

Kocoforre adalah, Pusat konsultasi yang melayani permasalahan kehidupan warga negara asing di Prefektur Kochi。

Di Tengah hari-hari dingin yang masih terus berlanjut, bagaimana kabar anda semua? Dalam “Berita Kocoforre,” kami memperkenalkan kegiatan kocoforre dan informasi yang bermanfaat bagi orang asing, terutama bagi warga negara asing yang tinggal di Prefektur Kochi, mereka yang berhubungan dengan orang asing, serta banyak orang yang tertarik pada kehidupan bersama dalam keragaman budaya.

## Bahasan Tentang Kehamilan dan Persalinan

Di kocoforre, dalam beberapa tahun terakhir, jumlah konsultasi terkait kehamilan dan persalinan semakin meningkat. Kenyataannya, banyak warga negara asing yang tinggal di Jepang merasa bingung dengan perbedaan bahasa, sistem medis, dan kebiasaan budaya antara jepang dan negara asal mereka. Oleh karena itu, kali ini kami mengangkat tema “kehamilan dan Persalinan” untuk memberi informasi bagi para ibu warga negara asing yang sedang hamil serta keluarganya agar dapat menghadapi persalinan dengan tenang tanpa ada rasa khawatir.

### ■ Tentang Proses dari Kehamilan hingga Persalinan, serta Prosedur Setelah Melahirkan

#### ① Pergi ke Dokter Kandungan dan Ginekologi.

Waktu yang tepat untuk mengunjungi dokter kandungan adalah sekitar akhir minggu ke-5 hingga awal minggu ke-6 setelah hari pertama menstruasi terakhir Anda. Pada periode ini, pemeriksaan awal dapat dilakukan untuk memastikan kemungkinan kehamilan secara tepat. Saat pemeriksaan pertama, Anda akan ditanya tentang kondisi menstruasi dan kesehatan Anda secara umum, sehingga disarankan untuk mengetahui informasi yang diperlukan sebelumnya. Selain itu, di Prefektur Kochi, jumlah fasilitas bersalin sedikit. Oleh karena itu, jika kehamilan telah dipastikan, segera lakukan reservasi untuk persalinan. Jika Anda tidak mengetahui rumah sakit mana yang menyediakan layanan persalinan, silahkan berkonsultasi dengan kantor pemerintah setempat.

Jika Kehamilan Telah Diketahui

#### ★ Dapatkan Buku Kesehatan Ibu dan Anak.

Buku Kesehatan Ibu dan Anak adalah buku yang sangat penting untuk mencatat pengelolaan Kesehatan ibu dan bayi, mulai dari kehamilan, persalinan, hingga pemantauan Kesehatan bayi serta vaksinasi. Buku ini diberikan oleh kantor pemerintah daerah atau pusat Kesehatan (保健センター(Hoken senta)) di wilayah tempat tinggal ibu hamil, dan dapat diperoleh dengan menyerahkan “Formulir Pemberitahuan Kehamilan” (妊娠届出書(Ninshin todokede-sho)), yang diterbitkan oleh rumah sakit.

※Di Kota Kochi, Buku Kesehatan Ibu dan Anak juga tersedia dalam bahasa selain Jepang yaitu bahasa Inggris, Cina, Korea, Portugis, dan Tagalog.

#### ② Pemeriksaan Kesehatan Ibu Hamil.

Di Jepang, ada pemeriksaan yang disebut “Pemeriksaan Kesehatan Ibu Hamil”(妊婦健康診査“(Ninpu Kenkou Shinsa))、 yang dilakukan untuk memeriksa Kesehatan ibu dan bayi selama masa kehamilan. Pemeriksaan ini dilakukan sekitar 14 kali selama kehamilan, dan meliputi pengukuran tekanan darah, berat badan, tes urin, tes darah, serta pemeriksaan USG untuk memastikan bayi tumbuh dengan baik dan sehat, serta untuk memeriksa tanda-tanda keguguran, kelahiran premature, atau keterlambatan perkembangan. Pemeriksaan ini sangat penting untuk memastikan ibu dan bayi menjalani masa kehamilan yang sehat dan aman, sehingga sangat disarankan untuk selalu mengikuti jadwal pemeriksaan.(※ Jenis Pemeriksaan dapat berbeda-beda tergantung pada rumah sakit).

