



在加贺市 育儿的外国人的生活指南



离开祖国生孩子，在异国养育孩子是件很难的事情。为了支持育儿，加贺市有各种服务以及扶持制度。并将育儿时期的相关有用信息整理成册子便于大家使用。为了便于理解，在此只做了简单说明 如想知道详细信息请直接询问主管部门。这本册子是以加贺市有居民票的人为对象而制作的。对于加贺市没有居民票的人，请先确认有居民票的地方自治团体的信息。

咨询窗口 加贺市育儿支援站 加贺市儿童网络（和市政府健康课在同一个地方）。

从怀孕到育儿，是提供综合支援的“一站式服务窗口”。如果您提前预约，还可以为您准备翻译。关于生育、育儿等问题，都可以来咨询。

地址：加贺市大圣寺八间道 65 号 加贺交流广场樱花 1 楼

接待时间：周一至周五 8:30~17:15 （周六日，节假日休息） ☎0761-72-2565



妊娠

✓ 请申请“妊娠登记” / 领取“母子健康手册”

在医院确知自己怀孕后，请前往市政府健康课提交“妊娠申报书”，领取“母子健康手册”。“母子健康手册”不仅是记录母亲和孩子健康的手册。而且在“孕妇体检”和孩子打预防针的时候也是必要的

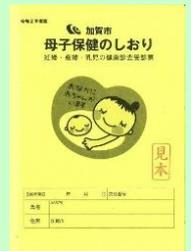
▷请询问：健康课 ☎0761-72-7866



✓ 请参加免费“孕妇体检”。

在领取母子健康手册的同时，还可以领取孕妇体检的免费问诊票(14次)。妊娠 39 周(预产期)之前的期间内，可以在石川县内的医院使用。在县外医院的孕妇检查和妊娠 40 周以后的孕妇体检时所付的费用，可以向市政府健康课提交收据，一部分的钱就会返还给您。

▷请询问：健康课 ☎0761-72-7866



✓ 关于领取分娩准备补贴

怀孕超过 16 周的孕妇，每个胎儿可以获得 1 万日元津贴。但是产后超过 14 天就不能领了。请向市政府健康课申请。

申请时所需材料：母子健康手册、孕妇名义的银行存折

▷请询问：健康课 ☎0761-72-7866



✓ 请参加准爸爸妈妈孕期课程。

平安健康地生孩子，妈爸爸共同学习如何快乐地照顾孩子。

要预约·免费

※举办日期将由市政府发送通知。收到通知后您可根据自己的安排，选择合适的时间段进行预约。

① 身体和饮食

地址：保健中心 加贺交流广场樱花 2 楼 地址：加贺市大圣寺八间道 65

内容：保健师和营养师的讲座（「妊娠期间身体的注意事项」「关于婴儿发育成长所必需的营养和妈妈的饮食生活」）

② 分娩和育儿

地址：亲子安心站（旧南乡保育园） 地址：加贺市下河崎町 79-2

内容：体验内容「给宝宝洗澡、换尿片、穿衣服、抱宝宝的正确姿势」、座谈会、助产士的讲座

▷请询问：健康课 ☎0761-72-7866



✓ 您想要儿童安全座椅吗？

在加贺市孩子出生后，购买儿童安全座椅的时候，可以拿到费用的 1/2（上限 1 万日元）的补贴。如果想要免费的儿童安全座椅(二手)的时候请到市政府登记。

无论哪种情况，详细情况请向市政府询问。

▷请询问：育儿支援课 儿童家庭系 ☎0761-72-7856



分娩



首先恭喜您喜得贵子！ ～手续・体检日程～

诞生

新生儿出生后请马上办理

✓ 提交「出生证明」 孩子出生后，请在14天内办理手续

▷ 请询问：窗口课 ☎0761-72-7880

✓ 关于领取「儿童抚养津贴」 请在孩子出生的第二天~15天以内办理

在孩子初中毕业之前，每个孩子可以拿到5000~15000日元/月的补贴。每年分3次（6月、10月、2月）政府将把钱汇入账户。根据家庭收入和孩子的年龄不同，所得到的金额也不同。请到市政府申请。

