前に問合せを確認したほうがいいでしょう。市町村により多言語で用意されている場合もあります。併せて確認しましょう。

* 持ち物... 印鑑

母子健康手帳と同時に交付される、「妊婦一般健康診査受診票」(健診への補助がでる用紙)を受け取るときに印鑑が必要です。忘れずに持って行きましょう。

เมื่อท่านมั่นใจแล้วว่าตั้งครรภ์แน่นอนแล้วต้องไปติดต่อขอยื่นเอกสารเพื่อขอรับคู่มือสุขภาพแม่และเด็กจากหน่วยงานของอำเภอหรือศูนย์อนามัยที่อยู่ใกล้บ้านท่าน คู่มือนี้เป็นเอกสารสำคัญที่จะให้ความรู้และข่าวสารต่างๆที่ควรทราบ เช่น สิ่งที่ต้องนำไปขณะเข้ารับการตรวจสุขภาพ บันทึกเกี่ยวกับการฉีดวัคซีนป้องกันโรคต่างๆ บันทึกการเจ็บป่วย อีกทั้งยังเป็นคู่มือบันทึกสุขภาพหลังการคลอดบุตรด้วย ทั้งนี้ในแต่ละพื้นที่จะกำหนดวัน-เวลาในการมอบเอกสารดังกล่าวแตกต่างกันออกไปจึงจำเป็นต้องตรวจสอบดูให้แน่นอนก่อนเดินทางไปติดต่อกับเจ้าหน้าที่และนอกจากนั้นบางแห่งก็ยังมีบริการคู่มือแม่และเด็กในภาษาต่างๆด้วย

สิ่งที่ต้องนำไปด้วย ... อิงกั๋ง

การไปขอรับเอกสารคู่มือสุขภาพแม่และเด็กท่านต้องนำไปกำกับที่ออกให้กับหญิงมีครรภ์หรือใบที่ออกให้เพื่อการได้รับความอนุเคราะห์ช่วยเหลือทางการเงินเกี่ยวกับการตรวจสุขภาพและที่สำคัญอีกอย่างหนึ่งก็คือต้องไม่ลืมนำ”อิงกั๋ง”ไปด้วย

5

さんいんえら 産院選び

การเลือกโรงพยาบาลผดุงครรภ์ หรือ คลินิกผดุงครรภ์

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、赤ちゃんと一緒に部屋一母子同室で過ごしたい、母乳で育てたい、出産時に夫に付き添って欲しい、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、合併症等がある場合、大きい病院へ移るように言わ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。

การคาดการณ์หรือความประสงค์เกี่ยวกับการตั้งครรภ์หรือวิธีการคลอด(ต้องการทำคลอดกับแพทย์หญิง ต้องการอยู่ร่วมห้องเดียวกับทารก ต้องการเลี้ยงทารกด้วยนมแม่ ต้องการให้สามีอยู่ด้วยในขณะที่คลอดต่างๆ เหล่านี้เป็นต้น)แตกต่างกันไปขึ้นอยู่กับโรงพยาบาลหรือคลินิกซึ่งทำให้ค่าใช้จ่ายต่างกันออกไปดังนั้นจึงเป็นหน้าที่ของท่านที่จะต้องตรวจสอบและเปรียบเทียบความเหมาะสมและที่สำคัญที่ควรจะต้องพิจารณาก็คือควรเลือกโรง-

6

きんきゅうじゆしん ひつようせい 緊急受診の必要性

สถานการณ์ฉุกเฉินที่จำเป็นต้องเข้ารับการตรวจสุขภาพ

順調に赤ちゃんが育っていれば、何の問題もありませんが、出産予定日前にお腹に強い痛みがあったり、不正出血している場合は、早めに病院を受診してください。陣痛がくる前に破水してしまった場合も、すぐに病院へ連絡し、受診してください。

การคลอดบุตรและการเลี้ยงดูเด็กทารกโดยทั่วไปแล้วไม่มีอะไรน่าเป็นห่วงเพราะเป็นไปตามธรรมชาติ แต่ถ้าก่อนกำหนดวันคลอดเกิดมีอาการเจ็บท้องขึ้นมาหรือมีเลือดออกผิดปกติต้องรีบไปโรงพยาบาลเพื่อขอรับการตรวจทันที หรือเกิดมีอาการน้ำคร่ำเดินและเจ็บท้องเหมือนการคลอดใกล้เข้ามาทุกขณะต้องรีบแจ้งและเข้ารับการตรวจรักษาทันที

7

にんしん しゅつさん さぽーと せいで 妊娠・出産をサポートする制度

ระบบการให้ความช่วยเหลือเกี่ยวกับการตั้งครรภ์และการคลอดบุตร

健診や検査など、医療費の負担は大きく、分娩・入院にかかる費用も気になるところです(40~50万円が一般的)。しかし、自治体や健康保険などからもらえるお金もいろいろあります。もらい忘れのないよう、しっかりチェックしましょう。手続きにより前払いしてもらえる制度もあるので確認してください。

เช่นการตรวจสุขภาพ การตรวจเช็คร่างกาย หรือ การคลอดบุตรจำเป็นต้องเสียค่าใช้จ่ายให้กับโรงพยาบาลถึงประมาณ 40-50 หมื่นเยน อย่างไรก็ตามในบางพื้นที่ขององค์การบริหารส่วนภูมิภาค หรืองานประกันสุขภาพจะมีสวัสดิการให้ความช่วยเหลือด้านการเงินแตกต่างกันออกไปดังนั้นจึงจำเป็นต้องตรวจสอบดูถึงระบบการให้ความช่วยเหลือดังกล่าวว่ามีขั้นตอนการดำเนินงานอย่างไรเพราะบางแห่งอาจจะต้องจ่ายล่วงหน้าไปก่อนแล้วจึงค่อยดำเนินการยื่นคำร้องภายหลัง เหล่านี้เป็นต้น



しゅっさんいくちいぢきん
出産育児一時金

①~⑤ ข้อ 1 ถึง ข้อ 5 เกี่ยวกับเงินช่วยเหลือที่จ่ายให้เพื่อการดูแลทารกหลังคลอด

① 専業主婦ママ

ข้อ 1 ท่านเป็นแม่บ้านที่เลี้ยงดูทารกอย่างเดียว

Yes!

