

Thành phố  
Takahama

**Sổ tay hỗ trợ  
mang thai và sinh con**



Bản năm  
2026

# Mục lục

- ◆ Sau khi nhận sổ tay sức khỏe mẹ và bé . . . . . 1
- ◆ Sau khi em bé chào đời . . . . . 5
  - Hỗ trợ sau sinh . . . . . 8
  - Khám sức khỏe cho trẻ . . . . . 10
- ◆ Trung tâm hỗ trợ nuôi dạy trẻ . . . . . 11
- ◆ Trung tâm gia đình và trẻ em . . . . . 12
  - Tiêm phòng (vắc-xin) . . . . . 14
- ◆ Nhân viên y tế phụ trách (của bạn) . . . . . 15
- ◆ Về phòng chống thiên tai . . . . . 16

# Sau khi nhận sổ tay sức khỏe mẹ và bé ...

Đăng ký ứng dụng sổ tay mẹ và bé “Boshimo” (Piyo Pocket: phiên bản TP Takahama)

◇ Liên hệ: Nhóm nâng cao sức khỏe ☎ 0566-52-9872

Thành phố Takahama sẽ gửi thông tin về nuôi dạy trẻ. Vui lòng đăng ký.



◇ Liên hệ: Nhóm nâng cao sức khỏe  
☎0566-52-9872

Trợ cấp hỗ trợ dành cho phụ nữ mang thai

◇ Liên hệ: Nhóm nâng cao sức khỏe ☎ 0566-52-9872

◆Sẽ chi trả làm 2 lần: khi cấp sổ tay mẹ và bé và khi đến nhà thăm bé “Xin chào em bé!”.  
Sau khi trao đổi với mẹ bầu, sẽ phát đơn đăng ký.  
Vui lòng nộp đơn tại Nhóm nâng cao sức khỏe.

Khám sức khỏe, khám răng cho phụ nữ mang thai, v.v.◇ Liên hệ: Nhóm nâng cao sức khỏe ☎ 0566-52-9872

Bạn có thể tham gia các lần khám thai dưới đây. Khi đi khám, vui lòng mang theo cuốn “Cẩm nang mẹ và bé” (tài liệu kèm theo).

◆Các loại khám có thể thực hiện

- Khám thai (14 lần, trường hợp mang đa thai: 19 lần)
- Khám răng cho phụ nữ mang thai (1 lần)

※ Người mới chuyển đến cần đổi phiếu khám. Ngoài ra, nếu về nước hoặc sinh ngoài tỉnh, nếu làm thủ tục trong vòng 6 tháng kể từ ngày khám gần nhất, sẽ được hoàn tiền sau.

## PIYOFAMI BOOK (Sổ tay cha và con)

◆Đây là cuốn tài liệu hỗ trợ các ông bố sắp bắt đầu nuôi con và những ông bố đang nỗ lực chăm sóc con.



Tải xuống tại đây ⇒



## Sổ tay dành cho ông bà

◆Đây là cuốn tài liệu nhằm giúp thế hệ ông bà và cha mẹ hiểu rõ hơn về việc nuôi dạy trẻ của nhau, đồng thời tạo cơ hội để cùng nhau vui vẻ chăm sóc và nuôi dạy con trẻ.



Tải xuống tại đây ⇒



# Sau khi nhận sổ tay sức khỏe mẹ và bé ...

Lớp học dành cho bố mẹ (lớp tiền sản cho cả hai) ※Cần đặt lịch trước

◇ Liên hệ: Nhóm nâng cao sức khỏe ☎ 0566-95-9558

Đây là lớp dành cho gia đình đang trong thời kỳ mang thai. Vui lòng đặt lịch hẹn trước khi tham gia.

◆ Đối tượng Những người đang sinh sống tại thành phố Takahama và sắp trở thành bố mẹ

◆ Nội dung ① Bài giảng nha khoa & trải nghiệm (tổ chức vào tháng 5, 9, 1)

Bài giảng về sức khỏe răng miệng

Các hoạt động trải nghiệm (tắm bé, trải nghiệm mang thai, thay tã)

② Bài giảng dinh dưỡng & buổi trò chuyện với bố mẹ có

kinh nghiệm (tổ chức vào tháng 7, 11, 3)

Bài giảng về dinh dưỡng, phần chia sẻ kinh nghiệm

của các bố mẹ đi trước và góc hỏi đáp

※ Có thể tham gia cả 2 nội dung, hoặc chỉ tham gia 1 trong 2

9:00~11:30 (tiếp nhận 9:00~9:10)

◆ Đồ mang theo Sổ tay mẹ và bé, bút, nước uống, máy ảnh, v.v.

※ Mùa đông: mang theo đồ giữ ấm (chăn mỏng, v.v.)

◆ Địa điểm Tầng 3, Phòng sức khỏe – Trung tâm Ikiki Hiroba

※ Cần đặt lịch trước ☎ 0566-95-9558

◆ Lịch trình

30/5/2026(Thứ bảy)	25/7(Thứ bảy)	26/9(Thứ bảy)
28/11(Thứ bảy)	23/1/2027(Thứ bảy)	6/3(Thứ bảy)



↑ Đặt lịch online tại đây

Tiêm phòng ngừa bệnh nhiễm virus RS

◇ Liên hệ: Nhóm nâng cao sức khỏe ☎ 0566-95-9558

Tiêm phòng cho phụ nữ mang thai, giúp kháng thể của người mẹ truyền sang thai nhi, từ đó ngăn ngừa trẻ sơ sinh bị nhiễm virus RS

◆ Đối tượng Phụ nữ mang thai từ 28 tuần 0 ngày đến 36 tuần 6 ngày

◆ Lưu ý Trường hợp tiêm phòng tại ngoài thành phố Takahama (ngoài thành phố Kariya và Chiryū) hoặc ngoài tỉnh Aichi thì cần làm thủ tục trước. Vui lòng kiểm tra trang web của thành phố Takahama để biết chi tiết.

Bảng khảo sát tháng thứ 8 thai kỳ

◇ Liên hệ: Nhóm nâng cao sức khỏe ☎ 0566-52-9872

Khoảng tháng thứ 8 của thai kỳ, thành phố sẽ gửi bảng khảo sát. Vui lòng điền vào tình trạng hiện tại của bạn và gửi lại. Nếu có những lo lắng hoặc khó khăn liên quan đến việc sinh con, bạn có thể đăng ký để được tư vấn theo nguyện vọng.

