你 好

ニイ ハオ（こんにちは）

＜中国語版＞

Vol. 124

〒242-0018 大和市深见西 1-3-17
市民活动中心 Betelgeuse 北馆一楼
发行方：公益财团法人 大和市国际化协会
発行：公益財団法人 大和市国際化協会
〒242-0018 大和市深見西1-3-17
市民活動拠点ベテルギウス北館1階
电话/電話：046-265-6053
发行日/発行日：2024年2月29日
Email: pal@yamato-kokusai.or.jp
URL: http://www.yamato-kokusai.or.jp/

关于妊娠和分娩

◆当你妊娠时・・・

・若被诊断出妊娠，请在大和市健康福祉中心 2 楼的“育儿咨询和支持中心”窗口提交妊娠登记表*1。提交后，会收到如下物品。

〇母子健康手册*2 ・・・记录妊娠、分娩的过程和孩子的发育状况。

〇可享受公费补贴的就诊券等・・・孕妇健康检查辅助券（14 次）、孕妇牙科健康检查就诊券（1 次）、产后健康检查辅助券（2 次）新生儿听觉检查辅助券（两次）。另外，对怀有双胞胎和三胞胎等多胎孕妇，会追加发放 3 次孕妇健康检查的辅助券。

*1 在提交妊娠登记表时，需要个人号码以及其他身份证明、妇产科就诊发票、孕妇本人的银行存折或银行卡。

*2 备有外语版的母子健康手册。(10 种语言：西班牙语，葡萄牙语，菲律宾语，中文，泰语，英语，韩语，印尼语，越南语，尼泊尔语)

◆咨询机构

〒242-8601 大和市鹤间 1 -31 -7 (保健福祉中心 2 楼)
大和市育儿咨询和支援中心　电话 046-260-5675

◆当你分娩后・・・

1 请在市政府提交出生登记表。

・在孩子出生后 14 天以内向大和市政府提交登记。所需文件为：出生登记表，出生证明书（※），印鉴登录的印章，母子健康手册，国民健康保险证（仅限加入者）等 5 种。

※出生登记表的右半部分印有“出生证明书”。请带上由分娩医院等开具的证明。

・申报人一般是父亲或母亲，但若父亲和母亲无法提交申报时，可由同住人或负责分娩的医生等作为申报人。

◆咨询机构

〒242 -8601 大和市下鹤间 1 -1 -1
大和市政府　市民科　电话 046-260-5111

2 向出入境在留管理厅（入管局）申请在留资格。

・若要获得新生儿的在留资格，必须在出生后 30 天内向出入境在留管理局（入管局)提交申请。详情请咨询外国人在留综合信息中心。

妊娠・出産について

◆妊娠したら・・・

・妊娠の診断を受けたら、大和市保健福祉センターの２階にある「子育て何でも相談・応援センター」の窓口で妊娠の届出*1をします。届出をすると、次のものが交付されます。

〇母子健康手帳*2・・・妊娠・出産の経過、子どもの発育状況を記録するものです。

〇公費の補助が受けられる受診券など・・・妊婦健康診査の補助券（14回分）、妊婦歯科健康診査受診券（1回分）、産後健康診査の補助券（2回分）新生児聴覚検査の補助券（1回分）。また、双子や三つ子など多胎妊婦の方は妊婦健康診査の補助券を３回分追加で交付します。

*1 妊娠の届出をするときは、マイナンバーと身分証明、産婦人科を受診した時の領収書、妊婦名義の通帳もしくはキャッシュカードが必要です。

*2 外国語版の母子健康手帳もあります。（10言語：スペイン語、ポルトガル語、タガログ語、中国語、タイ語、英語、韓国語、インドネシア語、ベトナム語、ネパール語）

◆問い合わせ

〒242-8601大和市鶴間1-31-7（保健福祉センター2階）
大和市　子育て何でも相談・応援センター　電話　046-260-5675

◆出産したら・・・

1 市役所に出生届を提出します。

・子どもが生まれた日から 14日以内に大和市役所に届け出ます。必要な書類は①出生届、②出生証明書（※）、③届出印の印鑑、④母子健康手帳、⑤国民健康保険証（加入者のみ）の５点です。