パパの会社の健康保険へ申請します。国民健康保険の場合は、出産後、出生届けとともに市町村窓口で申請しましょう。お父さんの会社の健康保険へ申請します。国民健康保険の場合は市町村窓口へ、パパの扶養になる人はパパの会社の健康保険へ申請します。お父さんの会社の健康保険へ申請します。国民健康保険に加入する人は市町村窓口へ、パパの扶養になる人はパパの会社の健康保険へ申請します。お父さんの会社の健康保険へ申請します。国民健康保険に加入する人は市町村窓口へ、パパの扶養になる人はパパの会社の健康保険へ申請します。

②③④ 出産退職ママ Yes!

ข้อ 2 3 4 ท่านเป็นแม่บ้านที่ออกจากงานมาเพื่อคลอดบุตร

② 退職～出産の期間が6カ月以上

ข้อ 2 ขอลออกจากงานเพื่อคลอดบุตรระยะเวลาตั้งแต่ 6 เดือนขึ้นไป

国民健康保険に加入する人は市町村窓口へ、パパの扶養になる人はパパの会社の健康保険へ申請します。

お父さんの会社の健康保険へ申請します。国民健康保険に加入する人は市町村窓口へ、パパの扶養になる人はパパの会社の健康保険へ申請します。お父さんの会社の健康保険へ申請します。国民健康保険に加入する人は市町村窓口へ、パパの扶養になる人はパパの会社の健康保険へ申請します。

③ 退職～出産の期間が6カ月以内

ข้อ 3 ขอลออกจากงานเพื่อคลอดบุตรระยะเวลา 6 เดือน

ママの会社の健康保険へ申請できます。退職の際、会社から用紙をもらうか、健康保険組合から郵送してもらい、直接申請します。

ママの会社の健康保険へ申請できます。退職の際、会社から用紙をもらうか、健康保険組合から郵送してもらい、直接申請します。お父さんの会社の健康保険へ申請します。国民健康保険に加入する人は市町村窓口へ、パパの扶養になる人はパパの会社の健康保険へ申請します。

④ 任意継続

ข้อ 4 มีอิสระที่จะดำเนินการต่อสัญญา

退職しても勤務先の健康保険を任意継続したママは、退職の際、会社から用紙をもらうか、健康保険組合から郵送してもらい、直接申請します。

หลังจากที่ลาออกจากงานเพื่อคลอดบุตรแล้วประสงค์ที่จะต่อสัญญากับงานประกันสุขภาพที่ตนสังกัดต่อไปก็สามารถทำได้อย่างอิสระ โดยขณะที่ทำเรื่องลาออกจากบริษัทอาจจะมอบเอกสารให้ท่านโดยตรงหรือสหภาพประกันสุขภาพส่งไปให้ท่านเพื่อดำเนินการยื่นคำร้องต่อไป

⑤ 仕事復帰ママ Yes!

ข้อ 5 ท่านเป็นแม่บ้านที่ประสงค์จะกลับเข้าทำงานหลังคลอดบุตร

産休に入るとき、担当部署から用紙をもらい、会社を通して健康保険へ申請します。

ในช่วงเวลาที่ลาคลอดบุตร ท่านจะได้รับเอกสารจากเจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้องเพื่อให้ท่านยื่นเอกสารผ่านบริษัทต้นสังกัด

健保からもらえるお金で、金額は子ども一人につき 42 万円、双子の場合は二人分。ただし、産院により 40 万円以下になることもあるので確認しましょう。もし、死産や流産の場合でも、妊娠 4 カ月（12 週）以上であれば支給されます。健康保険組合から医療機関へ支給される方法と、出産後に申請先に請求する方法があります。事前に受給を希望する場合は、出産予定の産院に確認してください。

งานประกันสุขภาพและรับเงินช่วยเหลือประมาณ 42 หมื่นเยนต่อบุตร 1 คนและถ้าเป็นลูกแฝดก็จะได้ 2 เท่าแต่ว่าโรงพยาบาลอาจจะเสียค่าใช้จ่ายในการทำคลอดต่ำกว่า 40 หมื่นเยนก็มี หรือ ในบางกรณีที่ตั้งครรภ์ได้ตั้งแต่ 4 เดือน(12สัปดาห์)แล้วเด็กเกิดเสียชีวิตหรือแท้งก็ยังคงได้รับเงินค่าตอบแทนเช่นกันซึ่งทางสหภาพงานประกันสุขภาพจะเป็นตัวกลางในการจ่ายเงินให้กับโรงพยาบาลต่อไปหรืออาจจะมีการทำใบแจ้งเรียกเก็บเงินหลังคลอดก็มีทั้งนี้ขึ้นอยู่กับสถานศรัทธาว่าจะมีข้อกำหนดไว้ว่าต้องทำอย่างไร

いりょうひごじよ 医療費控除 (確定申告)

①~⑤ ข้อ 1 ถึง ข้อ 5 การหักลดค่ารักษาพยาบาลให้แก่บุคคลต่าง ๆ ไปนี้(ประกาศเป็นทางการแล้ว)

① 専業主婦ママ

ข้อ 1 ท่านเป็นแม่บ้านอย่างเดียว

Yes!

