

Kanazawa Child-Raising Support Handbook
for Foreign Residents

金沢市外国人育児支援手冊

かな
ざわ

が い こ く じ ん こ そ だ お う え ん
外国人子育て応援
ハンドブック



こ う え き ざ い だ ん ほ う じ ん か な ざ わ こ く さ い こ う り ゅ う ざ い だ ん
公益財団法人 金沢国際交流財団

Kanazawa International Exchange Foundation

公益財団法人 金沢国際交流財団

かなざわし にんしん しゅっさん
これから金沢市で妊娠、出産をむかえるあなたへ
To Those Who are Planning to Give Birth in Kanazawa City
致今后在金泽市迎接妊娠、分娩的各位妈妈们。

しゅっさん あか かあ いのち いちだいじ
出産は、赤ちゃんとお母さんの命にかかわる一大事です。

あか う よろこ どうじ ことば ぶんか ちが くに しゅっさん こそだ
赤ちゃんが生まれることの喜びと同時に、言葉も文化も違う国で出産や子育てをする不安や心配も大きいかもしれません。

にんしん しゅっさん ほ し ほけん う て つづ ひつよう
妊娠、出産で母子保健サービスを受けるためには、たくさんの手続きが必要です。せつかくのサービスも知らなければ、利用することができません。

にほんご があまりわからないがいこくじん ママと子どもの健康を守るため、かなざわし
のサービスや制度について、やさしい日本語・英語・中国語で紹介するハンドブックを作りました。

かなざわし あんしん たの こそだ
これからみなさんが金沢市で安心して楽しく子育てができるように、このハンドブックを使ってください。

Giving birth can be a life-threatening event for both mother and baby. While having a baby is a joyful event, you may also feel a lot of anxiety and worry about giving birth and raising a child in a country with a different language and culture. Many procedures are required to receive maternal and child health services during pregnancy and childbirth. If you don't know about the services offered where you live, you won't be able to use them. We have created this handbook to help ensure the health of foreign resident mothers and children who do not understand Japanese very well. The handbook provides information about the services and systems in place in Kanazawa City in the following languages: simple Japanese, English and Chinese. Please use this handbook so that you can raise your children safely and happily in Kanazawa City.

分娩是关乎婴儿和妈妈生命的一件大事。

想必您在为孩子出生感到喜悦的同时，在语言和文化都不同的国家生育和育儿的焦虑和担心也会很大。

在怀孕和分娩期间接受母婴保健服务需要办理许多手续。如果您不了解该服务，则无法使用它。因此，为了保护不太懂日语的外国妈妈和孩子的健康，我们制作了一本手册，用简单的日语、英语和中文介绍金泽市的服务和制度。

为了能让大家今后在金泽市安心快乐地养育孩子，请使用这本手册。

目次

1) 妊娠がわかったら

P1～9

When You Find Out You're Pregnant／如果您发现怀孕了

「母子健康手帳」をもらいます

Obtain a Maternal and Child Health Handbook／领取母子健康手册

「母子健康手帳」ってどんなもの？

What is the Maternal and Child Health Handbook?／什么是母子健康手册？

「母子保健のしおり」ってどんなもの？

What is the Kanazawa Mother and Child Health Guide?／什么是母子保健指南

保健師はあなたの地域の子育てパートナー

Public Health Nurses are Your Local Child-Raising Partners／保健师是您社区的育儿伙伴

かなざわ育みアプリ

Kanazawa Child-Raising App／金泽孕育APP

お母さんと赤ちゃんを守ろう～マタニティマーク～

Helping Mothers and Babies: Maternity Mark／保护妈妈和宝宝～孕妇标识牌～

「かかりつけ医」がいると安心です

Having a Regular Family Doctor is Reassuring／有一位家庭医生生活会更安心

「妊婦健康診査」を受けます

Take the Pregnancy Health Checkup／接受“孕妇健康检查”

いっしょに受けよう～妊婦歯科健診～

Dental Checkup for Pregnant Women／一起来检查吧～孕妇牙科检查～

「出産育児一時金」の手続きをします

Apply for the Childbirth Payment／申请“一次性生育育儿津贴”

2) 赤ちゃんが生まれたら

When Your Baby is Born / 当婴儿出生时

P10~17

ざいりゅうしかく てつづ
「在留資格」の手続きをします

Complete Residence Procedures / 办理“在留资格”手续

あか こくせき てつづ
赤ちゃんの「国籍」の手続きをします

Register your Baby's Nationality / 办理宝宝“国籍”手续

さんぶけんこうしんさ う
「産婦健康診査」を受けます

Take the Maternity Health Checkup / 接受“产妇健康检查”

ほけんし じょさんし あか ほろもん
保健師または助産師が「赤ちゃん訪問」をします

Public Health Nurse / Midwife Visit / 保健师或助产士会上门做“婴儿访问”

いくじきょうしつ さんか
「育児教室」に参加します

Join a Child-Raising Class / 参加“育儿教室”

すくすく育児教室

“Suku-Suku” Child-Raising Class / 呵护宝宝健康成长 育儿教室

しっかり食べよう教室

“Eat-Well” Class / 好好吃饭教室

3) 子どもの健康をサポート

Children's Health Support / 守护孩子的健康

P18~23

にゅうようじけんこうしんさ う
「乳幼児健康診査」を受けます

Take the Infant Health Checkup / 接受“婴幼儿健康检查”

ていき よぼうせつしゅ う
定期の「予防接種」を受けます

Receive Scheduled Vaccinations / 定期接种疫苗

むしば
虫歯をふせこう

Prevent Tooth Decay / 预防蛀牙

りにゅうしよく
離乳食のすすめかた

Starting Baby Food (Weaning) / 辅食该如何添加

ようじはったつそうだん
幼児発達相談

Child Development Consultation / 幼儿发育咨询

ことばやかからの発達が心配なとき～幼児相談室～

If You Are Worried About Your Child's Speech and Physical Development, Visit the Child Consultation Room
担心宝宝语言和身体发育的时候～幼儿咨询室～

4) ^{あか}赤ちゃん^{かあ}とお母さん^{あつ}が集まる^ば場

P24~27

Places Where Babies and Mothers Can Socialise / 宝宝和妈妈聚集的地方

ベビースペース「hug」ハグ

Baby Space "Hug" / 母婴空间“hug”拥抱

^{かなざわ}金沢^{ひろば}こども広場

Kanazawa Children's Plaza / 金泽儿童广场

^{かなざわ}金沢市^{とがし}教育^らプラザ^{とがし}富樫

Kanazawa Education Plaza Togashi / 金泽市教育广场富坚

^{じどうかん}児童館

Children's House / 儿童馆

^{かなざわ}金沢^{ちいき}地域^{こそだ}子育て^{しえん}支援センター

Kanazawa's Child-Raising Support Centers / 金泽地区育儿支援中心

5) ^{こそだ}子育てサービス

P28~31

Child-Raising Services / 育儿服务

^{さんぜん}産前^{さんご}・産後ママヘルパー

Prenatal / Postnatal Mama Helper / 产前・产后妈妈助手

ファミリーサポートセンター

Family Support Center / 家庭支持中心

^{こそだ}かなざわ子育て^{こそだ}すまいるクーポン

Kanazawa Child-Raising Smile Coupons / 金泽育儿微笑优惠券

^{ちゅうおうこそだ}いしかわ中央^{こそだ}子育てアプリ

Ishikawa Chuo Child-Raising App / 石川中央育儿应用软件

6) 休日夜間の急病に

P32~33

Sudden Illness at Night/on Holidays/ 休日夜間突发急病

やかんしょうにきゅうきゅうでんわそうだん
夜間小児救急電話相談

Nighttime Pediatric Emergency Telephone Consultation/ 夜間児童緊急救助电话热线

かなざわこういききゅうびょう
金沢広域急病センター

Kanazawa Wide Area Emergency Center/ 金泽广域急病中心

きゅうじつしんりょうおこな びょういん
休日診療を行っている病院

Hospitals Offering Medical Care on Holidays/ 节假日提供医疗服务的医院

7) 子どもを預けたい

P34~37

Preschools/ 如何托管孩子

ほいくしょ ようちえん にんてい えん
保育所 幼稚園 認定こども園

Nursery Schools, Kindergartens, Certified Child Centers/ 保育園、幼稚園、认证儿童园

ほいくしょ ようちえん にんてい えん りょう
保育所 幼稚園 認定こども園を利用するには

Using a Nursery School, Kindergarten or Certified Child Center

如何利用保育園、幼稚園、认证儿童园

いちじあず
一時預かり

Temporary Child-Minding/ 临时托管

かなざわし ふくしけんこう
金沢市福祉健康センター

Kanazawa City Health and Welfare Centers/ 金泽市福祉健康中心

38

かなざわこくさいこうりゅうざいだん
金沢国際交流財団

Kanazawa International Exchange Foundation/ 金泽国际交流财团

38

がいこくこたいあうかのう びょういんいちらん
外国語対応可能な病院一覧

List of Hospitals with Foreign Language Support/ 可使用外语接待的医院

39

いしかわけんない がいこくこ つう いりょうきかん
石川県内の外国語が通じる医療機関

Medical Institutions in Ishikawa Prefecture that Have Support for Foreign Languages

石川県内可以应对外语的医疗机构

39

たげんこ でんわつうやく
多言語電話通訳サービス

Multi-Language Telephone Interpretation Service/ 多语言电话翻译服务

40

たげんこ
多言語ライブラリー

Multi-Language Library/ 多语言对应

40

1) 妊娠がわかったら

When You Find Out You're Pregnant

如果您发现怀孕了

「母子健康手帳」をもらいます

Obtain a Maternal and Child Health Handbook

领取母子健康手册



1. 病院で「妊娠届出書」をもらいます

Obtain a "Notification of Pregnancy" at a Hospital.