◆ Đối tượng Phụ nữ mang thai đang sinh sống tại thành phố Takahama và ở khoảng tháng thứ 8 của thai kỳ

◆ Cách thực hiện Khi đến thời điểm, thành phố sẽ thông báo, sau đó bạn điền vào bảng khảo sát và gửi lại câu trả lời

◆ Buổi tư vấn Những người có nhu cầu sẽ được nữ hộ sinh và nhân viên y tế tư vấn, trao đổi. Tùy theo nội dung trả lời trong bảng khảo sát, nữ hộ sinh và nhân viên y tế cũng có thể liên hệ trực tiếp với bạn để hỗ trợ tư vấn

Nhóm chat mở thông tin nuôi dạy con

◇ Liên hệ: Ichigo Plaza ☎ 0566-52-523

◆ Open Chat là chức năng trò chuyện do LINE cung cấp. Bạn có thể trò chuyện mà không cần kết bạn trên LINE. Nhóm "Open Chat thông tin nuôi dạy con" là kênh chính thức được thành phố Takahama công nhận, nên bạn có thể yên tâm sử dụng. Bạn có thể thoải mái hỏi những điều muốn biết, chia sẻ những khó khăn của mình, hoặc giao lưu với các bố mẹ đang nuôi con tại thành phố Takahama.



Tài xuống tại đây⇒

# Sau khi nhận sổ tay sức khỏe mẹ và bé ...

Chương trình ưu đãi dành cho gia đình nuôi con (thẻ Hagumin) ◇ Nhóm phát triển trẻ em ☎ 0566-95-9565

Đây là thẻ được phát hành thông qua sự hợp tác giữa tỉnh Aichi và các thành phố/thị trấn, dành cho trẻ em dưới 18 tuổi, người bảo hộ của các em và phụ nữ đang mang thai. Khi xuất trình thẻ tại các cửa hàng hoặc cơ sở có tham gia chương trình, bạn có thể nhận được nhiều ưu đãi như giảm giá sản phẩm hoặc các dịch vụ khác do từng cửa hàng tự quy định.

- ◆ Đối tượng Phụ nữ đang mang thai, trẻ em dưới 18 tuổi và người bảo hộ của các em
- ◆ Nơi phát thẻ Nhóm phát triển trẻ em
- ◆ Cửa hàng tham gia Vui lòng kiểm tra trên trang web của tỉnh Aichi



“Ngày 19 hàng tháng là Ngày hỗ trợ nuôi dạy trẻ (Hagumin Day) ♥”



↑ Chi tiết xem tại đây

## Phiếu thông báo nội dung hướng dẫn quản lý sức khỏe thai sản

Đây là thẻ (phiếu) nhằm giúp người lao động nữ đang mang thai hoặc sau sinh truyền đạt chính xác đến người sử dụng lao động (công ty) những nội dung hướng dẫn do bác sĩ điều trị hoặc nhân viên y tế đưa ra.

### ◆ Cách sử dụng

- ① Khi khám thai trong thời kỳ mang thai hoặc sau sinh, nếu bác sĩ chỉ định cần áp dụng các biện pháp như giảm tải việc đi lại (giờ đi làm linh hoạt) hoặc nghỉ ngơi, thì bạn sẽ được bác sĩ điền các thông tin cần thiết vào **母健連絡カード** và cấp cho bạn.
- ② Người lao động nữ sẽ nộp **母健連絡カード** này cho công ty để đề nghị được áp dụng các biện pháp hỗ trợ.
- ③ Công ty (người sử dụng lao động) sẽ căn cứ vào nội dung ghi trong **母健連絡カード** để thực hiện các biện pháp như: đi làm lệch giờ (tránh giờ cao điểm)  
kéo dài thời gian nghỉ giải lao  
hoặc các hỗ trợ phù hợp khác

## Trang web hỗ trợ thông tin về Sổ tay sức khỏe mẹ và bé

Trang web này đăng tải các thông tin liên quan đến sức khỏe và việc nuôi dạy trẻ, từ khi mang thai cho đến giai đoạn trẻ sơ sinh và trẻ nhỏ.

### ◆ Nội dung

Mẫu tự chọn của Sổ tay sức khỏe mẹ và bé

(※ những phần được quy định là “cung cấp dưới dạng điện tử”)

Thông tin về sự phát triển và hỗ trợ dành cho trẻ sinh nhẹ cân

Dành cho những người mang thai hoặc sinh đa thai (sinh đôi, sinh ba, ...)

Hỗ trợ dành cho người nước ngoài v.v.



Chi tiết xem tại đây→

## Sau khi nhận sổ tay sức khỏe mẹ và bé ...

### Miễn giảm thuế Bảo hiểm Y tế Quốc dân trong thời gian trước và sau sinh

◇ Liên hệ: Bộ phận tiếp dân (市民窓口グループ) ☎ 0566-95-9516

Nếu người tham gia Bảo hiểm Y tế Quốc dân sinh con, thì khi làm thủ tục đăng ký, một phần thuế bảo hiểm sẽ được miễn trong một khoảng thời gian nhất định.

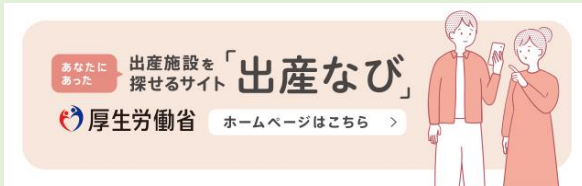
- ◆ Đối tượng: Người tham gia Bảo hiểm Y tế Quốc dân và sinh con (hoặc dự sinh)  
※ Áp dụng cho thai từ 85 ngày (trên 4 tháng) trở lên (bao gồm: sinh thường, thai chết lưu, sảy thai, sinh non, đình chỉ thai nghén)
- ◆ Thời gian áp dụng: Sinh 1 bé (đơn thai): Từ tháng trước tháng sinh (dự sinh) đến 4 tháng  
Sinh nhiều bé (đa thai): Từ 3 tháng trước tháng sinh (dự sinh) đến 6 tháng
- ◆ Giấy tờ cần mang: Thẻ bảo hiểm y tế quốc dân  
Giấy xác nhận ngày sinh hoặc ngày dự sinh  
Giấy tờ tùy thân có ảnh của người đi làm thủ tục

Website 'Shussan Navi' giúp bạn tìm cơ sở sinh phù hợp với bản thân.

Đây là trang web do Bộ Y tế, Lao động và Phúc lợi vận hành.

Bạn có thể thiết lập các điều kiện như khu vực và dịch vụ để tìm kiếm các cơ sở sinh.

