

# 区子 親子 情報

ISOGO Parenting  
Support Guide

いそごおやこ  
しょうほう

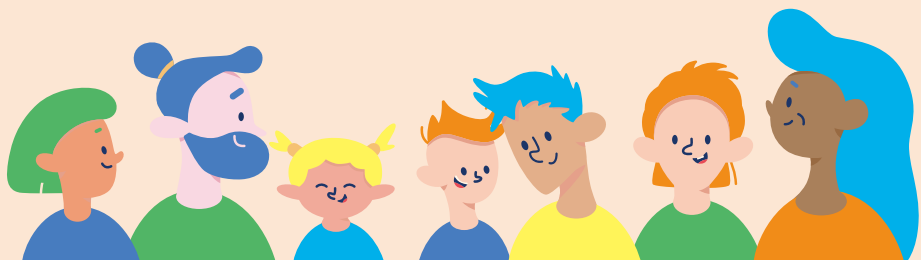
早く  
知  
道

## 导语

矶子国际交流处经常接待来自海外并在日本养育子女的爸爸妈妈们。他们在此进行各种咨询，如生产相关手续，保育设施的申请，儿童学习支援等。

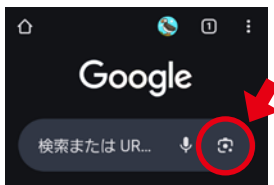
在一个文化和法律不同的国家，与母语不同的语言环境里生儿育女会让人感到非常不安。因此，我们在这本小册子中汇编了在日本养育子女时，从分娩到孩子高中毕业期间需要了解的实用信息。

请一定看一看。如果您的焦虑减轻了，我们会非常高兴。如果您有任何问题，请到矶子国际交流处来咨询。我们在此恭候您的光临。



### 使用 Google 智能镜头翻译

1 点击 Google 搜索框中的相机图标



2 将相机对准要翻译的文本，然后选择屏幕下方的“翻译”



## 目录

导语	1
目录	2
面向外国居民的育儿图表	3
生育（分娩）	
欢迎使用横浜市育儿支援应用程序“Pamatoco”	5
请戴上孕妇标识牌	5
如果您在夜间、周日或节假日突然生病	6
小学入学前（婴幼儿期）	
矶子区地区育儿支援据点 Isopiyo	7
寻求产前产后家政助理（月嫂）的帮助	8
亲子集会广场	9
学前教育设施	10
保育、教育相谈服务	10
选择托儿所或幼儿园的经验谈	11
从小学到高中	
日语学习	13
孩子的学习支援	13
高中毕业很重要	14
其他信息	
子女的居留资格	15
发育障碍	15
无体罚育儿	16
矶子国际交流处	17
咨询受理机构、防灾	
区役所的咨询受理部门	19
区役所以外的咨询受理机构	21
在日本的灾害预防（防灾）	22

# がいこくじんじゅうみん 外国人住民のための こそだ 子育てチャート

にんしん しゅっさん しょうがっこうにゆうがく  
～妊娠・出産から小学校入学まで～

[www.kifjp.org/child/chart](http://www.kifjp.org/child/chart)



やさしい日本語



スタート



おなかに 赤ちゃんが いますか？

STEP 1

お母さんになるための準備

1 あか 赤ちゃんを 産む ところを探す

2 ぼしけんこうてい 母子健康手帳 ぼしてちよう (母子手帳) を もらう

3 しゅっさんいくじしきん 出産育児一時金の てつづ 手続き

4 お母さん (お父さん & お母さん) のための 教室に 参加

5 入院・分娩

妊婦健診



13 よぼうせつしゅ 予防接種・ あか 赤ちゃんの 病院を 決めます



12 あか 赤ちゃんと お母さんを 訪問します



11 いっかげつけんしん 一か月健診

STEP 3  
あか 赤ちゃんと お母さんの 健康のために



10 たいしかん 大使館/入国管理局 での 手続き



6 しゅしょうとけい 出生届

8 じどうてあて 児童手当

7 こ 子どもの 病院に かかる お金について

9 しゅっせいれんらくじよう 出生連絡票 (赤ちゃんが 生まれたことを 知らせる はがき)

