

नाबारी शहर

बाल हेरचाह गाइड

<विवरण>

बाल हेरचाहको लागि गठ्यापक समर्थन केन्द्र	1
बाल सहयोग केन्द्र कागायाकी	2
परिवार सहायता केन्द्र	3
माई होइकु स्टेशन	4
बाल हेरचाह सहायता केन्द्र चुकुशी, सामुदायिक क्लब जमाकायोशी प्लाजा	5
डेकेयर (प्रिस्कूल), प्रमाणित बाल दिवह हेरचाह केन्द्रहरू, समुदायमा आधारित बाल दिवह हेरचाह सेवाहरू, किडरगार्टन	6
अस्थायी हेरचाह सेवा, प्रकोप रोकथाम इमेल	7
बाल विकास सहयोग केन्द्र, शिक्षा केन्द्र	8
राष्ट्रिय विदाको दिन मञ्चानक विवरण प्रेरमा	9
कार्टोपलमोनरी शिशु स्ट्रोम अचानक शिशु मृत्यु हुन स्ट्रोमको रोकथाम को लागि, कार्टोपलमोनरी मृत्तुमान	10
सामुदायिक स्वास्थ्य केन्द्र	11



नाबारी कोसोदाते LINE



तपाईंलाई बाल पालनपोषण लाइन मार्फत स्वास्थ्य जाँच, कक्षा परामर्श, खुला ठाउँहरू, इत्यादि कुनै पनि परिवर्तन वा रद्दको बारेमा सूचित गर्नेछौं। अबश्य दर्ता गर्नुहोस्!

तपाईं नाबारी शहरको प्रशासनिक सेवाहरू, बाल-पालन सम्बन्धित सुविधाहरू र सम्पर्क कुराहरू, आदि बारे जानकारीको लागि नाबारी शहर बाल-पालन समर्थन साइट "Mamafure WEB" पिन हेर्न सक्नुहुन्छ।



नाबारी वाड कार्यालयको होमपेज



Mamafure WEB

स्वास्थ्य तथा बाल पालन सहयोग कार्यालय, कल्याण तथा बालबालिक विभाग नाबारी नगर सभा

(बाल पालन पोषणको लागि गठ्यापक सहयोग केन्द्र)

☎ 0595-63-6970 फ्याक्स 0595-63-4629

मेल health@city.nabari.lg.jp

〒518-0492 नाबारी शिन्सोनोदाई 1-चोमे, 1 बान चि

मार्च 2022 मा जारी गरिएको



一般財団法人

自治体国際化協会

この冊子は一般社団法人自治体国際化協会の助成事業により作成されています

बाल हेरचाहको लागि गन्ध्यापकसमर्थन केन्द्रहरू

(स्वस्थ र बाल हेरचाह सहयोग कार्यालय, कल्याण बालबालिकविभागनाबरी सिटीहल 63-6970)

नेउबोरा को नाबरी संस्करण र गरिएका प्रयास

नाबरी सिटीमा भविष्य, सुत्केरी र बाल हेरचाहको लागि गन्ध्यापकसमर्थन र सहयोग गर्ने ठाउँ र यसको प्रणालीलाई 'नेउबोराको नाबरी संस्करण' भिन्न र नाबरीलाई बच्चाजन्माउने बाल हेरचाहमैत्री सिटी बनाउने प्रयास भइरहेको छ।



स्वस्थ र बाल हेरचाह परामर्श, स्वस्थ जाँच, परियोजनाहरू, आदिको बारेमा। * वेबसाइट हेर्नुहोस्

<गर्भावस्था अघि/गर्भावस्थाको समयमा>

- **विश्व बांझोपन उपचार खर्च सक्ने डी परियोजना...** विशेषपरामर्शको लागि कृपया मिफेक्वरल बांझोपन परामर्श केन्द्र (२०५९-२११-००४१) मा सम्पर्क गर्नुहोस्।
- **मातृ र बाल स्वस्थ हाते पुस्तिका जारी गर्ने ठाउँ...** कृपया सम्भव भएमा गर्भावस्थाको १० हप्तामा मातृ तथा बाल स्वस्थ पुस्तिका प्राप्त गर्नुहोस्।
- **गर्भवती महिलाहरूको लागि सामान्य स्वस्थ जाँच र गर्भवती महिलाहरूको लागि दाँतको परिक्षण...** मातृ र बाल स्वस्थ हाते पुस्तिका प्रयोग गरेर, तपाईंले सार्वजनिक खर्चमा गर्भवती महिलाहरूको लागि ४ पटक सामान्य स्वस्थ जाँच र गर्भावस्थाको समयमा एक पटक दाँतको परिक्षण प्राप्त गर्न सक्नुहुन्छ। थप रूपमा, धेरै गर्भावस्थाको अवस्थामा, अतिरिक्त आंशिकमातृत्व स्वस्थ जाँचका लागि थप अनुदान खर्च दिइन्छ। आफ्नो घरमा (home town) फर्केर बच्चाजन्माउने आदीलोदा मिफेक्वर बाहिरका मेडिकल संस्थाहरूमा प्रसूतिपूर्व जाँचहरू गराएकाहरूलाई पिन अनुदानको लागि योग्य हुन्छन्। यस्तै अवस्थामा, गर्भवती महिलाहरूको सामान्य स्वस्थ परीक्षणको लागत पहिले एक पटक आफैले तिर्नुपर्ने हुन्छ तर पछिको मितमा भएदेखि अनुदानको पैसा फिर्ता पाउन सक्नुहुन्छ। (ओरिजनल रसीद आवश्यक पर्दछ)

