

TIN TỨC KOCOFORRE

Số 7 - Bản mùa đông năm 2025

Kocoforre là tên gọi của Trung tâm tư vấn cuộc sống cho người nước ngoài ở tỉnh Kochi

Chào các bạn, trong những ngày mùa đông vẫn còn đang kéo dài, các bạn có khỏe không? Tin tức Kocoforre giới thiệu đến các bạn người nước ngoài, người Nhật có liên quan đến người nước ngoài và người có quan tâm đến cuộc sống cộng sinh đa văn hóa về những thông tin bổ ích và những dự án của Kocoforre.



CHỦ ĐỀ

VỀ MANG THAI VÀ SINH CON

Tại Kocoforre những năm gần đây, các tư vấn về mang thai và sinh con đang có xu hướng tăng. Điều này phản ánh hiện thực nhiều người nước ngoài đang sống tại Nhật Bản gặp khó khăn về vấn đề ngôn ngữ, sự khác biệt về chế độ y tế, văn hóa và phong tục. Với chủ đề **[MANG THAI VÀ SINH CON]** lần này, chúng tôi cung cấp những thông tin giúp phụ nữ mang thai và gia đình có thể an tâm và sinh con tại Nhật Bản.

TỪ MANG THAI ĐẾN SINH CON - CÁC THỦ TỤC SAU SINH

① Đến Sản phụ khoa

Thời điểm thích hợp để đến khám tại sản phụ khoa là vào cuối tuần thứ 5 đến đầu tuần thứ 6, tính từ ngày bắt đầu kỳ kinh nguyệt cuối cùng của bạn. Khi đến khám lần đầu vào thời điểm này, bác sĩ sẽ có thể đưa ra phán đoán chính xác về khả năng mang thai. Trong lần khám đầu tiên, bạn sẽ được hỏi về tình trạng kinh nguyệt và sức khỏe, vì vậy bạn nên nắm rõ trước những thông tin cần thiết. Ngoài ra, số lượng cơ sở hỗ trợ sinh sản tại Kochi đang giảm dần, do đó, bạn cần đặt lịch hẹn sớm khi biết mình mang thai. Nếu bạn không chắc chắn về cơ sở trợ sản, hãy đến tư vấn với văn phòng chính quyền địa phương.

Khi biết có thai...

★ Hãy đến nhận Sổ tay sức khỏe mẹ và bé (母子健康手帳)

Sổ tay sức khỏe mẹ và bé là quyển sổ quan trọng trong việc quản lý sức khỏe của mẹ và em bé, ghi lại các thông tin từ khi mang thai đến lúc sinh con, việc tiêm phòng và quản lý sức khỏe của bé. Sổ tay sức khỏe mẹ và bé được cấp tại ủy ban hành chính địa phương nơi bạn có giấy cư trú (住民票) hoặc tại trung tâm y tế khi bạn nộp giấy chứng nhận mang thai (妊娠届出書) do bệnh viện cung cấp.

※ Ở thành phố Kochi, ngoài tiếng Nhật, Sổ tay sức khỏe mẹ và bé còn có tiếng Anh, tiếng Trung, tiếng Hàn, tiếng Bồ Đào Nha, tiếng Tagalog.



② Kiểm tra sức khỏe thai phụ (妊婦健康診査)

Tại Nhật Bản "Kiểm tra sức khỏe thai phụ" là kiểm tra sức khỏe của mẹ và bé trong suốt quá trình mang thai. Có khoảng 14 lần khám trong thai kỳ để đo cân nặng, huyết áp, xét nghiệm máu, nước tiểu, siêu âm để kiểm tra em bé có đang phát triển khỏe mạnh không, hoặc các dấu hiệu sảy thai, sinh non, chậm phát triển. Việc khám sức khỏe cần phải được thực hiện đầy đủ để đảm bảo an toàn cho sức khỏe của mẹ và bé trong suốt quá trình mang thai. (※ Chi tiết nội dung các xét nghiệm có thể khác nhau tùy theo bệnh viện).