到医院领取“怀孕告知书”

赤ちゃんの心音がわかったら、病院や助産院でもらいます。

お母さんの健康状態や、妊娠がわかった病院の名前などが書いてあります。

女性の医師がいる病院もありますので、病院スタッフに確認してください。

「妊娠したかな?」と思ったら、すぐに診察を受けましょう。

Once your baby's heartbeat is identifiable, you can obtain a notification of pregnancy at a hospital or midwifery. The mother's health condition and the name of the hospital are recorded on it. Some hospitals also have female doctors; please check with the hospital if you wish to see one. If you think you might be pregnant, the first thing to do is see a doctor for an examination.

如果经过检查出现了宝宝的胎心搏动,就可以在医院或助产院, 领取“怀孕告知书”。

上面写有孕妇的健康状况和医院名。

部分医院有女医生, 请咨询医院工作人员。

如果您发现怀孕了, 请尽早去医院检查。



2. 福祉健康センター(または健康政策課)に「妊娠届出書」を出します

Submit Your Notification of Pregnancy to a Health and Welfare Center (or the Health Policy Section at City Hall).

向福祉健康中心(或健康政策課)提交“怀孕告知书”。

妊娠した人のマイナンバーカード、顔写真のついたパスポートや在留カードなど、本人を確認できるものを持っていきます。

妊娠や出産について不安があれば、保健師に聞いてください。

Take something that confirms the mother's identity, such as their Individual Number Card (My Number Card), passport (including face photo), or residence card.

If you have any concerns about pregnancy or childbirth, please ask your public health nurse.

请携带孕妇的个人号码卡，或附有照片的护照、在留卡等可以确认本人身份的证件。

如果您对怀孕或分娩感到任何不安，请咨询保健师。

ばんそうがたにんさんぶしえんじぎょう 伴走型妊産婦支援事業

妊娠届出書を出したときに、面談を受けた妊婦に5万円、出産後の家庭訪問等で面談を受けた、お子さんひとりにつき5万円がもらえます。

Pregnant Women Accompanied Support Project

Pregnant women who undergo consultation at the time of pregnancy notification will receive 50,000 yen, and those who undergo consultation during a home visit after giving birth will receive 50,000 yen per child.

陪伴式孕妇和产妇支援事业

在怀孕申报时接受面谈的孕妇将获得5万日元，而在产后家访期间等接受面谈的每个孩子将获得5万日元



ほ し けんこうてちょう
「母子健康手帳」ってどんなもの？
What is the Maternal and Child Health Handbook?
什么是母子健康手册？



赤ちゃんを生んで育てるための大事なことが書いてあります。
妊娠中のお母さんや、子どもの健康について記録する大切な手帳です。
お母さんや子どもの健康診査(健診)、予防接種のときに、医師や保健師が見ます。
※外国語(英語、中国語、韓国語、ポルトガル語、インドネシア語)の母子健康手帳も
あります。

Important information about giving birth and raising a baby is written in it. It's an important handbook to record the health of the mother and child. Doctors and public health nurses check it when mothers and children undergo health checkups and vaccinations.

*The handbook is also available in foreign languages (English, Chinese, Korean, Portuguese and Indonesian).

记载了分娩和养育宝宝的重要事项。

是记录孕妈妈和宝宝健康状况的重要手册。

当妈妈和宝宝接受健康检查(体检)和疫苗接种时,都要提交给医生和保健师。

*有外语版母子健康手册(英语、中文、韩语、葡萄牙语、印尼语)。

日本以外で赤ちゃんを生んで、外国の母子健康手帳をもっている場合は、日本でもそのまま使います。日本に持ってくるのを忘れたり、なくしたときは、日本の母子健康手帳をもらえます。各福祉健康センターまたは健康政策課に聞いてください。

If you gave birth outside of Japan and have a Maternal and Child Health Handbook from another country, you can use it in Japan as well. If you forget to bring it to Japan or lost it, you can get a Japanese Maternal and Child Health Handbook. Please enquire at a Health and Welfare Center or the Health Policy Section at City Hall.

如果您的孩子出生在日本以外的国家，并且持有国外的母子健康手册，则在日本也可以使用。如果忘记带来日本或者遗失了，也可以领取日本母子健康手册。详情请咨询各福祉健康中心或健康政策课。

ほしほけん
「母子保健のしおり」ってどんなもの？
What is the Kanazawa Mother and Child Health Guide?
什么是母子保健指南



かなざわし す ひと ほしけんこうていちょう いっしょ
金沢市に住んでいる人は、「母子健康手帳」と一緒にもらいます。
にんさん ぶ けんこうしん さ じゆしんひょう にんしんちゆう しゅつさんご かあ けんしん けん
妊産婦健康診査受診票(妊娠中、出産後のお母さんの健診の券)や、
あか けんしん けん
赤ちゃんの2歳までの小児科で受ける
にゅうじ まうじ いっばんけんこうしん さ じゆしんひょう こ けんしん けん
乳児・幼児一般健康診査受診票(子どもの健診の券)が、ついています。
けんしん わりよう う
健診は、無料で受けられます。

If you live in Kanazawa City, you will receive it together with the Maternal and Child Health Handbook. It contains **pregnant/nursing mother health checkup slips** and **general health checkup slips for infants and children up to 2 years old**. Health checkups are free.

如果您居住在金泽市，可在领取母子健康手册的同时收到这本指南。
指南内附有孕产妇健康检查表(妊娠中、分娩后的母亲使用的体检券)、乳児・幼児一般健康检查表(儿童使用的体检券，限未滿2周岁的婴幼儿在儿科使用)。
体检均为免费参加。

■ といあわ
■ 問合せ Inquiries 咨询 ■

ふくしけんこう そうむか えきにしふくしけんこう ない
福祉健康センター総務課 [駅西福祉健康センター内]
かくふくしけんこう
各福祉健康センター (P38)

Health and Welfare Center General Affairs Section (Ekinishi Health and Welfare Center)
Health and Welfare Centers (P38)

福利健康中心总务课(站西福利健康中心内)
各福利健康中心 (P38)

TEL : 076-234-5106 E-mail : soumu_hkc@city.kanazawa.lg.jp



ほけんし ちいき こぞだ
保健師はあなたの地域の子育てパートナー
Public Health Nurses are Your Local Child-Raising Partners
保健師は您社区的育儿伙伴



保健師は、お母さんと子どもの健康をサポートしています。
母子健康手帳を渡したり、赤ちゃん訪問や子どもの健診を担当します。
小学校入学前までの子育ての悩みや、困ったことがあれば、
保健師に相談してください。

Public health nurses support the health of mothers and children. They provide the Maternal and Child Health Handbook and are in charge of baby visits and child health checkups. If you have any concerns about raising children under elementary school age, or if you have any problems, please consult a public health nurse.

保健師为您的母子健康提供帮助。

负责为您交付母子健康手册、婴儿访问、以及儿童体检等。

您对于学龄前育儿的任何烦恼和疑问，都可以咨询保健师。

はぐく
かなざわ育みアプリ
Kanazawa Child-Raising App
金泽孕育APP



妊娠・出産・育児を、記録と情報でサポートするスマートフォンのアプリです。

予防接種のスケジュールを管理できます。

対応言語：英語、中国語(繁体・简体)、韓国語、スペイン語、ポルトガル語、タイ語、
ベトナム語、インドネシア語、ロシア語、タガログ語、ネパール語

A smartphone app that helps you during pregnancy, childbirth and childcare by recording and providing information. You can use it to manage your child's vaccination schedule.

Supported languages: English, Chinese (Traditional/Simplified), Korean, Spanish, Portuguese, Thai, Vietnamese, Indonesian, Russian, Tagalog and Nepali.

这是一款可记录您的怀孕、分娩、育儿过程，并提供相关信息的智能手机软件。

可以管理疫苗接种日程。

对应语言：英语、中文(繁体、简体)、韩语、西班牙语、葡萄牙语、泰语、越南语、印尼语、
俄语、菲律宾语、尼泊尔语

かあ あか まも
お母さんと赤ちゃんを守ろう～マタニティマーク～
Helping Mothers and Babies: Maternity Mark
保护妈妈和宝宝～孕妇标识牌～



ほ し けんこうてちょう いっしょ
母子健康手帳をもらうとき、一緒にマタニティマークがもらえます。

にんしんちゅう つた
妊娠中であることを、まわりに伝えるためのマークです。

ちゅうしゃじょう せつ
駐車場にこのマークがあるときは、優先して止めることができる施設もあります。

でんしゃ すわ
バスや電車にこのマークがあれば、優先して座ることができます。

When you receive your Maternal and Child Health Handbook, you will receive a Maternity Mark. This mark is used to let others know that you are pregnant. Some facilities provide priority parking to pregnant mothers when displaying this mark in the parking lot. If you see this mark on a bus or train, you can use the priority seating.

领取母子健康手册的时候，将同时领取孕妇标识牌

该标识牌用于告知周围的人您怀孕了。

停车场有这个标识的时候，有些设施可以优先停车。

如果公交车和电车上有这个标识的话，可以优先坐下。

い あんしん
「かかりつけ医」がいたら安心です
Having a Regular Family Doctor is Reassuring
有一位家庭医生会更安心

けんこう かん そうだん
健康に関することを相談することができます、

ひつよう せんもん びょういん しょうかい い し
必要なときは専門の病院を紹介してくれる医師です。

いえ ちか み かくふくしけんこう おし
あなたの家の近くで見つけましょう。各福祉健康センターでも教えてくれます。



This is a doctor who you can consult about health-related matters and who will refer you to a specialized hospital when necessary.

Find one near your home. Health and Welfare Centers can also tell you where to find them.

是指能咨询健康相关问题，必要时为您介绍专业医院的医师。

请在您家附近找一位家庭医生吧。各福利健康中心也会协助您寻找。

「妊婦健康診査」を受けます
Take the Pregnancy Health Checkup
接受“孕妇健康检查”

妊娠中のお母さんと、おなかの赤ちゃんが、健康かどうかを確認するための検査です。
「母子保健のしおり」に、妊婦一般健康診査受診票(妊娠中のお母さんの健診の券)が
14回分あります。

安心して出産するために、妊娠の週数に合わせて、受けてください。

健診を受ける前に、受診票が使えるかどうか、病院に確認してください。

This is an examination to check whether the mother and her unborn baby are healthy. There are 14 **pregnancy health checkup slips** in the Kanazawa Mother and Child Health Guide. In order to give birth with peace of mind, please undergo the checkups according to the week of pregnancy. Before undergoing a checkup, check with the hospital to see if you can use a checkup slip.

