

外国人市民向けの産前・産後に関する情報

විදේශීය පුරවැසියන් සඳහා වූ දරු ප්‍රසූතියට පෙර හා පසු සන්නිවේදන තොරතුරු

1. 子育てチャート



かながわ国際交流財団が〈やさしい日本語〉の
ほか10言語で作成。妊娠・出産から小学校入学までにすることが分かります。

1. ළමා වර්ධන වාට් චක

මෙය කතාගාවා ජාත්‍යන්තර සබදතා පදනම විසින් 〈පහසු ජපන්භාෂාව〉 ඇතුළුව වෙනත් භාෂා 10කින් නිර්මාණය කර ඇත. ගැබ්ගැනීම සහ දරු ප්‍රසූතියේ සිට ප්රාථමික පාසලට දරුවා ඇතුල් වීම දක්වා කළ යුතු දේ වටහා ගත හැක.



2. 両親学級



対象：初めて出産をする妊婦さんとパートナー
内容：妊娠中の生活や出産、育児について助産師などがお話しします。
場所：各区役所
※区役所のほかに川崎市看護協会と川崎市助産師会でも行っています。

2. දෙමාපිය පන්තිය

සහභාගී වියහැකි අය : පළමු වරට දරු ප්‍රසූතියක් කරන ගර්භනී කාන්තාවන් සහ ඔවුන්ගේ සහකරුවන්.
විෂය : චිත්තඉ මානාවන් විසින් ගර්භණී සමය, දරු ප්‍රසූතිය සහ දරුවන් රැකබලා ගැනීම පිළිබඳව උපදෙස් ලබාදෙනු ලැබේ.
ස්ථානය : කවසකි නගරයේ සෑම කුයකුණේ හිදී
※කුයකුණේවට අමතරව, කවාසාකි හෙද සංගමය සහ කවාසාකි චිත්තඉ මානාවන්ගේ සංගමය ද සැසි පවත්වයි.

3. 産前・産後家庭支援ヘルパー派遣



ははおや しゅっさんげんご からだ やす
母親が出産前後で 体を休めたい時や
体調不良等のため、育児や家事が困難な家庭にヘルパーを派遣し、育児や家事をお手伝いします。

【サービス内容】

育児に関するもの：授乳、おむつ交換など
家事に関するもの：食事の準備と片付け、洗濯など

4. 産後ケア



出産後、相談できる人がいなくて不安、
赤ちゃんのお世話の仕方が分からないなど、希望する人が利用できます。

- ・宿泊型：助産所に宿泊してケア
- ・日帰り型：助産所で90分のケア
- ・訪問型：自宅で90分のケア など

3. ප්‍රසූතියට පෙර/පසු නිවෙස් සහය

උපකාරක සේවාව

දරු ප්‍රසූතියට පෙර සහ පසුව විවේක ගැනීමට අවශ්ය වූ විට සහ අයහපත් සෞඛ්‍ය තත්ත්වය නිසා දරුවන් ඇති දැඩි කිරීමට හෝ ගෙදර දොරේ වැඩ කිරීමට අපහසු වූ පවුල් වෙත උපකාර කිරීම සඳහා සහායකයින් ලබාදේ.

【සේවා අන්තර්ගතය】

ළමා රැකවරණය සඳහා : මව්කිරි දීම, පැන්පස් මාරු කිරීම ආදිය.

ගෙදර දොරේ වැඩ සඳහා : ආහාර පිළියෙල කිරීම සහ පිරිසිදු කිරීම, රෙදි සේදීම, ආදිය.

4. දරු ප්‍රසූතියෙන් පසු රැකවරණය(care)

දරු ප්‍රසූතියෙන් පසු, අදහස් හුවමාරු කරගැනීමට කිසිවෙකු නොමැති අය, හා ළදරුවෙකු රැකබලා ගන්නේ කෙසේදැයි නොදන්නා අය සඳහා මෙම සේවාව ලබා ගත හැකිය.

- නවාතැන් සේවාව : චිත්තඉ මානා මද්ධ්‍යස්ථානයක නවාතැන් ගෙන සේවාව ලබා ගැනීමට හැක.
- දිවා කාලයේ සේවාව : චිත්තඉ මධ්‍යස්ථානයක විනාඩි 90 ක කාලයක් සේවාව ලබා ගත හැක.
- නිවසට පැමිණ සේවාව : නම නිවසේදී විනාඩි 90 ක කාලයක් සේවාව ලබා ගත හැක.