<बच्चाजन्माईसकेपछि>

- **कम तौल भएका शिशुको सूचना...** यदि जन्म वजन २,५०० ग्रामभन्दा कम छ भने, स्वस्थ र बाल हेरचाह सहायता कार्यालयलाई सूचित गर्नुहोस्। एक जनस्वस्थ नर्सले घरमा भ्रमण गर्दछन तथा आवश्यक जानकारी र परामर्शहरू प्रदान गर्दछन (प्रसवपूर्व भ्रमण)
- **समय पूर्व जन्मेको शिशुको छेपचार...** यदि शिशु ०.००० ग्रामभन्दा कम जन्मेको तौल वा विशेषशारीर कमजोर भयर नाजुक अबस्था भयोको समय पूर्व जन्मेको शिशुलाई डाक्टरले अस्पतालमा भर्ना गर्नुपर्ने आवश्यकता भनेको खण्डमा, चिकित्सा खर्च (बीमा द्वारा कभर गरिएको) भुक्तानी गरिनेछ। केही रकम आफैले तिर्नुपर्ने हुन्छ।
- **जन्म भएको २ हप्तापिछसबै घरपरिवारका लागि गेटेलिफोन परामर्श...** जनस्वस्थ नर्सहरू र सुँडेनीहरूले जन्म दर्ता पेश गरेका सबै परिवारहरूलाई उनीहरूको स्वस्थ अवस्था र समस्याहरूको बारेमा बुझ्न फोन गर्छन।
- **सुत्केरी स्वस्थ परीक्षण...** प्रसूतिपछिको पहिलो दुई हप्ता एक मिहनाको लागि स्वस्थ जाँचको लागि अनुदान प्राप्त गर्न सक्छन।
- **स्तन हेरचाह कार्य...** सुँडेनीहरूद्वारा स्तनपान परामर्श र स्तन हेरचाहको लागि अनुदानहरू प्राप्त गर्न सक्छन। जानकारीहरू पोस्टकार्डहरू बाट प्रदान गरिनेछ।
- **सुँडेनीहरूद्वारा स्तनपान र बाल हेरचाह परामर्श...** यी स्वस्थ केन्द्रमा शुक्रबार मात्र अपोइन्टमेन्ट द्वारा सारिने व्यक्तिगत परामर्श हुन्। सामान्यतया ६ मिहना भन्दा कमका लागि लागु हुन्छ।
- **सुत्केरी आमा र बच्चाहरूको लागि गन्ध्यापसीय हेरचाह (आवासीय प्रसव पछि हेरचाह)...** यस सिटीले भाउटसोर्स प्रसूति चिकित्सा संस्था द्वारा प्रसूति अस्पतालहरूमा रातभर बसेर, हामी सुत्केरीपछी आमाहरूलाई मानिसिक र शारीरिक हेरचाह र बाल हेरचाह समर्थन प्रदान गर्दछौं।
- **नमस्ते बच्चा भ्रमण (कोन्ट्रिचिबधाकाच्यो नभर्मण)...** प्रमुख बालबालिकसमितहरूले बच्चाजन्मेका सबै परिवारहरूमा भ्रमण गर्छन् र सहर र क्षेत्रको बाल हेरचाह सहयोगको बारेमा जानकारी दिन्छन् र खोप कार्ड पिन पठाउँछन्।
- **खोप...** आफ्नो पारिवारिक चिकित्सकको सल्लाहमा खोपको तालिकाला अनुनुहोस्।
- **शिशुहरूका लागि स्वस्थ परामर्श...** स्वस्थ केन्द्रहरूमा मिहनामा एक पटक शारीरिक मापन गरिन्छ र जनस्वस्थ नर्सहरू र सुँडेनीहरूद्वारा स्वस्थ परामर्श गरिन्छ। आहारिवद् द्वारा मोषण परामर्श प्रदान गरिन्छ।
- **दूध छुटाउने कक्षा...** स्वस्थ केन्द्रहरूमा मिहनामा एक पटक सञ्चालन गरिन्छ। (अपोइन्टमेन्ट आवश्यक)
- **४ मिहना र १० मिहनाको स्वस्थ परीक्षण...** कृपया परीक्षणको लागि आफ्नो मातृ तथा बाल स्वस्थ पुस्तिका र मातृ तथा बाल स्वस्थ पुस्तिका ल्याउनुहोस्। मिफेक्वरका चिकित्सा संस्थानहरू मा प्राप्त गर्न सक्नुहुन्छ।
- **१ वर्ष ६ मिहना र ३ वर्ष ६ मिहना उमेरका बालबालिकाको स्वस्थ परीक्षण...** स्वस्थ केन्द्रहरूमा सञ्चालन गरिन्छ। जानकारीहरू तपाईंलाई अग्रिम मेल गरिनेछ।
- **५ वर्षका बालबालिकाको स्वस्थ परीक्षण...** प्रत्येक विहंगमार्तन, नर्सरी स्कूल (प्रिस्कूल), र वर्षको मध्यमा बच्चाहरूको लागि ग्रामाणिताल हेरचाह केन्द्रमा सञ्चालन गरिन्छ।



नाबरी शहर बाल सहयोग केन्द्र कागायाकी

'कागायाकी' ले शिशु बच्चाहरूको पालनपोषणको क्रममा सामाजिकभन्तरिक्रिया, बाल हेरचाह सल्लाह जानकारी प्रदान गर्दछ। एउटा ठाउँ जहाँ बच्चाहरूले खेलौनाहरूसँग खेलदै र चित्र पुस्तकहरू पढ्दै आमाबाबुहरू आराम गर्न सक्छन्। तपाईं बालबालिकाको मनोरञ्जन पार्कमा पिन खेलन सक्नुहुन्छ। ० देखि १८ वर्षका बालबालिका उनीहरूका आमाबाबु/हजुरआमाले खुल्लामै भएको समयमा कुनै पिन समयमा सुविधाप्रयोग गर्न स्वतन्त्र रूपले सक्छन्। कुनै रिजर्भसनको आवश्यकता छैन। कृपया अफ्यासेमानिकनमाइलो गर्नकोलागी आउनुहोस्। (नाबरी शहरका बासिन्दाहरू)