Thông tin về Phiếu kiểm tra sức khỏe thai phụ của tỉnh Kochi



Thông tin về Phiếu kiểm tra sức khỏe thai phụ của tỉnh Kochi

Thời kỳ	Mang thai kỳ đầu (~tháng thứ 6)	Mang thai kỳ giữa (Từ tháng thứ 7 đến tháng thứ 9)	Mang thai kỳ cuối (Từ tháng thứ 10 trở đi)
Khoảng cách tái khám	4 tuần 1 lần	2 tuần 1 lần	1 tuần 1 lần
Tổng số lần khám	Tổng 4 lần	Tổng 6 lần	Tổng 4 lần

★ Hãy sử dụng "Phiếu khám sức khỏe tổng quát thai phụ" (妊婦一般健康診査受診票)

Tại Nhật Bản, để giảm bớt gánh nặng về tài chính khi mang thai, bạn có thể nhận được hỗ trợ chi phí khám sức khỏe lên tới 14 lần, khi sử dụng "Phiếu khám sức khỏe tổng quát thai phụ". (※ Lưu ý: chi phí kiểm tra sức khỏe thai phụ không được bảo hiểm chi trả, do đó, bạn cần phải trả toàn bộ) Ngay khi biết mình có thai, hãy nhanh chóng nộp Giấy chứng nhận mang thai (妊娠届出書) để được nhận Sổ tay sức khỏe mẹ và bé, cùng với Phiếu khám sức khỏe tổng quát thai phụ. Tuy nhiên, tùy theo nội dung khám tại các bệnh viện, cũng có trường hợp không miễn phí hoàn toàn.

③ Sinh con – Nhập viện

Tại Nhật Bản, bạn sẽ nhập viện trung bình 5 ngày sau khi sinh con. Do đó, hãy kiểm tra trước với bệnh viện về những điều cần thiết trước khi nhập viện. Trong thời gian lưu lại tại bệnh viện, bạn sẽ được kiểm tra sức khỏe mẹ và bé, nhận được những lời khuyên về cách chăm con như cách thay tã và cho con bú, v.v..

★ Đăng ký nhận "Trợ cấp sinh con" (出産育児一時金)

"Trợ cấp sinh con" là khoảng tiền (500.000 yên) từ bảo hiểm sức khỏe/ bảo hiểm quốc dân mà bạn đang tham gia, được trợ cấp khi bạn nhập viện/sinh con. (※ Thời điểm tháng 10/2024) Trường hợp Bảo hiểm sức khỏe (健康保険), bạn chỉ cần làm thủ tục tại bệnh viện, bệnh viện sẽ thay mặt bạn đăng ký tiền trợ cấp từ bảo hiểm, sử dụng "Chế độ thanh toán trực tiếp" để chi trả chi phí (※ Khi sử dụng "Chế độ thanh toán trực tiếp" cần phải làm thủ tục khi đang mang thai, hãy xác nhận trước với bệnh viện). Trường hợp Bảo hiểm quốc dân (国民健康保険), bạn có thể kiểm tra thông tin chi tiết tại ủy ban hành chính. Trường hợp các loại bảo hiểm y tế khác ngoài bảo hiểm quốc dân, thủ tục và các loại giấy tờ cần thiết sẽ khác nhau, tùy thuộc vào loại bảo hiểm mà bạn đang tham gia, hãy kiểm tra với nơi làm việc của bạn để biết thông tin chi tiết. Tại Nhật Bản, chi phí cho một lần sinh con, nhập viện trung bình khoảng 500.000 Yên. Nếu vượt quá "khoản trợ cấp sinh con" 500.000 Yên, bạn sẽ phải tự trả chi phí chênh lệch.

DANH SÁCH CÁC THỦ TỤC ĐĂNG KÝ SAU SINH



Sau khi sinh, mặc dù bận rộn với việc chăm sóc em bé, nhưng bạn vẫn cần phải làm nhiều loại thủ tục khác nhau. Tại đây, chúng tôi sẽ giới thiệu tóm tắt đơn giản về những thủ tục cần thiết sau khi sinh.