※@に必要な 書類の 準備 も します

STEP 2

あか 赤ちゃんが う 生まれてから すること

14 にゅうようじけんしん 乳幼児健診



STEP 4

こ 子どもを ちいき なか 地域の 中で 育てます



15 こそだ しえん 子育て支援センター など



16 ほいくえん 保育園 入園 または 17 ようちえん 幼稚園・こども園 入園



18 しょうがっこう 小学校に 入るための 準備



しょうがっこう 小学校 入学

i

がいこく 外国のかたが、 にほん 日本で おとうさん、おかあさんに なったとき、 あか 赤ちゃんのために役所でする 3つのだいじなこと

[www.kifjp.org/child/threeprocedure\\_jpn](http://www.kifjp.org/child/threeprocedure_jpn)



発行 2023年4月

編制 & 出版 公益財団法人神奈川国際交流財団

KIF 公益財団法人 かながわ国際交流財団 Kanagawa International Foundation ©2023 Kanagawa International Foundation



## 欢迎使用横滨市育儿支援应用程序“Pamatoco”

Pamatoco 是横滨市的官方育儿应用程序。用户可以通过它确认生产前后需要办理的手续、申请相关资金、管理疫苗接种日期等。还可以接收来自横滨市的通知。当您发现自己怀孕时，请在 Pamatoco 上注册您的信息。



如果您在输入信息时遇到困难，  
请咨询矶子国际交流处。

介绍网站



## 请戴上孕妇标识牌



### 何为“孕妇标识牌”？

孕早期对胎儿的发育和母亲的健康都极为重要。  
孕妇可在搭乘公共交通工具时佩戴此标识牌，  
以便周围的人更容易了解您是孕妇。  
请在上下班或去医院做健康检查等时加以利用。

### 在哪里可以领取孕妇标识牌？

各区福祉保健中心在发放母子健康手册时也会发放孕妇标识牌。  
此外，各铁路公司也可能作为其服务的一部分在车站分发孕妇标识牌。

## 如果您在夜间、周日或节假日突然生病

### 夜间急病中心

(每天 20:00 ~ 24:00)

如果夜间突发急病，可到此中心就诊。每天营业。

### 横滨市夜间急救中心

【内科、儿科、眼科、耳鼻喉科】

诊疗时间：20:00 ~ 24:00

地址：中区樱木町 1-1

※受理开始时间：19:30 ~

电话：045-212-3535

横滨市夜间急病中心一览→



### 节假日急患诊疗所

(周日、节假日、12月30日~1月3日)

周日、节假日突发急病时，可到此诊所就诊。

### 矶子区节假日急患诊疗所

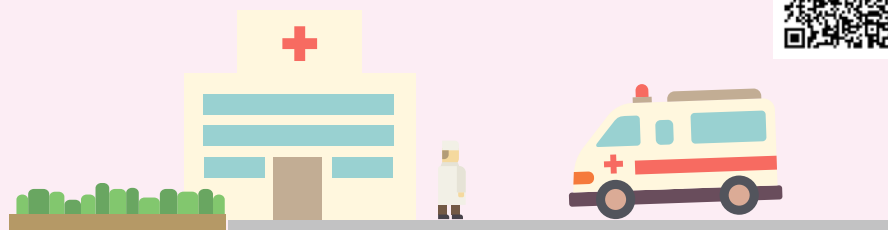
【内科、儿科】

受理时间：10:00 ~ 16:00

电话：045-753-6011

地址：矶子区矶子 1-3-13

横滨市节假日急患诊疗所一览→



## 矶子区社区育儿支援据点 Isopiyo

磯子区地域子育て支援拠点  
**いそピヨ**

矶子区森 1-7-10  
Towaishia 横滨矶子 2 层  
TEL: 045-750-1322



从 JR 矶子站步行  
1 分钟即达。

矶子区地区育儿支援据点的名称是“ISOPIYO”。



地区育儿支援基地是开展育儿支援的基地，为就学前的孩子及其家长提供游玩、交流的空间，开展育儿咨询，提供育儿信息等，进行利用注册之后，可免费利用设施。并且，还施针对在地区参与育儿支援的人士的研修会等。