<कागायाकी को मुख्य कार्यहरू>

आमा र बच्चा बच्चा, बच्चा र आमाबाबुलाई एकअर्कासँग अन्तरक्रिया गर्नको लागि ठाउँ उपलब्ध गराउने

बाल-पालन र बाल-पालन समर्थनमा परामर्श

अस्थायी हेरचाह सेवाहरूको सम्पर्क र समन्वय

बाल-पालन सर्कल र सामुदायिक कलाजाहरूको विकास समर्थन गर्ने नाबरी बाल-पालन समर्थकहरूको लागि प्रशिक्षण

बाल पालनपोषणको बारेमा पाठ्यक्रमहरू र व्याख्यानहरू आयोजना गर्ने, आदि।

बाल-पालन र बाल-पालन समर्थन सम्बन्धी जानकारीको प्रसार र प्रावधान

परिवार समर्थन केन्द्र सेवाहरूको प्रवर्द्धन

बाल-पालन समर्थन स्वयंसेवकहरूलाई प्रशिक्षण

बाल हेरचाह परामर्श

बाल हेरचाहको बारे परामर्श लिन सकिन्छ। हामी फोनबाट पिन परामर्श दिन्छौं।



(प्रत्येक महिनाको दोस्रो बिहीबार 10:45-11:30)

अन्तर्राष्ट्रिय जमघट

यो अन्तर्राष्ट्रिय विवाह विदेशी राष्ट्रियताका बच्चाहरूलाई हुर्काउने आमा र बुबाहरूको अन्तरक्रिया गर्ने ठाउँ हो।



हाजिमेतेहरोबा

स्वस्थ परामर्श

शारीरिक मापन

सुरक्षित बाल हेरचाह र स्तनपान कक्ष

फुरेआइ आसोबी

कोन्निचि प्लाज

गुरी र गुराको भेला

साता बाबा प्लाज

आमाबाबु र बच्चासँग खेलौं

तस्वी पुस्तक समय

सांकेतिक भाषामा रमाइलो गरौं

जन्मदिन पार्टी

अंग्रेजी भाषामा रमाइलो गरौं

*मित्र समयको लागि कृपया कागायाकी समाचार पत्र र नाबरी शहर वेबसाइट जाँच गर्नुहोस्, वा कागायाकी सम्पर्क गर्नुहोस्।



कागायाकी

सोधपुछ

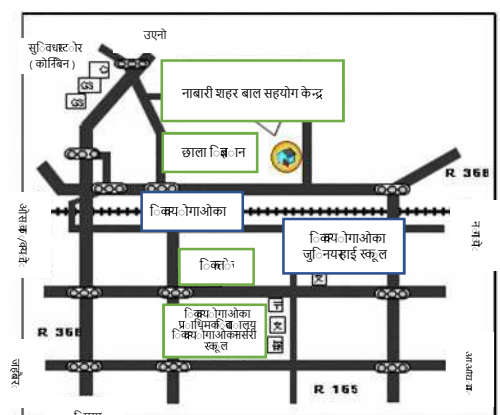
☎ 518-0643, 107 ब्लक 3, विकासो गंगाओक निशु-चो, नाबरी शहर

नाबरी बाल सहयोग केन्द्र कागायाकी

☎ 67-0250 फ्याक्स नम्बर 66-5650

खुल्ला दिन/समय: मंगलबार देखि शनिबार, बिहान 9:30 देखि 5:00 बजे सम्म

बन्द हुने समय: आइतबार, सोमबार, सार्वजनिक बिदाहरू (यदि सोमबार सार्वजनिक बिदामा वैकल्पिक बिदो भने, अर्को दिन पिन)



परिवार सहायता केन्द्र

परिवार समर्थन केन्द्र चाँडाल हेरचाह समर्थन प्राप्त गर्न चाहने व्यक्तिहरू (अनुरोध सदस्यहरू) र बाल हेरचाहमा मद्दत गर्न चाहने व्यक्तिहरू (समर्थन सदस्यहरू) केन्द्रको सदस्य बन्न र बाल हेरचाहमा एकअर्कालाई मद्दत गर्ने एउटा सदस्यता संस्था हो

समर्थन विवरण

- डेकेयर सेन्टरहरू (प्रिस्कूल) र किछरगार्दनहरूमा पिपक-अफ ड्रप-अफ
- तपाईंको बच्चा/लाइकेयर सेन्टरहरू (प्रिस्कूल) र किछरगार्दनहरू सुरुहुनु अघि र सिकसकेपछि हेरचाह गरि पाउनसक्नु हुन्छ।
- बच्चाहरूलाई स्कूलवा स्कूलपिछको क्लबहरू पछि हेरचाह गरि पाउनसक्नुहुन्छ।
- अन्य आमाबाबु/अभिभावकहरूले बिबामाहुँदा अत्यावश्यक काम पर्दा आफ्ना छोराछोरीको हेरचाह गरि पाउनसक्नुहुन्छ।
- यिद तपाईंको दिनमभ्यास्यक काम छ भने, आफ्ना छोराछोरीको हेरचाह गरि पाउनसक्नुहुन्छ। (*)
- बालबालिकाहरूलाई सानो रोग वा निक्केने बेलामा हेरचाह गरि पाउनसक्नुहुन्छ। (*)

बच्चाहरूलाई राती हेर्न व्यक्ति नभएर, राती बसाली पाउनसक्नुहुन्छ। (*), आदि।
माथिकोसहस्रमा, यो सहयोग परियोजनाले बच्चाहरूलाई अस्थायी रूपमा बच्चाकहेरचाहमा राख्न अनुमति छि।
यो सेवा प्रयोग गर्न सदस्यता दर्ता आवश्यक छ।

<लाई आकस्मिक सहयोगको रूपमा व्यवहार गरिन्छ। हामीले यस सेवाको लागि तपाईंको अनुरोधलाई जवाफ दिनसक्षम

