

5. 妊娠・出産・子育て

リプロダクティブ・ヘルス/ライツ

日本では「性と生殖に関する健康と権利」と訳されます。女性の重要な人権のひとつです。産むか産まないか、いつ・何人子どもを持つか、を自分で決める自由を持ち、妊娠、出産、中絶について十分な情報を得て、性と生殖に関すること含めた自分の身体に関するすべてのことを自分自身で決められる権利です。

● 妊娠を希望しないとき

① 日本でできる避妊の方法

▶ 経口避妊薬（ピル）

病院で出してもらった必要があります。避妊を目的とする場合は健康保険が使えません。忘れずにきちんと服用すれば避妊効果はほぼ100%に近いです。

▶ 子宮内避妊システム（IUS）

病院で子宮の中に器具を入れてもらいます。避妊を目的とする場合は健康保険が使えません。高い避妊効果があります。入れた後、5年以内に抜くか、入れ替えをする必要があります。

▶ コンドーム

男性のペニスにかぶせる避妊具です。薬局やスーパー、コンビニで売っています。避妊失敗率は2～18%で、避妊の効果はあまり高くありません。性感染症の予防になります。

② 日本でできない避妊の方法

使ったために何か健康に問題がおきても、日本の病院では対応ができないことがあります。注意してください。

▶ 避妊注射（デポ・プロベラ）

避妊薬として100ヶ国以上で使用が承認されていますが、日本では使用できません。

▶ 避妊インプラント（インプラノン）

長さ4cmのマッチ棒と同じような形のインプラントを腕に埋め込みます。一回挿入すると3年間は99%の確率で妊娠を予防します。

▶ 避妊パッチ

肌に貼って使う経皮パッチ剤

● 出産を希望しないとき — 中絶

妊娠したけれど出産を希望しないときは、早く病院で相談してください。妊娠12週未満までは「人工妊娠中絶」をします。それよりあと、妊娠22週未満までは「人工死産」という方法になります。これより後は、

5. Pagbubuntis, Pagsilang at Pagpapalaki ng Bata

| Kalusugan ng Reproduktibo/ Karapatan

Sa Japan, ang kalusugan ng reproduktibo / karapatan ay tinatawag na “kalusugan at karapatan tungkol sa seks at reproduksyon.” Ito ay karapatan para makapag-desisyon para sa sarili kung magsisilang o hindi; kailan at ilan ang magiging anak; para magkaroon ng tamang impormasyon tungkol sa pagbubuntis, pagsilang at aborsyon; at makapag-desisyon sa sarili sa lahat ng bagay patungkol sa sariling katawan, kasama ang sekswal at reproduktibong bagay.

● Kung Hindi Ninanais Magbuntis

① Paraan sa pagpigil ng pagbubuntis na mayroon sa Japan

▶ Gamot sa Pagpigil ng Pagbubuntis (ang pill)

Ang gamot para sa pagpigil ng pagbubuntis ay nangangailangan ng preskripsyon ng doktor. Hindi ito kasali sa Health insurance. Kung ito ay susunding ng maigi, ang pill ay epektibo ng 100 %.

▶ Intrauterine System (IUS)

Ang IUS ay isang aparato na inilalagay sa matris na isinasagawa sa ospital. hindi ito kasali sa Health insurance kung ito ay para sa pagpigil sa pagbubuntis. Ito ay nagbibigay ng mataas na epekto para sa pagpigil ng pagbubuntis. Ang aparato ay dapat alisin o palitan sa loob ng 5 taon.

▶ Kondom

Ito ang pagpigil sa pagbubuntis na inilalagay sa ari ng lalaki. Ito ay binebenta sa mga parmasiya, pamilihan at convenience store. Ang antas ng pagkabigo ng pagpigil sa pagbubuntis ay 2-18% at hindi masyado epektibo. Ito ay tumutulong sa pag-iwas sa sakit na nakukuha sa pakikipag-talik.

② Paraan ng pagpigil sa pagbubuntis na wala sa Japan

Kung may mali sa inyong kalusugan dahil sa paggamit ng mga paraang nasa ibaba, ang ospital sa Japan ay maaaring di kayo matulungan. Mag-iingat kayo.

▶ Contraceptive Injection (Depo-Provera)

Ito ay aprubado ng halos 100 bansa, ngunit hindi ang Japan.

▶ Birth Control Implant (Implanon)

Ang 4cm na haba, tulad ng haba ng isang palito ng posporo, ay ini-implanta sa braso. Kapag ito ay naipasok, nakapag papaiwas ito ng 99% sa pagbubuntis sa loob ng 3 taon.

▶ Contraceptive Patch

“transdermal patch” na inilalagay sa balat.

● Kung di mo nais na Magsilang- Aborsyon

Kung ikaw ay buntis ngunit hindi nais na magsilang, mangyaring pumunta sa ospital para kumonsulta sa doktor sa lalong madaling panahon. Ang “artificial abortion” ay maaaring gawin kung ang pagbubuntis ay ay hindi hihigit sa 12 linggo. Mula 13 hanggang 21 linggo, ang “artificial stillbirths” ay gagawin. Mula 22 linggo pataas ang aborsyon ay di na maaaring gawin. Ang aborsyon ay hindi kasali sa health insurance. Ang pill para sa aborsyon ay hindi aprubado sa Japan. Ang pagbili nito sa internet o ang pagpapadala mula sa ibang bansa ay ilegal.

