



## 1

### Thủ tục khi mang thai

#### 1-1

#### Thông báo việc mang thai và cấp sổ tay sức khỏe bà mẹ và trẻ em v.v...

- Khi biết mình mang thai, hãy nhanh chóng thông báo việc mang thai cho cơ quan hành chính xã, phường, quận, thành phố nơi bạn đang sinh sống.
- Đối với người đã thông báo việc mang thai, cơ quan hành chính xã, phường, quận, thành phố sẽ cung cấp các nội dung sau.

- Cấp sổ tay sức khỏe bà mẹ và trẻ em (boshi kenko techo)
- Cấp phiếu khám hoặc phiếu hỗ trợ để được khám sức khỏe thai phụ với hỗ trợ từ chi tiêu công
- Tư vấn bởi chuyên viên chăm sóc sức khỏe v.v...
- Gợi thiệu Lớp học dành cho cha mẹ (Lớp học dành cho mẹ/Lớp học dành cho bố)

- \* Sổ tay sức khỏe bà mẹ và trẻ em là tài liệu ghi tình trạng sức khỏe nhất quán của người mẹ từ lúc mang thai đến sau khi sinh và của trẻ em từ thời kỳ trẻ sơ sinh cho đến những năm đầu đời, đồng thời còn là tài liệu hướng dẫn về chăm sóc trẻ em đối với người giám hộ của trẻ. Sổ tay được thiết kế để người giám hộ có thể tự ghi chú và quản lý thông tin cũng như để chuyên gia y tế ghi chú, tham khảo khi cần.

#### 1-2

#### Khám sức khỏe thai phụ

- Khi mang thai, cần lưu ý đến sức khỏe hơn lúc bình thường.  
Hãy đi khám khám sức khỏe thai phụ định kỳ và quản lý sức khỏe theo lời khuyên của bác sĩ, nữ hộ sinh và các chuyên gia y tế khác.
- Nên đi khám sức khỏe thai phụ với tần suất như dưới đây.

- Từ giai đoạn đầu của thai kỳ đến tuần 23: 4 tuần 1 lần
- Từ tuần 24 đến tuần 35: 2 tuần 1 lần
- Từ tuần 36 cho đến khi sinh: 1 tuần 1 lần



## 1-3

**Tư vấn tại nhà bởi chuyên viên chăm sóc sức khỏe, nữ hộ sinh v.v...**

Chuyên viên chăm sóc sức khỏe, nữ hộ sinh v.v... đến thăm nhà và tư vấn, hướng dẫn những nội dung dưới đây.

- ① Hướng dẫn về sinh hoạt gia đình, ăn uống v.v...
- ② Tư vấn về các nỗi lo, băn khoăn liên quan đến việc mang thai, sinh con
- ③ Tư vấn liên quan đến chăm sóc trẻ sơ sinh

\* Chuyến thăm này không mất phí. Để biết thêm chi tiết, hãy liên hệ cơ quan hành chính xã, phường, quận, thành phố nơi bạn đang sinh sống.



## 1-4

**Lớp học dành cho cha mẹ (Lớp học dành cho mẹ/Lớp học dành cho bố)**

Cơ quan hành chính xã, phường, quận, thành phố tổ chức các lớp học liên quan đến việc mang thai, sinh con, nuôi con, dinh dưỡng v.v... Những lớp học này cũng là cơ hội để gặp gỡ và nói chuyện với các phụ huynh khác.



## 2

**Thủ tục sau khi sinh****2-1****Thông báo khai sinh****Khi trẻ em được sinh ra tại Nhật Bản**

- Người bố hoặc người mẹ phải thông báo khai sinh.
- Thông báo này phải được thực hiện trong vòng 14 ngày kể từ ngày trẻ được sinh ra.
- Hãy nộp thông báo này cho cơ quan hành chính xã, phường, quận, thành phố nơi trẻ sinh ra hoặc nơi người thông báo sinh sống.

