

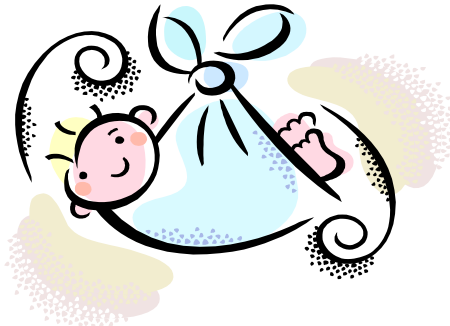
What's New?

新居浜市

第 204 期

2012 年 8 月

新居浜 SGG 出版



外国人在日怀孕生子指南

艾米·张

如果你远离家乡身在日本，并决定在这里怀孕生子的话，以下是我在怀孕的时候积累的一些信息和资源，希望能给你一点帮助。

确认怀孕

你可以在任何药店买到验孕棒，日语叫做“妊娠検査薬”，一盒大约 600 到 1000 日元，和西方国家的验孕棒一样，你只需要憋一小会尿就可以进行测验了。验孕棒上面有两条粉红色的小线，那么当证实你确实怀孕后，接下来该怎么办呢？

找诊所

新居浜市出版了一本育儿指南，但是很不幸，它是日语版本的，因为我的要求，英文版的已经制作完成。这本指南里除了列有一些妇科诊所、医院的信息之外，还简单列有诊所的诊疗内容、地址及营业时间等。我想除了这本指南外，或许你还可以去我接受诊疗的诊所或者咨询下其他有经验妈妈们，先比较下她们的经验之后再决定去哪儿吧。

第一次去诊所

在选好诊所之后，打电话预约诊疗时间，记得带上自己的在留卡和保险证。如果你的日语不太好的话，最好带上一位懂日语的朋友一同前往，去诊所接受超声波检查，以验证家里的验孕棒的检测结果是否正确。在我看来，在日本进行超声波检查，然后得到胎儿的照片好像是再普通不过的程序了。

怀孕登记和费用

根据你的身体状况，医生会让你定期到医院接受检查，直到胎儿成长到第 8 周。当孕情稳定后，诊所或者医院会给你发行一张怀孕诊断证明书，该证明将会被新居浜市保健中心记录在案。

拿着怀孕证明到保健中心去登记，保健中心会发给你一本《母子健康手帳》（有英文版

本)，这本手册上记录有你和宝宝的所有健康诊疗记录。记得每次去诊所接受诊疗时，都带上这本手册。

同时，你也会得到一张可以减免怀孕检查费用的“妊娠健康診査受診表”。接受检查前，填写好当天要用的检查券的信息，诊所的工作人员就会撕下当天的检查券。新居浜市可以报销全部或者部分住院后的手术费及各项检查费用等。（加入了国民健康保险的产妇，可以按每个孩子 42 万日元的标准给予补助）。

可以预想的诊疗过程

我所接受检查的诊所是半自动挂号系统，当你到了诊所后，把诊疗卡插入读卡机以确认你的到访和发行诊疗排号券。如果需要的话，接待人员会要你提交母子健康手册和免费诊疗券。这些手续办完后就在休息区等待诊疗，接下来是常规尿液检查、血压、体重等。大多数孕妇都是 2 到 3 周检查一次，直到最后一个月时，你才需要一周去一次。

分娩及产后

当怀孕进入到了后期阶段时，助产士将会和你商量分娩计划。这个计划包括有你自己希望分娩的方式和为期 4-7 天的住院计划等等。由于这是和医务人员商量分娩事宜、咨询不安等问题的时间，所以最好在家里准备好问题后再去诊所。值得注意的是，日本的大多数产妇都会选择自然分娩，也就是说，你如果想选择无痛剖腹产进行分娩的话，需要提前和医生商谈，因为有的医院并不提供这项服务。

总而言之，我非常满意自己在日本的分娩之旅。在怀孕过程中，我得到了来自医护人员无微不至的照顾，住院期间甚至让我觉得不是住在医院，而是住在酒店里一样。因为我的日语水平有限，主治医生和护士们总是尽他们最大的努力让我知道自己的身体状况。

话虽如此，在国外生孩子的确还是很冒风险的，但不管怎样，我觉得再也找不出一个比日本更能让我信任的地方了。

资源列表

新居浜市保健中心（新居浜市保健センター）
(0897) 35-1070

小西诊所（小西クリニック）
(0897) 33-1135

SGG – 新居浜市义工导游组织
(0897) 34-8914

在新居浜市生活了 2 年多的艾米·张来自美国，是一位刚生小孩不久的妈妈。

8月活动



★8月5日/8月12日

周日跳蚤市场

7:30-12:00

地 点: 新居浜市政府中央公园

★8月19日

别子矿藏公园 夏日节

10:00-15:30

地 点: 别子矿藏公园

电 话: 32-4028

除了有为儿童精心准备的角色扮演、舞蹈以外，还有食品和饮料小摊。

★8月19日

第八届市民音乐节

13:00


地点:市民文化中心

费用: ¥500

电话:33-2180

您也可以在线阅读

- *本月新闻
- *垃圾分类方法
- *新居浜市生活指南

点击  [http://www.city.niihama.lg.jp/english/Clair: *Multilingual Living Information](http://www.city.niihama.lg.jp/english/Clair:*MultilingualLivingInformation)
<http://www.clair.or.jp/tagengprev/en/omdex.html>

