

本次就怀孕妊娠及分娩时的相关手续进行介绍。

在医院诊断妊娠后请从医院开具《妊娠申报书》向市政府第一大楼的健康课服务窗口、或者长野市保健所、市政府分所、各个地区的保健中心提交申报书。请不要忘记携带您的在留卡或者个人编码卡，有照片的驾照等证明也可以。

提交妊娠申报书时，会发母子健康手册。母子健康手册记录着孕妇及婴儿的健康情况，故非常重要。孕妇的健康状况，婴儿的健康情况记录在册，对分娩及出生后母子健康管理起到重要作用，请不要丢失。

外语版的健康手册有英语、中文、菲律宾语、韩语、泰语、越南语、葡萄牙语、印尼语、西班牙语的版本。

另外还会发妊娠健康检查票、产妇健康检查票，新生儿听力检查票。妊娠健康检查票在医院固定检查的时候可使用，除检查孕妇情况外，可了解腹中婴儿的成长情况。产妇健康检查票用于产后产妇的身心全方位检查。新生儿听力检查票婴儿出生后第 3 天在医院查听力。有检查票时在医院所付的费用有一定的减免。

有健康保险的人，生育时有《出产育儿一时金》，即生育补贴，生孩子前请在医院申请。

另外，在长野市提交妊娠申报书者，与保健师会面时会发两种补贴申请单，一个是《分娩补助金》，腹中婴儿 7 个月时会汇入到您的银行账户，另一个是分娩后保健所工作人员家访时可得到《育儿补助金》，请记得填写申请书。

妊娠申报书及婴儿出生后的家访，详情请咨询长野市保健所健康课，电话 026-226-9963.

婴儿出生后，医院会出具出生届，即出生证明。分娩后 14 天以内，请拿着出生证明、母子健康手册，有印章拿着印章到市政府市民窗口课或者政府分所办理登记。

父母双方均外国人时，请拿着双方的护照及结婚证进行办理。关于出生届详情，请咨询长野市政府市民窗口课，电话 026-224-7938.

提交出生届后，可得到《婴幼儿手册》。婴儿手册里面有婴儿健康检查票及预防接种票。

健康检查及预防接种的时间刊登在《长野讯息》，或者 4 月份发行的《长野讯息》里面付的健康挂历上，请确认时间后联系就近的医院。相关《婴幼儿手册》详情，请联系长野市保健所健康课，电话 026-226-9963.

婴儿双亲均为外国人时，出生后 30 天内在入管局办理在留资格手续。请确认需要的手续前往入管局办理，如不明白请直接向粗如果在留管理局长野办事处咨询，电话 026-232-3317.

同时不要忘记在大使馆及领事馆办理相关手续。有一方为外国人，并且要取得外国护照时，也需要在大使馆办理手续。办理手续前请咨询大使馆需要的相关证明资料。

わか ちゅうごくご きょく おく ちゅうごくご にほんご せかい は
お別れに中国語の曲をお贈りいたします。中国語で「天涯尽处」日本語では「世界の果てま
たいとる うた き
で」というタイトルの歌です。お聴きください。