家族全員の医療費が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年間の医療費が所得の5%を超えた人は、確定申告をすると税金が戻ってきます。妊娠・出産にかかった医療費以外もOK。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。

ในครอบครัวของท่านมีค่ารักษาพยาบาลของทั้งครอบครัวต่อ 1 ปี(วันที่ 1 มกราคม-31 ธันวาคม)เกิน 10 หมื่นเยนหรือมีรายได้สุทธิไม่เกิน 200 หมื่นเยนแต่ต้องจ่ายค่ารักษาพยาบาลต่อปีเกิน 5% ของรายได้ที่มีอยู่ท่านจะได้รับเงินส่วนที่จ่ายเงินคืนมา สำหรับค่ารักษาพยาบาลของหญิงมีครรภ์และมารดาที่คลอดบุตรก็จะได้รับเงินคืนในส่วนที่จ่ายเกินไปแต่มีข้อแม้ว่าเงินที่ได้รับการช่วยเหลือในช่วงเลี้ยงทารกหลังคลอดเงินประกันชีวิตจะถูกตัดออกบางส่วน นอกจากนี้ยังกำหนดให้หลังจากมีการหักลดค่ารักษาพยาบาลออกอีก 10 หมื่นเยนแล้วอาจมีเงินช่วยเหลือคงเหลือกลับคืนมาอีกด้วยทั้งนี้เป็นหน้าที่ของท่านที่จะต้องเก็บรวบรวมใบเสร็จค่ารักษาพยาบาลทั้งปีไว้เพื่อไปยื่นต่องานจัดเก็บภาษีอากรของเมืองเพื่อทำการประเมินภาษีต่อไปซึ่งจะเริ่มตั้งแต่เดือนกุมภาพันธ์-มีนาคมของทุกปี

②③④ 出産退職ママ Yes!

ข้อ 2 3 4 ท่านเป็นแม่บ้านที่ออกจากงานมาเพื่อคลอดบุตร

⑤ 仕事復帰ママ Yes!

ข้อ 5 ท่านเป็นแม่บ้านที่ประสงค์จะกลับเข้าทำงานหลังคลอดบุตร

こどうてあてきん 児童手当金

①~⑤ เงินช่วยเหลือสำหรับเด็ก(ระดับชั้นประถม)ที่แม่บ้านจะได้รับได้แก่

① 専業主婦ママ

ข้อ 1 ท่านเป็นแม่บ้านอย่างเดียว

Yes!

②③④ 出産退職ママ Yes!

ข้อ 2 3 4 ท่านเป็นแม่บ้านที่ออกจากงานมาเพื่อคลอดบุตร

⑤ 仕事復帰ママ Yes!

ข้อ 5 ท่านเป็นแม่บ้านที่ประสงค์จะกลับเข้าทำงานหลังคลอดบุตร

小学校6年生の年度末(3月)まで支給されます。0~3歳未満の子には月額1万円、3歳以上の子の場合、2人目までは月額5,000円、3人目以降は月額1万円ずつもらえます。ただし、全員もらえるわけではなく、扶養家族数と加入している年金によって所得限度額が違いますので確認し、健康保険証、印鑑、申請者の預金通帳、外国人登録証明書を持って、赤ちゃんが生まれたらなるべく早く市町村窓口へ行きましょう。

เพื่อช่วยเหลือด้านการศึกษารของเด็กนักเรียนจนกระทั่งถึงชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 (จ่ายให้ถึงเดือนมีนาคม)คือเริ่มตั้งแต่อายุ 0 ถึง 3 ขวบจะได้รับเดือนละ 1 หมื่นเยน และถ้ามีบุตรคนที่ 2 ด้วยเมื่อบุตรคนโตอายุได้ 3 ขวบขึ้นไปจะได้รับเดือนละ 5 พันเยน ถ้ามีบุตร 3 คนขึ้นไปจะได้รับคนละ 1 หมื่นเยนต่อเดือนแต่มีข้อแม้ว่ากรจ่ายเงินช่วยเหลือไม่ได้ให้กับทุกครอบครัวเพราะต้องขึ้นอยู่กับเรื่องของการรับภาระดูแลสมาชิกในครอบครัว เงินบำนาญและรายได้สุทธิของครอบครัวซึ่งจะระบุไว้อย่างชัดเจน สำหรับการยื่นเอกสารเพื่อขอรับสวัสดิการดังกล่าวท่านต้องนำบัตรประกันสุขภาพ อิงกั้ง สมุดเงินฝาก บัตรประจำตัวคนต่างด้าวไปด้วยทั้งนี้หลังจากคลอดบุตรเป็นที่เรียบร้อยแล้ว

乳幼児医療費助成 ①～⑤

ขอ 1 ถึง ขอ 5 เงินช่วยเหลือค่ารักษาพยาบาลสำหรับเด็กอ่อนและเด็กวัยก่อนเข้าโรงเรียนได้แก่บุคคลต่อไปนี้

① **専業主婦ママ Yes!**
ขอ 1 ท่านเป็นแม่บ้าน
อย่างเดียว

②③④ **出産退職ママ Yes!**
ขอ 2 3 4 ท่านเป็นแม่บ้านที่ลาออกจากงานเพื่อคลอดบุตร

⑤ **仕事復帰ママ Yes**
ขอ 5 ท่านเป็นแม่บ้านที่
ประสงค์จะกลับเข้าทำงานหลัง
คลอดบุตร

赤ちゃんが病気にかかったとき、「乳幼児（こども）医療費助成金受給資格者証」を病院の窓口で見せると、保険診療の自己負担分（窓口負担分）が無料または一部負担になる制度。後日、医療費が還付されるシステムの自治体もあります。また、自治体によって、「乳幼児（こども）医療費助成金受給資格者証」が交付される年齢と所得制限の条件も違います。出生届とともに赤ちゃんの健康保険の加入手続きをし、乳幼児の医療費助成の申請をしてください。

ในกรณีที่เด็กทารกเกิดป่วยขึ้นมาต้องนำ”ใบแสดงที่ระบุการได้รับความช่วยเหลือเกี่ยวกับการรักษาพยาบาล”ไปแสดงต่อเจ้าหน้าที่ของโรงพยาบาลด้วยเพื่อที่ท่านจะได้ไม่ต้องรับภาระค่าใช้จ่ายในส่วนที่ต้องจ่ายหรือต้องจ่ายเองเพียงบางส่วน นอกจากนี้ในบางพื้นที่องค์กรบริหารส่วนจังหวัดบางแห่งอาจมีระบบการส่งค่ารักษาพยาบาลคืนให้ภายหลังก็มีซึ่งจะแตกต่างกันออกไปหรืออาจจะมีการกำหนดคุณสมบัติพิเศษที่นอกเหนือ เช่น อายุ รายได้สุทธิ เป็นต้น อย่างไรก็ตามหลังจากคลอดบุตรเรียบร้อยแล้วต้องรีบนำเอกสารไปดำเนินการเพื่อขอรับเงินสวัสดิการค่ารักษาพยาบาลสำหรับเด็กดังกล่าวทันที