Periode	Awal Kehamilan (~6 bulan)	Trimester Kedua Kehamilan (7 bulan ~9 bulan)	Trimester Ketiga Kehamilan (10 bulan~)
Interval Pemeriksaan Kesehatan	4 minggu sekali	2 minggu sekali	seminggu sekali
Perkiraan Jumlah Pemeriksaan Kesehatan	4 Kali	6 Kali	4 Kali



Barcode informasi mengenai pemeriksaan ibu hamil di Prefektur Kochi.

#### ★Mari gunakan “kartu Pemeriksaan Kesehatan Umum Ibu Hamil”(妊娠一般健康診査受診票(Ninshin ippan kenkō shinsa jushin-hyō)).

Di Jepang, untuk mengurangi beban ekonomi selama kehamilan, biaya pemeriksaan Kesehatan ibu hamil dapat dibantu oleh dana pemerintah hingga 14 kali dengan menggunakan “Kartu Pemeriksaan Umum Ibu Hamil”. (※Biaya pemeriksaan Kesehatan ibu hamil tidak ditanggung oleh asuransi, sehingga biasanya harus dibayar penuh oleh ibu hamil). Setelah mengetahui kehamilan, segera laporkan ke kantor pemerintah setempat dengan menyerahkan “Surat Pendaftaran Kehamilan” (妊娠届出書(Ninshin todokede-sho), dan anda akan menerima “Kartu Pemeriksaan Kesehatan Umum Ibu Hamil” (妊娠一般健康診査受診票(Ninshin ippan kenkō shinsa jushin-hyō) bersama dengan “Buku Kesehatan Ibu dan Anak”(母子手帳(Boshitetchō)). Namun, perlu diperhatikan bahwa beberapa pemeriksaan di rumah sakit mungkin tidak gratis, tergantung pada jenis pemeriksaan yang dilakukan.

#### ③ Melahirkan/Rawat Inap

Di Jepang, setelah melahirkan, ibu biasanya dirawat di rumah sakit selama sekitar 5 hari. Sebaiknya pastikan terlebih dahulu barang-barang yang diperlukan selama masa inap dengan pihak rumah sakit. Selama dirawat, ibu dan bayi akan diperiksa kesehatannya, dan ibu juga akan menerima saran tentang cara menyusui, mengganti popok, dan tips perawatan bayi lainnya.

#### ★Mari Ajukan “Tunjangan Satu Kali Kelahiran dan Perawatan Bayi” terlebih dahulu.

Tunjangan Satu Kali Kelahiran dan Perawatan Bayi (出産育児一時金(Shussan Ikuji Ichijikinin)) adalah tunjangan yang diberikan oleh asuransi kesehatan yang Anda ikuti atau asuransi Kesehatan nasional untuk biaya persalinan dan rawat inap, yang besarnya sekitar 500.000 yen. (※per oktober 2024) jika anda terdaftar dalam asuransi kesehatan, Anda dapat menggunakan sistem “pembayaran langsung” Dimana rumah sakit akan mengajukan permohonan tunjangan kepada asuransi Kesehatan dan pembayaran langsung dilakukan ke rumah sakit. (\*untuk menggunakan sistem “Pembayaran Langsung”, Anda harus melakukan prosedur selama kehamilan, jadi pastikan untuk memeriksa dengan rumah sakit terlebih dahulu). Jika anda terdaftar dalam Asuransi Kesehatan Nasional, Anda dapat memeriksa detailnya di kantor pemerintah setempat. Untuk jenis asuransi Kesehatan selain Asuransi Kesehatan Nasional, prosedur dan dokumen yang diperlukan berbeda-beda tergantung jenis asuransi yang anda miliki, jadi pastikan untuk memeriksa dengan tempat kerja Anda. Di Jepang, biaya untuk melahirkan dan rawat inap rata-rata sekitar 500.000 yen. Jika biaya melahirkan dan rawat inap melebihi 500.000 yen dari tunjangan “Tunjangan Satu Kali Kelahiran dan Perawatan Bayi”, selisihnya akan menjadi tanggungan pribadi.

## Daftar Pengajuan Setelah Melahirkan

Setelah bayi lahir dan Anda sibuk merawatnya, akan ada berbagai prosedur yang perlu dilakukan. Di sini, kami akan memperkenalkan prosedur dan pengajuan yang diperlukan setelah melahirkan secara singkat.