**(1) Giấy tờ cần thiết để thông báo khai sinh**

- Giấy chứng sinh
- Về các tài liệu khác, hãy liên hệ cơ quan hành chính xã, phường, quận, thành phố nơi nộp thông báo.

**(2) Các thủ tục khác**

Trường hợp 60 ngày trôi qua kể từ ngày trẻ được sinh ra nhưng chưa nhận được tư cách cư trú, phiếu chứng nhận cư trú có thể bị hủy và không được nhận các dịch vụ công như Bảo hiểm sức khỏe quốc dân, Trợ cấp nhi đồng v.v... Để biết thêm chi tiết, hãy xác nhận mục 2-4. Nhận tư cách cư trú trong chương 1.

**2-2****Thông báo khai sinh về Nước nhà**

Trường hợp cả người bố và người mẹ đều mang quốc tịch nước ngoài, con của họ dù có sinh ra tại Nhật Bản cũng không thể nhận quốc tịch Nhật Bản. Trong trường hợp này, hãy làm thủ tục thông báo cho Nước nhà về việc trẻ đã sinh ra. Về thủ tục chi tiết, hãy liên hệ Đại sứ quán hoặc (Tổng) Lãnh sự quán tại Nhật Bản của quốc gia mà người bố hoặc người mẹ mang quốc tịch.

Ngoài ra, hãy xin cấp cả hộ chiếu cho trẻ đã sinh ra.



## 3

**Chi phí sinh con và các loại trợ cấp**

Vì mang thai và sinh con không phải là bệnh tật, nên về cơ bản, không được áp dụng bảo hiểm sức khỏe.

Ngoại lệ là chi phí phẫu thuật v.v... khi sinh mổ v.v... thì được áp dụng bảo hiểm sức khỏe.

**3-1****Tiền trợ cấp sinh và chăm sóc con trả 1 lần**

Là cơ chế người tham gia bảo hiểm sức khỏe, bảo hiểm sức khỏe quốc dân được chi trả 420.000 yên với tư cách chi phí sinh con khi người đó sinh con (từ tháng 4 năm 2023 trở đi sẽ là 500.000 yên). Tuy nhiên, trong trường hợp việc sinh con không phải đối tượng của Cơ chế bồi thường y tế khoa sản ví dụ như thai chưa đạt 22 tuần v.v... thì số tiền sẽ là 408.000 yên (từ tháng 4 năm 2023 trở đi sẽ là 488.000 yên).

Có 2 cơ chế chi trả trợ cấp như dưới đây.

**i. Cơ chế trả trực tiếp**

Là cơ chế cơ quan y tế v.v... sẽ yêu cầu thanh toán và nhận Tiền trợ cấp sinh và chăm sóc con trả 1 lần thay cho thai phụ v.v... Vì Tiền trợ cấp sinh và chăm sóc con trả 1 lần sẽ được trả trực tiếp cho cơ quan y tế v.v... nên không cần trả toàn bộ chi phí sinh con tại quầy làm việc của bệnh viện khi xuất viện.

**ii. Cơ chế nhận thay**

Là cơ chế thai phụ v.v... chỉ định cơ quan y tế v.v... nơi sinh con sẽ nhận trợ cấp khi tiến hành yêu cầu thanh toán Tiền trợ cấp sinh và chăm sóc con trả 1 lần đối với hãng bảo hiểm sức khỏe v.v... mà thai phụ đang tham gia, sau đó Tiền trợ cấp sinh và chăm sóc con trả 1 lần sẽ được trả trực tiếp cho cơ quan y tế v.v... đó.

**3-2****Tiền trợ cấp sinh con**

Khi bản thân người tham gia bảo hiểm sức khỏe nghỉ công ty vì lý do sinh con và trong khoảng thời gian đó không được trả lương, trong phạm vi 42 ngày (trường hợp đa thai là 98 ngày) trước ngày (dự) sinh đến 56 ngày sau khi sinh, tiền trợ cấp sinh con sẽ được nhận với đối tượng là khoảng thời gian nghỉ công ty. Theo nguyên tắc, mỗi 1 ngày trong khoảng thời gian nghỉ thai sản, sẽ được nhận tiền trợ cấp sinh con tương đương 2/3 tiền lương từ bảo hiểm sức khỏe. Tuy nhiên, sẽ không được nhận tiền trợ cấp sinh con nếu trong khoảng thời gian nghỉ làm vẫn được công ty trả lương, khoản được trả cao hơn tiền trợ cấp sinh con.