出産手当金 ⑤

ขอ 5 เงินช่วยเหลือหลังคลอดบุตร ได้แก่บุคคลบางประเภทต่อไปนี้

① **専業主婦ママ No...**
ขอ 1 ไม่จ่ายให้กับผู้ที่
เป็นแม่บ้านอย่างเดียว

②③④ **出産退職ママ No...**
ขอ 2 3 4 ไม่จ่ายให้กับแม่บ้านที่ลาออกจากงานเพื่อคลอดบุตร

⑤ **仕事復帰ママ Yes**
ขอ 5 ท่านเป็นแม่บ้านที่
ประสงค์จะกลับเข้าทำงานหลัง
คลอดบุตร

働くママの産休（産前42日、産後56日）期間のお給料を補償してくれるのがこのお金。標準報酬日額の3分の2がもらえます。もし、予定日より早く生まれたり、その日数分減ってしまいますが、反対に、予定日より遅れると、42日分より増えることに。請求用紙には、出産した病院の証明が必要なので、入院時に持って行くのを忘れずに。産休に入るとき、会社から用紙がもらえるので、会社を通して健康保険へ申請します。

แม่บ้านที่ประสงค์จะกลับเข้าทำงานเหมือนเดิมหลังคลอดบุตรแล้ว(หลังคลอดบุตรได้ 42 วัน ถึง 56 วัน)จะได้รับเงินช่วยเหลือในช่วงระหว่างเวลาดังกล่าวโดยจะได้รับในอัตราที่กำหนดไว้ 2 ใน 3 ของวันหยุดหลังคลอดแต่ถ้าหากกำหนดคลอดเร็วขึ้นกว่าเดิมก็ต้องลดลงตามส่วนของวันและในทำนองเดียวกันถ้ากำหนดวันคลอดยาวกว่า 42 วันอัตราส่วนการได้รับเงินก็เพิ่มขึ้นด้วย

育児休業給付金 ⑤

ขอ 5 การให้เงินช่วยเหลือเพื่อเลี้ยงดูบุตรในระหว่างลาหยุดงานได้แก่บุคคลบางประเภทต่อไปนี้

① **専業主婦ママ No...**
ขอ 1 ไม่จ่ายให้กับผู้ที่
เป็นแม่บ้านอย่างเดียว

②③④ **出産退職ママ No...**
ขอ 2 3 4 ไม่จ่ายให้กับแม่บ้านที่ลาออกจากงานเพื่อคลอดบุตร

⑤ **仕事復帰ママ Yes**
ขอ 5 ท่านเป็นแม่บ้านที่
ประสงค์จะกลับเข้าทำงานหลัง
คลอดบุตร

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ヵ月）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お金で、お給料の5割が育児休業中に支給されます。（平成22年3月31日以前に育児休業を開始した人については、育児休業中に3割、職場復帰6ヵ月後に2割と、2回に分けて給付されます。）ただし、このお金は雇用保険から支払われるので、雇用保険を支払っていて、育休前の2年間に1ヵ月に11日以上働いていた月が12ヵ月以上あることが条件となり、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します。

เงินสวัสดิการดังกล่าวนี้จะจ่ายให้ต่อเมื่อบุตรอายุได้ 1 ขวบ(ไม่เกิน 1 ขวบ 6 เดือน)ซึ่งจะเป็นจำนวนเงิน 5 เท่าของเงินเดือนที่ได้รับ (ตั้งแต่วันที่ 31 มีนาคม 2010โดยนับตั้งแต่วันที่เริ่มหยุดงานโดยจะแบ่งจ่ายเป็น 2 งวดคือระหว่างหยุดงานเพื่อดูแลบุตรอีก 3 เท่าหลังจากกลับเข้าทำงานเหมือนเดิมแล้ว 6 เดือนผ่านไปจะจ่ายให้อีก 2 เท่า) ทั้งนี้ระบบวิธีการจ่ายเงินดังกล่าวขึ้นอยู่กับงานประกันที่ตนสังกัด เช่นบางแห่งอาจจะจ่ายให้ต่อเมื่อผู้นั้นทำงานมากกว่า 11วันต่อเดือนเป็นระยะเวลามากกว่า 12 เดือนหรือทำงานมาแล้ว 2 ปีก่อนลาหยุดเพื่อเลี้ยงดูบุตร เป็นต้น แต่สำหรับผู้ที่บริหารงานบริษัทด้วยตนเองจะไม่มีสิทธิรับเงินดังกล่าว ผู้ที่หยุดงานเพื่อคลอดบุตรแต่ไม่ได้เลี้ยงดูบุตรด้วยตนเองก็ไม่สามารถรับเงินช่วยเหลือดังกล่าว ดังนั้นการดำเนินการเอกสารเพื่อขอรับเงินสวัสดิการดังกล่าวจำเป็นต้องยื่นผ่านบริษัทตนสังกัด

失業給付金の受給期間の延長 ②③④

ข้อ 2 3 4 การขยายเวลาการให้เงินช่วยเหลือแก่ผู้ที่ไม่ได้ทำงานได้แก่บุคคลบางประเภทต่อไปนี้

① 専業主婦ママ No...

ข้อ 1 ไม่จ่ายให้กับผู้ที่
เป็นแม่บ้านอย่างเดียว

②③④ 出産退職ママ Yes!

ข้อ 2 3 4 ท่านเป็นแม่บ้านที่ลาออกจากงานเพื่อคลอดบุตร

⑤ 仕事復帰ママ No...