5. 妊娠（にんしん）・出産（しゅっさん）・子育て（こそだ）て

ちゅうぜつ

中絶はできません。

じんこうにんしんちゅうぜつ ほけん

人工妊娠中絶は、保険はつかえません。

じんこうにんしんちゅうぜつやく にほん みと

人工妊娠中絶薬は、日本では認められていません。インターネットで買ったり、海外から送ってもらうことは違法です。

● ふにんちりょう 不妊治療

れいわ ねん がつ ふにんちりょう ほけんてききょう ねんれい かいすう せいげん はい けんこうほけん 令和4年4月から、不妊治療が保険適用されました。年齢や回数の制限があります。入っている健康保険の窓口で確認してください。

● がいこくじんじよせい にんしん しゅっさん こそだ 『外国人女性とリプロダクティブ・ライツ～妊娠・出産・子育て～』



にんしん しゅっさん じよせい けんこう かん じょうほう 妊娠・出産をはじめとした女性の健康に関する情報をのせています。からだのしくみや制度のことなど、これまで相談しにくかったこととなるべくわかりやすく説明しています。

むりょう 無料でダウンロードできます。

<https://gqnet.jp/new/new20220328-1-inf.html>

へんしゅう はっこう こうべがいこくじんきゅうえん 【編集・発行】NGO 神戸外国人救援ネット

きょうりょく たぶんかきょうせい 【協力】多文化共生センターひょうご

といあわ 【お問合せ】 とくていひえいりかつどうほうじん こうべがいこくじんきゅうえん 特定非営利活動法人 NGO 神戸外国人救援ネット

TEL/FAX : 078-271-3270

メール : gqnet@poppy.ocn.ne.jp



Download

● にんしん しゅっさん 妊娠から出産

がいこくじんじよせい がいこく しゅっさん ふあん おお なに びょういん いし かんごし 外国人女性にとって、外国で出産することは、不安も大きいですが、何かあれば、病院の医師、看護師に相談してください。病院に通訳がいるところもあります。病院に通訳がない場合は、公的機関や NGO などの通訳を利用してください。

● ほし けんこう てちょう 母子（健康）手帳

にんしん じぶん す やくしよ しやくしよ くやくしよ ちょうやくば い やくしよ ほし けんこう 妊娠したら、自分が住んでいるところの役所（市役所、区役所、町役場）に行きます。役所から「母子健康手帳」をもらいます。「母子健康手帳」は、病院に行くときに持っていきます。妊娠しているお母さんの健康状態、生まれた赤ちゃんがどんな病気になったか、どの予防接種をしたかを記録します。

ほしてちょう えいご かんこくちようせんご ちゅうごくご こ ぼし てちょう 「母子手帳」は英語、韓国朝鮮語、中国語、タイ語、タガログ語、ポルトガル語、スペイン語、インドネシア語、ベトナム語があるので、住んでいる所の役所の「子育て支援係」でもらってください。

まどぐち 「にんしんとどけ かあ ひと なまえ じゅうしよ にんしんしゅうすう げっすう しゅっさんよてい び しんだん う びょういん 窓口で「妊娠届」にお母さんになる人の名前、住所、妊娠週数または月数、出産予定日、診断を受けた病院のなまえを書いて出します。家族でも手続きができます。神戸市では母子手帳といっしょに健診（病院で受ける検査）の補助券がもらえます。他にもサービスがあるか窓口で聞いてみましょう。

● Paggamot sa Pagkabaog

Mula Abril 2022, ang paggamot sa pagkabaog ay nakatala sa insurance. May mga paghihigpit sa edad at dalas. I-tsek ninyo sa opisina ng inyong health insurance.

“Karapatan sa Reproduktibo ng mga Dayuhang Kababaihan-Pagbubuntis/Pagsilang/Pag-aalaga ng bata”



Ang buklet ay naglalaman ng impormasyon ukol sa kalusugan ng babae, kasama ang pagbubuntis at pagsilang. Ito ay nagbibigay ng madaling unawain na paliwanag sa mga sensitibong isyu na mahirap pag-usapan, kagaya ng mekanismo ng katawan ng babae at ang Sistema na may relasyon sa pagbubuntis at pagsilang.

Maaari kang mag-download ng libre mula sa website sa ibaba.

<https://gqnet.jp/new/new20220328-1-inf.html>

Pinagnugot/Inilathala ng

NGO Network for Foreigners' Assistance KOBE

Sa Pakikipagtulungan ng

Tabunka Kyosei Center HYOGO

Impormasyon sa pakikipag-ugnayan:

NGO Network for Foreigners' Assistance KOBE

TEL/FAX: 078-271-3270

Email: gqnet@poppy.ocn.ne.jp



Download

| Pagbubuntis at Pagsisilang

Ang mga babae ay maaaring makaramdam ng pagkabahala kung magsisilang sa bansang iba sa kanila. Kung ikaw ay magsisilang sa Japan, mangyaring kumonsulta sa doktor o nars sa iyong ospital kung mayroon kang inaalala. Ang ibang ospital ay may interpreter. Kung walang interpreter sa ospital, humingi ng interpreter na binibigay ng institusyong pampubliko at mga NGO.

● Aklat ng Kalusugan ng Ina at Anak o *Boshi (Kenko) Techo*

Kung ikaw ay nabuntis, tumungo sa opisina ng munisipalidad (lungsod, purok, o nayon) kung saan ka nakatira. Makakakuha ka ng “Aklat ng Kalusugan ng Ina at Anak” mula sa opisina ng lungsod. Dalhin mo ang aklat na ito saan mang ospital ka pupunta. Ang aklat ay nagtatala ng kondisyon ng kalusugan ng buntis, anumang sakit ng sanggol, at ang bakunang natanggap ng sanggol.