Web



Instagram

## 横滨育儿支援系统

横滨育儿支援系统是为要托管孩子的人和代管孩子的人提供牵线服务的系统。  
(可派遣口译人员) 您可以小时为单位托管孩子。(需付费)

TEL:045-750-1405

## 寻求产前产后家政助理（月嫂）的帮助

需付费



### 关于“产前产后家政助理”

“产前产后家政助理”是帮助料理家务（做饭、打扫卫生等）和照顾婴儿的人。如果您在怀孕期间或婴儿出生后的前 4 个月内遇到困难，横滨市委托的公司将派遣“产前产后家政助理”为您提供帮助。

### 可提供的时间和费用

周一至周五的 9 点至 17 点  
可为您提供本服务。  
本服务的提供限 1 次 2 小时，  
1 天 2 次。

最多可提供 20 次。  
如果有 2 个或多个婴儿同时出生（双胞胎、三胞胎等），最多可提供 40 次。

本服务的费用为 1 次 1,500 日元。  
也有低于此费用的情况，申请时请加以确认。

申请方法  
请向您所在区的区役所的“儿童家庭支援课”提交申请。



## 亲子集会广场

需付费



可供幼儿（0～3岁）及其父母（或其他监护人）、孕妇及其家人使用的设施。可在此亲子同乐游玩，进行育儿咨询或获取信息。




如果您要使用带  标记的设施，可短时间托管孩子。



### 亲子集会广场 梦广场

京急杉田站附近!

活动日期和时间：周一、周二、周四、周五 10:00 ~ 16:00 

Web



Instagram



### 亲子集会广场 梦 TAMA

就在根岸桥商店街哦

活动日期和时间：周一、周二、周四、周五 10:00 ~ 16:00 

Web




Instagram



### 育儿 KIDDIE 洋光台

JR 洋光台站附近!

活动日期和时间：周一至周五 10:00 ~ 16:00 

Web



Instagram



### Kids 空间 Makana

田中巴士站附近!

活动日期和时间：周一至周五 9:30 ~ 15:00 

Web



Instagram



### 亲子集会广场 Dakko

京急屏风浦站附近!

活动日期和时间：周一至~周五 9:30 ~ 16:00

Web



Instagram



### 育儿 Spot Kusukusu

JR 根岸站附近!

活动日期和时间：周一至周五 10:00 ~ 15:00 

Web



Instagram

## 学前教育设施

### 托儿所或幼儿园

日本为学龄前儿童提供学前教育设施。这些设施大致分为托儿所（保育园）和幼儿园，入托托儿所（保育园）需满足一定的条件。

#### 托儿所（保育园）

年龄	0岁~学龄前
时间	11小时或8小时
入托申请条件	有（因工作、生病、上学等原因需要托管孩子）
申请受理机构	区役所或相关托儿所（保育园）

#### 幼儿园

年龄	满3周岁~学龄前
时间	标准4小时
入托申请条件	无
申请受理机构	相关幼儿园 



### 保育、教育咨询员

如果您正在为孩子寻找可接受学前教育的“托儿所（保育园）”或“幼儿园”，可咨询我们。如果您不懂日语，也可咨询矶子国际交流处。

横滨市矶子区  
保育、教育咨询员



电话：045-750-2435



### 选择托儿所或幼儿园的经验

#### 矶子国际交流处工作人员 A



随着日语水平的提高，我结交了很多妈妈朋友，她们与我分享各种信息！

我来到日本后，在日语教室学习期间生下了大儿子。大儿子1岁9个月的时候我找到了一份兼职工作，并开始寻找托儿所。我首先去区役所领取了一份托儿所清单。我打了几个电话，找到了一家可以骑自行车接送孩子的托儿所。虽然我那时日语说得不好，但是工作人员非常和善地向我做了相关说明和介绍。那时托儿所的服务让我非常感动。我当时的工作是上午10点到下午4点。孩子发烧时我可以请假。大儿子4岁时我丈夫调转工作，孩子也要转托到其他托儿所。我从新居住地的区役所领取了手册和地图，一边查看手册和地图一边寻找可以入托的托儿所或幼儿园。我骑自行车去看过后决定了新托儿所。可以和儿子在新城区一起散步，成了我美好的回忆。