Isi	Batas Waktu Penyerahan	Pertanyaan atau Pengajuan
① Pengajuan Akta Kelahiran	Dalam waktu 14 hari termasuk hari kelahiran	Kantor pemerintahan kota tempat anda tinggal
② Perolehan kewarganegaraan	Sesegera mungkin setelah melahirkan	Kedutaan Besar atau Konsulat (Jenderal) Negara Kewarganegaraan orang tua di Jepang
③ Permohonan untuk mendapat Status Izin Tinggal	Dalam waktu 30 hari termasuk hari kelahiran	Kantor Imigrasi daerah tempat anda tinggal
④ Pendaftaran Asuransi Kesehatan	Sesegera mungkin setelah kelahiran	• Asuransi Sosial bagian yang bertanggung jawab di tempat kerja • Asuransi Kesehatan Nasional : Kantor pemerintah Daerah
⑤ Pengajuan Tunjangan Anak	Dalam waktu 15 hari setelah hari berikutnya dari tanggal lahir	Kantor pemerintahan kota tempat anda tinggal
⑥ Pengajuan Bantuan Biaya Kesehatan Anak	Sesegera mungkin setelah kelahiran	Kantor pemerintahan kota tempat anda tinggal

### Tiga prosedur penting Ketika bayi lahir dari pasangan beda negara !

#### ① Pengajuan Pendaftaran Kelahiran “出生届の提出” Shushhōtodeki no teishutsu.

- Ketika bayi lahir, ajukan **pendaftaran kelahiran** ke kantor pemerintahan kota atau desa (shichouson yakuba) dalam waktu **14 hari setelah kelahiran**.
- Untuk bayi berkewarganegaraan asing, pada kolom "Nama Anak" di formulir pendaftaran kelahiran, tuliskan nama dalam huruf katakana, dan tuliskan nama dalam huruf alfabet (romaji) di bawahnya.
- Jika orang tua berasal dari negara yang menggunakan huruf kanji, nama dapat dituliskan dalam huruf kanji (hanya karakter yang diperbolehkan untuk pendaftaran).

**Catatan:** Jika melebihi batas waktu 14 hari, kemungkinan akan ada kesulitan dalam mendaftarkan bayi sebagai penduduk di Jepang dan mengajukan status tinggal. <apa yang harus dibawa> Akta kelahiran “出生証明書” Shusseishōmeisho dan Buku Kesehatan ibu dan anak “母子手帳” boshi techō.

#### ② Perolehan Kewarganegaraan “国籍の取得” Kokuseki no shutoku.

Jika salah satu dari orang tua memiliki kewarganegaraan Jepang, maka anak juga dapat memperoleh kewarganegaraan Jepang. Namun, jika kedua orang tua adalah warga negara asing, anak tidak dapat memperoleh kewarganegaraan Jepang. Dalam kasus ini, anak harus memperoleh kewarganegaraan dan paspor sesuai dengan hukum negara asal masing-masing orang tua.

Untuk informasi lebih rinci mengenai prosedur, silakan hubungi kedutaan besar atau konsulat (jenderal) negara asal orang tua di Jepang.

#### ③ Pengajuan Izin Perolehan Status Tinggal (在留資格取得許可の申請 (Zairyū shikaku shutoku kyōka no shinsei))

Bayi juga memerlukan status tinggal (在留資格 (Zairyū shikaku)). Ajukan izin perolehan status tinggal di Biro Imigrasi dalam waktu **30 hari setelah kelahiran**.

**Catatan:** Jika tidak mengajukan dan tinggal di Jepang lebih dari 60 hari, maka statusnya akan menjadi **overstay** (melebihi batas waktu tinggal). Jika berencana tinggal di Jepang lebih dari 60 hari, pastikan untuk mengajukan permohonan **dalam waktu 30 hari setelah kelahiran**.

<Apa yang harus dibawa> Paspor (apabila sudah menerima visa) formulir permohonan izin mendapatkan Status tinggal, Surat pembuktian tanggal lahir (※1), misalnya dokumen yang membuktikan kelahiran seperti akta kelahiran, dokumen yang sesuai dengan aktivitas di Jepang (misalnya: Surat Keterangan Pekerjaan (扶養者の在職証明書 (Fuyō-sha no zaishoku shōmei-sho)) atau Surat Keterangan Penghasilan dari Penanggung (所得証明書 Shotoku shōmei-sho), serta Salinan Kartu Penduduk (住民票 Jūmin-hyō) yang mencantumkan seluruh anggota rumah tangga (※2). Untuk informasi lebih lanjut, silakan lihat halaman “Permohonan Izin Memperoleh Status Kependudukan” dalam “在留資格取得許可の申請 (Zairyū shikaku shutoku kyōka no shinsei)” di situs web Badan Layanan Imigrasi.