Ang aklat ng kalusugan ng Ina at Anak ay mayroon sa Ingles, Koreano, Tsino, Thai, Tagalog, Portuges, Espanyol, Indonesian, Vietnamese.

Maaari kang kumuha ng handbook sa seksyon ng suporta sa pagpapalaki ng bata sa Health and Welfare department sa opisina ng iyong local na purok. Sulatan ang aplikasyon ng iyong pangalan, address, kung ilang lingo ng buntis, ang inaasahang araw ng pagsilang, at ang pangalan ng ospital na pinupuntahan para magpa-check up. Ang miyembro ng pamilya ay maaari kumuha ng aklat para sa iyo kung hindi maaaring makapunta dahil sa mga ibang kadahilanan. Ang lungsod ng Kobe ay nagbibigay din ng tulong na tiket para sa pagpapatingin ng buntis sa ospital. Makipag-ugnayan din sa counter para sa iba pang serbisyo.

神戸市の健診サービス

神戸市に住んでいる女性が妊娠した時は、病院に試みてもら「健診」のチケット（補助券）を、もらえます。120,000円までは、無料（ただ）で試みてもらえます。兵庫県の決まった病院だけです。健診費用が高くなって、たりないぶんは自分ではらいます。補助券は母子手帳をもらいにいくときにもらえます。

【問い合わせ先】 神戸市こども家庭局家庭支援課 Tel: 078-322-6513

● 出産の費用

① 出産育児一時金

出産費用の負担をへらすため、国民健康保険や健康保険から出産育児一時金が払われます。死産・流産・早産・人工妊娠中絶であっても払われます。支給額は、令和5年4月より、42万円から50万円に引き上げられました。

2人以上の子どもが生まれたときは、人数によって金額が違います。

(※) 妊娠週数が22週に達していないなど、産科医療補償制度の対象とならない出産の場合は、支給額が48.8万円となります。

② 出産費用の支払い

出産の費用が、保険で決まっている出産育児一時金の額を超えたときにだけ超えた分を窓口で払います。また、出産費用が出産育児一時金よりすくない場合は、申請すればあまった分をもらえます。海外で出産した場合など、申請すれば、出産育児一時金が出産後に本人に現金で払われます。

③ 助産制度について

出産するためのお金がないときに国が払う制度があります。住んでいる所の役所の福祉課に相談します。国が決めた病院で出産します。

● 出産後の手続き

出生届 (20ページ)

子どもが生まれた日から14日以内に住んでいるところの役所に出します。生まれたところの役所でもいいです。

▶ 子どもの父親と母親が両方外国人のとき

- 出生した子の本国への出生届：大使館が領事館に届出をします。
- 在留資格取得：生まれてから30日以内に入管で子どもの在留資格取得の手続きをします。パスポートができていなくても申請できます。

Serbisyo ng lungsod ng Kobe para sa pagpapatingin ng Kalusugan ng Buntis

Ang lungsod ng Kobe ay nagbibigay ng mga kupon(tiket ng subsidiya) sa mga buntis na naninirahan sa Kobe para sa medikal na pagpapatingin. Sa kupon na ito, ang pagpapatingin ay maaaring gawin ng libre (na nagkakahalaga ng 120,000 yen). Ang tiket na ito ay magagamit lamang sa itinalagang ospital sa Prepektura ng Hyogo. Kung ang halaga ng pagpapatingin ay mas mataas, kailangang bayaran ang kakulangan. Siguraduhing makakuha nito kapag kumuha ng *boshi-techo*.

Para sa katanungan:

Kobe Children and Home Support Department
Seksyon sa Pangangalaga sa Kalusugan ng Ina at Anak
Tel: 078-322-6513

● Gastusin na may kinalaman sa Pagsisilang

① Lump-sum allowance para sa pagsisilang at pangangalaga ng bata

Upang mabawasan ang pinansiyal na pasanin, ang lump-sum allowance para sa pagsisilang at pangangalaga ng bata ay binibigay ng National Health Insurance o Social Health Insurance. Ito ay binabayaran kahit sa kaso ng “stillbirth”, pagkalag-laglag, premature na pagsilang at “artificial abortion”. Ang allowance ay itinaas mula sa 420,000 yen na maging 500,000 yen para sa Abril 2023. Kung higit sa dalawa ang isisilang, ang halaga ng allowance ay mas malaki depende kung ilan ang bilang ng anak.

Sa kaso ng pagsilang na hindi kasama sa Obstetric Medical Compensation Scheme, tulad ng kung ang pagbubuntis ay kulang sa 22 linggo, ang babayaranang halaga ay 488,000 yen.

② Kabayaran para sa gastusin na may kinalaman sa Pagsilang

Kadalasan, ang lump-sum para sa pagsilang at pangangalaga ng bata ay direktang binabayaran sa medikal sa institusyon ng insurance. Subalit kung ang bayarin ay susobra sa kabuuan, kailangang bayaran ang susobra sa ospital. Kung ang bayarin ay mas mababa sa hinihingi, makakatanggap ka ng sumobra sa pamamagitan ng pag-apply nito sa opisina ng insurance. Kung magsisilang sa ibang bansa, maaari ka pa ring mag-apply para makakuha ng lump-sum allowance, na maaaring bayaran sa iyo ng kuwarta matapos ang pagsilang.

