

# はじめに(Pour commencer)



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も思います。

もし、この冊子があなたの母語でかかれていて、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。

Nous avons créé cette brochure pour les mamans étrangères qui vont accoucher au Japon et y élever leur enfant. Le contenu de cette brochure couvre les points essentiels ces sujets.

La naissance d'un bébé apporte beaucoup de bonheur mais elle peut être à la fois difficile psychologiquement et physiquement. De plus, il n'est pas facile de trouver les informations que l'on cherche et les comprendre dans une langue étrangère.

Nous espérons que vous pourrez trouver les informations dans votre langue et que cette brochure vous sera utile.

Vous n'êtes pas seule. Nous vous accueillons chaleureusement ainsi que votre famille.

Nous souhaitons sincèrement que votre accouchement soit une expérience merveilleuse.

ラスク だいひょう いがらし  
RASC代表 五十嵐ゆかり

Représentation RASC IGARASHI Yukari