अग्रिम सदस्यता दर्ता हुन आवश्यक छ

अनुरोध गर्ने सदस्यको रूपमा दर्ता गर्न, कृपया

"पारिवारिक समर्थन जानकारी सत्र"

(रिजर्भसन आवश्यक) मा उपस्थित हुनुहोस्।

प्रत्येकमहिनाको तेस्रो शनिबार (10:00-11:30)

<दर्ताको लागि ग्राहिनेस्तरु>

- आईडी फोटो 4x3 सेमी, 3x2.5 सेमी एक एक ओटा

प्रयोग गर्ने समय र लाग्रेशुल्क (अप्रिल 1, 2022)

		अघिल्लो दिन सम्म आवेदन	दिनमभ्यावेदन
हप्ताको दिन	7:00 ~ 20:00	720 येन/घण्टा	1,000 येन/घण्टा
	20:00 ~ 22:00	840 येन/घण्टा	1,200 येन/घण्टा
	माथिकोबाहेक अन्य घण्टा (घरमै बस्नुपर्ने अवस्था)	5,000 येन/पटक	5,000 येन/पटक
शनिबार, आइतबार र सार्वजनिक बिदाहरू (वर्षको अन्य र नयाँ वर्ष बिदाहरू सहित)	7:00 ~ 20:00	840 येन/घण्टा	1,200 येन/घण्टा
	20:00 ~ 22:00	960 येन/घण्टा	1,200 येन/घण्टा
	माथिकोबाहेक अन्य घण्टा (घरमै बस्नुपर्ने अवस्था)	5,000 येन/पटक	5,000 येन/पटक
आवास	22:00 ~ अर्को दिनको 7:00 बजे	5,000 येन/पटक	5,000 येन/पटक

- * रद्द शुल्क:
 - अघिल्लो दिनसम्म रद्द: निशुल्क
 - दिनमभ्याद गरेको: आधा मूल्य
 - सूचना बिना रद्द गरेको: पूर्ण रकम
- * प्रवेश शुल्क र सदस्यता शुल्क: निशुल्क
- * दाजुभाइले एउटै सेवाहरू लिएकोखण्डमा दोस्रो व्यक्तिबाट आधा मूल्य

परिवार समर्थन केन्द्र प्रणाली

परिवार सहायता केन्द्र (सल्लाहकार)

- [1] सहायताको लागि अनुरोध
- [2] सहयोगको लागि अनुरोध
- [3] समर्थन सदस्यहरूको परिचय
- [4] प्रारम्भिक बैठकहरू - आपसी सहयोग गतिविधिहरू
- [5] गतिविधिको अन्य - उपयोग शुल्कको हस्तान्तरण
- [6] गतिविधि प्रतिवेदन पेश गर्ने

अनुरोध सदस्य

तपाईं आफ्नो बच्चाहरू चाहनुहुन्छ भने यो प्रयोग गर्न सक्नुहुन्छ

समर्थन सदस्य

हामी मद्दत गर्न सक्षम हुँदाहामी तपाईंको बच्चाक हेरचाह गर्नेछौं।

अनुरोध सदस्य

- नाबारीका बासिन्दा कामदारहरू जससँग प्राथमिक बालालयमेर वा कम उमेरका बच्चाहरू छन्।
- * अनुरोध गर्ने सदस्य र सहयोगी सदस्य (दुबै सदस्यहरू) दुवै हुन सक्छन्।

समर्थन सदस्यहरू

- नाबरी शहरमा बस्ने बाल हेरचाहमा सहयोग प्रदान गर्न चाहने व्यक्तिहरू।
- जो बच्चाहरूलाई मन पराउँछन् र समाजमा भाग लिनमाहन्छन्।
- * तपाईंले नाबारी बाल हेरचाह समर्थन कर्मचारीहरूको लागि प्रशिक्षण पाठ्यक्रममा भाग लिनमावश्यक छ।

सोधपुछ

नाबारी शहर परिवार सहयोग केन्द्र (बाल सहायता केन्द्र कागयाकीमा)

८ 518-0643 107 ब्लक 3, विकासयोगाओकनिशठि-चो, नाबरी शहर

☎ 66-3915 फ्याक्स नम्बर 66-5650

रिसेप्शन समय 9:30~5 बजे, मंगलबार ~ शनिबार।

नाबरी शहर माई होइकु स्टेशन

गर्भावस्था, प्रसव र बाल हेरचाह सम्बन्धी चिन्ताहरू कम गर्न मद्दतको लागि ग्वाल हेरचाह कार्यकर्ताहरू र अन्य सल्लाहकारहरू तपाईंको बच्चालाई मानिसक शान्तिका साथ हुर्काउन मद्दत गर्न उपलब्ध छन्।



『माई होइकु स्टेशन』 भनेको?

गर्भवती मिहला र बच्चा हुर्काउने अभिभावकहरूले आफ्नो निजकैको डेकेयर सेन्टर (प्रिस्कूल) वा प्रमाणित बाल हेरचाह केन्द्रमा 'माई होइकु स्टेशन'मा दर्ता गरेर गर्भावस्था, प्रसव र बाल हेरचाहको समयमा समर्थन प्राप्त गर्न सक्छन्। हरेक मिहना रमाइलो कार्यक्रमहरू पिन छन्।

विबतारुपमा

- बच्चा जन्माउ र बाल हेरचाहको बारेमा चिन्तार चिन्ताहरूको बारेमा डेकेयर सेन्टर (प्रिस्कूल) वा मान्यता प्राप्त बाल हेरचाह केन्द्रका शिक्षकसँग परामर्श गर्न सक्नुहुन्छ।
- तपाईंले डेकेयर सेन्टरहरू (किचरगार्टनहरू) र प्रमाणित बाल हेरचाह केन्द्रहरू (किचरगार्टनहरू) मा केही कार्यक्रमहरूमा भाग लिन अवलोकन गर्न सक्नुहुन्छ।
- बाल हेरचाह कक्षाहरू आदीमा भाग लिन सक्नुहुन्छ।
- खेलौनाहरूसँग खेल्ने र आमाबाबु र बच्चासँग अन्तरक्रिया गर्न सक्नुहुन्छ।
- "निःशुल्क बाल हेरचाह अनुभव" आधा दिनको अस्थायी बाल हेरचाह अनुभव निःशुल्करूपमा लिन सक्नुहुन्छ। (वर्षमा एक पटक)