Đối với từng cơ sở sinh, bạn có thể kiểm tra chi tiết các thông tin như 'thông tin cơ sở', 'chăm sóc hộ sinh', 'dịch vụ đi kèm', 'chi phí', v.v."



ウェブサイトはこちら



# Sau khi em bé chào đời ...

## Thủ tục đăng ký khai sinh

◇ Liên hệ: Bộ phận tiếp dân (市民窓口グループ) ☎ 0566-95-9512

Bạn có 14 ngày (tính luôn ngày sinh) để đi đăng ký khai sinh cho bé.

◆ Giấy tờ cần mang: Giấy khai sinh (出生届) và giấy chứng sinh (出生証明書) Sổ sức khỏe mẹ và bé (母子健康手帳)

## Trợ cấp một lần khi sinh con và nuôi con

◇ Liên hệ: Bộ phận tiếp dân (市民窓口グループ) ☎ 0566-95-9516

Khi người tham gia Bảo hiểm Y tế Quốc dân sinh con, khoản trợ cấp sinh con và nuôi con (出産育児一時金) sẽ được chi trả cho chủ hộ. Khoản trợ cấp này, về nguyên tắc, sẽ được thanh toán trực tiếp cho cơ sở y tế.

- ◆ Đối tượng: Người tham gia Bảo hiểm Y tế Quốc dân và đã sinh con
  - ◆ Số tiền chi trả: Khoảng 500,000 yên cho mỗi 1 trẻ được sinh ra
  - ◆ Địa điểm: Tòa thị chính – Bộ phận tiếp dân (市民窓口グループ)
- ※ Những người tham gia bảo hiểm khác ngoài Bảo hiểm Y tế Quốc dân, vui lòng liên hệ với đơn vị bảo hiểm tương ứng của mình.

## Chế độ hỗ trợ chi phí điều trị cho trẻ sinh non (trẻ thiếu tháng)

◇ Liên hệ: Bộ phận tiếp dân (市民窓口グループ) ☎ 0566-95-9515

Đây là chế độ mà đối với những trẻ có tình trạng như cân nặng khi sinh từ 2.000g trở xuống, v.v., và được bác sĩ xác nhận là cần điều trị, nuôi dưỡng nội trú (trẻ sinh non...), thì chi phí y tế trong thời gian nằm viện sẽ do ngân sách nhà nước chi trả.

Tùy theo thu nhập của hộ gia đình, trẻ có thể được khám chữa bệnh bằng nguồn chi trả công.

## Khai báo đối với trẻ sinh nhẹ cân

◇ Liên hệ: Bộ phận thúc đẩy sức khỏe (健康推進グループ) ☎ 0566-95-9558

Đối với trẻ có cân nặng khi sinh dưới 2.500g, việc khai báo trẻ sinh nhẹ cân là nghĩa vụ được quy định bởi pháp luật.

Vui lòng thực hiện khai báo bằng một trong các cách sau: nộp đơn trực tuyến, gọi điện đến Bộ phận thúc đẩy sức khỏe, hoặc đến trực tiếp tại quầy để làm thủ tục. Đăng ký trực tuyến tại đây →



## Sổ tay Little Baby của tỉnh Aichi

Đây là tài liệu do tỉnh Aichi biên soạn dành cho các bậc phụ huynh có con có cân nặng khi sinh khoảng dưới 1.500g.

Chi tiết xem tại đây →



## Sau khi em bé chào đời ...

### Trợ cấp nuôi con

◇ Liên hệ: Bộ phận phát triển trẻ em (こども育成グループ) ☎ 0566-95-9565

Đối với những người đang nuôi dưỡng trẻ em đến độ tuổi học sinh trung học phổ thông, trợ cấp sẽ chi trả vào các tháng 2, 6 và 10 hằng năm, mỗi lần chi trả bao gồm tiền trợ cấp đến tháng trước đó.

- ◆ Đối tượng: Người đang sinh sống trong thành phố và nuôi dưỡng trẻ em đến độ tuổi học sinh trung học phổ thông
  - ◆ Số tiền chi trả, v.v.
- Vui lòng xem chi tiết trên trang web của thành phố Takahama



⇒ Chi tiết xem tại đây

### Chế độ hỗ trợ y tế cho trẻ em

◇ Liên hệ: Bộ phận tiếp dân (市民窓口グループ) ☎ 0566-95-9515

Hãy làm thủ tục trong vòng 15 ngày, tính từ ngày hôm sau của ngày sinh hoặc ngày chuyển đến.

- ◆ Giấy tờ cần mang: Thẻ bảo hiểm của trẻ

### Khám sức khỏe cho phụ nữ sau sinh

◇ Liên hệ: Bộ phận thúc đẩy sức khỏe (健康推進グループ) ☎ 0566-52-9872

Bạn có thể tham gia các đợt khám sức khỏe sau sinh dưới đây. Khi đi khám, vui lòng mang theo cuốn 'Sổ tay mẹ và bé' (bản đính kèm riêng).

- ◆ Các lần khám có thể thực hiện ◦ Khám sức khỏe sau sinh (2 lần)
  - ※ Vui lòng đi khám trong vòng 8 tuần sau sinh.
  - ※ Người chuyển đến (chuyển hộ khẩu) cần đổi phiếu khám. Ngoài ra, nếu sinh con ở ngoài tỉnh (ví dụ về quê sinh), vui lòng làm thủ tục trong vòng 6 tháng kể từ ngày khám gần nhất. Chi tiết vui lòng xem trong “母と子のしおり” (Sổ tay mẹ và bé).

### Khám sức khỏe cho trẻ sơ sinh (trẻ nhỏ)

◇ Liên hệ: Bộ phận thúc đẩy sức khỏe (健康推進グループ) ☎ 0566-52-9872

Bạn có thể tham gia các đợt khám sức khỏe cho trẻ sơ sinh dưới đây. Khi đi khám, vui lòng mang theo cuốn '母と子のしおり' (Sổ tay mẹ và bé – bản đính kèm riêng).

#### ◆ Các lần khám có thể thực hiện

	Khám sức khỏe cho trẻ em	Kiểm tra thính lực cho trẻ sơ sinh
Số lần	2 lần	1 lần
Thời điểm đi khám	① Khoảng 1 tháng tuổi ② Khoảng 6-10 tháng tuổi	Trong vòng 3 ngày sau sinh
Hạn cuối phải đi khám	Dưới 1 tuổi 1 tháng	Trong vòng 8 tuần sau khi sinh

Người chuyển đến cần đổi phiếu khám. Ngoài ra, đối với những người sinh con ngoài tỉnh (ví dụ như về quê sinh), vui lòng nộp đơn trong vòng 6 tháng kể từ ngày thực hiện lần khám gần nhất.  
Chi tiết vui lòng tham khảo ‘母と子のしおり’ (Sổ tay mẹ và bé).