Nội dung	Thời hạn	Liên hệ/ nơi nộp hồ sơ
① Nộp Giấy khai sinh	Trong vòng 14 ngày tính cả ngày sinh	Chính quyền địa phương nơi bạn sống
② Xin cấp quốc tịch	Càng sớm càng tốt sau khi sinh	Đại sứ quán/(tổng lãnh sự quán) tại Nhật Bản của quốc gia của cha mẹ
③ Xin cấp tư cách lưu trú	Trong vòng 30 ngày tính cả ngày sinh	Cục quản lý xuất nhập cảnh nơi bạn sống
④ Tham gia bảo hiểm y tế	Càng sớm càng tốt sau khi sinh	• Bảo hiểm xã hội : nơi làm việc • Bảo hiểm y tế quốc dân : chính quyền địa phương
⑤ Đăng ký nhận trợ cấp trẻ em	Trong vòng 15 ngày kể từ ngày sinh	Chính quyền địa phương nơi bạn sống
⑥ Đăng ký nhận trợ cấp chi phí y tế cho trẻ em	Càng sớm càng tốt sau khi sinh	Chính quyền địa phương nơi bạn sống

Chi tiết về **ba thủ tục quan trọng** khi sinh con cho cặp vợ chồng người nước ngoài!

① Nộp Giấy khai sinh (出生届)

Sau khi sinh con, trong vòng 14 ngày, hãy nộp Giấy khai sinh tại chính quyền địa phương nơi bạn sống. Trường hợp em bé có quốc tịch nước ngoài, trong mục "Tên của con" hãy điền bằng Katakana, và chữ Alphabet vào phía bên dưới. Nếu quốc gia của bạn sử dụng chữ kanji, bạn cũng có thể điền vào biểu mẫu bằng chữ kanji (giới hạn ở các ký tự có thể được sử dụng đối với đơn đăng ký). ※ Nếu quá 14 ngày, bạn có thể sẽ không thể đăng ký lưu trú và tư cách lưu trú tại Nhật Bản.
<Vật dụng cần mang> Giấy chứng nhận sinh con (出生証明書), sổ tay mẹ và bé.

② Xin cấp quốc tịch

Trường hợp bố hoặc mẹ có quốc tịch Nhật Bản, em bé cũng có thể xin quốc tịch Nhật Bản. Tuy nhiên, nếu cả bố và mẹ đều mang quốc tịch nước ngoài, em bé không thể mang quốc tịch Nhật Bản. Về chi tiết các thủ tục, hãy liên hệ với Đại sứ quán/(tổng lãnh sự quán) tại Nhật Bản của quốc gia của bố mẹ.

③ Nộp đơn xin cấp tư cách lưu trú

Trẻ em cũng cần có tư cách lưu trú. Trong vòng 30 ngày tính cả ngày sinh, hãy nộp đơn đăng ký tại Cục quản lý xuất nhập cảnh. ※ Nếu quá 60 ngày mà không nộp đơn đăng ký sẽ bị coi là lưu trú quá hạn. Nếu bạn ở lại Nhật Bản trên 60 ngày, hãy nộp đơn đăng ký trong vòng 30 ngày tính cả ngày sinh.

< Vật dụng cần mang > Passport (nếu có) / Đơn đăng ký xin cấp tư cách lưu trú / Các loại giấy tờ chứng nhận sinh như là **Giấy chứng nhận đăng ký khai sinh**(※1), v.v.. Các giấy tờ tương ứng với hoạt động tại Nhật (Giấy chứng nhận thu nhập hoặc chứng nhận làm việc của người nhận phụ dưỡng, Giấy đăng ký cư trú có tên tất cả thành viên trong hộ gia đình (※2)). Để biết thêm chi tiết, hãy xem tại trang chủ Cục quản lý lưu trú xuất nhập cảnh ở mục "Đăng ký xin cấp tư cách lưu trú"(在留資格取得許可申請) ※ Có thể xin giấy 1 và 2 tại cơ quan hành chính địa phương.