[योग्य प्रयोगकर्ताहरू]

सहरमा बस्ने गर्भवती मिहलाहरू, प्रिस्कूल बच्चाहरू र उनीहरूका अभिभावकहरू

[प्रयोग गर्न सक्ने समय]

हप्ताका दिनहरू विबहान्:00 बजे देखि 4:00 बजे (शिनबार, आइतबार, सार्वजनिक विबदा, र वर्षको अन्त्य र नयाँ वर्ष विबदाहरूमा बन्द) हुन्छ



『माई होइकु स्टेशन』 कसरी प्रयोग गर्ने? 『निःशुल्क बाल हेरचाह अनुभव』 भनेको के हो?

प्रयोगको समयमा स्टेशनमा दर्ता गर्नु पर्ने आवश्यक छ (कुनै दर्ता शुल्क लाग्दैन; कुनै छाप आवश्यक पर्दैन)।

डबल दर्ता पिन गर्न सकिन्छ, तर प्रत्येक स्टेशनमभलग-अलग दर्ता गर्नु पर्ने हुन्छ।

『निःशुल्क बाल हेरचाह अनुभव』 1 वर्ष भन्दा माथिक प्रिस्कूल बच्चाहरूको लागि हो।

कृपया "निःशुल्क बाल हेरचाह अनुभव आवेदन फारम" तपाईंको दर्ता गरिएको माई होइकु स्टेशनमा तपाईंको चाहेको मिति भन्दा अघि 3 दिन अघि पेश गर्नुहोला। निःशुल्क सेवा दर्ता वर्षको अविधमा (फेब्रुअरीको अन्त्यसम्म) एक पटक मात्र निःशुल्क प्रयोग गर्न सक्नुहुन्छ।



माई होइकु स्टेशन

सोधपुछ

आखामे नर्सरी स्कूल माई होइकु स्टेशन ओहसामा
स्योउवमर्सरी स्कूल माई होइकु स्टेशन काजा मिदोरी
मिहात निजि नो ओकमाल केन्द्र (बिबु 1005)
माई होइकु स्टेशनानाइरो

☎63-2805

☎63-1767

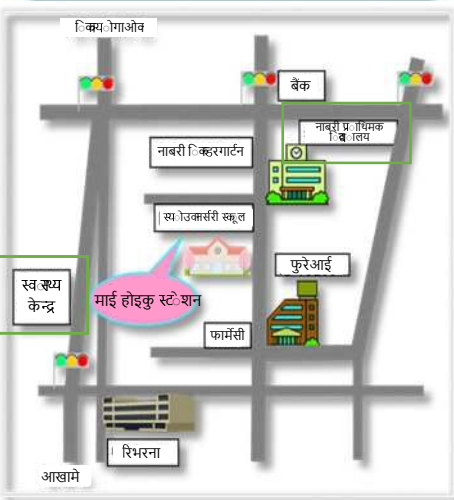
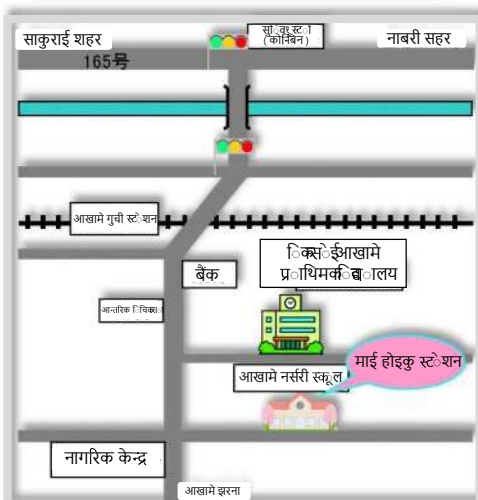
☎65-3065

☎63-7919

आखामे नर्सरी स्कूल (448-3 आखामे-माची दान)
माई होइकु स्टेशन ओहसामा

स्योउवा नर्सरी स्कूल (67-10 मारुनोउची)
माई होइकु स्टेशन काजा मिदोरी

मिहात निजि नो ओकमाल केन्द्र (बिबु 1005)
माई होइकु स्टेशनानाइरो



हरेक सोमबार (विबत बाहेक) विबहा 10:00 बजे देखि 3:00 बजे सम्म खुल्छ "आखामे माई होइकु स्टेशन" को कोठाको छेउमा स्थापित

प्रसवोत्तर आमाहरू * आराम गर्ने ठाउँ

यो बच्चा आमाहरूका लागि ठाउँ हो जहाँ गर्भवती मिहलाहरू र भर्खर जन्म दिएकाहरू बाहिर्ज्ञान सक्छन्।

सुँडेनीहरूले शिशु आमाहरूको लागि स्वास्थ्य र बाल हेरचाह परामर्श प्रदान गर्छन्।

तपाईं सुत्न र आराम गर्न सक्नुहुन्छ वा एक दिनको लागि आराम गर्न सक्नुहुन्छ।

<ल्याउनुर्ने कुराहरू> मातृ र बाल स्वास्थ्य पुस्तिका, नुहाउने तौलिया (बच्चाको) * दूध तयार गर्न तातो पानी उपलब्ध छ।



सोधपुछ

आखामे नर्सरी स्कूल माई होइकु स्टेशन ओहसामा ☎63-2805 नाबरी सिटी हेलथ हेल्थ एण्ड चाइल्ड केयर सपोर्ट अफिस ☎63-6970