ข้อ 5 ไม่จ่ายให้กับแม่บ้านที่
ประสงค์จะกลับเข้าทำงาน
หลังคลอดบุตร

就職する意思があって、求職中の人が、再就職が決まるまで安心して生活できるよう支払われるお金ですが、妊娠中に失業給付を受けようと思っても、働くことができないとみなされるためもらえません。通常1年間の受給期間を、最長4年まで延長する手続きをしておきます。金額は、退職した日の直前6ヵ月間の月給(諸手当を含めた総支給額)の平均額÷30(賃金日額)の5~8割です。この額が何日分もらえるかは、年齢と勤続年数(雇用保険の加入期間)、退職理由によって違ってきます。申請期間は、退職日の約1ヵ月後から1ヵ月間(退職日の翌日から30日目の、さらに翌日から1ヵ月間)。退職の際、会社から「雇用保険被保険者離職票(離職票)」を受け取り、母子健康手帳と印鑑を持って、住んでいる地域のハローワークへ行きましょう。

ในช่วงที่แม่บ้านกำลังคิดที่จะทำงาน หางานทำ หรือคิดที่จะเปลี่ยนงานใหม่นั้นจะมีการจ่ายเงินช่วยเหลือจนกว่าจะหางานได้ ยกเว้นหญิงที่กำลังตั้งครรภ์และต้องการขอรับเงินช่วยเหลือระหว่างที่ยังหางานทำไม่ได้ อีกทั้งยังอยู่ในสภาพที่ไม่สามารถทำงานได้นั้นจะไม่ได้รับเงินช่วยเหลือดังกล่าว โดยทั่วไประยะเวลาในการให้เงินช่วยเหลือจะมีเวลา 1 ปีและขยายเวลาได้ถึง 4 ปีซึ่งอัตราของเงินช่วยเหลือดังกล่าวจะคิดจากจำนวน 6 เดือนหลังจากลาออกจากงาน(เงินเดือนทั้งหมดหารด้วย 30 หรือประมาณ 5-8 เท่า)การคิดคำนวณดังกล่าวยังต้องขึ้นอยู่กับ อายุ ระยะเวลาการทำงานติดต่อกันก็ปี(ระยะเวลาการเข้าเป็นสมาชิกของงานประกันการจ้างงาน) เหตุผลที่ลาออกจากงานซึ่งจะแตกต่างกันออกไป การยื่นเอกสารเพื่อขอรับสวัสดิการดังกล่าวจะต้องยื่นภายใน 1 เดือนหลังจากออกจากงาน(นับจากวันรุ่งขึ้นต่อไปอีก 30 วัน)บางที่อาจจะนับจากวันรุ่งขึ้นต่อไปอีก 1 เดือนก็มี ดังนั้นขณะที่ลาออกจากงานโปรดนำเอกสารที่ท่านได้รับจากต้นสังกัดที่ทำงานเพื่อแสดงว่าท่านได้ออกจากงานแล้ว(ริชกุเฮียว) สมุดคู่มือสุขภาพแม่-เด็ก อิงกังไปยื่นต่อสถานที่จัดหางาน(ฮาโรเวอค)ที่ใกล้บ้านท่าน

児童扶養手当金

เงินเบี้ยเลี้ยงเพื่อการดูแลเด็กระดับโรงเรียนประถม

シングルママ สำหรับมารดาที่ต้องรับภาระเลี้ยงดูบุตรแต่ผู้เดียว Yes!

シングルママとは、夫が死亡、未婚のママ、または正式に離婚が成立している場合で、離婚証明書または独身証明書の日本語訳の提出が必要です。離婚してもパートナーと住所や住まいが同じ場合は支給されません。มารดาผู้ให้การดูแลบุตรแต่ผู้เดียวหมายถึง ผู้ที่สามีเสียชีวิตไปแล้ว ผู้ที่ไม่ได้แต่งงาน หรือการหย่าร้างอย่างเป็นทางการ(เวลายื่นเอกสารต้องแปลเป็นภาษาญี่ปุ่นด้วย)ยกเว้นหลังจากการหย่าร้างแล้วอาศัยอยู่ร่วมกับผู้อื่น(พาดเนอร์)ในบ้านเดียวกันจะไม่ได้รับเงินช่วยเหลือดังกล่าว

子どもが18歳以後の最初の3月31日まで支給されます。月額9,850円~4万1,720円(全部支給)まで、申請する人の所得額に応じて、こまかく支給額が決められています。2人目には5,000円追加(全部支給の場合、2人分で4万6,720円)、3人目以上になるとさらに3,000円追加になります。母子家庭の場合はさまざまな援助が受けられるので、確認してください。

ในกรณีนี้เด็กต้องอายุไม่เกิน 18 ปีคือตั้งแต่วันเกิดจนถึงไม่เกินวันที่ 31 มีนาคมจะได้รับเบี้ยเลี้ยงเดือนละ 9850 เยน หรือ 41720 เยน ถึง 41720 เยน ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับจำนวนรายได้ของแต่ละคนที่ยื่นคำร้อง ถ้ามี บุตรคนที่ 2 ด้วยจะได้รับเพิ่มอีก 5000 เยน(เช่น มีบุตร 2 คน จะได้รับเบี้ยเลี้ยงทั้งสิ้น 46720 เยน)และถ้ามี 3 คนจะได้เพิ่มอีก 3000 เยน อย่างไรก็ตามขึ้นอยู่กับลักษณะความเป็นอยู่และฐานะของครอบครัวด้วยทั้งนี้เจ้าหน้าที่จะพิจารณาอย่างละเอียดเป็นรายๆไป

8

赤ちゃんが生まれたら
หลังจากที่คลอดบุตรแล้ว

A: 各種届出 เอกสารสำคัญต่างๆที่ต้องยื่น คือ:

① 出生届出:

生まれてから14日以内に届けなければなりません。用紙は、産院でもらえます。忘れずに届けましょう。市町村と出身国領事館にも届け出が必要です。

② 児童手当等:

出生届けを出すと、児童福祉手当や、子育て支援、予防接種などの担当課に行くと言われると思います。大切な手続きなので、必ず役所の指示に従って寄ってください。



1 ใบคลอด :

ต้องยื่นเอกสารภายใน 14 วันหลังคลอด ซึ่งเอกสารฉบับนี้ท่านจะได้รับจากโรงพยาบาลแล้วนำไปยื่นต่อสำนักงานอำเภอหรือหน่วยงานราชการที่อยู่ใกล้บ้านท่านและสถานกงสุลของประเทศของท่าน