这是为了确认妊娠中的妈妈和肚子中的胎儿是否健康的检查。
在母子保健指南内附有可使用14次的**孕妇产前一般健康检查表**。
为了让您安心分娩，请根据怀孕周数接受检查。
在接受体检之前，请向医院确认是否可以使用该检查表。



いっしょに受けよう～妊婦歯科健診～
Dental Checkup for Pregnant Women
一起来检查吧～孕妇牙科检查～



妊娠中のお母さんのための、歯の検査です。

妊娠中は、つわりなどで歯みがきができず、虫歯になりやすいです。

子どもに虫歯の菌がうつる可能性もあるので、受けてください。

「母子保健のしおり」に、妊婦歯科健康診査受診票(妊娠中のお母さんの歯の健診の紙)が1回あります。無料で受けられます。

健診を受ける前に、受診票が使えるかどうか、病院に確認してください。

A dental examination for pregnant mothers. During pregnancy, mothers are prone to developing cavities if they cannot brush their teeth due to morning sickness etc. Children may become infected with the bacteria from cavities, so please undergo this checkup. You can find a one-time **pregnancy dental health checkup slip** in the Kanazawa Mother and Child Health Guide. The checkup is free. Before undergoing the checkup, check with the hospital to see if you can use the checkup slip.

这是针对孕妈妈做的牙齿检查。

怀孕期间，因为妊娠反应等原因不能刷牙，容易产生蛀牙。

因为蛀牙的细菌有可能会传染给孩子，所以请务必接受检查。

在“母子保健指南”中，有张孕妇牙科健康检查检查表。可以免费接受检查。

在接受体检之前，请向医院确认是否可以使用检查表。

■問い合わせ Inquiries 咨询■

健康政策課 [金沢市役所第一本庁舎2F]

Health Policy Section (2F, City Hall Building No. 1)

健康政策課(市政庁第一本庁舎 2F)

TEL : 076-220-2233 E-mail : kenkou@city.kanazawa.lg.jp



「出産育児一時金」の手続きをします

Apply for the Childbirth Payment

申請“一次性生育児津貼”



出産育児一時金は、出産費用の負担を減らしてくれる、国の制度です。
健康保険に入っている人は、「出産育児一時金」(50万円)が直接病院に支払われます。
実際の出産費用が、50万円より多ければ、差額を病院で支払います。
50万円より少なければ、申請すれば差額がもらえます。
海外で出産した場合も、もらえます。

The Childbirth Payment is a national scheme that reduces the burden of childbirth expenses. For those who have health insurance, the Childbirth Payment (500,000 yen) is paid directly to the hospital. If the actual cost of childbirth is more than 500,000 yen, you must pay the difference at the hospital. If it is less than 500,000 yen, you can receive the difference if you apply for it. You can receive the payment even if you gave birth overseas.

一次性生育児補助金，是为了减轻家庭生育费负担的国家政策。
加入健康保险的人可获得“一次性生育児补助金”(50万日元)，由政府直接支付给医院。
如果实际分娩费用超过50万日元，您需向医院补交差额。
如果不超过50万日元，您可申请领取差额。
在海外生子也可以领取该补助金。

■問い合わせ Inquiries 咨询■

国民健康保険に入っている人 → 医療保険課 [金沢市役所第一本庁舎1F]
その他 → 勤務先の健康保険の事務局

Those enrolled in National Health Insurance

→ Visit the Medical Insurance Section (1F, City Hall Building No. 1)

Other people → Visit the health insurance office at your place of work

加入国民健康保険の人 → 医疗保险课 (市政厅第一本厅舍1F)

其他 → 工作单位的健康保险事務局

TEL : 076-220-2257 E-mail : kokuho@city.kanazawa.lg.jp



2) 赤ちゃんが生まれたら

When Your Baby is Born

当婴儿出生时



赤ちゃんが生まれたら、市役所で次の①～③の手続きをしてください

After your baby is born, please follow the procedures ① to ③ below at City Hall.

宝宝出生后，请到市政府办理以下①～③手续。

①「出生届」を出します

Register the Birth

提交“出生证明”

<p>内容 Contents 内容</p>	<p>子どもの住民登録をします。 用紙は、病院で出産した場合、出生証明書と一緒にもらえます。 赤ちゃんが生まれて14日になる前に、出します。 日本以外で生まれたら、3か月以内に出します。</p> <p>Register your child as a resident. If you gave birth in a hospital, you would have received the form along with the birth certificate. Submit the form before your baby is 14 days old. If your baby was born outside Japan, submit the form within 3 months of the birth.</p> <p>办理孩子的住民登记。 如果您在医院分娩，将在收到宝宝的出生证明时一并拿到该表格。 请在宝宝出生后14天以内填写并提交办理。 如果宝宝在日本以外出生，请在出生后3个月以内提交办理。</p>
<p>必要なもの Necessary items 所需物品</p>	<p>母子健康手帳、出生証明書(病院でもらえます)</p> <p>Maternal and Child Health Handbook, birth certificate (can be obtained at the hospital)</p> <p>母子健康手册，出生证明(在医院可以拿到)</p>
<p>問合せ Inquiries 咨询</p>	<p>市民課[金沢市役所第一本庁舎1F]、各市民センター</p> <p>Citizens' Section (1F, City Hall Building No. 1), City Hall Branch Offices</p> <p>市民课(市政厅第一本厅舍 1F)，市民中心</p> <p>TEL : 076-220-2241 E-mail : shimin@city.kanazawa.lg.jp</p>

②「子ども医療証」の手続きをします

Apply for a Children's Medical Care Card

办理“儿童医疗证”手续

<p style="text-align: center;">ないよう 内容 Contents 内容</p>	<p>金沢市に住んでいて、健康保険に入っている人は、子どもが病院や歯科に行ったとき、支払うお金が少なくなります。</p> <p>通院は1日500円、入院・調剤薬局は無料です。1か月の合計が1,000円以上になったら、合計から1,000円を引いた金額が、口座に振り込まれます。</p> <p>病院に行くときは、健康保険証と一緒に持っていきます。</p> <p>県外では使えないので、注意してください。</p> <p>Those who live in Kanazawa City and have health insurance pay less when their children go to the hospital or dentist. Visits are 500 yen/day, and hospitalization and pharmacy prescription items are free. If the total expense for your child exceeds 1,000 yen in a month, the amount exceeding 1,000 yen will be transferred to your account. Take your health insurance card with you when you go to the hospital. Please note that it cannot be used outside Ishikawa Prefecture.</p> <p>居住在金泽市并加入健康保险的人，孩子去医院或看牙医时支付的费用会减少。</p> <p>去医院门诊一天500日元，住院、药费免费。</p> <p>当月总额达到1,000日元以上时，总额减去1,000日元后的金额将转入您的账户。</p> <p>去医院时请携带健康保险证。</p> <p>请注意，不能在县外使用。</p>
<p style="text-align: center;">ひつよう 必要なもの Necessary items 所需物品</p>	<p>子どもの健康保険証、印鑑 お父さんかお母さん名義の預金通帳</p> <p>Child's health insurance card, inkan seal Bank book in the name of the father or mother</p> <p>子どもの健康保険証、印章 以父亲或母亲名义的存折</p>
<p style="text-align: center;">といあわ 問合せ Inquiries 咨询</p>	<p>健康政策課[金沢市役所第一本庁舎2F] Health Policy Section (2F, City Hall Building No. 1) 健康政策課(市政庁第一本庁舎 2F) TEL : 076-220-2233 E-mail : kenkou@city.kanazawa.lg.jp</p>

③「児童手当」の手続きをします
Apply for Child-Raising Payments
办理“儿童津贴”手续

<p>内容 Contents 内容</p>	<p>0歳から中学校3年生までの子どもがいる家庭に、 お金がもらえる制度です。 赤ちゃんが生まれて15日になる前に、手続きしてください。 子どもひとりに 0～3歳 15,000円/月 3歳～中学3年生 10,000円/月 (お父さんとお母さんの所得によって、もらえるお金が変わります。) 2月、6月、10月にもらえます。</p> <p>This is a system where families with children from 0 years old to the third grade of junior high school can receive money. Please complete the application procedure before your baby is 15 days old. The payments are 15,000 yen/month for children aged 0 to 3, and 10,000 yen/month for children aged 3 to third grade. The payments are made in February, June and October. (The amount received changes depending on the income of the father and mother.)</p> <p>这是0岁到初中三年级孩子的家庭可以获得补助的制度。 请在宝宝出生后15天以内办理手续。 0～3岁儿童15,000日元/月、3岁～初中3年级儿童10,000日元/月 2月、6月、10月可以领取 (根据父母的收入不同，得到的金额也不同。)</p>
<p>必要なもの Necessary items 所需物品</p>	<p>写真つき証明書(マイナンバーカード、免許証、パスポートなど) お父さんかお母さん名義の預金通帳</p> <p>Photo ID (My Number Card, driver's license, passport, etc.) Bank book in the name of the father or mother</p> <p>带有照片的身份证件(个人号码卡、驾驶执照、护照等) 以父亲或母亲名义的存折</p>
<p>問い合わせ Inquiries 咨询</p>	<p>子育て支援課[金沢市役所第一本庁舎2F] Child-Rearing Support Section (2F, City Hall Building No. 1) 支援育児科(市政庁第一本庁舎 2F) TEL : 076-220-2285 E-mail : kosodate@city.kanazawa.lg.jp</p>

ざいりゅうしかく て つづ
「在留資格」の手続きをします
 Complete Residence Procedures
 办理“在留资格”手续



りょうしん がいこくじん ぼあい あか ちやんが う まれて 30 日 になる 前 に、
 出入国在留管理局で手続きをします。

て つづ きを しな いで 60 日 を 超 え て 日 本 に い た 場 合 は、オ ー バ ー ス テ イ になる の で、
 わす れ ず に て つづ きを し て く だ さ い。

ひつ やう しよ る い し ゃ つ に ゆ う こ く ざ い りゅう か ん り きょ く か く に ん
 必要の書類は、出入国在留管理局に確認してください。

If the parents are foreign residents, the procedure must be completed at the Immigration Bureau within 30 days from the baby's birth. If the baby is in Japan for more than 60 days without completing the procedure, he/she will be considered as overstaying, so please do not forget to complete the procedure. Please check with the Immigration Bureau for the required documents.