③ Sistema ng tulong sa Pagsisilang

Kung ikaw ay may problemang pinansiyal sa pagsisilang, kumonsulta sa social welfare department sa opisina ng iyong lokal na purok. Maaari ka nilang isangguni sa National Welfare System kung saan maaari kang magsilang ng walang babayaran sa ospital na itinalaga.

● Pamamaraan Matapos Mag-silang

Abiso ng Pagsilang (Tingnan ang pahina 21)

Magsumite ng abiso ng pagsilang sa munisipyo kung saan ka nakatira sa loob ng 14 araw ng pagkasilang sa bata. Maaari rin itong isumite sa munisipyo kung saan isinalang ang bata.

► Kung parehong ina at ama ng bata ay mga dayuhan.

- Abiso sa pagsilang sa kanyang bansang pinagmulan: Ipaalam ito sa embahada o konsulado ng magulang.
- **Pagkuha ng status of residence:** Ang pag-apply ng status of residence ng sanggol ay kailangang isumite sa opisina ng imigrasyon sa loob ng 30 araw ng pagkasilang. Maaaring mag-apply kahit na ang bata ay wala pang pasaporte.

にゅうじき こそだ 乳児期の子育て

あか むりょうけんしん ● 赤ちゃんの無料健診

あか う ぼしてちょう だ むりょう あか けんこう けんしん
赤ちゃんが生まれたあと、母子手帳についているハガキを出すと、無料で赤ちゃんの健康チェック（健診）
が受けられます。一回目は、「新生児訪問」で、家に保健師さんが来てくれます。赤ちゃんが元気かチェック
します。わからないことがあれば、保健師さんに聞きましょう。そのあとの健診や予防接種についても教え
てくれます。

こ けんしん ● 子どもの健診

かげつけんしん しゅっさん びょういん かげつけんしん かげつけんしん さいはん さい
1ヶ月健診は出産した病院でします。そのあとは3～4ヶ月健診、9～10ヶ月健診、1歳半のころと3歳
のころに、健診を受けます。住んでいるところの役所から日時と場所が書いてある案内が届きます。決めら
れた日に決められた場所に子どもを連れていきます。子どもの病気やけがなどの時のために、家の近くにあ
る小児科（子ども）の医院や病院をみておきましょう。

よぼうせっしゅ ● 予防接種

う かげつこ よぼうせっしゅ う くに き ていきせっしゅ むりょう う
生まれてから3ヶ月後から予防接種を受けることができます。国で決めた定期接種は無料で受けることがで
きます。予防接種を受ける場所などを定期健診のときに聞いておきましょう。

はたら ひと しゅっさん いくじ しゃかいほけん 働いている人の出産・育児と社会保険

さんぜんさんごきゅうぎょう さんきゅう ● 産前産後休業（産休）

さんぜんさんごきゅうぎょう かあ こ けんこう ろうどうきじゆんほう ほうりつ き しゅっさん
「産前産後休業」は、お母さんと子どもの健康のために、労働基準法という法律で決まっています。出産
予定日の6週間（双子以上は14週間）前から出産した日の8週間後まで休むことができます。特に出産後
の8週間は、本人が希望しても仕事をさせることはできません（出産して6週間あと、医者が大丈夫だと認
めた仕事はできます）。産休を取る権利は、派遣労働者、アルバイトやパートの人にもあります。法律では
さんきゅう と あいだ ろうどうけいやく つづ かいしゃ しごと
産休を取っている間も労働契約は続いているので、会社が仕事をやめさせることはできません。

いくじきゅうぎょう いくきゅう ● 育児休業（育休）

こ そだ やす いくじきゅうぎょう しごと かにい りょうほう しえん ほうりつ いくじ かいごきゅうぎょうほう
子どもを育てるための休み（育児休業）は仕事と家庭の両方を支援するために法律（育児・介護休業法）
できまっています。1歳（場合によっては2歳）までの子どもを育てるために、男でも女でも休むことがで
きます（つづ ねんいじょうきんむ ひと しゅとく ばあい じよせい ばあい さんご しゅっかん
つづけて1年以上勤務していない人は、取得できない場合があります）。女性の場合は、産後8週間ま
でが産休で、そのあと休む場合は育児休業となります。出産で休んでいるときの手当は、健康保険の
しゅっさんきゅうぎょう やす ばあい いくじきゅうぎょう しゅっさん やす てあて けんこうほけん
「出産手当金」からもらいます。子どもを育てる育児休業中は雇用保険の「育児休業給付」からもらいます。

| Pagpapalaki ng Sanggol

● Libreng Pagpapasuri ng Kalusugan para sa Sanggol

Ang sanggol ay makatatanggap ng libreng medikal na pagpapatingin kung magpapadala ka ng post card na nakasama sa boshikenko techo mo. Ang unang pagpapatingin sa kalusugan ay maaaring gawin sa iyong tahanan. Ang kwalipikadong manggagawa para sa pangangalaga ng kalusugan ay maaaring bisitahin ka at iyong sanggol, at i-check ang kalagayang ng kalusugan. Kung may katanungan, ang manggagawa para sa pangangalaga ay magbibigay sa iyo ng sagot at iba pang gabay tungkol sa mga pagpapatingin ng kalusugan at bakuna.