新外国人在留管理制度的实施

(摘自市政新闻 7 月刊)

《住民基本台账法 部分修正法案》于 2009 年 7 月 15 日对外公布，2012 年 7 月 9 日，新的外国人在留管理制度正式实施。

➤ 外国居民也可做成住民票

和日本人一样，外国居民也成为可以发行住民票的对象，该住民票记载有外国居民以“户”为单位的家庭信息，如与该外国人一起同居的日本人或外国人等。

注：在留资格为短期滞留的外国人为非住民票发行对象。（如：旅游、出差等）

➤ 会给在日外国人发放在留卡和特别永驻者证明书

由于外国人登陆制度的废止，“外国人登陆证明书”被“在留卡”和“特别永驻者证明书”代替。已经持有“外国人登陆证明书”的外国人需在一定期间内将其更换为“在留卡”或者“特别永驻者证明书”。

注：在更换之前的时间内，“外国人登陆证明书”仍会被视为有效的在留证件。有关尚可持有的时间等问题，请咨询新居滨市政府 市民课。

➤ 需在市政府和入国管理局办理的新手续

当您在新居滨市内搬家时，您需要向市民课提出住所变更申报，如果您要搬出新居滨市的话，需要先向市民课申报，获取“转出证明书”，再持该证明书到您新居住地的市政府办理转入手续。

当您离开日本时，请务必通知市民课。

注：有关在留资格的变更和在留时间的变更等手续的办理，您只需在入国管理局办理即可，无需通知市民课。当特别永驻者想要变更特别永驻者证明书上有关信息时，请到市民课办理。

新居滨市市政府 市民课 电话:65-1232

您可以在日本法务省 入国管理局主页上看到有关新在留制度的相关信息。（26 种语言）

电影信息

TOHO 电影院 新居浜 (AEON 购物中心)

6月30日~	超凡蜘蛛侠		英语/译制
7月7日~	惊天换日		英语
7月21日~	勇敢的心	2D,3D	译制
7月28日~	黑暗骑士崛起		英语
8月1日~	马达加斯加 3	2D, 3D	
	欧洲大围捕		译制
8月10日~	宇宙威龙		英语
8月17日~	复仇者联盟	3D	英语
8月24日~	普罗米修斯		英语

信息服务

网站: <http://niihama-aeonmall.com>

电话(24 小时): 0897-35-3322 (日语)

电影播放时间有可能变动, 请在观影前事先确认。



<Contributed by Adam Schartup>

SGG 欢迎大家对月刊提出各种建议、疑问或者想法。

邮箱: yukiko-m@shikoku.ne.jp

kasi4386@plum.ocn.ne.jp

sheep@abeam.ocn.ne.jp

本月英文编辑: A. AKIYAMA & K. KUMATA

日语学习点

各种各样的“悪い”NO.2

(ハイキング中)(郊游中)

A : どうしたんですか。Dōshitan desu ka. (怎么啦?)

B : ちょっと気分が **悪い**んです。

Chotto kibun ga waruin desu.

(我觉得有点不舒服。)

A : じゃ、そこで **少し** 休みましょうか。

Ja, sokode sukoshi yasumimashō ka.

(那我们休息下吧。)

B : **大丈夫**です。皆さんに **悪い**ですから。

Daijōbu desu. Minasan ni warui desu kara.

(没关系，休息的话感觉太对不住大家了。)

A : **無理**しないで。Muri shinaide.

(不要太勉强哦。)

熱中症になると **大変**だから。

Netchūshō ni naru to, taihen dakara.

(万一中暑了可就惨了呢。)

B : **すみません**。ありがとうございます。

Sumimasen. Arigatō gozaimasu.

(真是太不好意思了，谢谢。)

A : ちょっと **買い物**に 行ってきます。

Chotto kaimono ni ittekimasu.

(我出去买点东西。)

B : **悪い**けど、ついでに **宝くじ** 買ってきて。

Warui kedo, tsuide ni takarakuji kattekite.

(如果你不介意的话，能顺便帮我买张彩票吗?)

A : いいけど、どうせ **当たり**ませんよ。

Ii kedo, dōse atarimasen yo.

(可以是可以，但估计怎么也不会中的哦。)

A : この **桃**、すごく **安い**ですね。

Kono momo, sugoku yasui desu ne.

(这个蜜桃，真是便宜啊。)

“**わけあり**”って **書いて** ありますよ。

“Wakeari” tte kaite arimasu yo.

(上面写着“打折有因”呢。)

B : **見かけ**は **悪い**けど、**味**は いっしょだから。

Mikake wa warui kedo aji wa issho dakara.

(外表起来是不怎么好，但味道和其他的品种是一样的。)

A : じゃ、これに **します**。 Ja, kore ni shimasu.

(那好吧，我选这个。)

< 由新居浜市日语协会提供 >

NNK 面向居住在新居浜市的外国人提供日语课程。

(免费课程为每周二、四晚 7 点 30 分至 9 点。)

地点：新居浜市福祉中心 ふれあいプラザ)

联系电话：0897-34-3025 (Manami Miki).

邮箱：manami-m@js6.so-net.ne.jp