※出生届の右半分に「出生証明書」が印刷されています。出産した病院等で証明してもらったものをお持ちください。

・届出人は、父、または母ですが、父または母が届出できないときは、同居人や出産に立ち会った医師等が届出人となります。

◆問い合わせ　〒242-8601大和市下鶴間1-1-1
大和市役所　市民課　電話　046-260-5111

2 出入国在留管理庁（入管）に在留資格の申請をします。

・生まれた子どもの在留資格を取得するには、出生後30日以内に出入国在留管理庁（入管）へ申請する必要があります。詳しくは、外国人在留総合インフォメーションセンターにお問合せください。

◆咨询机构

外国人在留综合信息中心

电话 0570-013-904 (可对应 17 国语言：日语，英语，中文，韩语，西班牙语，葡萄牙语，越南语，菲律宾语，尼泊尔语，印尼语，泰语，柬埔寨语，缅甸语，蒙古语，法语，斯里兰卡语，乌尔都语)

3 在母国提交申请。

・在父亲或母亲的国籍所在国提交出生登记表。不同国家的办理手续有所不同，详情请咨询驻日使领馆。

◆分娩育儿临时金

加入健康保险的人员在分娩后，可领取分娩育儿临时金。(根据所加入的不同健康保险组合，金额上会有所不同。)即使是死胎、流产，只要怀孕 12 周以上就可以领取。

◆直接支付制度

是由医疗机构代理孕妇申请和领取分娩育儿临时金的制度。因为分娩育儿临时金是直接支付给医疗机构等，所以孕妇在出院时不需要在窗口支付全额分娩费用。

◆代理领取制度

在向孕妇等加入的健康保险协会等申请分娩育儿临时金时，通过将其交给分娩所在的医疗机构等，直接向医疗机构等支付分娩育儿临时金的制度。

◆咨询机构

(加入大和市国民健康保险的人员)

〒242 -8601 大和市下鹤间 1 -1 -1

大和市政府 保险年金科 电话 046-260-5115

(加入其他社会保险的人员)

请咨询您所加入的健康保险组合。

◆大和市生育・育儿支援事业

为了充实生育・育儿相关支援，市里除了通过育儿指南进行制定生育计划等帮助以外，出于对怀孕・生育进行经济援助，还向育儿家庭发放补助金。

〇支付额:10 万日元（怀孕时・生育时各 5 万日元）

怀孕时・・・在怀孕申报时，与孕妇本人面谈后，可在保健福利中心内的关于育儿的一切均可咨询・支援中心申请。

生产时・・・会在访问婴儿时交给您申请书。在婴儿出生后请尽快提交出生联系单*1。

*1 母子健康手册附录上的明信片

〒242-8601大和市鶴間1-31-7（保健福祉センター2階）

大和市 すくすく子育て課 母子保健係 電話 046-260-5609

◆儿童津贴

・如被抚养儿童在日本有住民登记并且初中尚未毕业的话，对其父亲或母亲支付儿童津贴。

・根据抚养人 (父亲或母亲) 的收入和儿童的年龄情况，支付金额有所不同。(有收入限制)

・原则上，每年支付 3 次(6 月、10 月、2 月)前 4 个月分的一次性金额。

・申请常年可受理，但是根据个人情况，需要的申请文件会有所不同，请联系窗口等进行咨询。

◆問い合わせ

外国人在留総合インフォメーションセンター

電話 0570-013-904（17言語対応：日本語、英語、中国語、韓国語、スペイン語、ポルトガル語、ベトナム語、タガログ語、ネパール語、インドネシア語、タイ語、カンボジア語、ミャンマー語、モンゴル語、フランス語、シンハラ語、ウルドゥ語）

3 本国に届け出をします。

・父または母の国籍国に子どもの出生を届け出ます。国によって手続きが異なりますので、詳しくは駐日大使館・領事館にお問合せください。

◆出産育児一時金

健康保険に加入している方が出産したときは、出産育児一時金が支給されます。（金額は加入の健康保険組合によって異なる場合があります。）

死産・流産でも妊娠12週以上であれば支給されます。

◆直接支払制度

出産育児一時金の請求と受取りを、妊婦などに代わって医療機関などが行う制度です。医療機関などへ直接支給されるため、退院時に窓口で出産費用を全額支払う必要がなくなります。

◆受取代理制度

妊婦などが加入する健康保険組合などに出産育児一時金の請求を行う際に、出産する医療機関などにその受取りを任せることにより、医療機関などへ直接出産育児一時金が支給される制度です。