2 เบี้ยเลี้ยงสำหรับเด็ก(ระดับโรงเรียนประถม)ต่างๆ เป็นต้น

หลังจากที่แจ้งคลอดแล้ว ยังมีเอกสารที่ต้องแจ้งอีกเช่น เบี้ยเลี้ยงเพื่อสวัสดิการของเด็ก ค่าเลี้ยงดูเด็ก การฉีดวัคซีนป้องกัน เป็นต้น ดังนั้นเพื่อประโยชน์ของท่านเองกรุณาไปติดต่อขอยื่นเอกสารต่อหน่วยงานราชการใกล้บ้านท่านและปฏิบัติตามอย่างเคร่งครัด

B: 入院中にする検査、指導 การตรวจเช็คระหว่างอยู่โรงพยาบาลและการปฏิบัติตามคำแนะนำ

出産直後母子ともに入院します。その際、赤ちゃんは先天性の異常がないかどうか、あるいは聴力が正常に機能しているかどうか等の検査が希望で受けられます。1万円前後の費用がかかりますが、早期に異常を発見するのに必要な検査です。赤ちゃんの健やかな成長の為に、ぜひ受けてください。

ママには、赤ちゃんのお風呂の入れ方や、ケアの仕方を入院中に指導があります。指導内容は産院によって少し差がありますが、不安な点や分からない事は遠慮せず、どんどん質問してください。

在ระหว่างที่พักฟื้นอยู่ในโรงพยาบาล ถ้าต้องการตรวจเช็คสุขภาพร่างกายของทารกว่ามีอะไรผิดปกติหรือไม่ อย่านางานสามารถติดต่อกับเจ้าหน้าที่เพื่อทำการตรวจเช็คสุขภาพได้ โดยท่านจะต้องชำระค่าใช้จ่ายประมาณ 10000 เยน เนื่องจากการตรวจร่างกายเป็นผลดีหากตรวจพบสิ่งผิดปกติแต่เนิ่นๆก็จะเป็นผลดีต่อการรักษาต่อไป ดังนั้นจึงใคร่ขอเสนอแนะให้ท่านขอรับการตรวจสุขภาพของเด็กดังกล่าวด้วย ทั้งนี้ ขณะที่อยู่โรงพยาบาลผู้เป็นมารดาจะได้รับการสอนและคำแนะนำในเรื่องของการดูแลเด็ก การอาบน้ำให้ทารก เป็นต้นซึ่งแต่ละโรงพยาบาลจะแตกต่างกันออกไปดังนั้นหากท่านมีข้อสงสัยหรือไม่เข้าใจประการใดๆก็ตามกรุณาสอบถามเพื่อความมั่นใจในการเลี้ยงดูเด็กในอนาคตต่อไป

「先天性代謝異常等検査」

山梨県では、赤ちゃんの病気の早期発見のための検査を行っています。生後5～7日目頃 検査費用は山梨県が負担しますが、採血にかかる費用は自己負担です。(採血 2,800円)

การตรวจเช็คร่างกายของทารกเพื่อค้นหาความผิดปกติที่มีมาแต่กำเนิด

จังหวัดยามะนะชิจะ เริ่มทำการตรวจเช็คร่างกายของเด็กเพื่อค้นหาความผิดปกติเมื่อทารกเกิดไประหว่าง 5 - 7 วัน การตรวจเช็คร่างกายของทารกไม่ต้องเสียค่าใช้จ่ายแต่ถ้ามีการตรวจเลือดท่านจำเป็นต้องเสียค่าใช้จ่ายเอง(ค่าตรวจเลือด 2800 เยน)

「赤ちゃんの耳のきこえ (聴覚) の検査」

生まれた時に耳のきこえの状態を調べる「きこえの検査」をお受けください。

生後3日目頃 費用は自己負担です。(3,000円程度)

การตรวจเช็คหูเพื่อทดสอบความสามารถในการฟังของเด็ก

หลังจากทารกเกิดได้ประมาณ 3 วันจะมีการตรวจเช็คหูเพื่อทดสอบสภาพความสามารถในการได้ยินของเด็กทารกซึ่งเป็นเรื่องสำคัญมาก ดังนั้นจึงจำเป็นที่ท่านจะต้องให้ทารกเข้ารับการทดสอบดังกล่าวนี้ ค่าใช้จ่ายในการตรวจสอบประมาณ 3000 เยน

C: 予防接種 การฉีดวัคซีนป้องกัน

接種対象年齢が、予防接種の種類によって決まっています。その対象年齢のうちに接種しなければ、公費扱いとならず、自費で受けなければなりません。1歳になるまでの接種は、種類も多く大変です。市の広報等で、接種場所や日時のお知らせがあるので、こまめにチェックしてください。

การฉีดวัคซีนแต่ละชนิดขึ้นอยู่กับอายุของเด็กและไม่ต้องเสียค่าใช้จ่ายแต่อย่างใด วัคซีนแต่ละชนิดจะฉีดให้เด็กจนกระทั่งอายุ 1 ขวบซึ่งประกอบด้วยวัคซีนหลายๆชนิดด้วยกัน จึงเป็นหน้าที่ของท่านที่จะต้องตรวจเช็คจากรายละเอียดต่างๆที่ทางราชการแจ้งรายละเอียด เรียกไปฉีดวัคซีนและต้องปฏิบัติตามอย่างเคร่งครัด

D: 育児に悩んだら ถ้ามีความกังวลระหว่างเลี้ยงดูเด็ก

子育て相談総合窓口「かるがも」

子供の発達や子育てに関する悩み事、保健所・幼稚園、学校関係、友達関係、親の関わり・学校環境 に関してなど

- 相談時間： ◆月～金（第2・4月曜日・年末年始を除く） 9:00～16:30 *木曜日は助産師による相談を行っています。 ◆土・日 9:00～15:30

■ TEL：055-228-4152、055-228-4153 ■ 場所：県立男女共同参画推進センター ぴゅあ総合1階 (甲府市朝気 1-2-2)

★ 通訳が必要なときは こちらへ連絡してください (有料) (財) 山梨県国際交流協会 Tel. 055-228-5419 甲府市飯田 2-2-3 県立国際交流センター内