如果父母是外国人，则必须在婴儿出生后30天以内到入国管理局办理手续。如果在日本停留超过60天而未办理手续，将被视为逾期居留，因此请不要忘记办理手续。请向入国管理局确认所需材料。

■ 問い合わせ Inquiries 咨询 ■

な ご や し ゃ つ に ゆ う こ く ざ い りゅう か ん り きょ く か な ざ わ し ゃ つ ち ょ う じょ
 名古屋出入国在留管理局金沢出張所

TEL : 076-222-2450 住所 : 西念 3 丁目 4 番 1 号 金沢駅西合同庁舎 1 階

Nagoya Regional Immigration Bureau, Kanazawa Branch Office

Address: 1F, Kanazawa Ekinishi Joint Government building, Sainen 3-4- 1

名古屋入国管理局金沢办事处

地址：西念3丁目4番1号 金泽站西合同厅舍1层



あか 赤ちゃんの「国籍」の手続きをします
Register your Baby's Nationality
办理宝宝“国籍”手续



たいしかん りょうじかん しゅつしょうとどけ だ
大使館(領事館)に、「出生届」を出します。

あか こくせき にほん こくがい で こくせきしょうめいしょ
赤ちゃんの国籍がないと、日本国外に出ることや、国籍証明書をもらうことが
できません。

しんせい きかん ひつよう しょうい き ぼあい
申請できる期間や、必要な書類が決められている場合があるので、

かっこく たいしかん かくにん
各国の大使館に確認してください。

Submit the birth notification to the embassy (or consulate). If the baby does not have a nationality, he or she cannot leave Japan or receive a nationality certificate. Please check with your country's embassy as there may be restrictions on the application period and required documents.

向大使館(領事館)提交“出生证明”。

如果宝宝没有国籍的话，就不能离开日本，也不能拿到国籍证明书。
因为申请期限和所需文件可能有限制，所以请向各国的大使馆确认。



さんぶ けんこうしんさ う
「産婦健康診査」を受けます
Take the Maternity Health Checkup
接受“产妇健康检查”



しゅつさんごま かあ けんこうじょうたい かくにん けんさ
出産後間もないお母さんのからだどころの健康状態を確認するための検査です。
ぼしほけん さんぶ いっぽん けんこうしんさ じゅしんひょう しゅつさん かあ けんしん けん
「母子保健のしおり」に、産婦一般健康診査受診票(出産したお母さんの健診の券)が
1回分あります。赤ちゃんが生まれて、1か月くらいに病院で受けましょう。

This is an examination to check the physical and mental health of the mother immediately after giving birth. There is one slip for a mother's post-birth health checkup in the Kanazawa Mother and Child Health Guide. Have the checkup about a month after your baby is born.

这是为了确认产后妈妈的身心健康状态而进行的检查。
“母子保健指南”内附有1张产妇产妇一般健康检查受诊票。
请在宝宝出生一个月左右去医院检查。

といあわ
■ 問合せ Inquiries 咨询 ■

ふくしけんこう そうむか えきにしふくしけんこう ない
福祉健康センター総務課 [駅西福祉健康センター内]

Health and Welfare Center General Affairs Section
(Ekinishi Health and Welfare Center)

福利健康中心总务课 (站西福利健康中心内)

TEL : 076-234-5106 E-mail : soumu_hkc@city.kanazawa.lg.jp



ほけんし じょさんし あか ほうもん
保健師または助産師が「赤ちゃん訪問」をします
Public Health Nurse/Midwife Visit
保健師或助产士会上门做“婴儿访问”

あか う げつ かぞく たいしやう ほけんし かあ あか けんこう
赤ちゃんが生まれて3か月までの家族を対象に、保健師がお母さんと赤ちゃんの健康
を確認するため、家に来ます。
いくじ あか ほついく けんこう そうだん
育児や赤ちゃんの発育、お母さんの健康についての相談ができます。

Public health nurses visit the homes of families with babies up to 3 months old to check the health of the mother and baby. You can ask them about child-raising, baby development, and mothers' health.

对于有3个月以下婴儿的家庭，保健师会上门检查妈妈和婴儿的健康状况。
可以咨询有关育儿、婴儿发育和妈妈健康的问题。

じょさんし ずいしん じきぎょう
かかりつけ助産師推進事業

いりやう きかん じょさんいん じょさんし さんご ひやう かい にんしん
医療機関や助産院での助産師による産後ケア費用について、1回の妊娠につき
じやうげん えん じよせい
上限3,000円が助成されます。

Family Midwife Promotion Project

Up to 3,000 yen per pregnancy will be subsidized for postpartum care costs provided by midwives at medical institutions and midwifery clinics.

专属助产士推进事业

对于医疗机构和助产医院的助产士所产生的产后护理费用，每次怀孕最多可补贴3,000日元。

いくじ きょうしつ さんか
「育児教室」に参加します
Join a Child-Raising Class
参加“育儿教室”



いくじ きょうしつ
すくすく育児教室
“Suku-Suku” Child-Raising Class
呵护宝宝健康成长 育儿教室

生まれてから6～8か月の赤ちゃんのお母さんとお父さんが、
子どもの発達や子育てについて学びます。
子どもが生まれた月によって、開催日が違います。
くわしいことは、各福祉健康センターに聞いてください。

Mothers and fathers of babies aged 6-8 months learn about child development and parenting. The class dates differ depending on the month in which the child was born. For details, please contact a Health and Welfare Center.

家有出生6～8个月宝宝的宝妈和宝爸，可在此了解宝宝的发育、学习育儿知识。
举办日期根据孩子出生的月份有所不同。
详情请咨询各福祉健康中心。

た きょうしつ
しっかり食べよう教室
“Eat-Well” Class
好好吃饭教室

こ せいかつ は けんこう まな
子どもの生活のリズムや、歯の健康などについて学びます。
Learn about children's daily rhythm and dental health.
了解宝宝的生活规律和牙齿健康。

■ といあわ ■
問合せ Inquiries 咨询

かくふくしけんこう
各福祉健康センター(P38)
Health and Welfare Centers (P38)
各福利健康中心(P38)



3) 子どもの健康をサポート

Children's Health Support

守护孩子的健康

「乳幼児健康診査」を受けます

Take the Infant Health Checkup

接受“婴幼儿健康检查”



保健師や医師が、子どもが健康で順調に育っているか、確認するための健診です。

「集団健診」と「個別健診」の2種類あります。

「集団健診」は、金沢市福祉健康センターが日を決めて、他の子どもと一緒に受けます。

「個別健診」は、自分で病院と行きたい日を決めます。

子どもの成長や育児の方法を知る大切な機会です。必ず受けてください。

The health check-up is performed by a public health nurse or doctor to check whether your child is healthy and growing well. There are two types of health check-ups: group and individual. Kanazawa City Health and Welfare Centers decide the date of their group health checkups, and your child will attend along with other children. For the individual health checkup, you can decide the hospital and day you want to go. It is an important opportunity to learn about your child's growth and how to raise children. Be sure to have this checkup.

这是保健师和医生为了确认孩子是否健康、顺利成长而进行的体检。

分为“集体体检”和“个体体检”两种。

“集体体检”的日期由金泽市福祉健康中心决定，与其他儿童一起接受体检。

对于“个体体检”，您可以自行决定去医院的日期。

这是了解孩子成长和育儿方法的重要机会。

请务必接受体检。

金沢市福祉健康センターの集団健診では、英語と中国語の通訳ボランティアをお願
いできます。通訳が必要な場合は、各福祉健康センターの担当者に聞いてください。

You can request a volunteer English or Chinese interpreter at Kanazawa City Health and Welfare Centers group health checkups. If you need an interpreter, please ask the person in charge at the Health and Welfare Center.