我通过工作日语得到了提高。随着日语水平的提高，我融入了日本的妈妈朋友帮。她们给了我很多我自己找不到的信息。要在日本生活的话，请一定要学好日语，好好享受在日本的生活。

#### 矶子国际交流处工作人员 B



我家现在有一个上初中2年级的男孩，一个上小学2年级的女孩。

两个孩子都出生在日本。我生大儿子时没有工作。大儿子3岁前一直由我在家抚养。满3周岁的时候送他去了幼儿园。说到孩子入托幼儿园的机会，是大儿子同龄小朋友的妈妈要去幼儿园面试，她也邀请我们一起去。在幼儿园面试的时候，我被问到孩子喜欢什么玩具，食物等。此外，还记得问我“在家说什么语言？”我大儿子入托幼儿园后交了很多朋友。我也结识了一些日本朋友。我们一起聚餐、聊天，留下了很多美好的回忆。

即使日语说得不好，幼儿园的老师和妈妈帮的朋友们也会对我们非常友善。不要害怕，一定要积极地交谈。

## 日语学习

矶子区有志愿者运营的日语教室。矶子国际交流处提供日语教室介绍，日语学习方法等相关信息。我们在网络上登载有矶子区日语教室的访谈报道。请一定找到适合您的日语教室。



## 孩子的学习支援

开设有学习支援教室，志愿者会为日语不好的孩子们的课程学习提供支援。此外还开设有免费学校，为初中升高中考试的备考学习提供支援。非日语母语的孩子接受日本的高等教育是一件艰苦的事情，请向我们咨询，不要在家独自烦恼。



## 高中毕业很重要

矶子区里有一些来自外国，在日本学习的孩子。这是因为有很多父母来日后千辛万苦地将他们的孩子也办到日本来，也有些是随父母一起来的。一家人共同生活可能是作为父母的一个目标之一。但对于孩子们来说，这是一个新的开始。我们希望这对孩子们来说是一个充满希望的开始。

但随着孩子长大，您可能开始担心他们的未来。来自外国的孩子一旦在日本高中毕业并找到工作，他们就可以将其居留资格从“家族滞在”改为“定住”，她们也可以选择上大学，也可以在自己的国家初中毕业后来日，也可以在高中期间转来日本，有一些非营利组织（NPO）可以帮助解决此类问题。无论什么情况，请不要放弃并请咨询我们。请找人倾诉，您的身边总会有人向您伸出援手。为了孩子们的幸福，让我们同心协力，一起想办法。

多文化共生 Spot World Kids  
代表 王广子

### 子女的居留资格

持有“家族滞在”居留资格的孩子及其父母应该注意一些事项。当您的孩子高中毕业并找到了工作时,有可能可以变更居留资格。您对孩子的居留资格有何打算? 尽早考虑此类问题非常重要。如果您不确定,可以利用行政书士免费咨询等服务,寻求有关专家的帮助。另外还有专门面向外国人的咨询会。如果您不确定如何寻求帮助,或者因为不会说日语而感到不安,请咨询矶子国际交流处,我们将为您联系专家。

#### 外国人子女高中毕业后“居留资格 & 职业规划”流程图

→第7页和第8页  
是用中文写的。



(编制 / 出版: 神奈川县行政书士会)

#### 为外国人提供5种语言的免费咨询



(编制 / 出版: 神奈川县行政书士会)

### 发育障碍

根据文部科学省2020年的调查,可能存在发育障碍的小学生、初中生比例为8.8%。如果按全国公立小学和初中学生人数计算,这一数字超过了70万。如果您对孩子的状况有任何担忧,请尽快咨询专家。

#### 儿童家庭咨询



045-750-2525

#### 矶子区重点咨询支援中心

(矶子社区活动之家IBUKI)



045-778-6635

### 无体罚育儿

日本从2020年起,立法规定在管教孩子时不得使用体罚。国家指导方针“为了无体罚育儿~全民共同支援育儿的的社会~”中指出:

