

はじめに(प्रस्तावना)



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。

यो पुस्तिका जापानमा बच्चा जन्माउने र हुर्काउने सम्पूर्ण विदेशी नागरिकहरूको लागि तयार पारिएको हो। यस पुस्तिकामा जापानमा बच्चा जन्माउन र हुर्काउनको लागि चाहिने आवश्यक जानकारी राखिएको छ।

बच्चा जन्मिनु धेरै खुशीको कुरा हो। तर विदेशमा बच्चा जन्माउनु र हुर्काउनु मानसिक तथा शारीरिक रूपमा धेरै तनावपूर्ण हुन सक्छ। त्यसमाथि जापानिज भाषामा जानकारी खोजेर, त्यस बारे थाहा पाउनु खोज्नु धेरै कठिन काम हो।

यदि यो पुस्तिका तपाईंको आफ्नै मातृभाषामा लेखिएमा र तपाईंको आफ्नो हेरचाह र बच्चाको हुर्काइमा सहयोगी भएमा म धेरै खुशी हुनेछु।

जापानमा तपाईं एक्लो हुनुहुन्न। जापानमा संगै बस्ने, हामी साथ छौं।

तपाईंको बच्चाको जन्म र हुर्काइ सुखद रहोस भन्ने हृदय देखी कामना गर्दछु।

ラスク だいひょう いがらし
RASC代表 五十嵐ゆかり

RASC प्रतिनिधि: ईगारासी यूकारि