

はじめに(คำนำ)



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。

คู่มือเล่มนี้ถูกจัดทำขึ้นสำหรับชาวต่างชาติที่คลอดบุตรและเลี้ยงดูบุตรในประเทศญี่ปุ่น โดยมีเนื้อหาหลักเกี่ยวกับข้อมูลที่สำคัญสำหรับการคลอดบุตรและเลี้ยงดูบุตรในประเทศญี่ปุ่น

การเกิดขึ้นของทารกถือเป็นเรื่องที่น่ายินดียิ่ง แต่การเลี้ยงดูบุตรและคลอดบุตรในต่างประเทศถือเป็นภาระหนักทั้งกายและใจ และยิ่งไปกว่านั้นการค้นหาข้อมูลและทำความเข้าใจกับภาษาญี่ปุ่นนั้นลำบากยิ่งกว่า

นับเป็นสิ่งที่น่ายินดีมาก ถ้าคู่มือเล่มนี้จะถูกเขียนด้วยภาษาแม่ของประเทศคุณ เพื่อช่วยเหลือคุณในการเลี้ยงดูบุตรและดูแลตัวเองได้

คุณจะไม่โดดเดี่ยว เราจะอยู่เป็นเพื่อนร่วมทางไปด้วยกันในประเทศญี่ปุ่น

เราขออวยพรให้คุณได้รับประสบการณ์ที่ดีที่สุดในการคลอดบุตรหรือเลี้ยงดูบุตรด้วยใจจริง

ラスク代表 五十嵐ゆかり

อิกะระชิ ยูคะริ (Igarashi Yukari) หัวหน้าศูนย์ RASC