#### 为什么不能体罚孩子?

- 反复体罚可能会对孩子的身心成长和发育造成各种不利影响。
- 这已得到科学证明。

#### 您做过此类事情吗?

- 口头警告过很多次就是不听,所以打了孩子耳光
- 调皮捣蛋,罚他(她)长时间端坐\*
- 因为他不做作业而不给他吃晚饭

这些都是体罚。

※为保护儿童而采取的行动,如抓住要跑到街上的儿童的手,不属于此类。

\*双脚并拢,弯曲膝盖,臀部坐在脚跟上

资料来源:儿童家庭厅,手册“为了无体罚育儿~全民共同支援育儿的的社会~”

如果您在育儿方面遇到任何烦恼和困难,请寻求专家的帮助。

儿童家庭咨询



045-750-2525

## 矶子国际交流处

矶子国际交流处设有专为外国人服务的咨询窗口。还提供生活、日语学习的相关信息，举办各种活动。

### 咨询窗口

可进行生活相关咨询。对于疑难问题，我们可以将您转介给能够帮助您的专家。欢迎随时前来咨询。

### 提供信息

提供日语学习教室，儿童学习支援教室等生活相关信息。



ISOGO International Lounge  
いそご多文化共生ラウンジ

横滨市矶子区矶子 3-4-23  
滨田大厦 3 楼  
电话：045-367-8492

运营  
非营利组织梦想·社区·关系网



Web



Instagram

## 在多功能空间举办活动

矶子国际交流处举办外国人可以参加的活动。

### ISOGO Community Playgroup

我们每月 1 次在周二上午举办亲子同乐游玩活动。4 周岁及以下儿童及其父亲、母亲可以参加。不收取任何费用。



## 学校长假（暑假、寒假、春假）期间的学习室

在学校长假期间，我们会开设学习室，孩子们可以在这里做作业和学习日语。志愿者会为孩子们的学习提供帮助。



## 周四晚间聊天会

在“聊天会”上，我们将使用简易日语交谈。正在学习日语的外国人和日本人会聚在一起，畅聊日本的文化、习俗、各自国家的差异等。每周四晚间举办。无需申请，也不收取任何费用。



## 面向初中新生父母的说明会

每年 2 月至 3 月期间，由具有在日育儿经验的外籍工作人员在矶子国际交流处为初中新生父母举办说明会。

届时将向家长们讲解入学时需准备的物品、学校生活、学校午餐、家长参加的 PTA（社会教育团体）、子女的学习和入学考试等。还可进行个别咨询。



## 区役所的咨询受理部门

区役所设有专门的咨询窗口，您可以在这里咨询有关育儿方面的问题和烦恼。首先，请致电或通过电子邮件联系儿童家庭支援课。不懂日语也没关系。咨询时我们可能会为您配备口译人员。请拨打专用热线。

### 儿童家庭咨询

我们通过电话或面谈方式提供广泛的咨询服务，涵盖从怀孕期、婴儿期到青春期的所有内容。还提供助产士服务。

受理时间：

周一至周五 /8:45 ~ 17:15

(节假日、休息日、年末年初除外)