※1 dan ※2 dapat diperoleh di kantor pemerintahan kota atau desa “市町村役場” Shichōson yakuba.

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



Barcode permohonan izin untuk memperoleh status kependudukan

## Informasi Kocoforre

### Layanan Konsultasi

Pada tanggal 22 Agustus di Kota Shimanto, 10 November di Kota Tosa, dan 8 Desember di Kota Nangoku, telah diadakan sesi konsultasi keliling (“出張相談会” Shucchou soudankai). Dalam konsultasi ini, warga asing, warga Jepang yang berhubungan dengan warga asing, serta perwakilan perusahaan turut berpartisipasi. Para spesialis dari Kantor Imigrasi Takamatsu dengan penuh perhatian menangani konsultasi terkait “status tinggal” dan “pekerjaan bagi warga asing.”

Selain itu, untuk konsultasi umum tentang kehidupan sehari-hari, staf dari **kocoforre** memberikan bantuan. Setiap sesi menjadi acara yang bermanfaat dan memuaskan bagi semua peserta.

### Pekan konsultasi hukum gratis untuk warga Asing

Dari tanggal 30 September hingga 5 Oktober, telah diadakan **sesi pertama “Pekan Konsultasi Hukum Gratis untuk Warga Asing.”** Dalam acara ini, warga asing dan warga Jepang yang memiliki hubungan dengan warga asing dapat berkonsultasi secara gratis dengan pengacara dari Asosiasi Pengacara Kochi.

Para pengacara mendengarkan masalah dan kekhawatiran yang dihadapi oleh para peserta dengan penuh perhatian, serta memberikan penjelasan mengenai metode penyelesaian yang tepat dari sudut pandang hukum.

**Sesi kedua “Pekan Konsultasi Hukum Gratis untuk Warga Asing”** akan diadakan pada tanggal **25 Februari (Selasa) hingga 1 Maret (Sabtu) 2025.**

### Pameran Global karier

“2024 Global Career Fair in Kochi” yang diselenggarakan oleh Pemerintah Prefektur Kochi diadakan pada hari Kamis, 17 Oktober di Otepa, dan Kocoforre juga berpartisipasi. Pada acara tersebut, 12 perusahaan yang tertarik untuk mempekerjakan warga asing dan 34 warga asing yang ingin bekerja di Prefektur Kochi turut hadir.

### Kocoforre Merekrut

Di Kocoforre, kami sedang mencari relawan yang dapat membantu dalam mendukung warga asing. Kegiatan utamanya adalah membantu proses administratif di lembaga terkait seperti kantor pemerintah dan menjadi penerjemah. Meskipun tidak bisa berbahasa asing, Anda tetap bisa mendaftar. Jika Anda tertarik, silakan hubungi kami.

Sesi konsultasi mendatang di Kocoforre. Untuk detail lebih lanjut, silakan kunjungi situs web dan media sosial Kocoforre.

Senin 26 Februari ~  
Sabtu 2 Maret, 2025.

Pekan konsultasi hukum  
gratis untuk warga negara  
asing

Kocoforre  
(Lokasi : 高知市本町4丁目1番37号)  
(kota Kochi, honmachi 4, nomor 1-37)

Seorang pengacara akan membantu Anda. Konsultasi  
gratis tanpa memandang status keuangan  
(perusahaan tidak termasuk).

### Website



Website Tersedia  
dalam bahasa  
jepang, inggris,  
Indonesia, china,  
vietnam.

### Instagram



KCCFR.

Kami memperkenalkan  
informasi yang berguna  
untuk kehidupan di  
Jepang dalam bahasa  
Jepang yang mudah  
dipahami dan bahasa  
asing. ◦

Perihal : Asosiasi Internasional Kochi

Pusat Konsultasi Kehidupan Warga Asing di Kochi

Alamat : 〒780-0870 高知市本町4丁目1番37号丸の内ビル1階

Kota Kochi, honmachi 4, nomor 1-37 Gedung marunouchi lantai 1, kode pos 780-0870.

Kontak : TEL : 088-821-6440 FAX : 088-821-6441

E-mail : consultation@kccfr.jp Website : <https://kccfr.jp>

Terbit : 2025年1月