5. 出産・子育て応援事業



この事業では2つの支援が受けられます。

- ・伴走型相談支援：妊娠・出産・子育てについて保健師などの専門職に相談ができます。
- ・経済的支援：妊娠届出後と出産後にそれぞれ5万円が支給されます。

5. දරු උපන් හා ළමා සුරැකුම් ආධාරක ව්‍යාපෘතිය

- මෙම ව්‍යාපෘතිය ආධාරක වර්ග 2ක් සපයයි.
- ・උපදේශන සහාය : ගර්භණිභාවය, දරු ප්‍රසූතිය සහ දරුවන් ඇති දැඩි කිරීම පිළිබඳව මහජන සෞඛ්‍ය හෙදියන්ගෙන් උපදෙස් ලබා ගත හැක.
- ・මූල්‍ය සහාය : කුයකුණේවට ගැබ්ගැනීම දැනුම් දීමෙන් පසු සහ දරු ප්‍රසූතියෙන් පසු යෙන් 50,000 බැගින් මුදල් ලබා දෙනු ලැබේ.

6. 各区の子育てガイドブック

各区で子育てガイドブックを作成しています。
そのなかに外国人市民向けのページもあります。

6. ළමා ආරක්ෂණ මාර්ගෝපදේශ පොත

සෑම කුයකුණේ වකිත්ම ළමා ආරක්ෂණ මාර්ගෝපදේශ පොතක් නිර්මාණය කර ඇත.
එහි විදේශීය පුරවැසියන් සඳහා වූ පිටුවක් ද ඇත.



7. 『ママと赤ちゃんサポートシリーズ』



多文化医療サービス研究会が18言語で作成。
日本語対訳になっています。

7. 『මව්වරුන් සහ ළදරුවන් සඳහා උපකාරක මාර්ගෝපදේශය』

බහු සංස්කෘතික වෛද්‍ය සේවා පිළිබඳ පර්යේෂණ ආයතනය විසින් භාෂා 18 කින් නිර්මාණය කර ඇත.
එහි ජපන් භාෂාවේ සමාන්තර පරිවර්තනයක් ද ඇත..
※සිංහල භාෂාවෙන්ද ඇත.

8. 赤ちゃんが生まれたときの3つの手続き



対応言語：〈やさしい日本語〉のほか10言語
3つの手続き：①出生届 ②在留資格 ③本国への登録

8. ළදරුවෙකු බිහි වූ විට ගතයුතු ක්‍රියා පටිපාටි 3

භාෂා: <පහසු ජපන්> සහ වෙනත් භාෂා 10ක් ඇත.
ක්‍රියා පටිපාටි 3 :
① කුයකුණේ වට උපන දැනුම්දීම.
② ඉම්ග්‍රේෂන් එකෙන් දරුවාගේ VISA අයදුම.
③ නානාපති කාර්යාලයෙන් තම මව් රටෙහි ලියාපදිංචිය.

9. かわさき子育てアプリ



外国語は12言語に対応。
予防接種や子どもの成長記録などの管理ができます。

9. කවාසාකි නගරයේ ළමා සුරැකුම් ඇප් එක

මෙම ඇප් එක විදේශීය භාෂා 12 ක් සඳහා සහය දක්වයි.
එන්නත් කිරීම සහ ළමා වර්ධන වාර්තා ආදිය කළමනාකරණය කළ හැකිය.

10. 地域子育て支援センター



0歳から就学前のお子さんとお母さんやお父さんが、遊んだり、おしゃべりしたり、子育ての相談もできます。

10. කලාපීය ළමා සුරැකුම් ආධාරක මධ්‍යස්ථානය

මෙහිදී වයස අවුරුදු 0 සිට පෙර පාසල් වයස දක්වා වූ ළමුන් සමඟ, මව්වරුන් සහ පියවරුන්ට සෙල්ලම් කිරීමට, කතාබස් කිරීමට සහ දරුවන් ඇති දැඩි කිරීම ගැන උපදෙස් ලබා ගත හැකිය.

- ・出産時の移動手段は、出産予定の分娩施設に相談するなど、事前に準備をしておきましょう。
事前に登録をしておくと陣痛タクシーが対応できる場合もありますので、タクシー会社に個別に問い合わせてください。
- ・つわりの辛い時期は、お母さんやお父さんが、おしゃべりしたり、子育ての相談もできます。
- ・川崎市には外国人窓口相談「川崎市国際交流センター内多文化共生総合相談ワンストップセンター」があります。→
කවසාකි නගරයේ විදේශිකයන් සඳහා වූ 「කවසාකි කොකුසයි කෝරියු සෙන්තා නයි, තබුංක කොන්සේසෝගෝ සෝදන්, වන් ස්ටොප් සෙන්තා」 නම් වූ උපදේශන මධ්‍යස්ථානයක් ඇත.

