

Pour une grossesse saine et un accouchement sans problème

すこやかな妊娠と出産のために

フランス語版



Déposez rapidement votre déclaration de grossesse !

早期に妊娠の届出をしましょう！

- Déposez votre déclaration de grossesse au guichet de la mairie de votre domicile dès que vous apprenez que vous êtes enceinte. 妊娠に気づいたら、お住まいの市町村の窓口にてできるだけ早く妊娠の届出を行ってください。

- Au guichet, vous recevrez un carnet de maternité, des bons de consultation vous permettant de recevoir une aide pour les frais relatifs aux visites prénatales ainsi que des conseils d'infirmiers de santé publique, etc. Vous pouvez également obtenir des informations sur le cours pour mères, le cours pour parents, etc.

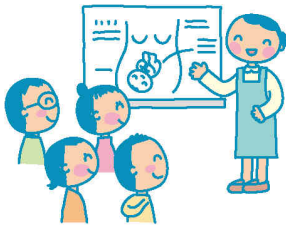
窓口では、母子健康手帳の交付とともに、妊婦健診を公費の補助で受けられる受診券や、保健師等による相談、母親学級・両親学級の紹介、各種の情報提供などを受けることができます。



Ne manquez pas les visites prénatales !

妊婦健康診査を必ず受けましょう！

- Vous devez faire attention à votre santé plus que d'habitude durant votre grossesse. 妊娠中は、ふだんより一層健康に気をつけなければなりません。
- Passez les visites prénatales dans les établissements médicaux au moins 1 fois par mois (plus de 2 fois après 24 semaines de grossesse puis 1 fois par semaine après 36 semaines de grossesse). 少なくとも毎月1回（妊娠24週以降には2回以上、さらに妊娠36週以降は毎週1回）、医療機関などで健康診査を受けましょう。



En quoi consiste une visite prénatale ?

妊婦健康診査とは

- Il s'agit d'un examen afin de vérifier l'état de santé de la femme enceinte et le développement du fœtus, composé d'une prise des mensurations, d'une analyse sanguine, d'une prise de la tension artérielle, d'une analyse d'urine, etc.

妊婦さんの健康ぐあいや、お腹の赤ちゃんの育ちぐあいをみるため、身体測定や血液・血圧・尿などの検査をします。

- Des maladies, en particulier **l'anémie, l'hypertension artérielle pendant la grossesse, le diabète gestationnel** et autres, peuvent avoir une mauvaise influence sur le développement du fœtus et nuire à la santé de la mère.

特に、**貧血、妊娠高血圧症候群、妊娠糖尿病**などの病気は、お腹の赤ちゃんの発育に影響し、母体の健康を損なうことがあります。

- Une visite prénatale permet un dépistage précoce des maladies et donc des soins précoces.

妊婦健診を受けることで、病気などに早く気づき、早く対応することができます。

Faites attention à ces symptômes !

気をつけたい症状

Consultez rapidement un médecin si vous avez l'un des symptômes suivants !

次のような症状が出たら早く医師に相談を！

<input checked="" type="checkbox"/> Œdème むくみ	<input checked="" type="checkbox"/> Constipation grave がんな便秘
<input checked="" type="checkbox"/> Saignement vaginal 性器出血	<input checked="" type="checkbox"/> Leucorrhée différente de d'habitude 普段と違うおりもの
<input checked="" type="checkbox"/> Douleur dans le ventre 腹痛	<input checked="" type="checkbox"/> Forts maux de tête 強い頭痛
<input checked="" type="checkbox"/> Fièvre 発熱	<input checked="" type="checkbox"/> Grave affaiblissement à cause des nausées de la grossesse つわりで衰弱がひどい
<input checked="" type="checkbox"/> Diarrhée 下痢	<input checked="" type="checkbox"/> Nervosité イライラ
<input checked="" type="checkbox"/> Vertiges めまい	<input checked="" type="checkbox"/> Fortes palpitations 動悸が激しい
<input checked="" type="checkbox"/> Nausées, vomissements はきけ・嘔吐	<input checked="" type="checkbox"/> Il n'y a plus de sensation de mouvements du fœtus. 今まであった胎動を 感じなくなったとき
<input checked="" type="checkbox"/> Forte angoisse 強い不安感	

Logo Maternité マタニティマーク



Le Ministère de la Santé publique et du Travail promeut la « création d'un environnement confortable pour les femmes en grossesse et en période péripartum » sous ce « Logo Maternité ». 厚生労働省では、マタニティマークをとおした「妊産婦にやさしい環境づくり」を推進しています。