◆問い合わせ

（大和市国民健康保険に加入の方）

〒242-8601大和市下鶴間1-1-1

大和市役所 保険年金課 電話 046-260-5115

（その他社会保険に加入の方）

ご自身が加入している健康保険組合にお問い合せください。

◆大和市 出 産・子育て応援事 業

市は出産・子育てに関する支援を充実させるために、子育てガイドを使い出産の計画を立てる支援等をするほか、妊娠・出産にまつわる経済的支援をするため、子育て世帯への給付金の支給も行っています。

〇支給額：10万円（妊娠時・出産時に各５万円）

妊娠時・・・妊娠の届出時に、妊婦本人と面談した後、保健福祉センター内子育て何でも相談・応援センターで申請ができます。

出産時・・・赤ちゃん訪問時に、申請書をお渡しします。赤ちゃんが生まれたら出生連絡票＊１をできるだけ早めにご提出ください。

＊１母子健康手帳別冊についているハガキです。

〒242-8601大和市鶴間1-31-7（保健福祉センター2階）

大和市 すくすく子育て課 母子保健係 電話 046-260-5609

◆児童手当

・日本に住民登録のある中学校卒業までのお子さんを養育している父または母に対して支給されます。

・養育している方（父または母）の所得や児童の年齢に応じて支給金額が異なります。（所得制限あり）

・原則として支給は年3回（6月、10月、2月）前4 か月分をまとめて支給します。

・申請はいつでも受け付けますが、個々の事情により申請書類が異なる場合がありますので窓口等でご相談ください。

儿童年龄	子どもの年齢	儿童津贴	児童手当
不满 3 岁	3歳未満	15,000 日元	15,000円
3～12 岁 （小学毕业为止）	3～12歳まで （小学校卒業まで）	10,000 日元 （第 3 个孩子以后为 15,000 日元）	10,000円 （第3子以降は 15,000円）
12～15 岁 （初中毕业为止）	12～15歳まで （中学校卒業まで）	10,000 日元	10,000円

※预计令和 6 年度制度将会修订，请在市政官网上查询最新信息。

◆咨询机构

〒242-8601 大和市鹤间 1-31-7

大和市政府 儿童综合科 津贴医疗小组 电话 046-260-5608

※令和6年度に制度が改正される予定です。最新の情報は市のホームページを確認してください。

◆問い合わせ

〒242-8601大和市鶴間1-31-7（保健福祉センター2階）

大和市役所 こども総務課 手当医療係 電話 046-260-5608

发生地震时的行动指南

要想地震发生时的受害程度减少到最小限度，每个人做出什么样的行动极为重要。因此以下为大家介绍地震发生时所应有的心理准备，以及日常应该做到的一些防患准备。

地震発生時の行動マニュアル

地震発生時に被害を最小限に抑えるには一人ひとりの適切な行動が重要です。地震が起きた時の心構えと、日頃からできる備えについてお知らせします

要沉着冷静

落ち着いて行動を

地震発生
发生地震

首先要保护自身安全
- 把姿势放低
- 钻到桌子下面
- 用手臂或书包保护头部

停止摇晃后
- 要尽快熄灭明火
- 打开门窗，确保出逃路径

避难时
- 为防止碎玻璃割伤脚穿好鞋
- 关掉电闸和煤气总拴
- 如果有人受伤，应该和邻里相互帮助
- 不要开车！只在紧急情况下才使用电话
- 只把必需品装进包内携带出门

搜集正确的信息和避难
- 通过广播等途径搜集正确的信息
- 转移到公园等临时避难所（把自己的去向写在纸上贴在户外或家中显眼的地方

和周围的人合作
- 参加地区的自主防灾会的活动
- 在避难所也要遵守团体的纪律
- 不要进入震坏的房屋（余震可能会导致房屋倒塌）

1～2分後
1-2 分钟后

3～10分後
3-10 分钟后

10分～半日後
10 分钟-半天后

半日～3日後
半天-3 天后

まずは身を守る
- 身を低くする
- 机の下にもぐる
- うでやかばんで頭をおおう

揺れが収まったら
- すばやく火の始末をする
- ドアや窓を開けて脱出口を確保する

避難するときは
- 割れたガラスなどから足を守るために靴をはく
- ブレーカー、ガスの元栓を切る
- けが人がいる場合は、隣近所と協力して助ける
- 車は使わない！電話も緊急連絡のみ
- 必要な物のみをバッグに入れて持ち出す