Trường hợp sinh muộn hơn ngày dự sinh, khoảng thời gian muộn hơn đó cũng được nhận tiền trợ cấp sinh con.

## 3-3

**Tiền trợ cấp nghỉ chăm con (trợ cấp trong thời gian nghỉ chăm con)****(1) Tiền trợ cấp nghỉ chăm con**

Người tham gia bảo hiểm việc làm xin nghỉ phép để chăm con dưới 1 tuổi (1 tuổi và 2 tháng nếu đáp ứng một số yêu cầu. 1 tuổi và 6 tháng hoặc 2 tuổi nếu đáp ứng thêm một số yêu cầu khác), người thỏa mãn những yêu cầu dưới đây theo nguyên tắc, sẽ được nhận Tiền trợ cấp nghỉ chăm con bằng cách đăng ký nhận trợ cấp tại Hello Work. (Trong 180 ngày đầu, khoản trợ cấp tương đương 67% tiền lương trước khi bắt đầu nghỉ làm, thời gian sau đó thì tương đương 50%.)

- Yêu cầu để được nhận tiền trợ cấp

- Số tháng mà người đó làm việc ít nhất 11 ngày trong 1 tháng hoặc số tháng có số giờ làm việc (là cơ sở để trả lương) tối thiểu là 80 giờ/tháng từ 12 tháng trở lên trong khoảng thời gian 2 năm trước ngày bắt đầu nghỉ chăm con.
- Thỏa mãn một số yêu cầu nhất định ví dụ như tiền lương trong thời gian nghỉ chăm con giảm xuống dưới 80% so với tiền lương tại thời điểm bắt đầu nghỉ làm v.v...

Ngoài ra, kể từ tháng 10 năm 2022, ngay cả trường hợp chia nhỏ thời gian nghỉ thì về nguyên tắc người lao động sẽ vẫn được nhận Tiền trợ cấp nghỉ chăm con cho đến đợt nghỉ thứ 2.

- \* Trường hợp lao động tạm thời (người lao động ký hợp đồng có thời hạn)

Ngoài những điều kiện đã đề cập ở trên, lao động tạm thời (người lao động ký hợp đồng có thời hạn) còn cần thỏa mãn điều kiện đó là tại thời điểm bắt đầu nghỉ làm, không rõ về việc hợp đồng lao động của người đó sẽ hết hạn trong khoảng thời gian đến khi con được 1 tuổi và 6 tháng (đến khi con được 2 tuổi đối với thời điểm bắt đầu nghỉ làm sau khi con được 1 tuổi và 6 tháng vì lý do như: không vào được nhà trẻ v.v...)



## (2) Tiền trợ cấp nghỉ chăm con khi sinh con (Chế độ từ tháng 10 năm 2022 ~)

Người tham gia bảo hiểm việc làm xin nghỉ chăm con (nghỉ thai sản dành cho bố), quy định thời gian nghỉ tối đa 4 tuần trong khoảng thời gian 8 tuần kể từ khi con người đó sinh ra và thoả mãn những yêu cầu dưới đây sẽ được nhận Tiền trợ cấp nghỉ chăm con khi sinh con bằng cách đăng ký nhận trợ cấp tại Hello Work. (Khoản trợ cấp tương đương 67% tiền lương trước khi bắt đầu nghỉ làm. Số ngày được chi trả Tiền trợ cấp nghỉ chăm con khi sinh con được cộng dồn vào 180 ngày - là số ngày mà tỷ lệ chi trả Tiền trợ cấp nghỉ chăm con tại mục 3-3 (1) là 67%.)