बाल हेरचाह सहायता केन्द्र चुकुशी, सामुदायिक प्लाजामाकायोशी प्लाज



बाल हेरचाह सहायता केन्द्र चुकुशी

हाम्रांसहरू (डाक्टरहरू) र बाल हेरचाह कर्मचारीहरूले तपाईंको बच्चा लाई खुसीसाथ हुर्काउन मद्दत गर्न सक्दो प्रयास गर्नेछौं।
प्रयोगको लागि कुनै शुल्क लाग्दैन।

[विवरण टेलिफोन नम्वर, अन्तर्वार्ता परामर्श, सुकुशी हिरोबाबाकाबा क्लासिफिकेसन्स केयर कार्यशाला

विवरणको लागि कृपया बाल हेरचाह सहायता केन्द्र चुकुशी (खाटोउ बाल चिकित्सक क्लिनिक)को वेबसाइट हेर्नुहोस्।

[सोधपुछ] : बाल हेरचाह सहायता केन्द्र चुकुशी 5-2-48 क्रियोगाओका 65-5337, 65-5311



चुकुशी

स्थानीय प्लाजाहरूको सूची

नाबरी शहर बाल सहायता केन्द्र कागयाकी

क्षेत्र	कौनोदाई • क्रियोदाई	शोरन्जी मन्दिर • युरिगाओका		
प्लाजाकोनाम	किराकिप्लाजा	युरिगाओका भेला गर्ने प्लाजा	स्किप प्लाजा	युको युको ओयाको सैलून
स्थान	चुमुमेजुकुरीखान (विपद्कोकथाम केन्द्र दोस्रोसैलून)	युरिगाओकाको विहागिस्सो सभा हल	युरिगाओका नागरिक केन्द्र	फुरेआई सैलून युको युको
सदस्यता शुल्क	निशुल्क	निशुल्क	निशुल्क	निशुल्क
क्षेत्र सीमा	निशुल्क	निशुल्क	निशुल्क	युरिगाओका क्षेत्रमा मात्र

क्षेत्र	आखामे	उमेगाओका	ताकीनोहारा	साचुकीदाई
प्लाजाकोनाम	ओशोदामा प्लाजा	वाइ वाइ ओयाको प्लाजा	हिमावीको प्लाजा	साचुकी-को प्लाजा
स्थान	आखामे नागरिक केन्द्र	उमेगाओका नागरिक केन्द्र	ताकीनोहारा पब्लिक हल	साचुकीदाई दोस्रोभेटघाट स्थल
सदस्यता शुल्क	निशुल्क	निशुल्क	निशुल्क	निशुल्क
क्षेत्र सीमा	निशुल्क	निशुल्क	निशुल्क	निशुल्क

क्षेत्र	कुरामोची	मिहाता	क्रियोगाओका	नाबारी
प्लाजाकोनाम	कुराक्कोलाजा	मिहाताको	क्रियोगाओकायोशी प्लाजा	माया निक्कोनिक्कोलाजा
स्थान	कुरामोची नागरिक केन्द्र	मिहातामागरिक केन्द्र	क्रियोगाओकामागरिक केन्द्र	मायोदेन्जी हल (होनमाची)
सदस्यता शुल्क	निशुल्क	निशुल्क	निशुल्क	निशुल्क
क्षेत्र सीमा	दुई पटक मध्येक पटक क्षेत्र सीमित	मिहाता क्षेत्रका लागि सीमित	निशुल्क	निशुल्क

क्षेत्र	सुजुरानदाई		मिनोवा	चुचुजिगाओखा
प्लाजाकोनाम	सुजुरानदाई नाकायोशी प्लाजा	सुजुरानदाई चिबककेलब	मिनोवामोमोच्योप्लाजा	ओज्याम्म प्लाजा
स्थान	सुजुरानदाई नागरिक केन्द्र	सुजुरानदाई टाइटो बैठक हल	मिनोवामागरिक केन्द्र	चुचुजिगाओकामागरिक केन्द्र
सदस्यता शुल्क	निशुल्क	निशुल्क	निशुल्क	निशुल्क
क्षेत्र सीमा	छैन	निशुल्क	मिनोवक्षेत्रका लागि सीमित	निशुल्क

* कृपया मित समयको लागि मितकागयाकी चुडिसन " (कागयाकी समाचार पत्र) वा हाम्रो वेबसाइट जाँच गर्नुहोस्।

* थप रूपमा, त्यहाँ क्षेत्र अनुसार विभिन्न ठाउँहरू र कार्यक्रमहरू छन्, जस्तैसलुन जहाँ आमाबाबु र बच्चा भेला हुन सक्छन्।

स्थानीय सूचना पिन हेर्नुहोस्।

खागयाकी चुडिसन



नर्सरी स्कूलहरू (किडरगार्टनहरू), किडरगार्टनहरू, र प्रमाणित किडरगार्टनहरू जसले "नाकायोशी प्लाज" कार्यक्रमहरू प्रस्ता गर्दछ

ओयाओ नर्सरी स्कूल कोमोहरा नर्सरी स्कूल निमिसिकयोमर्सरी स्कूल मिनोगरीमर्सरी स्कूल नाबारी निमिथीमर्सरी स्कूल निमिशताहारमर्सरी स्कूल क्रियोगाओकामर्सरी स्कूल कुरामोची नर्सरी स्कूल
हिनाचीमर्सरी स्कूल टाकिनोहारमर्सरी स्कूल फुकी नं मोरी नर्सरी स्कूल फुकी नर्सरी स्कूलनाकायोशी स्कायप नाबारी प्रमाणितबाल केन्द्र

सामीकिडरगार्टन (पिकोच्योन्म), उमेगाओका किडरगार्टन (निक्कोनिक्कोलाजा) प्रमाणितबाल हेरचाह केन्द्र चुचुजिगाओकिडरगार्टन (नाकायोशी प्लाजा) चुचुजिगाओकामर्सरी स्कूल