## Dành cho các mẹ sinh con lần đầu

**Khoản trợ cấp hỗ trợ dành cho phụ nữ mang thai** ◇ Liên hệ: Nhóm nâng cao sức khỏe ☎ 0566-52-9872

Nữ hộ sinh sẽ gọi điện cho những người lần đầu sinh con. Nếu có nhu cầu, sẽ đến thăm tận nhà.

- ◆ **Đối tượng:** Những người lần đầu sinh con
- ◆ **Thời gian:** Khoảng từ 2 tuần đến 1 tháng sau khi sinh

**Chương trình BP ~ Bé đã đến rồi! ~**

◇ Liên hệ: Nhóm nâng cao sức khỏe ☎ 0566-52-9872

Đây là chương trình gồm 4 buổi dành cho các mẹ lần đầu nuôi con có bé từ 2 đến 5 tháng tuổi tập hợp lại. Các mẹ hãy cùng nhau vui vẻ chia sẻ và học hỏi về việc chăm sóc em bé nhé.

- ◆ **Đối tượng:** Các mẹ lần đầu sinh con và em bé (từ 2–5 tháng tuổi)
- ◆ **Nội dung:** Là nơi mọi người cùng học hỏi về sự phát triển của em bé và cách nuôi con, trao đổi thông tin chăm sóc trẻ, đồng thời giúp các mẹ làm quen, kết nối với nhau.
- ◆ **Cách tham gia:** Sẽ được hướng dẫn dẫn trong buổi thăm hỏi em bé.

**Thăm hỏi mừng sinh nhật 1 tuổi**

◇ Liên hệ: Nhóm nâng cao sức khỏe ☎ 0566-52-9872 / ☎ 0566-95-9558

Nhân viên y tế công cộng (hoặc hộ lý) sẽ đến thăm các gia đình lần đầu nuôi con. Chúng tôi sẽ liên lạc khi bé sắp tròn 1 tuổi. Hãy trao đổi về việc chăm sóc con, tiêm chủng và các vấn đề khác.

- ◆ **Đối tượng:** Các gia đình lần đầu nuôi con (khoảng 1 tuổi)
- ◆ **Nội dung:** Nhân viên y tế công cộng sẽ đến thăm nhà, cùng mẹ và gia đình kiểm tra sự phát triển của trẻ, đồng thời tư vấn về việc chăm sóc con và tiêm chủng.



# Hỗ trợ sau sinh

## Trợ cấp hỗ trợ dành cho phụ nữ mang thai

◇ Liên hệ: Nhóm nâng cao sức khỏe ☎ 0566-52-9872

Sẽ được hỗ trợ tiền chia làm 2 lần khi cấp Sổ tay mẹ con và khi thăm hỏi “Xin chào! Bé yêu”. Sau khi trao đổi với phụ huynh sẽ phát đơn đăng ký.  
Vui lòng nộp đơn tại Nhóm nâng cao sức khỏe.

## Xin chào! Thăm em bé tại nhà

◇ Liên hệ: Nhóm nâng cao sức khỏe ☎ 0566-95-9558

Đối với tất cả các gia đình có em bé mới sinh, nhân viên y tế công cộng sẽ đến thăm nhà, cân đo cân nặng của bé, hướng dẫn về tiêm chủng và các thông tin liên quan, đồng thời tư vấn về việc chăm sóc trẻ.

- ◆ Đối tượng: Tất cả các gia đình có em bé đến 4 tháng tuổi
- ◆ Nội dung: Nhân viên y tế sẽ đến thăm nhà, cùng mẹ và gia đình kiểm tra sự phát triển của bé, đồng thời giải thích về các chế độ hỗ trợ nuôi con và tiêm chủng.
- ※ Thời gian thăm sẽ được liên hệ và sắp xếp sau khi sinh.

## Dịch vụ chăm sóc sau sinh

◇ Liên hệ: Nhóm nâng cao sức khỏe ☎ 0566-52-9872

Đây là dịch vụ hỗ trợ để mẹ sau sinh có thể nghỉ ngơi và thư giãn, thông qua việc chăm sóc sức khỏe thể chất và tinh thần của mẹ, hỗ trợ nuôi con như cho bé bú, đồng thời kiểm tra sự phát triển của em bé. Vui lòng liên hệ để được tư vấn về cơ sở sử dụng, thời gian sử dụng và chi phí.

- ◆ Đối tượng: Mẹ và em bé (trẻ sơ sinh) dưới 1 năm sau sinh đang sinh sống tại thành phố Takahama, những bà mẹ có vấn đề về sức khỏe hoặc lo lắng trong việc chăm con.
- ◆ Địa điểm: Okamura Sanka Fujinka / Yachiyo Byōin / Jun Ladies Clinic Anjō / Ao Josanin / Himawari Josanin / Kariya Toyota Sōgō Byōin
- ◆ Chi phí: Khác nhau tùy theo cơ sở sử dụng.
- ◆ Mức hỗ trợ: Hỗ trợ 80% phí cơ bản và phí phòng riêng (hộ gia đình miễn thuế cư trú được hỗ trợ 90%).(Chi phí ăn uống, sữa, tã, quần áo bệnh viện ... không bao gồm trong phí cơ bản)

※ Tổng thời gian sử dụng tối đa là 7 ngày.

※ Cần đăng ký trước khi sử dụng. Vui lòng liên hệ Nhóm thúc đẩy sức khỏe.



⇨ Chi tiết xem tại đây

## Furemama (Dự án hỗ trợ trước và sau sinh)

◇ Liên hệ: Nhóm nâng cao sức khỏe ☎ 0566-52-9872

Nhân viên Furemama sẽ đến thăm các gia đình đang nuôi con để hỗ trợ, lắng nghe và tư vấn những khó khăn hay vấn đề liên quan đến việc chăm sóc trẻ.

- ◆ Đối tượng: Các gia đình có trẻ chưa đến tuổi đi mẫu giáo.
- ◆ Nội dung: Nhân viên Furemama sẽ đến thăm nhà để trò chuyện, chơi cùng bé, hoặc cùng gia đình đến trung tâm hỗ trợ nuôi dạy trẻ.

