

はじめに (ຄຳນຳ)



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います。

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。

ປຶ້ມຄູ່ມືເລ່ມນີ້ ໄດ້ຈັດຂຶ້ນມາ ສຳລັບຄົນຕ່າງປະເທດທີ່ເກີດລູກ ແລະ ລ້ຽງລູກໃນປະເທດຍີ່ປຸ່ນ. ໂດຍເນື້ອໃນຫຼັກແມ່ນກ່ຽວກັບຂໍ້ມູນທີ່ຈຳເປັນສຳລັບການເກີດລູກ ແລະ ລ້ຽງລູກໃນປະເທດຍີ່ປຸ່ນ.

ການເກີດລູກຖືວ່າເປັນເລື່ອງໜ້າຍິນດີ ແຕ່ການລ້ຽງລູກຕ່າງປະເທດ ຖືເປັນພາລະອັນໜັກໜ່ວງທັງກາຍແລະໃຈ ແລະ ຍິ່ງໄປກ່ວານັ້ນການຄົ້ນຄ້ວາຫາຂໍ້ມູນ ແລະ ຄວາມເຂົ້າໃຈກັບພາສາຍີ່ປຸ່ນນັ້ນຍິ່ງລຳບາກຫຼາຍ.

ເປັນສິ່ງທີ່ໜ້າຍິນດີ ຖ້າຄູ່ມືເລ່ມນີ້ຖືກຂຽນດ້ວຍພາສາແມ່ຂອງປະເທດເຮົາ ເພື່ອຊ່ວຍໃຫ້ເຮົາລ້ຽງລູກ ແລະ ເບິ່ງແຍງລູກດ້ວຍໂຕເອງໄດ້.

ເຮົາບໍ່ໄດ້ຢູ່ຢ່າງໂດດດ່ຽວ ພວກເຮົາຈະຢູ່ເປັນເພື່ອນຮ່ວມທາງໄປນຳກັນໃນສັງຄົມຍີ່ປຸ່ນ.

ຂໍອວຍພອນໃຫ້ບັນດາແມ່ໆທຸກຄົນທີ່ເກີດລູກ ແລະ ລ້ຽງລູກຂໍໃຫ້ໄດ້ຮັບປະສົບການອັນພິເສດ ແລະ ລ້ຳຄ່າດ້ວຍຄວາມໃຈຈິ່ງ.

อิภาะนะชิ ยูคะริ (Igarashi Yukari) ຫົວໜ້າສູນ RASC

ラスクダイヒョウ RASC代表 いがらし 五十嵐ゆかり