

- 在日本因怀孕被解雇是法律所禁止的。
- **不能允许**派遣公司及监管团体以你怀孕为理由、**强制你回国**。
- 若出现被解雇的迹象、或被说让你回国的话。**请与外国人技能实习机构 (OTIT) 进行咨询**。OTIT会作支援的。  
※有关联络信息请查看背面。

## 若怀孕了怎么办呐？

- ☑ 如果感到怀孕了的话，请将已怀孕的事情告诉给监管团体的咨询窗口或者实习会社的负责人。
- ☑ 也可以向外国人技能实习机构或者居住场所的咨询窗口进行咨询。  
※有关联络信息请查看背面。
- ☑ 要向所居住的市町村政府机关窗口提出怀孕的申报。
- ☑ 在市町村政府机关的窗口可领取到母子健康手册和怀孕健康检查的受诊券，怀孕中要定期地接受怀孕的健康诊察。

## 怀孕后也可以工作吗？

- ☑ 在日本以怀孕等为理由接受到解雇或不利的对待是被禁止的。  
即使你怀孕了，但若你希望的话，仍可以继续技能实习。
- ☑ 在日本可以在宝宝出生预定日的6周前开始不上班。

在不上班期间领不到工资时，可以从你加入的健康保险中作为分娩津贴（平时工资的平均60%左右）发给你。

## 生了宝宝后、还能继续技能实习吗？

- ☑ 在日本宝宝出生后、为了你的身体健康原则上8周不能工作。之后是可以开始进行技能实习的。

在不上班期间领不到工资时，可以从你加入的健康保险中作为分娩津贴（平时工资的平均60%左右）发给你。

- ☑ 若中断技能实习回国生宝宝时，可以再次入境重新开始技能实习。（但需要办理手续）
- ☑ 重新开始技能实习时有必要在外国人技能实习机构等处办理手续。要将希望重新开始技能实习及开始的时间告诉给监管团体・实习会社。

## 咨询信息

**有为难时请向外国人技能实习机构（OTIT）进行咨询。  
（电话和邮件均可进行咨询）**

对应语言	接待时间	电话号码	OTIT 母语咨询网站URL
越南语	周一至周五、周六 11:00~19:00 (周六: 9:00~17:00)	0120-250-168	<a href="https://www.support.otit.go.jp/soudan/vi/">https://www.support.otit.go.jp/soudan/vi/</a>
中国语	周一、周三、周五 11:00~19:00	0120-250-169	<a href="https://www.support.otit.go.jp/soudan/cn/">https://www.support.otit.go.jp/soudan/cn/</a>
印度尼西亚语	周二、周四、周六 11:00~19:00 (周六: 9:00~17:00)	0120-250-192	<a href="https://www.support.otit.go.jp/soudan/id/">https://www.support.otit.go.jp/soudan/id/</a>
菲律宾语	周二、周四、周六 11:00~19:00 (周六: 9:00~17:00)	0120-250-197	<a href="https://www.support.otit.go.jp/soudan/phi/">https://www.support.otit.go.jp/soudan/phi/</a>
英语	周二、周四、周六 11:00~19:00 (周六: 9:00~17:00)	0120-250-147	<a href="https://www.support.otit.go.jp/soudan/en/">https://www.support.otit.go.jp/soudan/en/</a>
泰国语	周四、周日 11:00~19:00 (周日: 9:00~17:00)	0120-250-198	<a href="https://www.support.otit.go.jp/soudan/th/">https://www.support.otit.go.jp/soudan/th/</a>
柬埔寨语	周四 11:00~19:00	0120-250-366	<a href="https://www.support.otit.go.jp/soudan/kh/">https://www.support.otit.go.jp/soudan/kh/</a>
缅甸语	周二 11:00~19:00	0120-250-302	<a href="https://www.support.otit.go.jp/soudan/mm/">https://www.support.otit.go.jp/soudan/mm/</a>

**有对怀孕中的担心事情及生活关联的为难事情时、可以向你  
居住所在地的咨询窗口进行咨询。**

在居住地区的咨询窗口 (外国人生活支援门户网站)	<a href="http://www.moj.go.jp/isa/content/930004512.pdf">http://www.moj.go.jp/isa/content/930004512.pdf</a> ※根据各窗口的现况接待的语言会有所不同。
多种语言生活咨询窗口 [ (一财) 自治体国籍化协会 ]	<a href="http://www.clair.or.jp/j/multiculture/association/consultation_list.html">http://www.clair.or.jp/j/multiculture/association/consultation_list.html</a>

**在「生活·就劳指南手册」里也登载了有关  
分娩·养育孩子方面的信息。**

<http://www.moj.go.jp/isa/support/portal/index.html>

对应语言: 日语 (包括简单的日语)、英语、中国语、韩国语、西班牙语、葡萄牙语、越南语、尼泊尔语、  
泰国语、印度尼西亚语、缅甸语、高棉族 (柬埔寨) 语、菲律宾语、蒙古语、土耳其语、乌克兰语