▷ 请询问：育儿支援课 儿童家庭系 ☎0761-72-7856

✓ 请加入「健康保险」 孩子出生后，请马上办理

在日本，如果不加入“健康保险”的话，就必须自己在医院支付昂贵的医疗费，孩子出生后，一定要让孩子加入健康保险，领取“健康保险证”。

▷ 请询问：①如果加入国民健康保险 ⇒ 市役所保险年金课 ☎0761-72-7860

②如果加入父母工作单位的健康保险 ⇒ 请询问工作单位

✓ 关于申请「儿童医疗费补助」 收到孩子的“健康保险证”后

在加贺市，0岁~18岁的孩子可以免费去医院看病。请到市政府申请“儿童医疗费领取者证”。去医院的时候，一定要携带此证。

※一部分的费用（住院时的伙食费和先进医学等）不能免费。

申请时需要的物件：孩子的「健康保险证」

▷ 请询问：育儿支援课 儿童家庭系 ☎0761-72-7856

✓ 有关「分娩育儿一次性补助金」

生孩子时会花费许多钱。加入健康保险的母亲（持有自己的健康保险证的母亲）可以领取“分娩育儿一次性补助金”。（每个孩子约42万日元）。万一流产、死产，如果是怀孕4个月（85天）以后，也能拿到补助。详情请向医院咨询。

▷ 请询问：孩子出生的医院或加入的健康保险的窗口（请咨询市政府或您的工作单位）

请向您的公司(工作单位)确认吧

✓ 有关领取「生育补贴」 仅限母亲

在公司工作，生完孩子后回原单位上班的人，可以从公司拿到生育保险津贴。但是，没有加入公司健康保险（加入国民健康保险的人）则不能领取。

▷ 请询问：健康保险窗口（健康保险组合）

✓ 关于领取「育儿休业补助金」 母亲・父亲

加入公司雇佣保险的母亲和父亲，在育儿休业期间可以领取保险金

▷ 请询问：工作所在地的职业介绍所



~14日



1 个月



1 个月婴儿体检 (产妇和新生儿)

通过在县内的医疗机构进行预约,可以检查母婴的健康状况。体检时请携带健康检查问诊票(补助券)。

※如果您去县外老家的医疗机构就诊的话,县内将补贴部分费用。详情请咨询健康课。

对产妇和新生儿(早产儿) 的访问★

市政府的助产师或保健师将会上门拜访出生后 4 个月内的婴儿和产妇。进行婴儿身体测量,产妇身体调理,如何母乳喂养以及如何照料新生儿的指导和咨询。

4 个半月

4 个半月婴儿体检 ★

地址:保健中心
(加贺交流广场樱花 2 楼)
内容:内科检查、身体测量、关于儿童成长发育与营养的团体指导,个人咨询



产后护理项目 (产后不满 1 年)

助产士和其他专业人员为产后焦虑和身心不适的母亲和婴儿提供帮助和咨询。

例)上门服务、1 次 2,000 日元(4 小时以内)

产前产后家庭支援帮手派遣事业(产后未满 1 年)

如果您在生完孩子后身体不适,无法做家务或照顾孩子,我们将会给您派遣护理师。1 次 1,000 円(2 小时以内)

▷请询问:健康课 ☎0761-72-7866



7 个月

7 个月婴幼儿辅食教室 ★

地址:保健中心 (加贺交流广场樱花 2 楼)
内容:身体测量、观看婴幼儿辅食现场演示,个别咨询※要预约



1 岁

1 岁儿童体检 (11 个月~1 岁 1 个月)