डेकेयर (प्रिस्कूल), प्रमाणित बाल दिवहेरचाह केन्द्रहरू, समुदायमा आधारित बाल दिवहेरचाह सेवाहरू, विक्रगार्दन हरू

जब बच्चा/लेकेयर सुविधा/आद प्रयोग गर्न चाहन्छ भने, शिष्टार डेकेयरको आवश्यकता अनुसार "अनुदान स्वीकृति" प्राप्त गर्न आवश्यक छ।

अनुदान स्वीकृति वर्गीकरण	लाभहरूको विवरण	योग्य व्यक्तिहरू	उपलब्ध सुविधा सेवाहरू
नम्बर १ प्रमाणीकरण	शिक्षाकोमानक समय	शिक्षालिन्नाहने ३ वर्षभन्दा माथिकबालबालिका * डेकेयर सेवाहरू प्रयोग गर्न सिकंदैन	विक्रगार्दन प्राथमिक बाल शिक्षा हेरचाह केन्द्र (विक्रगार्दन भाग)
नम्बर २ प्रमाणीकरण	छोटो समय बाल हेरचाह डेकेयर मानक समय	बाल हेरचाह आवश्यक पर्ने मापदण्ड पूरा गर्ने ३ वर्ष वा सोभन्दा माथिकबालबालिकाहरू बाल हेरचाह सेवाहरू प्रयोग गर्न योग्य बालबालिकाहरू	डेकेयर सेन्टर (प्रिस्कूल) अधिकृत बाल दिवहेरचाह केन्द्र (डे केयर केन्द्र भाग)
नम्बर ३ प्रमाणीकरण	छोटो समय बाल हेरचाह डेकेयर मानक समय	बाल हेरचाह आवश्यक पर्ने मापदण्ड पूरा गर्ने ३ वर्ष वा सोभन्दा माथिकबालबालिकाहरू बाल हेरचाह सेवाहरू प्रयोग गर्न योग्य बालबालिकाहरू	डेकेयर केन्द्रहरू (प्रिस्कूल), समुदायमा आधारित बाल हेरचाह सेवाहरू अधिकृत बाल दिवहेरचाह केन्द्र (डे केयर केन्द्र भाग)

[बाल हेरचाह शुल्क बारे]

बाल हेरचाह शुल्क आमाबाबु वा बच्चा/लाईसन्स गर्न शिष्टारवास्तविकको नगरपालिकारको कर स्थित द्वारनिर्माण गरिन्छ।



बाल हेरचाह शुल्क बारे

[नाबारी शहर तेस्रो व्यक्ति परियोजनाको बारेमा]

धेरै बच्चाहरू भएका घरपरिवारहरूमा आर्थिक बोझ कम गर्नको लागि गृहहरूले तेस्रो त्यसपिछका बच्चाहरूको लागि निःशुल्क बाल हेरचाह वा निःशुल्क पूरक खाना (खाजा शुल्क) उपलब्ध गराउँछ। जब अभिभावक वा अभिभावकको आश्रित बच्चाको तेस्रो पिछको बच्चा/लेहाईस्कूल सत्रातक बच्चाको ८ वर्ष पुगेपिछको पहिलो मार्च ३१ सम्म) डेकेयर सेवा, डेकेयर शुल्क वा पूरक खाना शुल्क (खाजा शुल्क) प्रयोग गर्दछ भने शुल्क निःशुल्क हुन्छ। योग्यहरूले आवेदन दिनुपर्नेछ।

[निःशुल्क प्राथमिक बाल शिक्षा बाल हेरचाह सम्बन्धमा]

आजीवन चरित्र विकासको आधारको रूपमा प्राथमिक बाल्यकाल शिक्षाको महत्वको परिप्रेक्ष्यमा र बालबालिकाको भ्रमणपोषण र शिक्षाको लागतको भार कम गर्न घट्दो जन्मदरसँग लड्ने उपायहरूको परिप्रेक्ष्यमा निःशुल्क प्राथमिक बाल शिक्षा बाल हेरचाह प्रदान गरिन्छ। ३ देखि ५ वर्षका बालबालिकाहरू र ० देखि २ वर्षका बालबालिकाहरूका लागि नगरपालिकारबाट छुट गरिन्छ। (निर्जी विक्रगार्दनका बच्चाहरूले शुल्कको केहिअंश तिर्नुहुन सक्छ।)



निःशुल्क प्राथमिक बाल शिक्षा बाल हेरचाह

डेकेयर सेन्टरहरू (प्रिस्कूलहरू) र समुदायमा आधारित बाल हेरचाह सेवाहरूको प्रयोगको बारेमा

- अप्रिलदेखि सेवा प्रयोग गर्न चाहनेहरू ... प्रत्येकवर्ष अक्टोबरमा आवेदनहरू स्वीकार गरिनेछन्। कृपया आवश्यक कागजातहरू तपाईंको पहिलो रोजाइको सुविधामा स्वीकृति समय सीमा शिष्टार पेश गर्नुहोस्। प्रयोग गर्ने निर्णय शहर द्वारा गरिन्छ।
- वर्षभर सेवा प्रयोग गर्न चाहनेहरू ... तपाईंले प्रयोगको इच्छित शिष्टार मितभन्दा दुई महिना अघि शिष्टारलमा रहेको बाल हेरचाह विक्रगार्दन कार्यालयमा प्रतीक्षा सूचीमा दर्ता गर्न सक्नुहुन्छ। प्रितिनिधद्वारा आवेदनहरू पिन स्वीकार गरिन्छ।

❁ यदि तपाईं बाल हेरचाह बिदामा हुनुहुन्छ भने, तपाईंले आफ्नो बाल हेरचाह बिदपिछ आरक्षण गर्न सक्नुहुन्छ।



