

●關於個人編號卡或資格確認書 / 健康保險●

居住在日本時，請加入下列保險中的一個。加入後登錄個人編號卡的保險利用，即可使用個人編號保險證。如果不登錄個人編號卡的保險利用時，可以拿到資格確認書。

不加入保險，去醫院時需自己負擔全額醫藥費。（加入後只需負擔 30％）

①社會保險（受聘者保險）…適用於有工作單位的人，由雇主辦理手續。保險費將從你的薪水裡扣除。

②國民健康保險…沒加入①的人須加入此保險。攜帶在留卡、護照還有銀行卡去各區公所服務窗口辦理加入手續。

詳情請查看 SenTIA 國際化事業部網頁 [Top>Information in Foreign Languages 外國語情報>Daily Life 日常生活>税金、年金、付款>National Health Insurance Guidebook 國民健康保險手冊](#)（日、英、中、韓）

生活基礎篇/ IV.兒童/ 1.懷孕・分娩・嬰兒

●懷孕後●

到所居住的區健康福祉中心或各綜合分部保健福祉課提交懷孕登記。

① 領取母子健康手冊（日、英、中、韓、越南、尼泊爾和其他 5 種語言）

・這是一本記錄懷孕過程、嬰兒發展等情況的手冊。

② 領取附有孕婦體檢補助票等的附冊（孕產婦手冊）

・使用體檢補助票，可到登記的醫療機關接受最多為 16 次的孕婦健康檢查。

・產後可到已登記的醫療機關接受最多 2 次的產婦健康檢查。

③ 接受保健指導

・保健福祉中心為孕婦及其家屬舉辦母親學習班、父母學習班。

●分娩育兒一次補助金●

只要是國民健康保險，就可以到各區公所的保健福祉中心保險年金課、宮城綜合分局保險年金課、秋保綜合分局保健福祉課的櫃檯辦理。

只要是員工保險（社會保險）都可以跟公司申請。

●助產制度●

因收入少，支付生孩子所需費用有困難的情況，可以根據您的收入來減少您的支出，幫助您解除後顧之憂，安心分娩的制度。

可否利用此制度，對家庭的課稅狀況有一定條件要求。請向各區公所諮詢。

詳細請參考：仙台市政府網頁 [\[首頁>生活資訊>健康與福祉>育兒・年輕人>育兒措施>各種支援・助成・補助>有關妊娠・分娩方面的支援>助產制度\]](#)（日）

●嬰兒出生後●

請於 14 天內向區公所提交出生證明。之後可以領到分娩育兒的補助金。如果加入了國民健康保險，請攜帶出生證明到各區的保健福祉中心保險年金課、或者宮城綜合分部保險年金課、秋保綜合分部保健福祉課的窗口進行申請。如果您加入的是被雇用者保險（社會保險），請向工作單位申請。

另外，請儘早填寫母子健康手冊附冊（孕產婦篇）中的出生聯絡票，寄到保健福祉中心（之後你會收到附有嬰幼兒體檢受診票、疫苗接種券的附冊（嬰幼兒篇））。

此外，孩子的父母雙方都是非日本國籍時，出生後需要進行居留資格的申請。

請在孩子出生後 30 天內，前往管轄您所居住地的出入國在留管理官署進行此申請。

但如果孩子在出生後 60 天內離開日本境內的話，則無需進行居留資格的申請。

「分娩・育兒指南」

是介紹懷孕、分娩及育兒的手冊

SenTIA 國際化事業部網頁

<https://int.sentia-sendai.jp/child/e/>（日、英、中、韓）



●孩子生病時●＊緊急狀況時，請到第 3 頁介紹的醫院

SenTIA 國際化事業部網頁 [\[Top>Information in Foreign Languages>Child, Families>What to Do When Your Child is Sick\]](#)（日、英、中、韓）

●嬰幼兒的體檢●

使用母子健康手冊附冊（嬰幼兒篇）的受診票，去指定的醫療機關，可以享有 3 次免費的健康檢查。

詳細請參考：仙台市政府網頁 [\[首頁>生活資訊>健康與福祉>育兒・年輕人>育兒措施>健康>孩子的健康>嬰兒健康檢查（2 個月嬰兒・4～5 個月嬰兒・8～9 個月嬰兒）\]](#)（日）