金沢市福祉健康センターの集体体检，可以提供英语和汉语翻译志愿者。如果需要翻译，请
询问各福祉健康センターの负责人。

しゃうたがんしん 集団健診 Group Checkup 集体体检		こべつげんしん 個別健診 Individual Checkup 个别体检
かなざわし ふくしけんこう 金沢市福祉健康センター (駅西・泉野・元町) Kanazawa City Welfare and Health Centers (Ekinishi / Izumino / Motomachi) 金泽市福祉健康中心(站西・泉野・元町)	けんしんばしょ 健診場所 Location 场所	びやういん 病院 Hospitals and Clinics 医院
あり Sent to your residence 是	こべつつうち 個別通知 Notification 是否有个别通知	なし No notification 否
はしけんこうていよう もんしんひやう 母子健康手帳・問診票 Maternal and Child Health Handbook, Questionnaire for Health Checkup 母子保健手冊・問診票	もちもの 持ち物 Necessary Items 所需物品	はしけんこうていよう はしほびん 母子健康手帳・母子保健のしおり Maternal and Child Health Handbook, Kanazawa Mother and Child Health Guide 母子保健手冊・母子保健指南
	げつにげんこうしんさ 1 か月児健康診査 Health Checkup for 1-month-olds 一个月婴儿健康检查	しんたいけいそく しんさつ にようけんさ 身体計測・診察・尿検査など Physical measurements / medical examination / urine test 身体测量・診察・尿液检查等
しんたいけいそく しんさつ せいよう いくじそうだん 身体計測・診察・栄養・育児相談 Physical measurements / consultation with a pediatrician / nutrition / childcare 身体测量・診察・营养及育儿咨询	げつにげんこうしんさ 3 か月児健康診査 Health Checkup for 3-month-olds 三个月婴儿健康检查	
	げつにげんこうしんさ 6 か月児健康診査 Health Checkup for 6-month-olds 六个月婴儿健康检查	しんたいけいそく しんさつ にようけんさ 身体計測・診察・尿検査など Physical measurements / medical examination / urine test 身体测量・診察・尿液检查等
	さいじげんこうしんさ 1 歳児健康診査 Health Checkup for 1-year-olds 1 岁儿童健康检查	しんたいけいそく しんさつ にようけんさ 身体計測・診察・尿検査など Physical measurements / medical examination / urine test 身体测量・診察・尿液检查等
しんたいけいそく しんさつ せいよう いくじそうだん 身体計測・診察・栄養・育児相談・ 歯科健診など Physical examination / consultation with a pediatrician / nutrition / childcare dental exam / dental consultation 身体测量・診察・营养及育儿咨询・牙科健康 检查等	さいじげんこうしんさ 1 歳 6 か月児健康診査 Health Checkup for 18-month-olds 1岁6个月儿童健康检查	
	さいじげんこうしんさ 2 歳児健康診査 Health Checkup for 2-year-olds 2 岁儿童健康检查	しんたいけいそく しんさつ にようけんさ 身体計測・診察・尿検査など Physical measurements / medical examination / urine test 身体测量・診察・尿液检查等
しんたいけいそく しんさつ せいよう いくじそうだん 身体計測・診察・栄養・育児相談・ 歯科健診・検尿・視覚・聴覚検査など Physical measurements / consultation with a pediatrician / nutrition / childcare / dental checkup / urine test / vision and hearing tests 身体测量・診察・营养及育儿咨询・牙科健康 检查・尿液检查・视觉・听觉检查等	さいじげんこうしんさ 3 歳児健康診査 Health Checkup for 3-year-olds 3 岁儿童健康检查	

てい き よ ぼ う せ つ し ゅ う
定期の「予防接種」を受けます
Receive Scheduled Vaccinations
定期接種疫苗



よ ぼ う せ つ し ゅ う あ か ひ ゃ う き ち ゅ う し ゅ
予防接種は、赤ちゃんが病気になるためのワクチンを注射することです。

あ か う げ つ ち ゅ う し ゅ
赤ちゃんが生まれて2か月から注射します。

か な ざ わ し てい き よ ぼ う せ つ し ゅ けん つ か ち ゅ う し ゅ
金沢市の定期予防接種券(ワクチンを注射するための券)を使うと、無料で注射できます。

じ ぶ ん ひ ゃ う い ん き い
自分で病院を決めて行きます。

ち ゅ う し ゅ じ き き ち ゅ う し ゅ
注射できる時期が決まっているので、過ぎると注射できないものや、

ゆ り ゃ う
有料になるものがあります。

ひ つ よ う ほ し けん こ う てい き よ ぼ う せ つ し ゅ けん
必要なもの：母子健康手帳、定期予防接種券

A vaccination is an injection of a vaccine to prevent your baby from getting sick. Vaccinations are given from 2 months of age. You can get free vaccinations if you use the **Kanazawa City scheduled vaccination slips**. You can choose the hospital. There is a fixed period for each vaccination, some cannot be received after that time, and some will require payment after that time.

Necessary items: Maternal and Child Health Handbook, Kanazawa City scheduled vaccination slips

预防接种是为了防止宝宝生病而注射的疫苗。

宝宝出生后两个月开始接种。

使用金沢市の定期预防接种券，可以免费接种疫苗。

请您自己决定所要去的医院。

因为接种疫苗的时期是固定的，错过接种时期可能会导致无法接种，或是需要收费。

所需物品：母子健康手册，定期预防接种券

■ とい あ わ ■
■ 問合せ Inquiries 咨询 ■

けん こ う せい さ く か か な ざ わ し や く し ょ だ い い ち ぼ ん ち ゅ う し ゅ
健康政策課[金沢市役所第一本庁舎2F]

Health Policy Section (2F, City Hall Building No. 1)

健康政策課(市政庁第一本庁舎 2F)

TEL : 076-220-2701 E-mail : kenkou@city.kanazawa.lg.jp

日本の予防接種は、あなたの国のワクチンの種類と注射する時期が違います。日本以外で予防接種を受けている場合は、受けたことがわかるものを持ってきてください。

わからないことがあれば、保健師や医師に聞いてください。

日本で受けられるワクチンの種類や時期について、多言語で確認できます。

多言語の予診票(注射を受ける前に子どもの健康の様子を書く紙)もダウンロードできます。<https://www.yoboseshu-rc.com/pages/8/>

(公益財団法人予防接種リサーチセンター)

Vaccinations in Japan may differ in type and timing compared to in your country. If your baby has received vaccinations outside of Japan, please bring documents that indicate the vaccinations received. If you have any questions, ask your public health nurse or doctor. You can check the types and timing of vaccines available in Japan in multiple languages. You can also download a multilingual pre-vaccination screening form.

(Public Foundation of Vaccination Research Center)

日本の疫苗接种可能会与您所在国家的疫苗类型和注射时间有所不同。如果在日本境外接种过疫苗，请携带所接种疫苗的证明。如果您有任何疑问，请咨询保健师或医生。还可下载多语言的预诊票(接种前记录孩子健康情况的用纸)。

(公益財団法人疫苗接种研究中心)

むしば

虫歯をふせこう Prevent Tooth Decay 予防蛀牙



乳歯が1本でも生えてきたら、歯ブラシを使ってみがきましょう。

虫歯にならないために、甘いお菓子や甘い飲み物はあまりとらないでください。

ひざに寝かせて、親が仕上げ磨きをします。

Even if only one baby tooth has shown, starting using a toothbrush and brush it. To prevent tooth decay, do not give your child too many sweets and sugary drinks. Lay your child down on your lap to brush their teeth.

当一颗乳牙长出来时，就要用牙刷来刷牙。

为了防止蛀牙，请不要给宝宝吃太多的甜点和甜饮料。

让宝宝躺在膝盖上，帮宝宝刷牙。

りにゅうしょく

離乳食のすすめかた

Starting Baby Food (Weaning)

辅食该如何添加



あか 赤ちゃんが5～6か月になったら、^{げつ}離乳食を始めます。^{りにゅうしょく} ^{ほじ}

^{りにゅうしょく} 離乳食は、^{あか}赤ちゃんが^た食べ物^{もの}をかみつぶして、^の飲み込める^のようになる^のまでの^{しょくじ}食事^じです。

どんなものをいつあげたらいいのか、^{げつ}くわしい^{じけん}ことは、^{こうしんさ}3か月^さ児健康^さ診査^さでもらう
「もぐもぐごっくん」をみてください。

Start giving your baby baby food when they are 5-6 months old. Baby food is food that a baby can chew and swallow. For more information on what food to give your baby and when, please refer to the "Mogu Mogu Gokkun" booklet, which you will receive at the 3-month-old health checkup.

宝宝5～6个月大的时候便可以开始添加断奶食品。

断奶食品是直到宝宝可以自己咀嚼、吞咽食物之前的辅助食品。

想了解什么时候给宝宝添加怎么样的辅食，请参阅三个月儿童健康检查时分发的《啊呜啊呜咕咚》手册。

ようじ ほんたつ そうだん 幼児発達相談

Child Development Consultation

幼儿发育咨询

ことばの^{おく}遅れ^{ほんたつ}や^{しんぱい}発達の^{そうだん}心配^まについて、^{まやくせい}相談^さができます。^ま(予約制)

Seek advice regarding speech delays and concerns about development (reservation required).

关于孩子语言发育迟缓和生长发育的担忧可以进行咨询。(预约制)

■ といあひ 問合せ Inquiries 咨询 ■

かくふくしけんこう
各福祉健康センター (P38)

Health and Welfare Centers (P38)

各福祉健康中心 (P38)



ことばやからだの発達^{はったつ しんぱい}が心配^{ようじ そうだんしつ}なとき～幼児相談室～

If You Are Worried About Your Child's Speech and Physical Development, Visit the Child Consultation Room

担心^{おんしん}宝宝^{わんわん}语言和^{ごんごん}身体^{しんたい}发育^{ふくゆ}的时候^{とき}～幼儿^{ようじ}咨询^{さうだん}室^{しつ}～

「ことばが^ふ増えない」「^お落ち着^つきがない」など、^はこころ^はや^はからだ^はの^は発^は達^はが^し心^{しん}配^{ぱい}な^なとき、
親^{おや}子^この^{あそ}遊^とびを^と通^こして、^こ子^こども^のと^の関^かわ^り方^{かた}や^い育^{いく}児^じの^し仕^{しか}た^をおし^やて^らい^ます。

対^{たい}象^{しやう}は^は1^{さい}歳^{さい}から、^が学^{がく}校^{こう}に^か通^とう^ま前^{まへ}の^こ子^こども^とお^お母^{はは}さん^です。

If you are worried about your child's mental or physical development, for example: a lack of increase in vocabulary or difficulty being quiet/still, you can receive advice on how to interact with your children and how to raise them through parent-child play. This is for mothers and children aged from 1 year old up to before they begin school.