● Pagpapatingin ng Kalusugan para sa Sanggol

Matapos ang isang buwan, ang sanggol ay maaaring makakuha ng libreng pagsusuri para sa kalusugan sa ospital kung saan ka nag-silang. Matapos iyan, dalihin mo ang iyong sanggol para magpa chek-up sa 3 hanggang 4 na buwan, 9 hanggang 10 buwan, mga 18 buwan at 3 taon gulang. Ang opisina ng lungsod ay magpapadala sa iyo ng impormasyon kung saan at kalian ka pupunta. Magandang ideya rin ang hanapin ang mga klinika para sa bata sa inyong lugar para sa mga emerhensiya.

● Mga Bakuna

Ang mga sanggol ay maaaring bakunahan 3 buwan matapos isilang. Ang mga itinalaga ng pamahalaan na mga regular na bakuna ay walang bayad. Magtanong tungkol sa libreng bakuna kapag dinala ang bata para sa check-up ng kalusugan.

| Pagsilang, Pagpapalaki at Serbisyo ng Social Insurance para sa mga Nagtatrabaho

● Maternity Leave

Ang sistema ng maternity leave para sa kalusugan ng ina at anak ay nabatay sa Labor Standard Law. Ang panahon ng maternity leave ay simula sa 6 na linggo bago ang inaasahang pagsilang (o 14 na lingo kung magkakaroon ka ng kambal o mahigit pa) at tatapusin ang 8 linggo matapos ang aktwal na pagsilang. Ang ina ay hindi papayagang magtrabaho sa panahong ng 8 linggong ito matapos ang pagsilang, ngunit maaaring magtanong sa doktor para sa espesyal na pahintulot upang makapag-trabaho 6 na linggo matapos magsilang kung nais mo. Ang karapatang kumuha ng maternity leave ay walang relasyon sa mga klase ng paggawa. Kahit na ipinadala, pansamantala o part-time na manggagawa ay may karapatan sa maternity leave. Ito ay labag sa batas na tanggalin ang tao habang nasa panahon ng maternity leave at ang kontrata ng paggawa ay balido pa sa panahong ito.

● Childcare Leave

Ang childcare leave ay benepisyo ng social security na tiniyak ng Childcare/ Nursing Care Leave Law para masuportahan ang trabaho ng mga tao at buhay ng pamilya. Ang mga magulang (mapa-ina o ama man) ng sanggol na hanggang 12 buwan (o dalawang taon ang edad sa ibang pagkakataon) ay maaaring kumuha ng childcare leave. (Ang benepisyo ay maaaring hindi magagamit hanggat hindi nakapagtrabaho sa isang lugar ng higit sa 1 taon) Ang mga ina ay maaaring mag-maternity leave ng 8 linggo matapos magsilang at pagkatapos noon, childcare leave. Ang pagbabayad ng suweldo para sa panahon ng maternity leave ay ginagawa bilang “maternity leave allowance” mula sa iyong health insurance at para sa childcare leave, bilang “childcare leave allowance” mula sa insurance sa trabaho.

● やす きゅうりょう 休んでいるときのお給料は？

① しゅっさんてあてぎん 出産手当金

しゅっさん まえ あと やす かいしゃ きゅうりょう はら ぎ む かいしゃ けんこうほけん かにゆう
出産の前と後の休みのあいだは会社が給料を払う義務はありません。会社の健康保険に加入していれば、
ほけん しゅっさんてあてぎん う と しんせい しゅっさんてあてぎん さんきゅうちゅうきゅうりょう で
保険から出産手当金を受け取ることができるので、申請しましょう。出産手当金は、産休中で給料が出ない
じよせい たいしよく かげつない しゅっさん じよせい かいしゃ けんこうほけん だ かね かね
女性や、退職から6ヶ月以内に出産した女性に会社の健康保険から出されるお金です。もらえるお金は、い
つもの きゅうりょう ぶん の 2 (98日分まで) です。会社から他のお金(手当)を受け取っている場合、それを引
ぶん しゅっさんてあてぎん しきゅう かいしゃいん ひと てあて こくみんけんこうほけん ひと
いた分が出産手当金として支給されます。会社員の人のための手当なので、国民健康保険の人にはありません。

② しゅっさんじいくいきゅうぎょうきゅうふきん 出産時育児休業給付金

こ しゅっしょうご しゅうかん きかんない ごうけい しゅうかんぶん にち げんど しゅっしょうじいくいきゅうぎょう しゅとく ばあい
子の出生後8週間の期間内に、合計4週間分(28日)を限度として、出生時育児休業を取得した場合、
しゅっしょうじいくいきゅうぎょうきゅうふきん こようほけん やす まえ きゅうりょう かね
「出生時育児休業給付金」が雇用保険からもらえます。休む前の給料の67パーセントのお金がもらえます。

③ いくいきゅうぎょうきゅうふきん 育児休業給付金

いくいきゅうぎょうきゅうふきん かいしゃ こようほけん だ こようほけん こうきょうしよくぎょうあんていしよ まどぐち
育児休業給付金は会社の雇用保険から出されます。雇用保険はハローワーク(公共職業安定所)が窓口で
す(手続きは会社がすることもできます)。

はじめの180日間は、いつもの給料の67パーセントのお金をもらうことができます。そのあとは、いつも
の給料の50パーセントのお金をもらうことができます。もらえるのは、子どもが2歳になるまでです。

④ ほけんりょう めんじよ 保険料の免除

さい こ そだ いくいきゅうぎょう しゃかいほけん ほけんりょう めんじよ
3歳までの子どもを育てるために育児休業をとったとき、そのあいだ社会保険の保険料は免除されます。