※ Cần đăng ký trước khi sử dụng dịch vụ.

Vui lòng đăng ký trực tuyến hoặc qua điện thoại.

Đăng ký trực tuyến tại đây →



# Hỗ trợ sau sinh

Tư vấn trẻ nhỏ (Chibikko Sōdan)

◇Đặt lịch / Liên hệ: Nhóm nâng cao sức khỏe ☎ 0566-95-9558

Chibikko Sōdan là buổi tư vấn về nuôi dạy trẻ và các vấn đề liên quan đến sữa mẹ.

Việc tư vấn cần đặt lịch trước. **Những người chỉ muốn đo chiều cao, cân nặng cho bé thì không**

**cần đặt lịch.** Vui lòng đến trong thời gian tổ chức.

- ◆Đối tượng: Trẻ từ 0 tuổi đến trước tuổi vào tiểu học và gia đình của trẻ.
- ◆Địa điểm: Tầng 3 (Phòng sức khỏe) của 高浜市いきいき広場
- ◆Thời gian thực hiện: 9:30 ~ 11:30 (mỗi lần tư vấn khoảng 30 phút)
- ◆Nội dung: Đo chiều cao, cân nặng (có thể đo cho cả anh chị em của bé)  
Tư vấn nuôi dạy trẻ bởi nhân viên y tế  
Tư vấn về sữa mẹ bởi nữ hộ sinh
- ◆Vật dụng mang theo: Sổ mẹ con (Boshi Kenkō Techō), khăn tắm lớn



↑Đặt lịch online  
tại đây

※ Việc tư vấn cần đặt lịch trước, tuy nhiên nếu trong ngày còn chỗ trống thì cũng có thể tư vấn mà không cần đặt trước.

Papa Salon (Lớp học dành cho bố)

◇Đặt lịch / Liên hệ: Nhóm nâng cao sức khỏe ☎ 0566-95-9558

Đây là lớp học dành cho các ông bố có con từ 2 tháng tuổi đến dưới 1 tuổi.

Tại đây sẽ có các hoạt động chơi và giao lưu cùng bé, cũng như tư vấn các vấn đề, lo lắng trong việc

- ◆Đối tượng: Các ông bố và em bé từ 2 tháng tuổi đến dưới 1 tuổi.
- ◆Địa điểm: Toshiopia, tầng 3 của Takahama Ikiki Hiroba
- ◆Ngày tổ chức: Cùng ngày với khám sức khỏe trẻ 4 tháng tuổi.
- ◆Thời gian thực hiện: 13:05 ~ 13:25 (Thời gian tiếp nhận: 13:00 ~ 13:05)
- ◆Vật mang theo: Khăn tắm lớn, đồ dùng cần thiết khi đưa bé ra ngoài (tã, quần áo thay, v.v.)

Xem lịch trình tại đây →



Tư vấn sức khỏe tổng quát

◇Liên hệ: Nhóm nâng cao sức khỏe ☎ 0566-95-9558

Qua điện thoại hoặc tại quầy tiếp nhận, chúng tôi hỗ trợ tư vấn về sức khỏe tinh thần và thể chất của bạn. Nhân viên y tế, nữ hộ sinh và chuyên viên tâm lý sẽ trực tiếp hỗ trợ tư vấn.

- ◆Đối tượng: Người dân thành phố Takahama.
- ◆Thời gian: Thứ Hai ~ Thứ Sáu (trừ ngày lễ) 8:30 ~ 17:15

Giữ trẻ tạm thời

◇Liên hệ: Nhóm phát triển trẻ em ☎0566-95-9562

Khi đi bệnh viện, có công việc đột xuất, mệt mỏi hoặc trong những trường hợp cần thiết khác, trẻ sẽ được chăm sóc tạm thời trong thời gian ngắn.  
Đề đăng ký, vui lòng đến cơ sở thực hiện trước.

- ◆Cơ sở thực hiện: Takahama Nanbu Hoikuen, Yoshiike Hoikuen
- ◆Đối tượng: Trẻ từ 6 tháng tuổi đến trước tuổi đi học.
- ◆Số ngày gửi trẻ: Tối đa 14 ngày mỗi tháng.
- ◆Ngày thực hiện: Từ thứ Hai đến thứ Bảy (trừ ngày lễ và kỳ nghỉ cuối năm – đầu năm)  
※ Chi tiết vui lòng xem trên trang chủ của thành phố Takahama.

Chế độ cho trẻ đi nhà trẻ dành cho mọi đối tượng

◇Liên hệ: Nhóm phát triển trẻ em ☎0566-95-9562

Đây là chế độ hỗ trợ sự phát triển của trẻ thông qua nhiều trải nghiệm đa dạng mà khó có được tại gia đình.  
Vệ nguyên tắc, các thủ tục sẽ được thực hiện trực tuyến.

- ◆Địa điểm thực hiện: “Hagu Hagu Room” bên trong Yoshihama Yochien
- ◆Đối tượng: Trẻ từ 6 tháng tuổi đến dưới 3 tuổi.
- ◆Thời gian sử dụng: 1 lần mỗi tuần (2,5 giờ mỗi ngày, tổng cộng 10 giờ mỗi tháng)
- ◆Cách sử dụng: Sử dụng định kỳ với ngày trong tuần và khung giờ cố định mỗi tuần.  
※ Chi tiết vui lòng xem trên trang chủ của thành phố Takahama.

# Khám sức khỏe cho trẻ

◇ Liên hệ: Nhóm nâng cao sức khỏe ☎ 0566-95-9558

Các buổi khám sức khỏe dưới được thực hiện tại Takahama Ikiki Hiroba.  
Chi tiết sẽ được thông báo riêng cho từng đối tượng.

Lịch khám sức khỏe có thể xem trên trang chủ và các kênh thông tin khác.

Xem lịch khám tại đây ⇒



## Khám sức khỏe trẻ 4 tháng tuổi

◆Đối tượng: Trẻ tròn 4 tháng tuổi trong tháng khám sức khỏe.

◆Nội dung: Đo chiều cao, cân nặng; khám nội khoa; tư vấn nuôi dạy trẻ.

## Khám sức khỏe trẻ 1 tuổi 6 tháng

◆Đối tượng: Trẻ đã đủ 1 tuổi 6 tháng vào tháng trước của tháng khám sức khỏe.

◆Nội dung: Đo chiều cao, cân nặng; khám nội khoa; khám nha khoa; phủ fluor lên bề mặt răng (người có nhu cầu: 300 yên); tư vấn nuôi dạy trẻ.