通过在县内的医疗机构预约,可以进行儿童体检。体检时请携带健康检查问诊票(补助券)。

1 岁半

1 岁 6 个月儿童体检 ★

地址:保健中心 (加贺交流广场樱花 2 楼)
内容:内科·口腔检查、身体测量、个别咨询、营养咨询,牙科咨询



3 岁

3 岁儿童体检 (3 岁 6 个月左右) ★

地址:保健中心(加贺交流广场樱花 2 楼)
内容:内科·口腔检查、身体测量、个别咨询、营养咨询、牙科咨询、听力·视力标准、尿液检查、关于语言



★事先市政府健康课会给您寄去通知或者通过电话联系您

▷请询问:健康课 ☎0761-72-7866

关于疫苗接种的信息,请看下一页



关于预防接种

到了孩子接受预防接种的年龄，您可以使用接种券在医疗机构免费接受预防接种。接种券将邮寄给有孩子的家庭。请在医疗机构预约并携带疫苗接种券和母子健康手册。

※具体接种顺序及日程请根据您的身体状况、请与您经常就诊的医生商量决定。

▷请问：健康课

☎0761-72-7866



种类	疫苗		接种年龄(最佳时期)	接种次数
定期预防接种	轮状病毒	单价疫苗	出生2个月~6个月	2次
		5价疫苗	出生2个月~8个月	3次
	B型肝炎		出生2个月~1岁未滿	3次
	HIB疫苗 (B型流感嗜血杆菌)		出生2个月~1岁	4次
	小儿肺炎球菌结合 (PCV13)		出生2个月~1岁	4次
	四种混合(DPT-IPV)		出生3个月~1岁	4次
	BCG		出生5个月~1岁未滿	1次
	麻疹风疹(MR1期)		1岁~	1次
	水痘		1岁~	2次
	日本脑炎		3岁~	3次
任意预防接种	腮腺炎		1岁	1次
	流行性感冒		每年	2次

托育机构

保育园·幼儿教育中心

可以把父母双方都工作或因其他原因白天无法照看的孩子交给保育园。以0岁到5岁的孩子为对象。保育时间为工作日8:30~16:30。费用是根据父母收入来分多少，分成各等级来征收的。一些保育园提供适合您需要的托儿服务，例如延长，假期和夜间托儿。入园请向所需的保育园或市政府的儿童保育支援课申请。

在家不能照顾孩子的时候，也可以暂时把孩子交给保育园。一天(含餐)1500~1800日元，半天(不含餐)半价。请直接联系保育园。

此外，当您怀孕或生育孩子时，请利用我的保育园登记制度，可以在孩子满3岁之前，在保育园进行育儿咨询、育儿参观。登记是免费的。另外，只有工作日的上午可以免费使用3次临时保育服务。请在所需保育园直接登记。

▷请问：育儿支援课 保育系 ☎0761-72-7855

放学后儿童俱乐部

放学后或寒暑假，家长因工作等原因不在家的家庭的孩子(小学1年级到6年级)可以委托照看。费用大概是每月8000~15,000日元。

▷请问：放学后儿童俱乐部/育儿支援课 儿童家庭系 ☎0761-72-7856

育儿短期支援事业

由于监护人的急病、急事或工作的关系，在夜间、休息日无法和家人一起照顾孩子时，可以把孩子送到儿童福利院。以2~18岁的孩子为对象。关于设施的接收，请咨询育儿支援站。

▷请问：育儿支援站 ☎0761-72-2565

加贺家庭支持中心

提供保育园儿童保育时间外的托管、放学后儿童俱乐部上学前、放学后的托儿服务、保育设施等的接送、病后儿童的照顾，婚丧嫁娶、学校活动、上医院等外出时的托管(特定传染病除外)、产后的育儿支援等服务。如有需要请注册会员。对象：0个月~9岁