当^た您^に担^{たん}心^{しん}孩^{がい}子^じの^{しん}身^{しん}发^は展^{てん}，^に比^ひ如^に“^む无^む法^は增^{ぞう}加^か词^じ汇^い量^{りやう}”或^あ“^こ孩^{がい}子^じ总^{じゆう}是^じ焦^{しやう}躁^{そう}不^ふ安^{あん}”时^{とき}，^私们^が会^あ教^{きやう}您^に如^{ごと}何^に与^よ孩^{がい}子^じ互^ご动^{どう}，^如何^に通^と过^か亲^{しん}子^し游^ぐ戏^ぎ来^き养^{やう}育^{いく}孩^{がい}子^じ。

对^{たい}象^{しやう}是^は1^{さい}岁^{さい}至^し上^{じやう}学^{がく}前^{まへ}的^{てき}宝^{ほう}宝^{ほう}和^は妈^{はは}妈^ま。

利用場所 Locations 場所	金沢市教育プラザ富樫 Kanazawa Education Plaza Togashi 金泽市教育广场富坚	金沢市教育プラザ此花 Kanazawa Education Plaza Konohana 金泽市教育广场此花	駅西福祉健康センター Ekinishi Health and Welfare Center 站西福利健康中心
住所 Address 地址	富樫3丁目10-1 Togashi 3-10-1 富坚 3-10-1	此花町2-7 Konohana 2-7 此花町 2-7	西念3丁目4-25 Sainen 3-4-25 西念 3-4-25
TEL	076-243-6415	076-224-5250	076-234-5117
利用時間 Time 使用时间	午前 ^{ごぜん} の部 ^ぶ 9:30～11:30 (月曜日 ^{げつようび} から土曜日 ^{どようび}) Morning Session 9:30-11:30 (Monday to Saturday) 上午会议 ^{じやうごうぎ} 9:30～11:30(星期一 ^{もくしち} ～星期六 ^{ろくにち})		
	午後 ^{ごご} の部 ^ぶ 13:30～15:30 (月曜日 ^{げつようび} から金曜日 ^{きんようび}) Afternoon Session 13:30-15:30 (Monday to Friday) 下午会议 ^{ごごごうぎ} 13:30～15:30(星期一 ^{もくしち} ～星期五 ^{ごきんち})		
回数と利用料 Number and Cost of Sessions fee 次数 ^{かいすう} 和使用 ^{じやうりやうりやう} 费 ^ひ	月 ^{つき} 1～4回 ^{かい} 、1回 ^{かい} 200円 ^{えん} 1 to 4 times a month, 200 yen/time 每月 ^{毎月} 1～4次 ^{たい} 、每 ^{まい} 次 ^じ 200日 ^{にち} 元 ^{げん}		

【利用したいとき】 Using the Service 想参加的时候

- ① 幼児相談室に電話をします。
Call the Child Consultation Room.
给幼儿咨询室打电话。
- ② 幼児相談室に行つて面接をします。
(子どもと一緒に)
Go to the Child Consultation Room and have an interview (with your child).
去幼儿咨询室面试。(和孩子一起)
- ③ 幼児相談室に行く日を予約をします。
Schedule a day to visit to the Child Consultation
预约去幼儿咨询室的日子。



4) 赤ちゃんとお母さんが集まる場

Places Where Babies and Mothers Can Socialise

宝宝和妈妈聚集的地方

ベビースペース「hug」ハグ

Baby Space "Hug"

母婴空间“hug”拥抱



妊娠中の人や、産後1年未満の人がリフレッシュする場所です。

赤ちゃんのことや、お母さんのことを相談できます。

必要なもの：母子健康手帳、バスタオル、オムツ、ゴミ袋、ミルク、タオルなど

These are places where pregnant women and mothers who have given birth less than a year ago can go to refresh themselves. You can also talk about babies and motherhood.

Necessary items: Maternal and Child Health Handbook, bath towels, diapers, garbage bags, milk, hand towels, etc.

是孕妇和产后不到一年的妈妈们放松身心的地方。

对与宝宝的事情和孕妇产后心理等问题可以进行咨询。

所需物品：母子健康手册、浴巾、尿布、垃圾袋、牛奶、毛巾等

利用場所 Location 場所	駅西福祉健康センター Ekinishi Health and Welfare Center 站西福利健康中心	泉野福祉健康センター Izumino Health and Welfare Center 泉野福利健康中心	元町福祉健康センター Motomachi Health and Welfare Center 元町福利健康中心	金沢市教育プラザ富樫 Kanazawa Education Plaza Togashi 金泽市教育广场富坚
利用時間 Time 使用时间	毎週水曜日 Every Wednesday 每周星期三	毎週月曜日 Every Monday 每周星期一	毎週火曜日 Every Tuesday 每周星期二	毎週金曜日(要予約) Every Friday (reservation required) 每周星期五(需预约)
	午後1時30分から午後3時30分まで／祝日・年末年始・お盆は除く 13:30-15:30 / Excluding national holidays, year-end and New Year holidays, and Obon holidays 13:30 至 15:30 / 节假日、年末年初、盂兰盆节除外			
利用料 Usage Fee 使用费	無料 Free 免费			
対象 Eligibility 对象	妊娠中の人・産後3か月までの人 Pregnant women and mothers who gave birth up to 3 months ago 孕妇及产后3个月以内的妈妈			産後4か月から 1年未満の人 Mothers who gave birth more than 3 months ago and less than 1 year ago 产后4个月至未滿1年者

かなざわ ひろば
金沢こども広場
 Kanazawa Children's Plaza
 金泽儿童广场

おやこ いっしょ たの あそ びしょ
 親子で一緒に楽しく遊べる場所です。
 にほんじん おやこ こうりゆう じょうほうこうかん
 日本人の親子と交流したり、情報交換ができます。
 ほいくし いくじ ふ あん なや
 保育士に育児の不安や悩みなどを相談できます。



A place where parents and children can play together. Interact with Japanese parents and children and exchange information, and talk to nursery teachers about your concerns and worries about childcare.

这是父母和孩子一起愉快玩耍的地方。
 可以与日本家长和孩子互动，交换信息。
 可以向保育士咨询育儿过程中的不安和困扰等。

りょうばしょ 利用場所 Location 場所	あきにしよくしけんこう 駅西福祉健康センター 「スマイルパーク」 Ekinishi Health and Welfare Center Smile Park 站西福利健康中心 微笑乐园	いずみのよくしけんこう 泉野福祉健康センター 「あいあいルーム」 Izumino Health and Welfare Center Ai-Ai Room 泉野福利健康中心 爱爱亲子活动室	もともちよくしけんこう 元町福祉健康センター 「ぞうさんランド」 Motomachi Health and Welfare Center Elephant Land 元町福利健康中心 大象陆地
りょうじかん 利用時間 Time 使用时间	げつにちからどようび 月曜日から土曜日 Monday to Saturday 星期一至星期六		げつにちからきんようび 月曜日から金曜日 Monday to Friday 星期一至星期五
	ごぜんじゅうじからしょうちゅうまで／ごご1時からごご4時まで／祝日・年末年始は除く 10:00-12:00/13:00-16:00 / Excluding national holidays, year-end and New Year holidays 10:00 至 12:00 / 13:00 至 16:00 / 节假日、年末年初节除外		
りょうりよう 利用料 Usage Fee 使用费	むりょう 無料 Free 免费		

かなざわしきょういく とがし
金沢市教育プラザ富樫
Kanazawa Education Plaza Togashi
金沢市教育广场富坚

おやこ じゆう あそ ひろば たの あそ どうぐ お
親子でいつでも自由に遊べる広場です。楽しい遊び道具が、置いてあります。

0～2歳の子どもは、「子育て広場こあら」、

3歳から小学生までの子どもは、「子育て広場ぞう」です。

りようじかん じ し じゆうしよ とがし
利用時間：9時～17時 住所：富樫3-10-1

An open space with fun play equipment where parents and children can play freely at any time. Children from 0 to 2-years-old can play in Child-Raising Plaza Koala, and children from 3-years-old up to elementary school age can play in Child-Raising Plaza Elephant.

Usage times: 9:00-17:00 Address: Togashi 3-10-1

这是一个开放自由的空间，家长和孩子可以随时自由玩耍。里面还有许多好玩的游乐设备。0岁到2岁的儿童可在“树袋熊育儿广场”，3岁到小学生的儿童可在“大象育儿广场”内游玩。

使用时间：9：00～17：00 地址：富坚3-10-1

じどうかん
児童館
Children's House
児童馆

こ たの あそ ほしよ しょうがっこうにゆうがくまえ おやこきょうしつ
子どもたちが楽しく遊べる場所です。小学校入学前の親子教室などがあります。

あなたの地区の児童館に、確認してください。

A place where children can have fun. There are also parent-child classes for pre-school children. Enquire at your local Children's House.

这是个让孩子们自由玩耍的地方。还设有针对上小学之前儿童的亲子班。详情请咨询您所在区域的儿童馆。

かなざわしきょういく じどうかん にほんご
金沢市児童館ポータルサイト <https://kanazawa-city-jidokan.jp/> (日本語)
Kanazawa City Children's House Portal Site (Japanese)
金沢市児童馆门户网站(日语)



かなざわ ち い き こ そだ し えん
金沢地域子育て支援センター
 Kanazawa's Child-Raising Support Centers
 金沢地区育児支援中心

保育所に行く前の子どもとお父さんやお母さんが、遊ぶことができます。
 保育士さんに育児相談もできます。
 利用できる日など、各センターによって違うので、直接聞いてください。

Children younger than nursery school age and their fathers and mothers can play here. You can also consult with nursery teachers about childcare. Please enquire directly as each center has different dates and availability.

上保育园之前的宝宝和爸爸妈妈都可以来这里自由玩耍
 还可以向保育士老师咨询有关育儿的信息。
 由于各中心规定的开放日期有所不同，请直接联系中心询问。

センター名 Name of Center 中心名称	住所 Address 地址	TEL
泉の台幼稚園子育て支援センター Izuminodai Child-Raising Support Center 泉之台幼儿园育儿支援中心	泉野町4-4-3 Izuminomachi 4-4-3 泉野町4-4-3	076-243-6775
石川県済生会こども園アイリス子育て支援センター Ishikawa Saiseikai Iris Child-Raising Support Center 石川县济生会儿童园爱丽丝育儿支援中心	本町1-2-16 Hon-machi 1-2-16 本町1-2-16	076-233-1649
光こども園子育て支援センター Hikari Child-Raising Support Center 光儿童园育儿支援中心	神宮寺1-11-15 Jinguji 1-11-15 神宮寺1-11-15	076-252-9099
むつみえんふれんどはうす子育て支援センター Mutsumien Friend House Child-Raising Support Center 六美苑亲情之家育儿支持中心	石引2-4-23 Ishibiki 2-4-23 石引 2-4-23	076-221-5206
安原こども園子育て支援センター Yasuhara Child-Raising Support Center 安原儿童园育儿支援中心	下安原町東1521-1 Shimoyasuhara-machi higashi 1521-1 下安原町东1521-1	076-249-2548
龍雲寺学園・パウデア学園 Ryuunji School/Baudea Schoolhouse 龙云寺学園巴鸟代亚学舎	寺町5-12-40 Teramachi 5-12-40 寺町5-12-40	076-243-8008

5) 子育てサービス

Child-Raising Services

育儿服务

産前・産後ママヘルパー

Prenatal / Postnatal Mama Helper

产前・产后妈妈助手



赤ちゃんを生む前や、生んだ後2か月以内に、

育児や家事などを手伝うヘルパーを、お願いできます。

利用料：1,000円／1回 ※家族の収入で利用料が変わります。確認してください。

派遣時間：9時～17時(1日1回につき2時間まで) ※土日祝、年末年始除く

※兄弟がいる場合や、双子、三つ子の場合は派遣できる回数が変わります。確認してください。

You can ask for a helper to assist with childcare and housework before giving birth and for up to two months after giving birth.

