13 社会資源について
(လူမှုရေးအရင်းအမြစ်)

Q:出生届はどこに出しますか？

A:「出生届」の出生証明書の部分(右側)は出産した病院のスタッフがかき、退院までにスタッフからわたされます。
「出生届」は出産後14日以内に赤ちゃんの名前を決めて、住んでいる場所の市区町村の役所に必ず提出してください。届け出のときには母子手帳と印鑑(はんこ)が必要です。出産育児一時金は、入っている健康保険の手続きをすればもらえます。

Q:出産育児一時金とは何ですか？

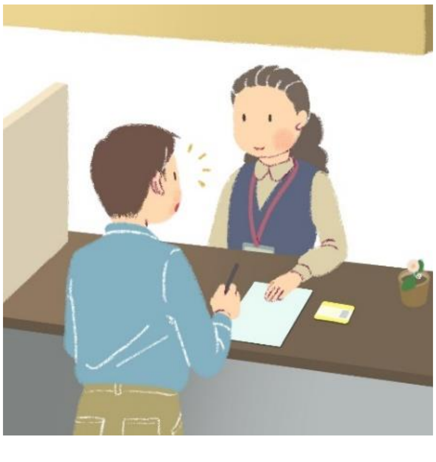
A: 出産育児一時金とは、健康保険に入っている場合にもらえるおかねのことです。
妊娠4ケ月(85日)以上で出産したあとにもらえます。
金額は、ひとりの赤ちゃんにつき、だいたい42万円です。
(2019年11月現在)
手続きは、はいっている健康保険によってちがいます。
健康保険組合、または会社の担当の人にきいてください。
妊娠のとちゅうで健康保険をかえるときも、かならずきいてください。

Q:မွေးဖွားမှုအထောက်ထားစာက ဘယ်မှာတင်ရမလဲ？

A: မွေးဖွားမှုအထောက်ထားစာ(မွေးစာရင်း)၏ညာဘက်ခြမ်းသည်ဆေးရုံမှဝန်ထမ်းကဖြည့်စွက်မည်ဖြစ်ပြီးဆေးရုံဆင်းလျှင်ဝန်ထမ်းမှစာစောင်လက်ခံရရှိပါမည်။
မွေးစာရင်းသည်မီးဖွာပြီး၁၄ရက်အကြာကလေးကိုအမည်ပေးပြီးသောအခါနေထိုင်ရာမြို့ရပ်ကွက်ရှိမြို့နယ်ရုံးတွင် မဖြစ်မနေတင်ပါ။ တင်ရန်သွားချိန်မိခင်ကလေးမှတ်တမ်းနှင့်တံဆိပ်တုံးလိုအပ်ပါသည်။ကလေးမွေးဖွားမှုထောက်ပံ့ကြေးကိုမိမိဝင်ထားသောကျန်းမာရေးအာမခံရုံး၏ညွှန်ကြားချက်အတိုင်းဆောင်ရွက်ပါကရရှိနိုင်ပါသည်။

Q:ကလေးမွေးဖွားမှုထောက်ပံ့ကြေးဆိုတာဘာလဲ？

A: ကလေးမွေးဖွားမှုထောက်ပံ့ကြေးဆိုသည်မှာကျန်းမာရေးအာမခံဝင်ထားသောနေရာမှလက်ခံရနိုင်သောငွေကြေးဖြစ်သည်။
မီးဖွားပြီးကိုယ်ဝန်လွယ်ပြီးလေးလ(၈၅ရက်)ကျော်ပြီး ရရှိနိုင်ပါသည်။ထောက်ပံ့ကြေးမှာမွေးကင်းစကလေးတစ်ယောက်လျှင် ယန်း ၄၂ သောင်းခန့်ရနိုင်ပါသည်။
(2019ခုနှစ်11လပိုင်းအရ)
လျှောက်ရမည့်နည်းလမ်းမှာမိမိဝင်ရောက်ထားသောကျန်းမာရေးအာမခံဌာနများတွင်စုံစမ်းမေးမြန်းနိုင်ပါသည်။ကိုယ်ဝန်ဆောင်စဉ်ကျန်းမာရေးအာမခံချက်ပြောင်းဖို့သွားချိန်တွင်လည်းသေချာပေါက်မေးမြန်းကြည့်ပါ။



Q:新生児訪問とは何ですか？

A:生後28日以内に、母子手帳にはさんであるハガキ(新生児訪問依頼書)をだしましょう。そうすると、保健師や助産師が家にきてくれて、ママと赤ちゃんのからだのチェックをします。

