

【2025年度】



中文

致外国居民

育儿指南



国分寺市



妊娠・分娩・育儿

妊娠时，请到医疗机关接受检查。

推荐妊娠11周之前到市政府提交妊娠申请。

手续办理事宜请联系 健康推进课。



妊娠申请

对孕妇交付母子健康手册和母子保健包。（请参照下述）

家人可以代替孕妇提交妊娠申请。



详细情况请打电话询问

☎ 042-321-1801 （时间／8:30～17:00 星期一～星期五）



提交申请时需要的证件

● 带有照片的身份证



提交申请地点

泉广场内 育儿咨询室

☎ 042-321-1801



母子健康手册

提交妊娠申请时交付母子健康手册。

手册不仅记录着妊娠之间你和胎儿的健康状态，

还记录着孩子从出生时到上小学之间孩子的健康状态和发育状况等。

提交妊娠申请时，可以领到〔母子保健包〕。

里面有，①孕妇健康诊查受诊票（孕妇健康检查可以便宜的纸）。②出生通知书（卡片）夹在母子健康手册中（婴儿出生后，把〔出生通知书（卡片）〕寄到育儿咨询室）。和③育儿支援服务等的信息。



孕妇健康诊查

为了保护孕妇和胎儿的健康，必须接受定期的孕妇健康诊查。

怀孕之间推荐接受14回的健诊。市政府负担14回的健诊费用。

孕妇健康诊查受诊票在「母子保健包」里。检查费用可以便宜。

 **咨询** 育儿咨询室 ☎ 042-321-1801

出生登记

※婴儿出生日起14天以内必须提交出生申请

提交地点

婴儿父母的原籍，居住地 或婴儿出生地的所在地的区(市)役所。

提出申请时需要的证件

● 出生证明书

(可在市政府或婴儿出生的医院领取。需要医生或助产士的出生证明和签名)

● 母子健康手册



 **国分寺市的咨询处** 市民课 ☎ 042-325-0111★

国民健康保险

加入时需要的证件

来到窗口的人的在留卡、护照

手续地点

保险年金课 ☎ 042-325-0111 ★

如果您是企业主者请联系各企业的保险组合。



儿童津贴

请必须在婴儿出生当月的月末之前申请。(婴儿在月末出生时，出生日的第二天起15天以内必须申请)

儿童津贴对在日本有住民登录的18岁以下(包括到满18岁当年的3月31日为止)的儿童抚养人领取。

领取金额每月10,000日元到30,000日元。

申请时需要的证件

● 健康保险证等的复印件 1张

● 申请者(家长)的银行帐号

 **申请场所** 儿童育儿支援课 ☎ 042-312-8652・8653

婴幼儿医疗费津贴

出生到入小学前（到满6岁当年的3月31日为止）孩子生病或受伤去医院时，医院的费用将免费（只有使用健康保险时）婴儿出生后90天以内必须申请。

申请时需要的证件

健康保险证等的复印件 1张（有家长和婴儿名字的）可以日后寄邮。

申请地点 儿童育儿支援课 ☎ 042-312-8652・8653

育儿相谈

关于到满17岁孩子的问题可以提供咨询。

咨询 育儿咨询室 ☎ 042-321-1809

育儿设施

托儿所（从0岁到入小学前的5岁的儿童到上学为止）

家长因工作或患病等原因，不能在家里照顾孩子时，可以代替家长托管孩子。

认可外托儿所

● 认证托儿所 关于入所的信息请直接向施設咨询。

幼儿园

从3岁到入小学前的5岁的儿童



儿童教育，
保育的免费化
等

对于上托儿所或幼儿园的孩子的家长有利用费用的补助制度。

详细请参阅网站

■ URL :

<https://www.city.kokubunji.tokyo.jp/kurashi/1008608/1008670/1020864.html>



咨询 保育幼儿园课
☎ 042-312-8648





对外国人的支援



国分寺市国际协会 (Kokubunji International Association)

国分寺市国际协会 (KIA) 是支援住在国分寺市的外国人而且跟外国人交流的志愿者团体。举办下述的活动。

- 提供帮助在住市内的外国人对日常生活上的咨询
- 开设日语教室
- 帮助对有外国背景的小中学生学校的学习和学习日语
- 举办各种讲座, 国际交流等

■ 地址: 国分寺市光町1-46-8 光广场1楼 ☎ 042-505-6132

■ FAX: 042-505-6138 ■ Email: info.1991kia@gmail.com



东京都多国语言指南

☎ 0120-142-142

■ 咨询时间: 周一至周五 10:00~16:00

■ 对应语言: 多国语言



东京都多文化共生门户网站

■ 为外国人提供信息 ■ URL: [https:// tabunka.tokyo-tsunagari.or.jp/](https://tabunka.tokyo-tsunagari.or.jp/)



医疗信息



东京都医疗机关药局指南服务

- 介绍能用外语咨询的医疗机关以及应答关于日本医疗制度的咨询。
网页上能搜索到都内的能用外语沟通的医疗机关。

● 面向外国人患者医疗信息服务 (东京都)

☎ 03-5285-8181 ■ 咨询时间: 9:00~20:00

■ 语言: 可用 英语・汉语・韩语・泰国语・西班牙语 咨询

● 医疗信息网站 (厚生劳动省)

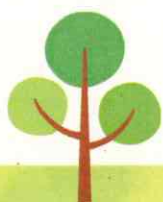
■ URL: <https://www.iryuu.teikyouseido.mhlw.go.jp>



AMDA 国际医疗信息中心

☎ 03-6233-9266

■ URL: <http://www.amdamedicalcenter.com/>



育儿支援

家务・育儿上门业务

可派遣家庭助手。提供照看孩子及做家务的支援。如需要家庭助手,请咨询。

咨询 育儿咨询室 ☎ 042-321-1801

短期照看

对2岁到15岁(初中生)的儿童可以利用。您要托管孩子的时候请跟我们联系。

咨询 育儿咨询室 ☎ 042-321-1809

家庭支援中心

出生后57天到12岁(小学6年级)的儿童,可代办接送,育儿疲劳想放松一下时可到「家庭支援中心」申请有费支援。

收费每个小时 800~900日元。

咨询 国分寺市家庭支援中心 ☎ 042-505-5466

其他服务

● 临时托儿 ● 紧急临时托儿 ● 病儿,病后托儿

咨询 保育幼儿园课 ☎ 042-312-8648

地域的支援服务

家长和孩子可以交流的免费设施

● 儿童馆 ● 亲子广场 ● 公园

咨询 儿童育儿支援课 ☎ 042-312-8650・8651
育儿咨询室 ☎ 042-321-1801

免费日语学习班

■ 上午班 地点:本多公民馆等 时间:每周星期五 10:00~12:00

■ 晚上班 地点:福祉中心 时间:每周星期三 19:00~21:00

※ 希望参加时,需要加入国分寺市国际协会,成为会员交会费(年2,000日元)

■ 家长幼儿班 地点:请咨询 时间:请咨询

咨询 国分寺市国际协会 ☎ 042-505-6132

咨询 申请 <https://www.1991kia.jp/japanese-class-ch/>



生活日语学习班 (光公民馆)

■ 场所:光公民馆 ■ 时间:每周星期三 10:00~11:30

咨询 光公民馆

■ Email: hikari-kouminkan@city.kokubunji.tokyo.jp (也可用中文・英文等)

☎ 042-576-3991 (尽量用日语)