## Khám sức khỏe trẻ 2 tuổi

◆Đối tượng: Trẻ đã đủ 2 tuổi vào tháng trước của tháng khám sức khỏe.

◆Nội dung: Đo chiều cao, cân nặng; khám nha khoa; phủ fluor lên bề mặt răng (người có nhu cầu: 300 yên); tư vấn nuôi dạy trẻ.

## Khám sức khỏe trẻ 3 tuổi

◆Đối tượng: Trẻ đã đủ 3 tuổi vào tháng trước của tháng khám sức khỏe.

◆Nội dung: Đo chiều cao, cân nặng; khám nội khoa; khám nha khoa; tư vấn nuôi dạy trẻ.

## Khám sức khỏe trẻ 5 tuổi

◆Đối tượng: Trẻ đang học lớp giữa mẫu giáo (nenchū).

※ Ngày khám sẽ được thông báo theo từng khu vực trường tiểu học.

◆Nội dung

Đo chiều cao, cân nặng; khám nội khoa; tư vấn nuôi dạy trẻ.



# Trung tâm hỗ trợ nuôi dạy trẻ

Đây là cơ sở dành cho trẻ trước tuổi đi học và phụ huynh có thể sử dụng. Tại đây có các lớp học nuôi dạy con, tư vấn nuôi con, hoạt động vui chơi giữa cha mẹ và con cái, giao lưu giữa các gia đình, đồng thời là nơi có thể tự do vui chơi.

Vui lòng liên hệ từng trung tâm hỗ trợ nuôi dạy trẻ để biết thời gian mở cửa.

## Ichigo Plaza

- ◆Địa chỉ: Takahama-shi, Sawatari-chō 3-chōme 3-1
- ◆Số điện thoại: 0566-52-5232

## Trung tâm hỗ trợ nuôi dạy trẻ Appo

- ◆Địa chỉ: Takahama-shi, Tado-chō 3-chōme 8-21,
- ◆Số điện thoại: 0566-56-2725

## Trung tâm “Hinatabokko” thuộc trường mẫu giáo kiêm nhà trẻ được công nhận Tsubasa

- ◆Địa chỉ: Takahama-shi, Shinmei-chō 2-chōme 8-2
- ◆Số điện thoại: 0566-95-5055

## Trường mẫu giáo Yoshiike “Happy”

- ◆Địa chỉ: Takahama-shi, Yuyama-chō 4-chōme 7-13
- ◆Số điện thoại: 0566-53-5141

## Trung tâm hỗ trợ nuôi dạy trẻ của Hikari Kodomoen

- ◆Địa chỉ: Takahama-shi, Shimizu-chō 6-chōme 6-37
- ◆Số điện thoại: 0566-70-7501

## Hệ thống hỗ trợ nuôi dạy trẻ



←Xem tại đây

## LINE hỗ trợ nuôi dạy trẻ



Đăng kí tại đây→

# Trung tâm gia đình và trẻ em

◇Liên hệ: Nhóm nâng cao sức khỏe ☎ 0566-52-9872

## ● Khi bạn lo lắng về sự phát triển của con mình...

Các chuyên gia sẽ tư vấn về sự phát triển của trẻ cho đến khi trẻ đủ 18 tuổi.

- ◆**Đối tượng:** Trẻ em đến khi đủ 18 tuổi.
- ◆**Thời gian mở cửa:** Thứ Hai ~ Thứ Sáu (trừ ngày lễ)
- ◆**Đặt lịch:** Trung tâm phát triển trẻ em ☎ 0566-52-9872

### Tư vấn mọi vấn đề về trẻ em

Đây là buổi tư vấn cá nhân do nhân viên y tế (bảo hộ sĩ) thực hiện. Bạn có thể trao đổi về tất cả các vấn đề liên quan đến nuôi dạy con và sự phát triển của trẻ.

- ◆**Nội dung:** Tư vấn tổng quát về nuôi dạy con và sự phát triển của trẻ do nhân viên y tế (bảo hộ sĩ) thực hiện.
- ◆**Ngày tư vấn:** Thực hiện thường xuyên (bất cứ lúc nào cũng có thể liên hệ)

### Tư vấn nuôi con "Sukusuku"

Đây là buổi tư vấn cá nhân do chuyên viên tâm lý lâm sàng thực hiện. Bạn có thể trao đổi về các vấn đề liên quan đến nuôi dạy con và sự phát triển của trẻ.

- ◆**Nội dung:** Tư vấn về nuôi dạy con và sự phát triển của trẻ do chuyên viên tâm lý lâm sàng thực hiện.
- ◆**Ngày tư vấn:** Theo chế độ đặt lịch trước.

### Tư vấn "Kotoba Waiwai" (tư vấn về ngôn ngữ, giao tiếp)

Đây là buổi tư vấn cá nhân do chuyên viên ngôn ngữ trị liệu thực hiện. Có thể nhận tư vấn và luyện tập về lời nói, ngôn ngữ và giao tiếp.

- ◆**Nội dung:** Tư vấn và luyện tập về lời nói, ngôn ngữ và giao tiếp.
- ◆**Ngày tư vấn:** Theo chế độ đặt lịch trước.

### Tư vấn vận động "Nobinobi"

Đây là buổi tư vấn cá nhân do chuyên viên hoạt động trị liệu thực hiện.

Có thể nhận tư vấn và luyện tập về những khó khăn, vụng về trong việc sử dụng tay hoặc vận động cơ thể.

- ◆**Nội dung:** Tư vấn và luyện tập về những khó khăn, vụng về trong việc sử dụng tay hoặc vận động cơ thể.
- ◆**Ngày tư vấn:** Theo chế độ đặt lịch trước.

# Trung tâm Hỗ trợ Gia đình và Trẻ em

◇ Liên hệ: Nhóm Nâng cao Sức khỏe ☎ 0566-52-9872

● Tiếp nhận tư vấn phù hợp với hoàn cảnh của từng gia đình.

## Tư vấn với “Nhân viên tư vấn trẻ em và gia đình”

- ◆ Nội dung: Nhân viên tư vấn trẻ em và gia đình sẽ tiếp nhận tư vấn về những lo lắng, khó khăn liên quan đến trẻ em và gia đình.
- ◆ Ngày tư vấn: Từ thứ Hai đến thứ Sáu (trừ ngày lễ).