こそだ けいざいてきしえん 子育てへの経済的支援

● じどうてあて 児童手当

じどうてあて こ そだ ひと こ くに かね てあて
「児童手当」は、子どもを育てている人が子どものために国からもらうお金です。「手当」がもらえるのは、
さい さい さいしよ がつ にち あいだ こ こ おや がいこくじん こ にほん
0歳から15歳になって最初の3月31日までの間の子供です。子どもや親が外国人でも、子どもが日本
す こ がいこく す ばあい さい さい
に住んでいればもらえます。子どもが外国に住んでいても、もらえる場合もあります。0歳から3歳になる
こ かげつ えん さい しょうがっこうそつぎょう こ かげつ えん ほんめ
までの子どもは、1ヶ月に15,000円、3歳から小学校卒業までの子どもは1ヶ月に10,000円(3番目か
らあとの子どもは15,000円)、中学生は1ヶ月に10,000円がもらえます。

こ ちが う ひ こ こ ひと てつづ ひと いんかん
子どもが生まれたとき、引っ越しをしたとき、また、子どもがいる人でまだ手続きをしていない人は、印鑑、
ぎんこうよきんつうちょう けんこうほけんしやう す とくろ やくしよ こそだ しえんかかり い てつづ
銀行預金通帳、健康保険証をもって、住んでいる所の役所の「子育て支援係」へ行きます。手続きをし
まいとし がつ やくしよ げんきょうとどけ ゆうびん とど げんきょうとどけ いえ かぞく
たあとも、毎年6月に役所から「現況届」が郵便で届きます。「現況届」は、あなたの家にいる家族のことな
どを書く書類です。子どもが何歳か、などを書いて役所に出します。

てあて ぎんこうこうざ がつ がつ がつ ふ こ
「手当」は、銀行口座に2月、6月、10月に振り込まれます。

● Mga Kabayaran habang nasa Maternal at Childcare leave

1 Kabayaran habang naka-Maternal at Childcare leave

Ang mga kumpanya ay hindi obligado na bayaran ang sweldo para sa panahong naka-maternity o childcare leave. Subalit, ang mga kumpanya ay may kanya-kanyang polisiya para sa maternity at parental leave allowance. Ang kumpanya mo ay maaaring umayon o hindi umayon sa pagbabayad ng iyong suweldo habang naka-leave sa paahong ito. Kung mayroon kang health insurance policy, ang maternity leave allowance ay maaaring bayaran matapos itong i-apply. Ang maternity leave allowance ay ang tinutukoy na kabayaran na binibigay ng social health insurance policy ng mga kumpanya para sa kababaihang hindi maaaring tumanggap ng suweldo sa panahon ng leave, o ang mga kababaihang nagsilang matapos umalis sa kumpanya sa loob ng 6 na buwan. Ang halaga ng pera na makukuha ay nasa 2/3 ng regular mong suweldo (hanggang 98 araw). Kung kukuha ng ibang uri ng allowance mula sa iyong kumpanya, ang halaga ay binabawas sa halaga ng iyong maternity leave allowance. Naaangkop ito sa social health insurance para sa empleyado ng kumpanya, at walang pakialam ang mga mayroong national health insurance policy.

2 Mga Benepisyo sa Pagsilang at Childcare leave

Kung ikaw ay kukuha ng maternity leave sa kabuuan ng 4 na linggo (28 araw) sa loob ng 8 linggo matapos isilang ang iyong anak, ikaw ay makatatanggap ng mga benepisyo sa pagsilang at childcare leave mula sa insurance sa trabaho. Ikaw ay tatanggap ng pera na katumbas sa 67 porsyento sa kung anong halaga ng tinatanggap na sahod bago mag-leave.

3 Childcare Leave Allowance

Ang childcare leave allowance ay binabayaran mula sa unemployment insurance. Hello Work (opisina ng pampublikong paglalagay ng trabaho) ay ang pangunahing pinanggalingan ng impormasyon sa unemployment insurance (ang kumpanya ay maaaring mag-apply sa ngalan mo). Sa unang 180 araw, maaaring tumanggap ng 67 porsyento ng iyong regular na sahod. Matapos ito, tatanggap ng 50 porsyento ng iyong regular na sahod.

Karapat-dapat kang tumanggap nitong kabayaran hanggang ang iyong anak ay maging 2 taon gulang.

4 Eksempyon sa Pagbabayad ng Health Insurance

Ang mga magulang ay malibre sa pagbabayad sa buwanang hulog sa health insurance kung kailangan nilang ng mas mahabang panahon ng parental leave para palakihin ang bata nasa 3 taon edad papaba.

| Pinansiyal na Suporta para sa Childcare

● Allowance ng Bata

Ang allowance ng bata ay suportang binibigay ng pamahalaan sa mga magulang. Ang mga magulang na naninirahan sa Japan na ang mga anak ay nasa 0 hanggang 15 taon gulang (hanggang sa umpisa ng Marso 31 matapos mag-15 taon gulang) ay karapat-dapat na di alintana ang nasyonalidad. Ang allowance ay maaaring matanggap kahit ang mga bata ay naninirahan sa ibang bansa sa ilang mga kaso.

Ang bayaran ay 15,000 yen kada buwan para sa bata na wala pang 3 taon; 10,000 yen para sa mga nasa edad 3 hanggang 12 taon(ang edad na magtatapos sa elementarya); 15,000 yen para sa bawat bata mula sa pangatlong anak at lampas dito); at 10,000 yen para sa junior high school.