- Yêu cầu để được nhận tiền trợ cấp

- Số tháng mà người đó làm việc ít nhất 11 ngày trong 1 tháng hoặc số tháng có số giờ làm việc (là cơ sở để trả lương) tối thiểu là 80 giờ/tháng từ 12 tháng trở lên trong khoảng thời gian 2 năm trước ngày bắt đầu nghỉ chăm con.
- Thoả mãn một số yêu cầu nhất định ví dụ như tiền lương trong thời gian nghỉ chăm con giảm xuống dưới 80% so với tiền lương tại thời điểm bắt đầu nghỉ làm v.v...
- Số ngày làm việc tối đa trong thời gian nghỉ chăm con là 10 ngày trở xuống (trường hợp quá 10 ngày thì số giờ làm việc là 80 giờ trở xuống) (Tuy nhiên, trường hợp thời gian nghỉ chăm con ít hơn 28 ngày thì số ngày/số giờ được phép làm việc cũng ít đi, tỷ lệ thuận với số ngày nghỉ đó)

Ngoài ra, ngay cả trường hợp chia nhỏ thời gian nghỉ thai sản dành cho bố thì người lao động sẽ vẫn được nhận Tiền trợ cấp nghỉ chăm con khi sinh con cho đến đợt nghỉ thứ 2.

Với những đợt nghỉ rơi vào một trong hai trường hợp i và ii dưới đây, người lao động sẽ không được chi trả tiền trợ cấp cho đợt nghỉ tương ứng.

- Nghỉ chăm con sau sinh từ lần thứ 3 trở đi tính trên cùng một con
- Phần vượt quá 28 ngày cộng dồn từ các đợt nghỉ chăm con sau sinh tính trên cùng một con

- \* Trường hợp lao động tạm thời (người lao động ký hợp đồng có thời hạn)

Lao động tạm thời (người lao động ký hợp đồng có thời hạn) phải thoả mãn yêu cầu đó là không rõ về việc hợp đồng lao động của người đó sẽ hết hạn trong khoảng thời gian 6 tháng tính từ ngày tiếp theo sau khi trải qua 8 tuần kể từ ngày sinh con.

## 3-4

**Trợ cấp nhi đồng**

Trợ cấp nhi đồng là trợ cấp nhằm đảm bảo ổn định cuộc sống tại gia đình v.v... và sự phát triển kiện toàn của trẻ.

Có thể nhận trợ cấp này trong trường hợp trẻ và người nuôi dưỡng trẻ đều sinh sống tại Nhật Bản.

**(1) Người có thể nhận**

Người nuôi dưỡng một trẻ cho đến khi tới ngày 31 tháng 3 đầu tiên sau sinh nhật lần thứ 15 của trẻ

**(2) Cách thức nhận**

- Trước tiên, hãy làm đơn xin nhận tại cơ quan hành chính xã, phường, quận, thành phố nơi bạn đang sinh sống.
- Theo nguyên tắc, có thể nhận trợ cấp từ phần tháng sau của tháng làm đơn xin nhận trợ cấp.
- Khi có thêm trẻ mới được sinh ra, hoặc chuyển chỗ ở đến xã, phường, quận, thành phố khác, cần làm lại đơn xin nhận trợ cấp.

**(3) Khoản tiền có thể nhận**

Tuổi đứa trẻ	Khoản tiền trợ cấp nhi đồng (số tiền hàng tháng cho mỗi đứa trẻ)
Dưới 3 tuổi	Mức chung là 15.000 yên
Từ 3 tuổi đến ngày 31 tháng 3 đầu tiên sau sinh nhật lần thứ 12	10.000 yên (15.000 yên cho con thứ 3 trở đi)
Từ ngày 31 tháng 3 đầu tiên sau sinh nhật lần thứ 12 đến ngày 31 tháng 3 đầu tiên sau sinh nhật lần thứ 15	Mức chung là 10.000 yên

\* Trường hợp thu nhập của người đang nuôi dưỡng trẻ cao hơn mức nhất định, mức chung hàng tháng sẽ là 5.000 yên (Từ tháng 6 năm 2022, số tiền hàng tháng sẽ là 5.000 yên hoặc 0 yên).