## Tư vấn với “Nhân viên hỗ trợ tự lập cho mẹ đơn thân và cha đơn thân”

- ◆ Nội dung: Nhân viên hỗ trợ tự lập cho mẹ đơn thân và cha đơn thân sẽ tiếp nhận tư vấn về nhiều vấn đề, khó khăn khác nhau của các gia đình mẹ đơn thân và cha đơn thân.
- ◆ Ngày tư vấn: Từ thứ Hai đến thứ Sáu (trừ ngày lễ).

## Tư vấn với “Nhân viên tư vấn trẻ em và nuôi dạy con”

- ◆ Nội dung: Tiếp nhận tư vấn về những lo lắng, khó khăn liên quan đến học sinh tiểu học, trung học cơ sở và việc nuôi dạy con.
- ◆ Ngày tư vấn: Từ thứ Hai đến thứ Sáu (trừ ngày lễ).



# Tiêm chủng

- ◆ Đối tượng: Người có đăng ký cư trú tại thành phố Takahama tại thời điểm tiêm chủng.
- ◆ Mang theo: Sổ tay sức khỏe mẹ và bé (母子健康手帳), phiếu khám sàng lọc tiêm chủng (予防接種予診票), thẻ bảo hiểm y tế, thẻ trợ cấp chi phí y tế trẻ em.
- ※ Đối với người mới chuyển đến, sẽ được kiểm tra lịch sử tiêm chủng và phát phiếu khám sàng lọc cho những mũi tiêm cần thiết. Vui lòng mang theo sổ tay sức khỏe mẹ và bé và đến quầy tầng 2 của Ikiiki Hiroba.
- ※ Tất cả các loại tiêm chủng đều thực hiện theo hình thức tiêm riêng lẻ (tiêm cá nhân).

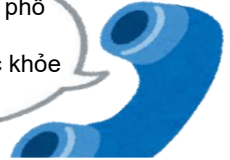
Tên vắc xin tiêm chủng		Số lần	Thời điểm tiêm chủng hoặc đối tượng tiêm chủng.
RSウイルス Virus RSV (virus hợp bào hô hấp)		1 lần	Phụ nữ mang thai từ 28 tuần 0 ngày đến 36 tuần 6 ngày của thai kỳ.
BCG Vắc-xin phòng bệnh lao		1 lần	Dưới 1 tuổi
4種混合 Vắc-xin phối hợp 4 trong 1	Kì 1	3 mũi cơ bản ban đầu 1 mũi bổ sung	Từ 2 tháng tuổi đến 7 tuổi 6 tháng tuổi.
5種混合(4種混合+ヒブ) Vắc-xin phối hợp 5 trong 1 (= 4 trong 1 + Hib)	Kì 1	3 mũi cơ bản ban đầu 1 mũi bổ sung	Từ 2 tháng tuổi đến 7 tuổi 6 tháng tuổi
MR (麻しん・風しん) Vắc-xin sởi - rubella (sởi Đức)	Kì 1	1 lần	Từ 1 tuổi đến dưới 2 tuổi
	Kì 2		Từ 5 tuổi đến 6 tuổi ※ Tiêm trong giai đoạn năm cuối mẫu giáo (lớp lớn) đến trước khi vào tiểu học.
DT (ジフテリア・破傷風) Vắc-xin bạch hầu - uốn ván	Kì 2	1 lần	Từ 11 tuổi đến 12 tuổi.
日本脳炎 Vắc xin viêm não Nhật Bản	Kì 1	2 mũi cơ bản ban đầu 1 mũi bổ sung	Từ 3 tuổi đến dưới 7 tuổi 6 tháng
	Kì 2	1 lần	Từ 9 tuổi trở lên đến dưới 13 tuổi
ヒブ (インフルエンザ菌b型) Vắc-xin Hib (vi khuẩn Haemophilus influenzae type b)		Tùy theo độ tuổi bắt đầu tiêm mũi đầu tiên mà số lần tiêm sẽ khác nhau.	Từ 2 tháng tuổi đến dưới 5 tuổi
小児用肺炎球菌 Vắc-xin phế cầu dành cho trẻ em	13価 15価		
B型肝炎 Vắc-xin viêm gan B		3 lần	Dưới 1 tuổi
水痘 Thủy đậu		2 lần	Từ 1 tuổi đến dưới 3 tuổi
ロタ Vắc-xin Rotavirus	ロタリックス Rotarix	2 lần	Từ 6 tuần 0 ngày sau sinh đến 24 tuần 0 ngày sau sinh.
	ロタテック Rotateq	3 lần	Từ 6 tuần 0 ngày sau sinh đến 32 tuần 0 ngày sau sinh.
子宮頸がん ワクチン Vắc-xin phòng ung thư cổ tử cung (vắc-xin HPV)	ガーダシルGardasil	3 lần	Bé gái trong độ tuổi tương đương từ lớp 6 tiểu học đến lớp 10 (năm 1 THPT).
	サーバリックスCervarix		
	シルガー-9 Gardasil 9	Tùy theo độ tuổi bắt đầu tiêm mũi đầu tiên mà số lần tiêm sẽ khác nhau.	







## Nhân viên y tế của tôi (Nhân viên y tế phụ trách theo khu vực sinh sống)

Mỗi khu vực theo trường tiểu học đều có “y tá phụ trách riêng (マイ保健師)”.

Nếu có điều gì khó khăn, bạn có thể liên hệ và trao đổi với y tá phụ trách của mình bất cứ lúc nào.

Ikiiki Hiroba – thành phố  
Takahama  
Nhóm Nâng cao Sức khỏe  
0566-95-9558  
0566-52-9872



Khu vực trường tiểu học thành phố Takahama	Khu vực trường tiểu học Minato	Khu vực trường tiểu học Takatori	Khu vực trường tiểu học Tsubasa	Khu vực trường tiểu học Yoshihama	Trung tâm Hỗ trợ Trẻ em và Gia đình
					
NEGITA	KASIMA MUTO	WAKAMATU	HAYAKAWA WAKI	SATO KAMATA	SATO KAMIYA HAYAKAWA

## Hỗ trợ ngôn ngữ nước ngoài

Tại Ikiiki Hiroba có cung cấp dịch vụ phiên dịch và các công việc hỗ trợ bằng tiếng Bồ Đào Nha và tiếng Việt.

Tiếng Bồ Đào Nha	Tiếng Việt
月・火・水・金曜日 9:00~16:00	水・金曜日 9:00~16:00

Takahama Ikiiki  
Hiroba  
Phiên dịch  
0566-95-9567



# Về phòng chống thiên tai

Phải sơ tán đến chỗ nào?