Usage Fee: 1,000 yen/time

* Fees vary depending on family income.

Dispatch time: 9:00-17:00 (Up to 2 hours per day).

* Excluding Saturdays, Sundays, national holidays and the new year period.

If your baby has siblings or you had multiple births, the number of times you can use the service will change. Please confirm the details.

产前和产后两个月内，可以请家政服务帮忙照顾孩子、做家务。

使用费：1000日元/1次

费用根据家庭收入而有所不同。请事先确认。

派遣时间：9：00～17：00(1天1次最多2小时)※周六、周日、节假日、年末年初除外

※如果有哥哥姐姐，多胞胎的情况下，派遣的次数将有所改变。请事先确认。



ファミリーサポートセンター

Family Support Center

家庭支持中心

生後1か月から小学校6年生までの子どもを持つ人は、ファミリーサポートセンターに会員登録できます。子どもを預かってほしい会員は、子どもを預かることができる会員にサポートしてもらいます。

利用料：700円／1時間

利用時間は、預かった時間の他に、移動時間も含まれます。

Those who have children from one month old up to the sixth grade of elementary school can register as members of the Family Support Center. Members who wish for someone to take care of their children will be supported by members who can take care of their children.

Usage Fee: 700 yen/hour

Usage time includes travel time.

出生1个月至小学6年級的兒童的家長都可以成為家庭支持中心的會員。想要托管孩子的會員，可以請有能力托管孩子的會員提供幫助。

使用費：700日元/1小時

托管服務時間除了托管孩子的時間之外，還包括交通時間。



かなざわ子育てすまいるクーポン Kanazawa Child-Raising Smile Coupons 金泽育儿微笑优惠券



クーポンは3種類あります。

お出かけクーポンは、金沢ふらっとバス、内川スポーツ広場の遊具、いしかわ動物園、のとじま水族館、市営プールなどが無料で利用できます。

おためしクーポンは、産後ママヘルパー、ファミリーサポートセンター、一時預かりで使えます。

絵本交換クーポンは、絵本のリストから1冊を選びます。

クーポンを利用するためには、「いしかわ中央子育てアプリ」のインストールが必要です。

There are 3 types of coupons. Outing Coupons can be used for free use of Kanazawa Flat buses, playground equipment at Uchikawa Sports Park, Ishikawa Zoo, Notojima Aquarium, municipal pools, etc. Trial Coupons can be used for Postnatal Mama Helpers, Family Support Centers, and temporary child-minding. The Picture Book Exchange Coupon allows you to choose one book to receive from a list of picture books. To use the coupons, you need to install the Ishikawa Chuo Child-Raising App.

优惠券分为三种。

出行优惠券，可免费乘坐金泽环路公交车。内川体育广场的游乐设备、石川动物园、能登岛水族馆、市营游泳池等处也可免费使用。

试用优惠券，可以在产后妈妈助手、家庭支持中心、临时托管孩子时使用。

绘本兑换优惠券，可从绘本列表中选择一本绘本。

如果您想使用优惠券，需要安装“石川中央育儿应用软件”。



ちゅうおう こそだ
いしかわ中央子育てアプリ
Ishikawa Chuo Child-Raising App
石川中央育儿应用软件

かなざわし こそだ じょうほう
金沢市の子育て情報のアプリです。

トイレ・授乳室、公園、保育所、児童館のイベントを調べることができます。(日本語)

This is a child-raising information app for Kanazawa City.

You can search for toilets, nursing rooms, parks, nursery schools, and children's center events. (Japanese only)

这是金泽市的育儿信息应用软件。

可以查询卫生间·哺乳室、公园、保育园和儿童馆的活动。(日语)



[App store]



[Googleplay]

といあわ
■ 問合せ Inquiries 咨询 ■

こそだ しえんか かなざわし やくしよだいいちほんちようしゃ
子育て支援課[金沢市役所第一本庁舎2F]

Child-Rearing Support Section (2F, City Hall Building No. 1)

支援育児科(市政庁第一本庁舎 2F)

TEL : 076-220-2285 E-mail : kosodate@city.kanazawa.lg.jp



6) 休日夜間の急病に

Sudden Illness at Night/on Holidays

休日夜間突发急病



やかん しょうにきゅうきゅうでんわ そうだん

夜間小児救急電話相談 TEL: #8000または076-238-0099

Nighttime Pediatric Emergency Telephone Consultation

夜間儿童紧急救助电话热线

子どもが急に病気になったら、医師に電話で相談できます。

時間: 18時～朝8時

If your child suddenly becomes ill, you can consult a doctor over the phone.

Hours: 18:00 ~ 8:00

如果孩子突然生病了，可以打电话咨询医生。

时间: 18:00~8:00

かなざわ こういききゅうびょう

金沢広域急病センター

Kanazawa Wide Area Emergency Center

金泽广域急病中心

TEL: 076-222-0099

夜の遅い時間に、子どもが急に病気になったら、医師が見てくれます。

時間: 19時30分～23時

場所: 西念3-4-25

(駅西福祉健康センター内)

If your child suddenly becomes ill late at night, the doctor will see you.

Hours: 19:30 ~ 23:00

Address: Sainen 3-4-25 (Within the Ekinishi Health & Welfare Center)

如果孩子深夜突然生病，可以及时帮您找到医生

时间: 19:30~23:00

地址: 西念3-4-25

(站西福利健康中心内)

電話ではつぎのことを伝えます。

- 何がおこったか(病気・事故など)
- 子どもの様子
- いま、どこにいるのか
- あなたの名前と連絡先

Provide the following information when calling:

What happened (illness, accident, etc.)

Your child's condition

Where you are now

Your name and contact number

请在电话里传达以下的事项。

发生了什么(疾病、事故等)

孩子的状态

现在在哪里?

您的姓名和联系方式

きゅうじつしんりょう おこな びょういん
休日診療を行っている病院

Hospitals Offering Medical Care on Holidays

节假日提供医疗服务的医院

にちようび しゆくじつ きゅう びょうき じこ びょういん い けんさく
日曜日や祝日に、急な病気や事故で病院に行くときに、検索できます。

時間：9時～18時

You can search for hospitals to go to on Sundays and holidays for sudden illness or accidents.

Hours: 9:00-18:00

周日，节假日因突发疾病或事故去医院时可以进行搜索。

时间：9:00～18:00

<http://www.kma.jp/index.html> (日本語/Japanese/日语)



7) 子どもを預けたい

Preschools

如何托管孩子



保育所、幼稚園、認定こども園

Nursery Schools, Kindergartens, Certified Child Centers

保育園、幼儿园、认证儿童园

金沢で利用できる施設は、「保育所」、「認定こども園」、「幼稚園」の3種類あります。

There are three types of facilities available in Kanazawa: nursery schools, certified child centers and kindergartens.

在金泽可以使用的设施有“保育園”、“认证儿童园”、“幼儿园”三种。

	保育所 Nursery Schools 保育園	幼稚園 Kindergartens 幼儿园	認定こども園 Certified Child Centers 认证儿童园	
どんなところ Description 设施介绍	お父さんとお母さんがともに働いているなど親に代わって子どもを預かる施設 Facilities that take care of children on behalf of parents, in situations such as when the father and mother are both working 例如父母都要上班等，代替父母照看孩子的托管机构	小学校に入る前の教育をする施設 A facility that provides education before entering elementary school 小学入学的教育机构	保育所と幼稚園の機能を持つ施設 A facility with the functions of a nursery school and a kindergarten 具有保育園和幼儿园功能的教育机构	
利用時間 Time 开放时间	朝から夕方 Morning to evening 早上到晚上	朝から昼過ぎ Morning to afternoon 早上到下午	朝から昼過ぎ Morning to afternoon 早上到下午	朝から夕方 Morning to evening 早上到晚上
年齢 Age 年龄	0～5歳 0 to 5 years old 0～5岁	3～5歳 3 to 5 years old 3～5岁	3～5歳 3 to 5 years old 3～5岁	0～5歳 0 to 5 years old 0～5岁

子どもの年齢や、預かる必要性によって、利用できる施設や時間が変わります。

The facility and the time it can be used vary depending on the age of your child and the care requirement.

根据孩子的年龄和托管的需求，托管机构和可以服务的时间也会不同。

ほいくしょ ようちえん にんてい えん りよう
保育所 幼稚園 認定こども園を利用するには
Using a Nursery School, Kindergarten or Certified Child Center
如何利用保育园、幼儿园、认证儿童园



1. 預けたい施設を見学します。

Visit the facility you want to use.

参观托管教育机构

2. 預けたい施設が決まったら、1番目に預けたい施設へ申し込みます。

申込書は、保育所、認定こども園、保育幼稚園課、各福祉健康センターにあります。

4月に預けたい場合……前年の10月に申し込みしてください。

2番目まで希望の施設を書くことができます。

5月以降に預けたい場合……預けたい施設に聞いて、「預けることができる」と言われたら、その施設に申込書を出してください。

Once you have decided on the facility you want to use, apply directly to that facility.

Application forms are available at nursery schools, certified child centers, the Preschool Division at City Hall, and Health and Welfare Centers.

If you want to start in April, apply in October of the previous year. In this case, you can also include your second most desired facility.