Kapag ang bata ay isinilang, kapag lilipat or hindi nakapag-apply para sa iyong mga anak, pumunta sa "Childcare Support" na seksyon ng opisina ng lungsod/ purok dala ang iyong selyo(hanko), libreta ng banko, at health insurance card at mag-apply. Pagkatapos mag-apply ng 1 beses, ang opisina ay magpapapdala ng form para ipaalam ang status ng anak taun-taon sa Hunyo. Kailangan ipaalam ang edad ng mga anak,atbp. at i-report ang kasalukuyang status sa opisina.

Ang allowance ng bata ay awtomatikong inililipat sa iyong banko tuwing Pebrero, Hunyo at Oktubre.

● じどうふようてあて 児童扶養手当

おや りこん し ちち はは いっぽう いっしょ す こ ちち
親が離婚をしたり、死んでしまったりして、父または母のどちらか一方と一緒に住んでいる子ども、父または母に重い障害がある子どもについて、子どもが健康に成長できるように国からもらえるお金です。

18 さいになるひより後のさいしょのがつにち こ ちち
18 歳になる日より後の最初の 3 月 31 日までの子どもについて、その子どもを育てる母、父、または、父や母のかわりに子どもを育てている人がもらえます。もらえるお金は、その人の所得（給料から税金が引かれたあとのお金）がいくらかで違います。子ども 1 人の場合は 1 ヶ月に 44,130 円～ 10,410 円がもらえます。2 人目の子どもは 10,410 円～ 5,210 円、3 人目からは、ひとりにつき 6,240 円～ 3,130 円を足したお金をもらえます。住んでいる所の役所、福祉事務所に相談してください。

こそだ そうだん 子育てについて相談するところ

こうべし こ かていきよくかていしえんか
神戸市子ども家庭局家庭支援課

〒650-8570 こうべしちゅうおうくかのうちょう こうべしやくしよ ごうかん がい
〒650-8570 神戸市中央区加納町 6-5-1 神戸市役所 1 号館 3 階

Tel: 078-322-6513 Fax: 078-322-6119

でんわつうやく りよう
電話通訳が利用できます（14 ページ）。

こ あず 子どもを預けるところ

● ほいくしよ ほいくえん にんてい えん 保育所・保育園・認定こども園

へいじつひるま こ はたら ばあい さいじ ほいくしよ ほいくえん りよう す
平日昼間に子どもをあずけて働きたい場合、0～5 歳児については、保育所・保育園が利用できます。住んでいるところのやくしよ そうだん もうしこ
役所に相談して申込みをします。

ほいくしよ ほいくえん かあ はたら こ せわ ひと にゅうえん じょうけん
保育所・保育園は、お母さんが働いているとか、子どもの世話をする人がいないなど、入園するための条件があります。

ほいくしよ にんてい えんなど りよう さい さい まん さい あと がつ にち しょうがっこうにゅうがくまえ
保育所、認定こども園等を利用する 3 歳から 5 歳まで（満 3 歳になった後の 4 月 1 日から小学校入学前まで）の 3 年間の全てのこどもたちの利用料は無料です。

さい さい じゅうみんぜいひか ぜいせたい むりよう
0 歳から 2 歳までのこどもたちについては、住民税非課税世帯は、無料です。

ほいくしよなど りよう さいねんちよう だい し さい さい だい し はんがく だい し
保育所等を利用する最年長のこどもを第 1 子とカウントして、0 歳から 2 歳までの第 2 子は半額、第 3 子以降は無償となります。

ちゅう ねんしゅう まんえんみまんそうとうせたい だい し ねんれい と
（注）年収 360 万円未満相当世帯については、第 1 子の年齢は問いません。

● びょうじほいく 病児保育

こ びょうき びょうき ほいくえん がっこう い とき びょうじほいく つか
子どもが病気になったときや、病気のあとも保育園や学校に行けない時は病児保育を使うことができます。びょういん す ところ やくしよ き
病院や住んでいる所の役所に聞いてください。

● Sustento sa Bata

Ang pamahalaan ng Japan ay sumusuporta sa mga batang ang magulang ay hiwalay dahil sa diborsyo o pagkamatay at mga batang ang magulang ay may seryosong kapansanan, para ang mga batang ito ay lumaki ng may magandang kalusugan. Ang mga single-parent na nagpapalaki ng anak o gardyan ng bata hanggang mag-edad 18 sa Marso 31 ay karapat-dapat sa tulong. Ang halaga ay depende sa lebel ng kita ng taong nagpapalaki ng anak. Para sa nag-iisang anak, tatanggap ng 10,410 yen hanggang 44,130 yen kada buwan. Para sa pangalawang anak, 5,210 yen hanggang 10,410 yen at para sa pangatlo at sumunod pang anak, may karagdagang 3,130 yen hanggang 6,240 bawat bata. Kumonsulta sa opisina ng purok o opisina ng welfare para sa iba pang impormasyon.