生活基礎篇/ IV.兒童/ 2.幼兒

●兒童預防接種●

為了維護兒童的健康，預防接種很有必要。可免費接受預防接種的年齡是根據身體容易產生免疫力的時期等而定的，想要接受預防接種時，請盡快跟各區公所等諮詢

詳細請參考：仙台市政府網頁 [首頁>生活資訊>健康與福祉>健康・醫療>傳染病資訊・預防接種>預防接種>「定期預防接種（乳幼兒期以後）」>兒童預防接種的對象年齡及接種間隔](#)（日）

●兒童補助●

養育兒童的人從市府領取的補助金。居住在仙台，並養育有從零歲到十八歲為止的學年孩子的人可以領取兒童補助。

孩子出生日，或搬到仙台之日的第二天起的 15 天之內，到各區政府等辦理手續。申請晚了的話，可能會拿不到延誤月份的錢。請儘早辦理手續。

詳細請參考：仙台市政府網頁 [首頁>生活資訊>健康與福祉>育兒・年輕人>育兒措施>各種支援・助成・補助>對育兒中的人之支援>兒童補貼](#)

（日、英、中、韓）

●想送孩子去保育所●

家長如果因為工作、上學、生病或分娩等原因而無法照顧孩子時，可以把孩子託放到保育所。保育所接收出生後 4 個月到學齡前的兒童。保育所分為仙台市認證的認可保育所，及除此之外的認可外保育設施。如果您選擇認可保育所，需要到有第一希望保育所的區公所保育給付課或宮城綜合分部保健福祉課進行申請，而認可外保育設施的入所則需直接向該保育所進行申請。

●認可保育所●

【保育時間】※ 因保育所而異。

一般為 7:00（～7:30）至 18:00（～18:30）※ 也有可延長時間的保育所。

※ 中午提供午餐（若為 3 歲以上的兒童，有的保育所要求自備主食）。需要接送。保育費用是根據該家庭的市民稅額等決定的（3 歲至 5 歲班級的兒童免費）。

保育所入所指引：SenTIA 國際化事業部網頁 [Top>Information in Foreign Languages>Child, Family>Enrollment Procedure for Childcare Facilities and Services](#)

（日、英、中、韓）

詳細請參考：仙台市政府網頁 [首頁>生活資訊>健康與福祉>育兒・年輕人>育兒措施>托兒>定期的利用教育・保育服務等>關於申請利用幼稚園・保育所等>對於希望利用保育設施的各位](#)（日）

保育所提供的其他保育服務 ※ 請直接向各保育所申請。

①臨時托兒

家長工作或生病時，可臨時將孩子託放到保育所。

②假日托兒

家長在主日或假日因工作等事由無法照顧孩子時，可託放到保育所。

●認可外保育設施●

關於認可外保育設施的服務內容請直接諮詢各保育所。若符合一定的條件，在上限的範圍內可以領取仙台市保育費相關補助。

認可外保育設施一覽表：仙台市政府網頁 [首頁>生活資訊>健康與福祉>育兒・年輕人>育兒措施>托兒>定期的利用教育・保育服務等>認可外保育設施>認可外保育設施一覽](#)（日）

※ 部分認可外的保育設施也在夜間或假日提供托兒服務，申請入所的詳情請直接向這些保育所諮詢。

●想讓孩子上幼稚園●

入園對象為滿3歲至學齡前的兒童。

請直接向希望入園的幼兒園申請。4月入園的申請手續，大多從前一年的11月開始辦理。保育費用若未超過減免的上限額則為免費。

●想把孩子托送到認可的兒童園●

兒童園是兼有保育園和幼稚園功能的設施。

以學齡前的兒童為對象，為不滿3歲的兒童提供保育服務，而對3歲以上的兒童則同時進行教育和保育。另外，也以本地的育兒家庭為對象進行育兒援助。

保育費用根據該家庭的市民稅額等決定（3歲至5歲班級的兒童免費）。

※ 入園年齡因各設施而異，請直接向兒童園確認。

詳細請參考：仙台市政府網頁 [首頁>生活資訊>健康與福祉>育兒・年輕人>育兒措施>托兒>定期的利用教育・保育服務等>關於申請利用幼稚園・保育所等>對於希望利用幼稚園・認定托兒所各位](#)（日）

●想把孩子托送到地方型保育事業設施●

所謂地方型保育事業設施是指以3歲以下的兒童為對象的、規模比較小的保育設施。申請方法與保育所相同。

●可以親子一起遊玩的地方（NOBISUKU）●

育兒交流廣場（NOBISUKU），是以嬰幼兒和家人為對象的育兒支援設施。可以帶孩子在免費的「廣場」玩耍，也可以諮詢育兒的問題。收費的「臨時托兒」以生後6個月到入學前的孩子為接收對象。可利用日和時間因設施不同而異。利用時需事先進行會員登記及申請。