正しい情報収集と避難
- ラジオなどで正しい情報を得る
- 公園などの一時避難場所へ移動する（行き先を紙に書いて家の外または中の目立つ場所に貼る）

周りの人たちと協力する
- 地域の自主防災会の活動に参加する
- 避難所でも集団のルールを守る
- 壊れた家に入らない（余震で家が壊れることがあります）

（公财）来自大和市国际化协会的通知　（公財）大和市国際化協会からのおしらせ

地址＼住所：大和市深见西１－３－１７市民活动中心 Betelgeuse 北馆一楼
大和市深見西1-3-17
市民活動拠点ベテルギウス北館1階

电话＼電話：　046-265-6051

传真＼FAX：　046-265-6052

电子邮箱＼Email：　pal@yamato-kokusai.or.jp

主页＼ホームページ：http://www.yamato-kokusai.or.jp/

大家都来讲日语！招募日语演讲大赛参赛人员

招募“第 19 届 一起说日语吧!日语演讲大赛”的参赛人员。对于参赛人员会颁发奖状和纪念品等。

时间： 2024 年 7 月 14 日（周日）
13：30～16：00　（预定）

地点： 大和市保健福祉センターホール

内容： 由外国籍或与外国有联系的市民发表日语演讲

主题： 自由 *但是，政治或宗教相关主题演讲除外。
（例如：（1）在日本生活的感想 （2）介绍母国等）

审查： 根据表现力和演讲内容这两点进行审查。

对象： 中学生以上。在市内居住、工作、活动的人员优先。

招募： 12 人左右(同一公司、学校、团体的申请人员原则上不超过 3 人)

申请： 4 月 22 日（周一)开始按先后顺序受理。请先打电话进行申请。有关详细信息，请在申请表上填写必要的事项，并提交至国际化协会。

にほんごで話そう！日本語スピーチ大会発表者募集

「第19回にほんごで話そう！日本語スピーチ大会」に出場するスピーチ発表者を募集しています。出場者には、賞状や記念品等を贈呈します。

日時： 2024年７月14日（日）午後1時30分～4時（予定）

場所： 大和市保健福祉センターホール

内容： 外国籍または外国につながる市民による日本語スピーチ発表

テーマ： 自由　＊ただし、政治、宗教についてのスピーチはできません。
（例：　①日本で暮らして思うこと　②母国の紹介など）

審査： 表現力とスピーチ内容の２点に基づき審査します。

資格： 中学生以上。市内在住、在勤、在活動の方を優先します。

募集： 12名程度（同一の会社、学校、団体からの申し込みは原則3名まで）

申込み： 4月22日（月）から先着順に受付けます。まずはお電話でお申し込みください。詳細は、申込み用紙に必要事項を記入して、国際化協会へご提出ください。

简单的日语教室

大和市国际化协会在每周二晚上开设有日语教室，旨在让您可以愉快地与职场和地区的人员交流。是以入门、初学者为对象的学习“简单日语”的教室。参加学习后说不定就可以轻松地说日语了?有兴趣的人请向国际化协会申请。

时间：　每周二晚上 6 点至 8 点
地点：　国际交流沙龙（Betelgeuse 北馆 1 楼）
讲师：　谷中日语讲座　谷中いずみ先生
内容：　旨在学习能够在各种生活场景中进行对话和介绍祖国文化的句型，词汇，汉字等。
对象人员：初级・中级的人员
费用：　每月 1，000 日元，每次 300 日元
申请：　随时受理参加。

かんたんな日本語教室

大和市国際化協会では、毎週火曜日の夜に、職場や地域の人と会話を楽しむことができるようになるための日本語教室を開いています。入門、初心者が対象の「簡単な日本語」を勉強する教室です。参加すれば簡単に日本語が話せるようになるかも？興味のある方は、国際化協会までお申し込みください。

日時：　毎週火曜日午後６時から８時まで
場所：　国際交流サロン（ベテルギウス北館１階）
講師：　やなか にほんご レッスン　谷中いずみ先生
内容：　いろいろな生活の場面での会話や母国の文化紹介ができるようになることを目標に、文型や語彙、漢字などを学びます。
対象：　初級・中級の方
費用：　１か月1,000円 1回300円
申込み：　随時参加を受け付けています。