Saan Maaaring Kumonsulta

Kobe City Family Support Division, Child and Family Bureau

3/floor Building 1 Kobe City Hall

Address: 650-8570 651 Kano-cho, Chuo-ku, Kobe-shi

Tel: 078-322-6513 Fax: 078-322-6119

*Maaaring kumuha ng serbisyo ng interpreter sa telepono (tingnan ang pahina 15)

| Pasilidad para sa Childcare

● Mga Daycare Center, Nursery School at Certified Childcare Institusyon

Kung may anak na may edad 0 hanggang 5 taon gulang at gustong, maaaring mag-apply para sa pampublikong nursery school na ang tawag ay hoikusho o hoikuen. Mayroon silang tiyak na kondisyon para makapasok, gaya ng nagtatrabahong ina o hindi makakita ng ibang taong maaaring mag-alaga sa anak. Kumonsulta sa lokal na munisipalidad para mag-apply.

Lahat ng bata mula sa 3 hanggang 5 taon gulang ay maaaring pumasok sa daycare center, certified childcare center ng walang bayad. Ang bata ay karapat-dapat na sumali mula sa unang araw ng Abril matapos mag-edad 3 gulang at hanggang bago pumasok sa elementarya.

Para sa mga batang nasa edad na 0 at 2 taon, ay walang bayad para sa pamilyang hindi kasali sa resident tax.

Para sa pamilyang mayroong maramihang anak, ang pinakamatanda na gumagamit ng daycare center ay binibilang na unang anak, ang pangalawang anak sa edad 0 hanggang 2 ay sinisingli ng kalahati, at ang pangatlo at mga sumunod na anak ay walang bayad.

(tala: Para sa pamilya na may taunang kita ng mas mababa sa 3.6 milyon yen, ang edad ng unang anak ay di mahalaga).

● Daycare para sa Batang May-sakit

Kung ang bata ay hindi makakapunta sa regular na nursery school dahil sa pagkakasakit, maaaring gumamit ng serbisyo na ang tawag ay “byoji hoiku” (daycare para sa batang may sakit). Para sa detalye, mag-inquire sa ospital ng bata o sa lokal na opisina ng lungsod/ purok.

● ファミリー・サポート・センター

こそだ てつだ ひと こそだ たす ひと かいいん
子育てを手伝ってほしい人と、子育てを助けてほしい人が会員になって、ファミリー・サポート・センターが
ちゅうかい かいいんどうし ささ あ そしき
仲介し、会員同士が支え合う組織です。

▶ かいいん ひと 会員になれる人

- にゅうようじ しょうがくせい こ こそだ ちゅう おや たす ひと
① 乳幼児や小学生などの子どもがいる、子育て中の親などで、助けてもらいたい人
- ひと たす ひと
② ①のような人を助けてほしい人

▶ つぎ たす 次のようなことを助けてもらえます。

- ほいくしょ おく むか
① 保育所などへの送り迎え
- ほいくしょ じかんがい ほうかご こ あず
② 保育所の時間外や放課後などの子どもの預かり
- ほごしゃ か もの がいしゅつ さい こ あず
③ 保護者が買い物などで外出をする際の子どもの預かり

▶ りよう 利用のしかた

- す とうろく
① 住んでいるところの「ファミリー・サポート・センター」に登録をする。
- りよう もうしこ
② 利用の申込みをする。
- たす ひと さが しょうかい
③ ファミリー・サポート・センターに助けてくれる人を探してもらい、紹介してもらおう。
- りよう あと たす ひと かね しはら
④ 利用した後に、助けてくれた人にお金を支払う。

こうべし 神戸市ファミリー・サポート・センター

TEL : 078-414-3081

じゅう しょ こうべしひがしなだくなかちょう ちょうめ せいかつぶんか かい
住 所 : 〒658-0081 神戸市東灘区田中町5丁目3-18 コープこうべ生活文化センター2階

かいしよび げつようび きんようび ど にち しゅくじつ ねんまつねんし やす
開所日 : 月曜日～金曜日 ※土・日・祝日・年末年始はお休みです。

● Family Support Center

Ito ay ang organisasyong na ang miyembro ay alinman kailangan ng tulong sa pagpapalaki o nais tumulong sa pagpapalaki. Ang family support center ay tumatayo bilang nasa gitna at nagbibigay ng kapwa suporta sa mga miyembro.

► Sino ang maaaring maging miyembro?

- ① Mga magulang na may mga batang anak, gaya ng sanggol at mag-aaral sa elementarya, na gusto ng tulong sa pagpapalaki.
- ② Mga taong gustong tumulong sa mga taong nasa itaas.

► Anong uri ng serbisyo ang maibibigay nila?

- ① Sunduin at Ihatid ang anak sa Daycare Center, atbp.
- ② Pag-alaga sa bata pagkatapos ng oras sa Nursery o matapos ang eskuwela.
- ③ Pag-aalaga sa bata kung ang mga magulang ay lumabas para mamili, atbp.

► Paano Gamitin ang Serbisyo

- ① Mag-register sa Family Support Center” sa iyong lugar.
- ② Mag-apply para magamit ang serbisyo.
- ③ Magtanong sa Family Support Center para makahanap ng tao para makatulong sa iyo at ipakilala sa kanila.
- ④ Matapos gamitin ang serbisyo, bayaran ang taong tumulong sa iyo.

Kobe City Family Support Center (lumipat mula noong Abril 1, 2024)

TEL: **078-414-3081**

Kobe City Family Support Center office has relocated on April 1, 2024.

Address: 5-3-18 Tanakacho, Higashinada-ku, Kobe, 658-0081

Coop Kobe Life and Culture Center, 2/fl.

Bukas na araw: Lunes-Biyernes *Sarado kapag Sabado, Linggo, Pista Opisyal, at Araw na walang Pasok sa Bagong Taon.

Oras: 9:00 ng umaga hanggang 5:00 ng hapon