詳細請參考：仙台市政府網頁 [首頁>生活資訊>健康與福祉>育兒・年輕人>育兒措施>學習・外出>親子可以一起使用的設施・空間>NOBISUKU](#)（日）

●想去兒童館和兒童中心●

兒童館和兒童中心是提供兒童遊玩場所的設施。年齡不滿 18 歲的任何人均可利用。

詳細請參考：仙台市政府網頁 [首頁>生活資訊>健康與福祉>育兒・年輕人>育兒措施>學習・](#)

[外出>親子可以一起使用的設施・空間>兒童館>兒童館・兒童中心](#)（日）

※ 想要使用保育所或其他設施的服務，但不清楚怎麼申請…

- ・諮商仙台多元文化共生中心。
- ・利用外國人支援會 OASIS 提供的免費「隨行志工」服務（詳情請參考第 35 頁）。

*** 仙台多元文化共生中心口譯支援電話（TEL：022-224-1919） ***

生活基礎篇/ IV.兒童/ 3.學校

●想讓孩子上仙台市立的小學和中學時●

需要在仙台市教育委員會學事課辦理手續。

- ・學校依居住地區而定。
- ・不需要繳學費。但要繳午餐費（伙食費）和教材費。
- ・用日語上課。

※ 若孩子在日本短期居留（2 個月內），可辦理臨時入學。

詳情請洽：仙台市教育委員會學事課 TEL：022-214-8860

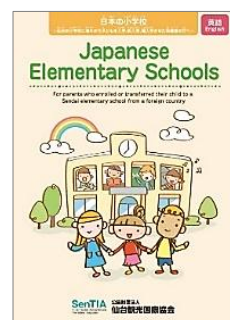
介紹日本的小學、中學以及學校生活，內容簡單易懂。

●手冊【日本的小學】

SenTIA 國際化事業部網頁

https://int.senia-sendai.jp/child/school/e/pdf/English_JES.pdf

（日、英、中、韓、越、尼泊爾、他加祿）



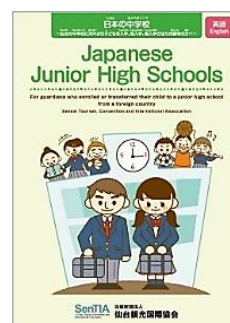
●手冊【日本的中學】

SenTIA 國際化事業部網頁

https://int.senia-sendai.jp/e/download/information/japanese_jhs_e.pdf

（日、英、中、韓、越、尼泊爾、他加祿）

※ 仙台多元文化共生中心免費分發。



●對母語不為日語的外國兒童及其家長進行的支援 / 活動●

服務和團體名稱	活動內容	諮詢單位
為歸國及外國兒童學生等派遣指導協助員事業	在仙台市內公立小學、中學上課時，會派遣支援人員協助。	教育委員會教育指導課 TEL：022-214-8875
外國兒童支援會	幫助外國兒童學習日語及學校的教科書內容，舉辦志工研修會等。	事務局 TEL：090-2793-8899
簡明日語俱樂部	每週六的 10 點到 12 點，支援有海外經驗之孩子的日文學習。	青葉區中央市民中心 TEL：022-263-5010
與外國有關的兒童 仙台支援諮詢處	派遣翻譯志工或指導員到學校、或舉辦以支援人員及市民為對象的研討會等	SenTIA TEL：022-268-6260 仙台多元文化共生中心 TEL：022-265-2471
暑假教室	暑假期間和志工一起愉快地學習。	SenTIA TEL：022-268-6260
升學指南	為想升上日本高中的小・中學生及其父母所舉辦的說明會。	SenTIA TEL：022-268-6260

●仙台市內的外國人學校●

學校法人南光學園 東北國際學校 TEL：022-348-2468

學校法人 Horizon 學園 仙台校 TEL：022-739-9622

東北朝鮮初級高級中學 TEL：022-229-2131

「為不以日語為母語的家長和孩子準備的高中升學指南手冊 宮城」

介紹日本學校制度以及高中和高中入學考試情況，內容簡單易懂。

<https://shinro-miyagi.jimdofree.com/english/>

（日、英、中、韓、越南、尼泊爾、他加祿、西班牙）

※ 在仙台多元文化共生中心也可免費索取。