“คะริกะโมะ” เป็นหน่วยงานที่จะรับให้คำปรึกษาสำหรับผู้ปกครอง

ผู้ปกครองที่มีความกังวลหรือมีปัญหาในการเลี้ยงดูเด็ก เช่น ในเรื่องของพัฒนาการของเด็ก การเลี้ยงดูเด็ก เกี่ยวกับโรงเรียนของเด็ก เพื่อนๆ ความสัมพันธ์กับผู้ปกครองของเด็ก สิ่งแวดล้อมของโรงเรียน เป็นต้น สถานที่ให้คำปรึกษาดังกล่าวจัดเตรียมไว้บริการอยู่ตามสถานที่ต่างๆใกล้บ้านท่านแล้ว ช่วงเวลาให้คำปรึกษา

◆ จันทร์ - ศุกร์ (ยกเว้นวันจันทร์ที่ 2 และ 4 และวันหยุดปลายปี) 9:00～16:30

* วันพฤหัสบดีมีแพทย์ผดุงครรภ์คอยให้คำปรึกษาด้วย

◆ วันเสาร์ - อาทิตย์ เวลา 09.00 - 15.30 น.

โทร : 055-228-4152 และ 055-228-4153

สถานที่ : เค็นริตซึคินโจวเคียวโดวซังกังซุซึชิน เซ็นเตอร์ ชั้นที่ 1 ของ บิวอะ โซโก (1-2-2 อะสะซะเซะ เมืองโคฟู)

★ ถ้าต้องการล่ามกรุณาแจ้งล่วงหน้าด้วย (ไม่เสียค่าใช้จ่าย)

(มูลนิธิ) ยามะนะชิเค็น คคไซต์โควริวเคียวไกด์

โทร 055-228-5419 2-2-3 อิตะ เมืองโคฟู ภายในอาคารเค็นริตซึคิไซต์โควริวเคียวไกด์

ชื่อ: _____ วัน/เดือน/ปีเกิด生年月日: _____ พ.ศ.年 _____ เดือน月 _____ วัน日
 ที่อยู่ปัจจุบัน現住所: _____ เบอร์โทรศัพท์ #電話: _____ - _____ - _____
 ชื่อของผู้ที่สนิทมากที่สุด近親者: _____ เกี่ยวข้องเป็น 關係: _____
 ที่อยู่ของบุคคลดังกล่าว近親者の住所: _____ เบอร์โทรศัพท์ #電話: _____ - _____ - _____
 ท่านมีบัตรประกันสุขภาพหรือไม่? 健康保険の有無 มี はい (ของประเทศ国保, ของสวัสดิการ社保, เอกชน民間) ไม่มี いいえ
 สัญชาติ国籍: _____ ภาษา言語: _____ ศาสนา宗教: _____
 ท่านอาศัยอยู่กับผู้ใด同居者: สามี夫 บุตร子ども อื่นๆその他: _____

■ การมีรอบเดือน 月経・生理:

ท่านมีรอบเดือนครั้งสุดท้ายเมื่อใด 最後の生理 เดือน月 _____ วัน日 _____ ตั้งแต่から
 ท่านมีรอบเดือนตั้งแต่อายุเท่าใด 初潮の年齢 ตั้งแต่อายุได้ _____ ปี.歳
 รอบเดือนของท่านมาเป็นปกติหรือไม่ 生理は規則的ですか ปกติ ไม่ปกติ いいえ、不規則です
 รอบเดือนมาทุกๆกี่วัน 生理の周期: 28 วัน 30 วัน _____ วัน
 ตามปกติ รอบเดือนมาครั้งละกี่วัน 通常、生理は何日間ありますか _____ วัน日
 ลักษณะการมาของรอบเดือน 出血量: มาหนักมาก 非常に多い หนัก多い ปกติ.普通 น้อย 少ない น้อยมาก 非常に少ない
 อาการเจ็บปวดขณะมีรอบเดือน 生理痛: รู้สึกปวดมาก 非常に強い ปวด強い เล็กน้อย 軽い ไม่มี 無い

■ การตั้งครรภ์ และการคลอด 妊娠・出産:

ท่านเคยตั้งครรภ์หรือไม่ 妊娠経験の有無 เคย有 ไม่เคย無
 ท่านตั้งครรภ์มาแล้วกี่ ครั้ง 妊娠回数: _____ ครั้ง 回
 การคลอด 生産: _____ ครั้ง 回

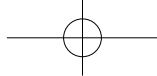
年 / 月 / 体重	妊娠週数	出産方法(*参照)	お子さんは現在健康ですか
พ.ศ. / เดือน / น้ำหนักแรกเกิด	จำนวนสัปดาห์ที่ตั้งครรภ์	วิธีการคลอด(ดูรายละเอียดข้างท้าย*)	ปัจจุบันเด็กมีสุขภาพแข็งแรงหรือไม่
บุตรคนที่ 1: _____ / _____ / _____ กรัม	จำนวน _____ สัปดาห์	1 2 3 4	<input type="checkbox"/> แข็งแรง はい <input type="checkbox"/> ไม่แข็งแรง いいえ
บุตรคนที่ 2: _____ / _____ / _____ กรัม	จำนวน _____ สัปดาห์	1 2 3 4	<input type="checkbox"/> แข็งแรง はい <input type="checkbox"/> ไม่แข็งแรง. いいえ
บุตรคนที่ 3: _____ / _____ / _____ กรัม	จำนวน _____ สัปดาห์	1 2 3 4	<input type="checkbox"/> แข็งแรง はい <input type="checkbox"/> ไม่แข็งแรง. いいえ

*วิธีการคลอด分娩方法 : 1. คลอดธรรมชาติ自然分娩 2. ผ่าตัด帝王切開 3. ใช้เครื่องมือค้ำช่วย 鉗子分娩 4. ใช้เครื่องดูดช่วย 吸引分娩