Q:赤ちゃんをつれていける場所はありますか？

A:赤ちゃんとママが一緒にあそべる場所や専門のスタッフに相談できる場所があります。「ひろば」「センター」「児童館」の3つの種類があります。くわしくは、すんでいるところの役所にきいてみましょう。

■ひろば

赤ちゃんのことで気になること、不安なことについて、相談できます。赤ちゃんを育てたことがあるスタッフがいます。だいたい、週に3日以上開いています。ほかのママと話をしたり、友だちになったりできます。

■センター

「ひろば」と一緒で、赤ちゃんのことで気になること、不安なことについて相談できます。ここには、保育士や看護師などの専門家がいますので、知りたいことが聞けると思います。週に5日以上開いています。

■児童館

赤ちゃんのための遊びのプログラムがあります。ほかの赤ちゃんとも一緒に遊ぶことができます。赤ちゃんだけではなく、小学生、中学生、高校生も自由にくることができます。赤ちゃんを育てたことがあるスタッフがいます。週に3日以上開いています。

Q: အိမ်မေးမြန်းလာခြင်းဆိုတာဘာလဲ？

A: မီးဖွားပြီး ၂၈ ရက်အတွင်းတွင် မိခင်နှင့်ကလေးမှတ်တမ်းစာအုပ်နှင့်အတူပါလာသောစာအိတ်(အိမ်မေးမြန်းလာရန်တောင်းဆိုလွှာ)ကိုလျှောက်တင်ကြပါစို့။ထိုအခါကျန်းမာရေးဌာနမှတာဝန်ရှိသူ နှင့် သူနာပြုအကူတို့ကအိမ်သို့လာရောက်ပေးပြီးမိခင်နှင့်ကလေးကျန်းမာရေးကို စစ်ဆေးပေးပါသည်။

Q:ကလေးနှင့်အတူသွားနိုင်သောနေရာရှိပါသလား？

A: မိခင်နှင့်ကလေးအတူအပန်းဖြေနိုင်သောနေရာများ၊ကျွမ်းကျင်ဝန်ထမ်းနှင့်ဆွေးနွေးနိုင်သောနေရာများရှိပါသည်။ဟီရောဘ၊ စင်တာ၊ဂျီဒိုးကန်(ကလေးဂေဟာ)စသဖြင့် အမျိုးအစားသုံးမျိုးရှိပါသည်။အသေးစိတ်ကိုနေထိုင်ရာမြို့နယ်ရုံး၌မေးမြန်းကြရအောင်။

■ ဟီရောဘ

ကလေးနှင့်ပတ်သက်ပြီးသိလိုမှု၊စိုးရိမ်ပူပန်မှုများရှိလျှင်ဆွေးနွေးနိုင်သည်။ကလေးပြုစုစောင့်ရှောက်သောဝန်ထမ်းများရှိပါသည်။တစ်ပတ်လျှင်သုံးကြိမ်အထက်ဖွင့်လေ့ရှိပါသည်။အခြားမိခင်များနှင့်စကားပြောရင်းမိတ်ဆွေများလည်းရရှိနိုင်ပါသည်။

■ စင်တာ

ဟီရောဘနီးတူကလေးနှင့်ပတ်သက်ပြီးသိလိုမှု၊စိုးရိမ်ပူပန်မှုများရှိလျှင်ဆွေးနွေးနိုင်သည်။ဤနေရာတွင်ကလေးပြုစုဆရာမနှင့် သူနာပြုများစသောကျွမ်းကျင်ဝန်ထမ်းများရှိသောကြောင့်သိလိုသည်များကိုမေးမြန်းနိုင်ပါသည်။ တစ်ပတ်လျှင်ငါးရက်ဖွင့်ပါသည်။

■ ဂျီဒိုးကန်(ကလေးဂေဟာ)

ကလေးများဆော့ကစားနိုင်သောအစီအစဉ်များရှိပါသည်။အခြားကလေးများနှင့်အတူကစားနိုင်ပါသည်။မွေးကင်းစကလေးတင်မဟုတ်ဘဲမူလတန်း၊အလယ်တန်း၊အထက်တန်းကျောင်းသားများလည်းကစားနိုင်ပါသည်။ကလေးပြုစုစောင့်ရှောက်သောဝန်ထမ်းများရှိ၍တစ်ပတ်လျှင်သုံးရက်ဖွင့်သည်။