\* “Con thứ 3 trở đi” nghĩa là người con thứ 3 những đứa tiếp theo trong số những đứa trẻ đang nuôi đến ngày 31 tháng 3 đầu tiên sau sinh nhật lần thứ 18.

**(4) Thời gian nhận**

Theo nguyên tắc, vào tháng 6, tháng 10, tháng 2 sẽ được nhận gộp phần 4 tháng cho đến phần tháng trước đó.

## 4

**Nuôi dạy con****4-1****Khám sức khỏe trẻ em**

Cơ quan hành chính xã, phường, quận, thành phố tổ chức khám sức khỏe miễn phí như dưới đây.

- Khám sức khỏe trẻ 1 tuổi và 6 tháng
- Khám sức khỏe trẻ 3 tuổi
- Tùy cơ quan hành chính xã, phường, quận, thành phố, có nơi trẻ em độ tuổi khác cũng được khám sức khỏe.
- \* Nội dung khám sức khỏe là kiểm tra về sự phát triển, đo chiều cao và cân nặng, tư vấn nuôi dạy con v.v... Để biết thêm chi tiết, hãy liên hệ cơ quan hành chính xã, phường, quận, thành phố nơi bạn đang sinh sống.

**4-2****Tiêm chủng**

Có thể phòng bệnh bằng cách tiêm chủng. Tiêm chủng có 2 loại.

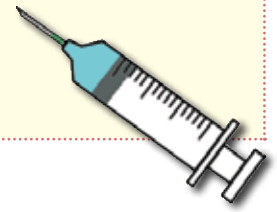
① **Tiêm chủng do cơ quan hành chính xã, phường, quận, thành phố nơi bạn đang sinh sống khuyến khích**

Tiêm chủng do cơ quan hành chính xã, phường, quận, thành phố nơi bạn đang sinh sống khuyến khích thì có trường hợp được miễn phí. Để biết thêm chi tiết, hãy liên hệ cơ quan hành chính xã, phường, quận, thành phố nơi bạn đang sinh sống.

② **Tiêm chủng tùy chọn**

Tiêm chủng tùy chọn thì phải tự trả tiền.

Khi tiêm chủng, hãy quyết định sau khi tham vấn bác sĩ.

**4-3****Chi phí y tế của trẻ em**

Trường hợp tham gia bảo hiểm sức khỏe, đối với trẻ em dưới 6 tuổi, trước khi đi học tiểu học thì tỉ lệ tự chi trả là 20%.

Tùy xã, phường, quận, thành phố nơi bạn đang sinh sống, cũng có nơi được miễn phí chi phí y tế cho đến khi tốt nghiệp tiểu học, cũng có nơi hỗ trợ bù vào khoản đó.

**4-4****Cơ sở dành cho trẻ trước khi đi học tiểu học**

- Có nhiều loại hình cơ sở khác nhau dành cho trẻ em dưới 6 tuổi trước khi đi học tiểu học, chẳng hạn như nhà trẻ (Hoikujo), trường mẫu giáo (Yochien), trung tâm giáo dục mầm non (Nintei Kodomoen) v.v...
- Được miễn phí sử dụng nhà trẻ, trường mẫu giáo, trung tâm giáo dục mầm non v.v... đối với trẻ từ 3 tuổi đến 5 tuổi.



## (1) Nhà trẻ

- Là cơ sở chăm sóc trẻ thay cho người giám hộ không thể chăm sóc trẻ tại nhà vì công việc v.v...
- Thời gian chăm sóc trẻ thông thường là 8 tiếng 1 ngày, nhưng cũng có nhà trẻ tiến hành chăm sóc trẻ ngoài giờ vào buổi tối, ngày nghỉ v.v...
- Cũng có nhà trẻ nhận giữ trẻ tạm thời vì lý do việc bận đột xuất hoặc công việc bán thời gian trong thời gian ngắn v.v...