การแท้งลูกโดยธรรมชาติ 自然流産: _____ ครั้ง 回
 พ.ศ.年/เดือน月 _____ / _____ สัปดาห์ที่ _____ ของการตั้งครรภ์ 妊娠週数
 การทำแท้ง 人工妊娠中絶: _____ ครั้ง 回
 พ.ศ.年/เดือน月 _____ / _____ สัปดาห์ที่ _____ ของการตั้งครรภ์ 妊娠週数
 ปัญหาต่างๆ: การท้องนอกมดลูก 子宮外妊娠 ขณะมีครรภ์มีโรคความดันโลหิตสูงเข้ามาแทรก 妊娠高血圧症候群
ขณะมีครรภ์มีอาการโรคเบาหวานเข้ามาแทรก 妊娠糖尿病
 ท่านมีความประสงค์ที่จะคลอดบุตรที่โรงพยาบาลแห่งนี้ไหม この病院で出産を希望しますか。 มี はい ไม่มี いいえ

■ อื่นๆ その他:

ปัจจุบันท่านรับประทานยาหรืออาหารเสริมชนิดต่างๆหรือไม่? ถ้ามีโปรดระบุชื่อเหล่านั้น 現在服用中の薬、サプリメントがありますか。 あれば、すべて記入して下さい (เนื่องจากยาหรืออาหารเสริมบางอย่างอาจมีอันตรายต่อทารกในครรภ์ก็ได้) ไม่มี 無 มี 有:
 โรคภูมิแพ้アレルギー: ยา藥: _____
อาหาร食物: _____ อื่นๆその他: _____
 ท่านทานอาหารมังสวิรัตหรือไม่ 菜食主義者か ไม่ทาน いいえ ทาน はい: ทานได้ ไข่卵, อาหารประเภทนม乳製品.
 ท่านไม่สามารถทานอะไรได้เนื่องจากข้อห้ามทางศาสนาหรือไม่ 宗教上食べないものはありますか
ไม่ใช่ いいえ ใช่ はい: _____
 ท่านสูบบุหรี่หรือไม่ タバコを吸いますか: ไม่สูบ いいえ สูบ はい: _____ จำนวนบุหรี่ที่สูบต่อวัน 本/日
 ท่านเคยป่วยหนักหรือไม่ 重篤な病気にかかったことがありますか?
โรคหัวใจ心臟病 โรคตับ肝臟病 โรคไต腎臟病 วัณโรคปอด 結核 ปัญหาเกี่ยวกับไทรอยด์ 甲状腺異常
ความดันโลหิตสูง 高血圧 โรคตับอักเสบ A/B/C/D/E 肝炎 โรคหอบหืด喘息 โรคเบาหวาน糖尿病
โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ 性感染症 STD อื่นๆその他: _____
 ท่านเคยเข้ารับการผ่าตัดหรือไม่ 手術を受けたことはありますか? ไม่เคย いいえ เคย はい
 เมื่อไรいつ? พ.ศ.年/เดือน月 _____ / _____ ผ่าตัดเกี่ยวกับอะไร何の手術 _____
 ท่านเคยได้รับการถ่ายเลือดหรือไม่ 輸血をしたことはありますか? ไม่เคย いいえ เคย はい: พ.ศ.年/เดือน月 _____ / _____



緊急情報ガイドブック ข่าวสารคำแนะนำในการฉีดวัคซีน

にんしん しゅっさん
妊娠・出産ガイド

ข้อแนะนำเกี่ยวกับการตั้งครรภ์และการคลอดบุตร



<監修 ผู้ตรวจทานแก้ไข>

山梨県医師会 สมาคมแพทย์จังหวัดยะมะนะชิ

山梨県産婦人科医会 สมาคมแพทย์ผดุงครรภ์จังหวัดยะมะนะชิ

山梨大学地域周産期等医療学講座

การบรรยายเกี่ยวกับเรื่องการใช้ยาก่อน-หลังของหญิงที่คลอดบุตร งานแผนกยา มหาวิทยาลัยแพทยศาสตร์ ยะมะนะชิ

山梨県看護協会 สมาคมนางพยาบาลจังหวัดยะมะนะชิ

<推奨 สนับสนุนโดย>

山梨県薬剤師会

สมาคมเภสัชกรจังหวัดยะมะนะชิ

<企画・作成/協力 ผู้ให้การสนับสนุนการวางแผนและเตรียมการดำเนินงาน>

山梨大学医学部附属病院 看護師長 花輪ゆみ子氏

หัวหน้าพยาบาลคุณ ฮานะวะ ยูมิโกะ (โรงพยาบาลฟูโซะกุ มหาวิทยาลัยแพทยศาสตร์ยะมะนะชิ)

すみれ薬局薬剤師 池浦 恵氏

คุณอิเซอุระ เมะกุมิ เภสัชกรร้านยาสุมิเรย์

多文化共生を考える会 ハート 51

ชมรมเพื่อสังคมต่างวัฒนธรรม ฮาร์ท 51

山梨県立大学 准教授 名取初美氏

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ คุณนะโทริ ฮัตซุมิ แผนกพยาบาล มหาวิทยาลัยประจำจังหวัดยะมะนะชิ

山梨県立大学 准教授 長坂香織氏

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ คุณนะกะซะกะ เคาริ แผนกพยาบาล มหาวิทยาลัยจังหวัดยะมะนะชิ

<参考文献 เอกสารอ้างอิง>

たまごクラブ 最新妊娠大百科 ทะมะโกะโอะคลับ ไซชินนินซิงไดแอกกะ

<イラスト ภาพประกอบ>

このガイドブックは、平成 21 年 12 月現在における制度をもとに作成しています。費用や制度など、変更になることがありますのでご了承ください。เอกสารแนะนำฉบับนี้เป็นฉบับล่าสุดที่เพิ่งจัดทำขึ้นมาใหม่เมื่อเดือนธันวาคม 2552 ดังนั้นจึงอาจมีการเปลี่ยนแปลงหรือปรับปรุงเกี่ยวกับเรื่องระบบการหรือค่าใช้จ่ายต่างๆ ผู้จัดทำจึงใคร่ขอความร่วมมือและโปรดเข้าใจตามความที่นำมาลงในเอกสารฉบับนี้ด้วย

平成 22 年 3 月発行

発行 / (財) 山梨県国際交流協会

Published by Yamanashi International Association

〒 400-0035 甲府市飯田 2-2-3 2-2-3

2-2-3 lida, Kofu-shi, Yamanashi 400-0035

Tel. 055-228-5419 / Fax.055-228-5473

http://www.yia.or.jp/ mail:webmaster@yia.or.jp