

はじめに(Pengenalan)



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。

ラスク代表 五十嵐ゆかり

Buku kecil ini diterbitkan untuk warga asing yang mengandung dan menjaga bayi di Jepang. Di dalam buku kecil ini anda boleh mendapatkan maklumat penting berkenaan kelahiran dan penjagaan bayi.

Kelahiran bayi adalah sesuatu yang membahagiakan. Namun melahirkan dan menjaga bayi boleh memberikan tekanan mental dan fizikal. Tambahan pula kami percaya sukar untuk mendapatkan dan memahami maklumat penting kerana semuanya hanya dalam Bahasa Jepun.

Kami gembira sekiranya buku kecil yang diterbitkan dalam bahasa ibunda anda ini dapat membantu dalam penjagaan diri dan juga bayi anda.

Anda tidak keseorangan. Anda sebahagian dari kami.

Kami amat berharap agar pengalaman melahirkan dan menjaga bayi di sini menjadi pengalaman indah untuk anda.

Wakil RASC
Yukari Igarashi