 045-750-2525

电子邮件地址：

is-kodomokatei@city.yokohama.lg.jp

## 专用热线（日语）

### 关于健康与饮食生活

#### 哺乳咨询

提供母乳 / 配方奶的喂养方法、断奶方法等有关哺乳的咨询。

 045-750-2448

#### 女性健康咨询

提供有关避孕、生育计划、月经、不孕和更年期等相关咨询。

 045-750-2448

#### 婴幼儿、孕产妇牙科咨询

为0岁至学龄前儿童、孕产妇提供牙科检查、咨询和刷牙建议。

 045-750-2448

#### 儿童饮食咨询

提供有关断奶餐 / 喜好、小餐、食物过敏等饮食生活相关咨询。还可与营养师进行个别咨询。

 045-750-2446

### 关于健康与饮食生活

#### 断奶餐教室

【初次断奶餐教室】对象：2至6个月的婴儿

【MOGUMOGU 断奶餐教室】对象：7至9个月的婴儿


提供如何引入断奶餐的讲座，烹饪演示、咨询，还有牙科卫生士提供的刷牙讲座。

 045-750-2446

### 关于孩子的托管

#### 保育、教育家政服务

提供学龄前儿童托管设施（认证托儿所、幼儿园、临时托儿服务等）相关信息和咨询服务。

 045-750-2435

### 关于孩子的发育

#### 儿童咨询

发育咨询员将为您解答与孩子发育成长相关的问题，如语速过慢、躁动不安等。

 045-750-2448

#### 残障儿童咨询

提供与残障儿童相关的福祉服务等咨询。

 045-750-2439

### 关于生活

#### 单亲家庭

提供有关单亲家庭生活支援制度方面的咨询。

 045-750-2475

#### 女性福祉咨询

提供关于针对女性的暴力等各种问题的咨询。

 045-750-2436

## 区役所以外的咨询受理机构

### 矶子区重点咨询支援中心（矶子社区活动之家 IBUKI）

为残障人士及其家人提供咨询。我们还设有一个名为“Ibuki Kids”的集会场所，供担心发育问题的学龄前儿童及其父母（或其他监护人）集会，咨询互助。

●周一至周五 8:30 ~ 17:30

☎ 045-778-6635

### 神奈川儿童家庭 110 咨询 LINE

提供亲子关系、家庭问题、育儿烦恼等与孩子相关的免费咨询。不仅欢迎父母（或其他监护人），也欢迎孩子们的咨询。

●周一至周六 9:00~21:00（年末年初除外）

LINE



## 在日本的灾害预防（防灾）

日本是一个地震多发的国家。强降雨和台风也较多。我们永远不知道灾难何时会降临。您和您的家人需要为此做好准备。请在矶子国际交流处查看防灾信息。



にほんご



中文



English



한글



Tiếng Việt



## 横滨市网站（生活信息）



やさしい  
にほんご



English



中文



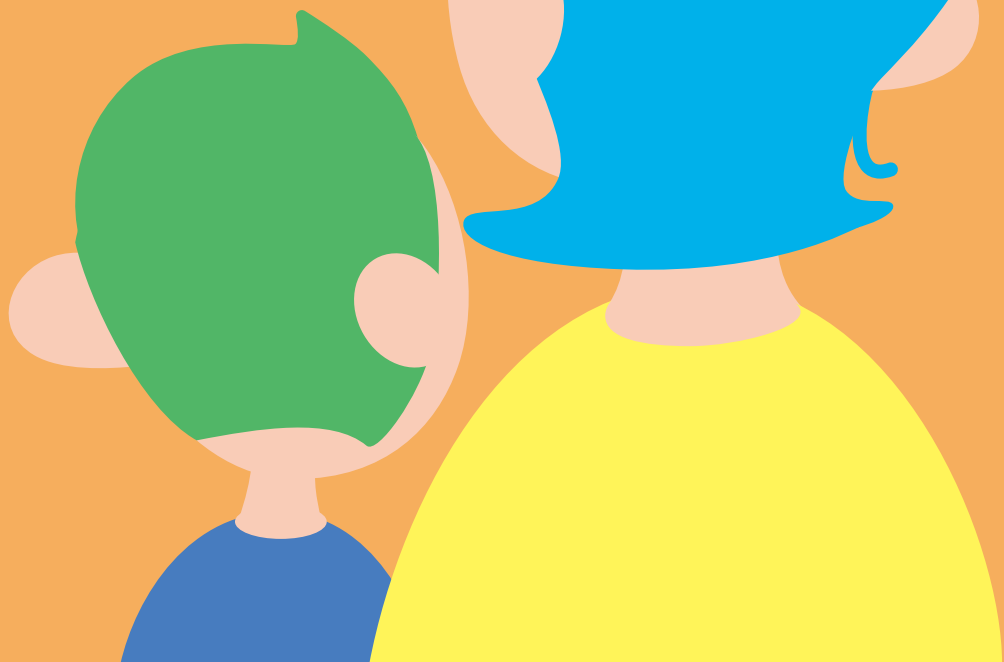
한글



Other  
Languages



Machine  
Translation



发行：矶子国际交流处

发行时间：2026年3月

矶子区亲子信息

网页版



日本語



中文



English