If you want to start after May, contact the facility: if they say that it's possible, apply directly to that facility.

决定了托管教育机构之后，请向第一志愿的托管教育机构提出申请。

保育园、认证儿童园、保育幼儿园课、各福祉健康中心都有申请书。

如果您想从4月份开始托管孩子……

请在前一年的10月份提交申请。这个时候，您可以把第二个志愿的托管机构名也填写上。

想在5月份以后托管孩子……

请向想托管机构询问，如果被告知“可以接收孩子”，请向该机构提交申请书。

3. 申し込みをした後、金沢市からお知らせが届きます。

前年の10月に、4月に預けるための申し込みをしたら、

預けることができるかどうか、1月にお知らせが届きます。

You will receive notification from Kanazawa City after applying.

If you apply in October to start from next April, you will receive notification of the outcome in January.

申请后，您将收到金泽市的通知。

如果您在上一年10月份申请4月份托管，您会在1月份收到是否可以接收孩子的通知。



4. 4月に預けるために、前年10月の申し込みができなかったら、1月に申し込みができます。

1月に申し込みできなかったら、3月以降に預けたい施設へ聞いてください。

保育所などに入るための手続きで、分からないことがある場合は、金沢市役所保育幼稚園課の「利用支援員」に、相談してください。

If you were unable to apply in October, you can also apply in January to start from April.

If you were unable to apply in January, please contact the facility you would like to use in March or later.

If there is anything you do not understand about the procedures for entering a nursery school. Please consult the preschool usage support staff in the Preschool Division at City Hall.

如果您未能在10月申请次年4月份的托管，在1月份还有申请的机会。

如果您没能在1月份申请时，请直接向3月份以后想托管孩子的机构询问。

关于入保育园时手续，如果有不明白的地方，请咨询金泽市政府保育幼儿园课的“利用支援员”。

■ 問合せ Inquiries 咨询 ■

保育幼稚園課 [金沢市役所第一本庁舎2F] 保育利用支援員

**Nursery School and Kindergarten Section (2F, City Hall Building No. 1)
Preschool Usage Support Staff**

保育幼儿园课 (市政厅第一本厅舍 2F)

保育利用支援员

TEL : 076-220-2538 E-mail : hoiku@city.kanazawa.lg.jp



いちじあず

一時預かり

Temporary Child-Minding

临时托管

お母さんが病気になったり、リフレッシュしたいときなど、子どもを一時的に預けることができます。学校に行く前までの子どもが利用できます。利用料金が必要です。事前に予約が必要などところもあります。

Children can be temporarily minded when the mother becomes ill or wants to refresh herself. Available for preschool-age children. A fee is required. Some places require reservations in advance.

妈妈生病或者想放松身心的时候，可以暂时把孩子托付给托管机构。上学之前的孩子都可以使用。需要使用费。也有需要事先预约的地方。

【利用できるところ】

金沢21世紀美術館託児室

近江町交流プラザちびっこ広場

金沢未来のまち創造館託児室

ドコモ金沢西都ビル1F「おひさまルーム」

中村町保育所内「ほんわかルーム」

金沢市内の保育所・認定こども園

Available Locations

21st Century Museum of Contemporary Art Kanazawa Nursery Room

Omicho Exchange Plaza Children's Square

Kanazawa Mirai No Machi Creation Center Nursery Room

Docomo Kanazawa Saito Building "Ohisama" Room (1F)

Nakamuracho Nursery School "Honwaka" Room

Kanazawa City Nursery Schools and Certified Child Centers

可用地点

金沢21世紀美術館托儿室

近江町交流广场 幼儿广场

金沢未来之城创造馆托儿所

Docomo 金沢西都大楼1楼“太阳室”

中村町保育园内“暖洋洋室”

金沢市内的保育园、认证儿童园

<https://www.kanazawa-kosodate.net/daycare/temporary.html>

(日本語／Japanese／日语)



かなざわし ふくしけんこう

金沢市福祉健康センター

Kanazawa City Health and Welfare Centers

金沢市福祉健康中心

かなざわし ふくしけんこう

金沢市には、3つの福祉健康センターがあります。

「母子健康手帳をもらう」、「乳幼児健康診査」、「育児教室」などをする場所です。

保健師がいるので、困ったことがあれば、気軽に相談できます。

There are three Health and Welfare Centers in Kanazawa City. These are places where you can receive Maternal and Child Health Handbooks, take the Infant Health Checkup, and join child-raising classes. Public health nurses are also available there, so if you have any problems, feel free to consult with them.

金沢市内有3个福祉健康中心。

在这里可以“领取母子健康手册”、进行“婴幼儿健康检查”、参加“育儿教室”

因为有保健师，如果有困惑的事的话，可以随时咨询。

<p>えきにしふくしけんこう 駅西福祉健康センター 西念3-4-25 Ekinishi Health and Welfare Center Sainen 3-4-25 站西福利健康中心 西念3-4-25 TEL : 076-234-5103 ekinishi_h@city.kanazawa.lg.jp</p>	<p>いずみの ふくしけんこう 泉野福祉健康センター 泉カ³丘1-2-22 Izumino Health and Welfare Center Izumigaoka 1-2-22 泉野福利健康中心 泉之丘1-2-22 TEL : 076-242-1131 izumino_h@city.kanazawa.lg.jp</p>	<p>もとまち ふくしけんこう 元町福祉健康センター 元町1-12-12 Motomachi Health and Welfare Center Motomachi 1-12-12 元町福利健康中心 元町1-12-12 TEL : 076-251-0200 motomachi_h@city.kanazawa.lg.jp</p>
---	--	--

かなざわこくさいこうりゅうざいだん

金沢国際交流財団

Kanazawa International Exchange Foundation

金沢国际交流财团

がいこくじん せいかつ ひつよう じょうほう そうだん

外国人が、生活に必要な情報の相談をすることができます。

どこに相談したらよいか分からない場合は、相談してください。

必要な情報を伝えて、関係機関につながります。

Foreign residents can enquire about living information. If you don't know where to go for help, please ask here. They will provide necessary information and connect you with the relevant agencies.

外国人可以进行生活信息的咨询。

如果您不知道去哪里寻求帮助，请向我们咨询。

我们将提供必要的信息并与相关机构联系。

じゅうしょ ほんまち

住所：本町1-5-3 リファール2F

Address: Honmachi1-5-3, Rifare 2nd Floor

地址：本町1-5-3 RIFARE 2F

TEL : 076-220-2522 E-mail:kief@kief.jp



がいこくごたいおうかのう びょういんいちらん
外国語対応可能な病院一覧

List of Hospitals with Foreign Language Support
可使用外语接待的医院

かなざわせいかつ かなざわしな い がいこくご つう びょういん
金沢生活ガイドに、金沢市内の外国語が通じる病院がでています。

The Guide to Living in Kanazawa contains a list of hospitals where foreign languages are spoken.

金沢生活指南内、列有金泽内可以使用外语的医院。



いしかわけんない がいこくご つう いりょうきかん
石川県内の外国語が通じる医療機関

Medical Institutions in Ishikawa Prefecture that Have Support for Foreign Languages
石川县内可以应对外语的医疗机构

いしかわけんない がいこくご つう びょういん し か ちやくきやく さが
石川県内の外国語が通じる病院や歯科、薬局を探すことができます。

ただし、いつも がいこくご つう
ただし、いつも外国語が通じるわけではありません。

い まえ かくにん
行く前に確認してください。

You can search for hospitals, dentists and pharmacies in Ishikawa Prefecture that have support for foreign languages. However, not all foreign languages are understood all the time, so check before you go.

可以搜索石川县内应对外语的医院、牙科、药房。

但是，并不是总会有会讲外语的工作人员上班。

去之前请确认一下。

<http://i-search.pref.ishikawa.jp/> (日本語 / Japanese / 日语)

たげんご でんわつうやく

多言語電話通訳サービス

Multi-Language Telephone Interpretation Service

多语言电话翻译服务

金沢市では、外国人が市役所や各福祉健康センターの窓口で手続きをするときに、電話での音声通訳や、映像による通訳サービスを利用できます。(予約不要)
対応言語：英語、中国語、韓国語、スペイン語、ポルトガル語、タイ語、

ベトナム語、インドネシア語

対応課：市民課、健康政策課、保育幼稚園課、福祉健康センター、市民センター、子育て支援課など

In Kanazawa City, foreign residents can use telephone and video interpretation services when completing procedures at City Hall or Health and Welfare Centers (no reservation required).

Supported languages: English, Chinese, Korean, Spanish, Portuguese, Thai, Vietnamese and Indonesian

Supported Sections: Citizen's Section, Health Policy Section, Nursery School and Kindergarten Section, Health and Welfare Centers, City Hall Branch Offices, Child-Rearing Support Section, etc.

在金泽市，外国人在市政府和各福祉健康中心窗口办理手续时，可以使用电话语音翻译和视频翻译服务。(无需预约)

对应语言：英语、中文、韩语、西班牙语、葡萄牙语、泰语、越南语、印度尼西亚语

对应课：市民课，健康政策课，保育幼儿园课，福利健康中心，市民中心，支援育儿科

たげんご

多言語ライブラリー

Multi-Language Library

多语言对应

マイナンバーや子育てや福祉、税金など、外国人住民が行政手続きする際に必要な、英文文書や手続き方法を解説した動画などがまとめてあります

A collection of documents for foreign residents containing English translations and explanation videos for conducting government procedures related to My Number, child-rearing, welfare, taxes, etc.

汇集了个人编号、育儿、福利、税金等外国住民办理行政手续时所需的英文翻译文书，以及解说手续方法的视频等。



メモ/MEMO/备忘录

2024年3月

編集：公益財団法人 金沢国際交流財団

発行：金沢市国際交流課

TEL：076-220-2075

E-mail：kokusai@city.kanazawa.lg.jp

March 2024

Editing: Kanazawa International Exchange Foundation

Publishing: International Exchange Section, City of Kanazawa

2024年3月

编辑：公益財団法人 金泽国际交流财团

发行：金泽市政府国际交流课