

はじめに(مقدمه)



この冊子は、日本で出産や育児をする外国人のみなさんに、活用していただくために作成しました。冊子には、日本で出産するために必要な情報や育児に関することなどがかかれています。

赤ちゃんが生まれることは、とてもうれしいことです。が、異国での出産や育児は心にも体にも負担が大きいこともあるでしょう。そのうえ、日本語で情報をさがし、理解することは、非常に大変なことだと思えます。

もし、この冊子があなたの母語でかかれています、あなたのセルフケアや育児をするうえでのサポートになれば、とてもうれしいです。

あなたはひとりではありません。日本と一緒にくらす仲間です。

あなたの出産や育児がすてきな体験となることを心からお祈りしています。

ラスク代表 五十嵐ゆかり

این کتاب برای خانم های حامله و والدین اطفال خارجیان که مقیم جاپان اند نوشته شده است. در این کتاب اطلاعات مهمی در مورد ولادت و پرورش طفل در جاپان موجود است.

بدنیا آوردن طفل خوشبختی است اما ولادت و پرورش طفل می تواند از نظر روحی و جسمی استرس زا باشد. به علاوه، ما به این باور هستیم که یافتن و درک اطلاعات به زبان جاپانی بسیار چالش برانگیز است.

ما خوشحالیم که اگر این کتاب کوچک که به زبان مادری شما نوشته شده است و برای مراقبت از خود و همچنین پرورش اطفال تان مفید باشد.

شما تنها نیستید. شما بخشی از ما هستید که در جاپان زندگی می کنید.

ما صمیمانه امیدواریم که ولادت و پرورش فرزندان تان یک تجربه خوبی برای شما باشد.

یوکاری ایگازاشی نماینده RASC