Khi xảy ra thảm họa, mọi người có thể đang ở những nơi khác nhau. Hãy cùng gia đình trao đổi và thống nhất trước một lần nhé.

- Nơi sơ tán tạm thời (いっとき避難場所):
- Nơi sơ tán rộng (広域避難場所):
- Nơi trú ẩn (避難所):
- Địa điểm tập hợp cuối cùng của gia đình (家族の最終集合場所):

Cách liên lạc với gia đình



Hãy sử dụng trong trường hợp khó liên lạc được với nhau.

★ **Dịch vụ tin nhắn thảm họa 171 (災害用伝言ダイヤル171)**

(dùng qua điện thoại bàn, điện thoại di động, smartphone)

★ **Bảng tin nhắn thảm họa (災害用伝言板)**

(dùng qua Internet trên máy tính hoặc smartphone)

Bản đồ nguy cơ thiên tai của thành phố Takahama



## Hãy làm cho bên trong nhà trở nên an toàn nhé!



### Cố định đồ nội thất và thiết bị điện

Đồ nội thất bị đổ có thể ảnh hưởng đến tính mạng! Hãy cố định chúng để không bị đổ hoặc bay/đổ văng vào người.



### Điều chỉnh cách bố trí đồ nội thất trong nhà

Hãy có những biện pháp để đảm bảo không gây nguy hiểm cho bản thân và có thể sơ tán an toàn.



### Phòng chống kính vỡ văng ra

Dán màng phim chống vỡ kính, hoặc sử dụng rèm cửa hai lớp.



### Ngăn đồ trong tủ bị văng ra ngoài

Gắn chốt chặn để ngăn đồ trong kệ tủ bị văng ra hoặc rơi xuống.



«Tài liệu tham khảo»

· Cổng thông tin chính phủ: “Các biện pháp phòng chống thiên tai để mỗi người bảo vệ tính mạng khi xảy ra thảm họa”

<https://www.gov-online.go.jp/useful/article/201108/6.html>

· Viện Nghiên cứu Tổng hợp Gia đình và Trẻ em Nhật Bản: Sổ tay phòng chống thiên tai dành cho trẻ nhỏ, người chăm sóc và phụ nữ mang thai

· Hệ thống hỗ trợ nuôi dạy con mẹ - con: “Ủy ban đặc biệt hợp tác hỗ trợ nuôi dạy mẹ và trẻ em trong thảm họa”

# Về phòng chống thiên tai



## Danh sách đồ dùng phòng chống thiên tai dành cho phụ nữ mang thai và em bé

- Sổ tay mẹ và bé • Bản sao thẻ bảo hiểm



- Tã (bim), túi nilon  
Khăn ướt lau mông cho bé



- Áo chòang che khi cho con bú  
Bộ dụng cụ pha sữa (sữa công thức, bình sữa, v.v.)  
Hãy chuẩn bị phù hợp với cách cho con bú hằng ngày. Cũng nên dự trữ nước dùng để pha sữa công thức.



- Muỗng • cốc giấy  
• Màng bọc thực phẩm



Cũng có cách cho bé uống sữa bằng muỗng hoặc cốc giấy.

- Khăn xô



Có thể dùng để lau sạch cặn bẩn trên răng, lau mặt và dùng trong nhiều việc chăm sóc khác nhau.

- Địu e bé



- Thực phẩm dự trữ  
khẩn cấp và thực ăn dặm cho bé



- Vitamin

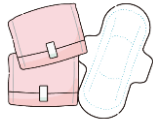


Trong trường hợp thiên tai, cơ thể dễ bị thiếu vitamin, vì vậy nên chuẩn bị sẵn.

- Quần áo thay  
• Giày • Đồ giữ ấm



- Băng vệ sinh • Đồ dùng vệ sinh



- Khẩu trang • Khử trùng



- Đồ chơi



## Điểm lưu ý về túi đồ sơ tán (túi khẩn cấp)

- ① Mỗi người chuẩn bị 1 túi sơ tán

Trong trường hợp bị tách nhau khi sơ tán, hãy chuẩn bị mỗi người một túi riêng.

- ② Chuẩn bị 3 loại túi sơ tán

Túi sơ tán cấp 1:

Đựng những đồ có thể mang theo, sử dụng và giúp sống sót, nhưng không quá nặng.

Túi sơ tán cấp 2:

Là những đồ sau khi tình hình ổn định sẽ quay lại lấy, hoặc những đồ không thể bỏ hết vào túi cấp 1.

Túi mang theo thường xuyên (túi khẩn cấp luôn mang bên người):

Đồ dùng để bảo vệ tính mạng trong tình huống khẩn cấp, gồm:

còi, chăn giữ ấm, nhà vệ sinh tạm, đèn pin, lương thực khẩn cấp, nước, thuốc đang sử dụng, v.v.

## « Cho con bú trong tình huống thiên tai »

### ● Sữa mẹ:

Ngay cả khi lượng sữa tạm thời giảm, việc cho bé bú thường xuyên sẽ giúp kích thích tăng tiết sữa trở lại.

Trong khi đó, mẹ nên cố gắng bổ sung đủ nước và dinh dưỡng, và duy trì việc cho bú theo nhịp sinh hoạt bình thường.



### ● Sữa bột:

Việc giữ vệ sinh tuyệt đối là rất quan trọng.

Bình sữa và núm vú nếu có thể thì nên dùng loại dùng một lần (dùng rồi bỏ).



Tiệt trùng

Để nguội xuống nhiệt độ cơ thể



Pha sữa ở nhiệt độ từ 70° C trở lên

※ Để tiêu diệt vi khuẩn

● Sữa công thức dạng lỏng: không cần pha chế, đã được tiệt trùng. Trước khi mở nắp có thể bảo quản ở **nhệt độ phòng** (khoảng 25° C). Cần chú ý cách ghi hạn sử dụng của sản phẩm nước ngoài! (Ví dụ: kiểu Anh ngày/tháng/năm, kiểu Mỹ tháng/ngày/năm)

### ● Cho bú bằng cốc giấy

Phương pháp cho bé uống sữa bằng cốc giấy trong trường hợp không thể sử dụng bình sữa sạch.

- ① Bé bé ở tư thế thẳng đứng khi bé đang hoàn toàn tỉnh táo.
- ② Đưa cốc chạm nhẹ vào môi dưới của bé, để sữa chạm vào môi trên.
- ③ Giữ cố định vị trí của cốc và cho bé uống từ từ.



～MEMO～



*Thành phố Takahama Nhóm nâng cao sức khỏe*