费用：每个孩子每小时700~900日元

▷请问：加贺家庭支援中心 ☎0761-75-7933

地址：加贺市下河崎町79-2 亲子安心站内 工作日9:00~17:00



照看生病孩子的机构

病童、病后儿童的临时托管

监护人因工作等原因不能照看生病的孩子时，可以托管 0 岁到小学 6 年級的生病孩子。另外还可以照看病后儿童。

时间：平时工作日 8:30~17:30

费用：1 天 1,500 日元（餐费另加 500 日元）

※需要提前注册登记和在申请书上写明医生的联络方式。

但是，如果情况紧急也可以在当天登记后直接把孩子送去托管。

▷ 请询问：「加贺病童」加贺市医疗中心 ☎0761-76-5179 地址：加贺市作见町 Ri36 号



如果您认为您的孩子有残疾智障

关于帮助残疾儿童的补助

在加贺市有对残疾智障儿童的医疗费等的补助，以及为养育孩子支付补贴等制度。如果您怀疑孩子有残疾的话，请尽早向介护福祉课联系。

▷ 请询问：介护福祉课 ☎0761-72-7852

健康育儿

可以在保育园托管能适应集体生活的残疾智障儿童。

▷ 请询问：育儿支援课 保育系 ☎0761-72-7855

关于单亲家庭的孩子

对单亲家庭的支援・制度

・对单亲家庭的医疗费补助

单亲家庭的抚养孩子的父亲或母亲的医疗费（保险诊疗部分）超过 1000 日元的部分予以补助。

※要进行收入等审查。

・儿童抚养津贴

支付给孩子的父母，或监护人。

※要进行收入等审查。

▷ 请询问：育儿支援课 ☎0761-72-7856

想和大家进行育儿交流…

育儿支援中心

是支援育儿家庭的设施。可以进行育儿咨询。主要以未上保育园的家庭为对象，开放游乐场，举办婴儿按摩、瑜伽、点心料理教室等亲子活动。并 2 个月发行 1 次，关于市内保育园开放、育儿交流沙龙日程等信息的杂志。