<https://www.moj.go.jp/isa/applications/procedures/16-10.html>



Về "Đăng ký xin cấp tư cách lưu trú" tại đây

THÔNG BÁO TỪ KOCOFORRE

Buổi công tác tư vấn

Tuần lễ tư vấn pháp luật miễn phí cho người nước ngoài

Chúng tôi đã tổ chức các buổi tư vấn tại Thành phố Shimanto vào ngày 22/8, tại Thành phố Tosa vào ngày 10/11, và tại Thành phố Nankoku vào ngày 8/12. Tại buổi tư vấn này, chuyên gia từ Cục quản lý xuất nhập cảnh Takamastu đã giải đáp thắc mắc về "Tư cách lưu trú", "Tuyển dụng người nước ngoài", v.v... cho người nước ngoài, người Nhật có liên quan đến người nước ngoài, người thuộc các doanh nghiệp đến tham gia. Thêm vào đó, nhân viên Kocoforre hỗ trợ tư vấn liên quan đến các vấn đề trong cuộc sống, giúp buổi tư vấn trở nên hiệu quả hơn.

"Tuần lễ tư vấn pháp luật miễn phí cho người nước ngoài" lần thứ nhất được tổ chức từ ngày 30/9 đến ngày 5/10. Người nước ngoài và người Nhật có liên quan đến người nước ngoài được tư vấn miễn phí với các luật sư của Hiệp hội luật sư tình Kochi. Luật sư đã lắng nghe cẩn thận và đưa ra hướng giải quyết từ góc độ pháp lý cho những thắc mắc và khó khăn mà mọi người đang gặp phải. "Tuần lễ tư vấn pháp luật miễn phí cho người nước ngoài" lần thứ 2 sẽ được tổ chức từ ngày 25 tháng 2 (Thứ Ba) đến ngày 1 tháng 3 (Thứ Bảy) năm 2025.

Ngày hội việc làm toàn cầu

Tuyển tình nguyện viên Kocoforre

Kocoforre đã tham gia. "Ngày hội việc làm toàn cầu 2024 tại Kochi" do tỉnh Kochi tổ chức diễn ra ở Otepia vào thứ Năm, ngày 17 tháng 10. Ngoài ra, sự kiện còn có sự tham gia của 12 công ty quan tâm đến việc tuyển dụng người nước ngoài và 34 người nước ngoài muốn làm việc tại tỉnh Kochi.

Kocoforre đang tuyển tình nguyện viên hỗ trợ người nước ngoài. Hoạt động chủ yếu bao gồm hỗ trợ các thủ tục tại cơ quan hành chính, các tổ chức liên quan khác, và phiên dịch. Bạn có thể đăng ký ngay cả khi bạn không nói được ngoại ngữ. Hãy liên hệ với chúng tôi nếu bạn có quan tâm.

Các buổi tư vấn sắp tới của Kocoforre ※Chi tiết xem tại trang chủ hoặc SNS của Kocoforre

Ngày 25 tháng 2 năm 2025 (Thứ Ba) - Ngày 1 tháng 3 năm 2025 (Thứ Bảy)

Tuần lễ tư vấn pháp luật miễn phí cho người nước ngoài

Kocoforre
(Địa chỉ: 4-1-37 Honmachi, Thành phố Kochi)

Luật sư hỗ trợ tư vấn. Tư vấn miễn phí, không có yêu cầu về điều kiện tài chính (Không dành cho đối tượng là pháp nhân)

Trang chủ



Có các trang web bằng tiếng Nhật, tiếng Anh, tiếng Trung, tiếng Hàn, tiếng Indonesia và tiếng Việt.

Instagram



Chúng tôi giới thiệu những thông tin hữu ích cho cuộc sống ở Nhật Bản bằng tiếng Nhật đơn giản và tiếng nước ngoài.

Phát hành : Quỹ lợi ích cộng đồng Hiệp hội giao lưu quốc tế tỉnh Kochi
Trung tâm tư vấn cuộc sống cho người nước ngoài ở tỉnh Kochi
Địa chỉ : 〒780-0870
Tầng 1, Tòa nhà Marunouchi, 4-1-37 Honmachi, Thành phố Kochi
Liên lạc : TEL : 088-821-6440 FAX : 088-821-6441
E-mail : consultation@kccfr.jp Website : <https://kccfr.jp>
Ngày phát hành : Tháng 1 năm 2025