Một điểm quan trọng:

### Cơ sở chăm sóc trẻ chưa được chứng nhận

Là tên gọi chung cho các cơ sở chưa được phê duyệt theo Luật Phúc lợi nhi đồng trong số các cơ sở chăm sóc trẻ. Gồm có:

- Nhà trẻ chưa được chứng nhận (Muninka hoikujo)
- Cơ sở giữ trẻ cho khách tại trung tâm thương mại
- Điểm giữ trẻ (Takujisho)
- Khách sạn trẻ em (Baby hotels)
- Người trông trẻ (Baby sitters) v.v...



## (2) Trường mẫu giáo

- Là cơ sở giáo dục cho trẻ em từ tròn 3 tuổi đến trước khi đi học tiểu học.
- Thời gian giáo dục tiêu chuẩn là 4 tiếng 1 ngày. Tuy nhiên, cũng có trường mẫu giáo trông trẻ đến chiều hay tối, hoặc từ sáng sớm tùy theo hoàn cảnh của người giám hộ, chẳng hạn như đang đi làm v.v...
- Không giống giáo dục bậc tiểu học và cao hơn, mẫu giáo coi trọng việc vui chơi do trẻ tự chủ.
- Ngoài ra, cũng có trường mẫu giáo tư vấn liên quan đến việc nuôi dạy trẻ cho người giám hộ trong khu vực, hoặc mở cửa sân trường cho cộng đồng v.v...

## (3) Trung tâm giáo dục mầm non

- Trung tâm giáo dục mầm non có cả hai chức năng mẫu giáo và nhà trẻ.
- Có thể sử dụng trung tâm giáo dục mầm non bất kể người giám hộ đang đi làm hay không.
- Ngoài ra, còn tư vấn giải quyết những nỗi lo trong việc nuôi dạy con cái, cung cấp nơi để bố mẹ và con cái cùng dành thời gian cho nhau v.v... với đối tượng là tất cả các hộ gia đình có trẻ em.

## 4-5

**Câu lạc bộ trẻ em sau giờ học (chương trình chăm sóc sau giờ học)**

- Có thể sử dụng Câu lạc bộ trẻ em sau giờ học trong trường hợp người giám hộ không ở nhà vào ban ngày vì lý do công việc v.v...
- Câu lạc bộ trẻ em sau giờ học có bố trí Nhân viên hỗ trợ trẻ sau giờ học v.v..., cung cấp nơi vui chơi và sinh hoạt phù hợp sau giờ học.
- Một số địa phương còn tổ chức “Lớp học dành cho trẻ sau giờ học” mà ở đó tiến hành nhiều hoạt động trải nghiệm, học tập khác nhau với đối tượng là tất cả học sinh tiểu học.

## 4-6

**Trung tâm hỗ trợ gia đình**

- Trung tâm hỗ trợ gia đình có thành viên là những người nêu dưới đây, đóng vai trò trung gian để các thành viên giúp đỡ lẫn nhau.

- Phụ huynh có con nhỏ, con là học sinh tiểu học v.v... và muốn nhận được sự hỗ trợ ví dụ như trông trẻ v.v...
- Người muốn hỗ trợ những việc đó

- Dưới đây nêu một số ví dụ về việc hỗ trợ.

- Đưa trẻ đến và đón về từ các cơ sở giữ trẻ v.v...
- Trông trẻ ngoài giờ gửi cơ sở giữ trẻ hoặc sau giờ học v.v...
- Trông trẻ khi người giám hộ ra ngoài mua sắm v.v...

- Trình tự sử dụng như dưới đây.

- Đăng ký thành viên tại Trung tâm hỗ trợ gia đình gần nhất ở nơi đang sống.
- Đăng ký sử dụng.
- Sẽ được cố vấn của Trung tâm hỗ trợ gia đình giới thiệu người hỗ trợ và đóng vai trò trung gian giữa người sử dụng và người hỗ trợ.
- Sau khi sử dụng, trả phí cho người đã hỗ trợ.