▷ 请询问：育儿支援中心 ☎0761-74-2820

地址：加贺市潮津町 So 1 号 2（斯瓦顿保育园内）

平时 9:00~16:00 周六 9:00~11:30（节日、年末年初休息）



保育园开放

我们为在家育儿的父母和孩子们，开放保育园，提供玩耍的场所。开放日因各个保育园而异，请向保育园确认。

▷ 请询问：您想去的保育园/育儿支援课 保育系 ☎0761-72-7855

育儿交流沙龙

在这里，您可以与正在抚养孩子的父亲和母亲进行互动和交换信息，并与孩子们一起玩耍。沙龙活动会在儿童中心和地区会馆等地召开

▷ 请询问：各个育儿交流沙龙/育儿支援中心 ☎0761-74-2820

紧急应急（当孩子在夜间或节假日突然生病时）

① 夜间儿童救急电话咨询 ☎#8000 或者 076-238-0099 年中无休 18 点~第二天早上 8 点

② 节日夜间急病中心 南加贺急病中心（小儿科・内科） ☎0761-23-0099

诊疗时间：周一~周六 19 点~22 点 30 分

周日、节日 9 点~12 点，13 点~22 点 30 分

叫救护车 ☎ 119

※在日本可以免费使用救护车。但是，在医院接受检查时，需要交健康保险证和诊察费。



交通地图

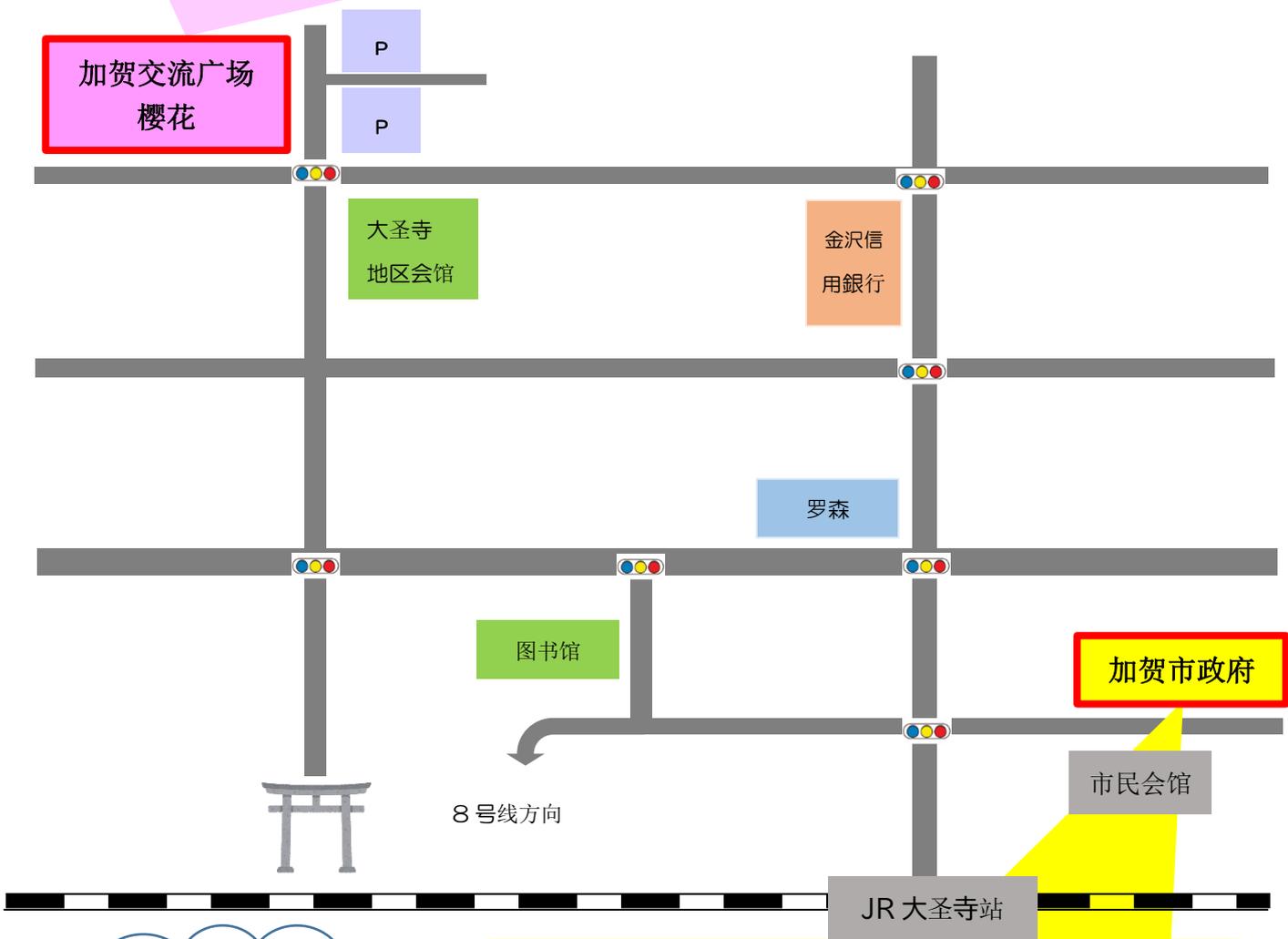
加贺市育儿支援站 加贺市儿童网络

地址： 加贺市大圣寺八间道 65 号 加贺交流广场樱花 1 楼

时间： 周一至周五 8:30~17:15 （周六日节假日休息）

☎0761-72-2565

市政府健康课 ☎0761-72-7866



如果您有担心或困扰的事情，请前来咨询我们
加贺市会在您育儿的路上给予最好的支持!!



加贺市政府

地址： 加贺市大圣寺南町二 41 号

时间： 周一至周五 8:30~17:15 （周六日节假日休息）

- 育儿支援课 ☎0761-72-7856
- 窗口课 ☎0761-72-7880
- 介护福祉课 ☎0761-72-7852
- 税金课 ☎0761-72-7815
- 保险年金课 ☎0761-72-7860
- 等

※健康课在加贺交流广场樱花内。