बाल हेरचाह सेवाहरूको प्रयोगको लागि आवेदन

प्रमाणित बाल संस्थाको प्रयोगको बारेमा

नम्बर १ को रूपमा प्रमाणित भएका बालबालिकाहरूको लागि सीधै सुविधामा आवेदन दिनुहोस्। नम्बर २ वा नम्बर ३ प्रमाणीकरण भएका बालबालिकाका लागि आवेदन प्रक्रियाहरू डेकेयर सेन्टरहरू (प्रिस्कूलहरू) र सामुदायिक-आधारित डेकेयर सेवाहरू जस्तै हुन्। कृपया नम्बर १ प्रमाणित सीरी स्कूलहरूको भर्नाको सम्बन्धमा प्रत्येक सुविधामा सोधपूछ गर्नुहोस्।



विक्रगार्दनको प्रयोगको बारेमा

आफ्नो मनपर्ने विक्रगार्दनमा शिष्टारवावेदन दिनुहोस्। विक्रगार्दनमा भर्ना गर्ने निर्णय प्रत्येक विक्रगार्दन द्वारा गरिन्छ।

बाल हेरचाह सुविधा र सेवाहरूको सूची

अस्थायी हेरचाह सेवाहरू

1. आवेदन गर्ने तरिका

- (1) कृपया डेकेयर सेन्टर (प्रिस्कूल) वा प्रमाणित बाल डेकेयर सेन्टरमा सम्पर्क गरेर तपाईंले बाल हेरचाह प्राप्त गर्न चाहनुभएको सुविधामा आवेदन दिनुहोस्।
 - (2) कृपया प्रयोग गर्ने मिमितभन्दाकम्तिमा 3 दिनअघि आवेदन दिनुहोस्। प्रत्येक आवेदन फारम एक मिहनाको लागि मान्य हुन्छ। (यदि यो सुविधा तपाईंको पहिलो पटक हो भने, तपाईंको अन्तर्वार्ता हुनेछ, त्यसैले कृपया तपाईंको बच्चासँग आवेदन दिनुमा जानुहोस्।)
- * कृपया ध्यान दिनुहोस् कि तपाईंको रोजाइको डे-केयर सेन्टर (प्रिस्कूल) वा प्रमाणित बाल हेरचाह केन्द्र प्रयोग गर्नको लागि उपलब्ध नहुन पनि सक्छ।
 - * खानाको एलर्जी वा दीर्घ रोगको कारणले आहारिवद् वा नर्ससँग छलफल गर्न आवश्यक देखिएको खण्डमा, यो सुविधा प्रयोग पाउन केही दिन लाग्न सक्छ।

2. लिखित बालबालिका

ठिक मिहनाको उमेरदेखि यद्यपि बच्चाहरूलाई स्वीकारार्न सिकने संस्थाको आधारमा फरक हुन्छ, त्यसैले कृपया प्रत्येक संस्थालाई सम्पर्क गर्नुहोस्।

3. प्रयोग गर्ने समय

साताको दिनमा 8:30 देखि 16:30 सम्म (शनिबारको लागि अन्तर्वार्ताको समयमा भुइनुहोला।)

बिहानको प्रयोग गर्न सक्ने समय 8:30 बजे देखि 12:30 बजे सम्म हुन्छ, दिउँसोको सन्ध्याको समय 12:30 बजे देखि 4:30 बजे सम्म हुन्छ। (मूलतया, यो हप्ताको दिनमा प्रयोग गरिन्छ। साथै, शनिबार प्रयोग गर्न सक्ने समय बिहान 8:30 बजे देखि 1:00 बजे सम्म हो।)

4. प्रयोग गर्ने दिनको संख्या र शुल्क

आवेदनको कारण	प्रयोग गर्न सक्ने समय दिनको संख्या
अभिभावकको रोजगारी स्थिति, बालबालिका, इत्यादिद्वारा घरमा हेरचाह प्राप्त गर्न अवरोध हुने बालबालिकाहरू	हप्तामा १ दिन
आमाबाबुको रोग, अस्पताल भर्ना, प्रकोप, दुर्घटना, प्रसव, निर्सड हेरचाह, निर्सड हेरचाह, वा औपचारिक अवसरहरू जस्ता सामाजिक रूपमा अपरिहार्य कारणहरूले तत्काल अस्थायी बाल हेरचाह आवश्यक पर्ने बालबालिकाहरू	संस्थाको निर्देशकले आवश्यक ठानेका दिनको संख्या
अभिभावकहरूको लागि गम्भीर हेरचाहको मनोवैज्ञानिक शारीरिक बोझबाट राहत, इत्यादि। व्यक्तिगत कारण वा अन्य कारणले बाल हेरचाह चाहिने बालबालिकाहरू	15 दिन प्रति मिहना

उमेर	दैनिक प्रयोग शुल्क	आधा-दिन उपयोग शुल्क
0.1.2 वर्षको बच्चा	2,400 येन	1,400 येन
3.4.5 वर्षको बच्चा	1,800 येन	1,000 येन

* उमेर चाहिँ अर्धक वर्षको अघिल्लो १ सम्म ० वर्ष देखि, ६ मिहना पुगेकाले पर्याप्त गर्न सक्छन।

कृपया प्रत्येक डेकेयर सेन्टर (प्रिस्कूल) वा प्रमाणित बाल हेरचाह केन्द्रमा आवेदन दिनुहोस्।

सोधपुछ

बाल हेरचाह र रिकवरी गार्डन कक्ष ☎63-7919

बाल सहायता केन्द्र कागायाकी ☎67-0250 फ्याक्स 66-5650



अस्थायी हेरचाह सेवाहरू

प्रकोप रोकथाम इमेल (निःशुल्कमा दर्ता गर्न सिकन्छ)

आफ्नो मोबाइल फोनमा दर्ता गरेर, तपाईंले प्रकोप रोकथाम र अपराध रोकथाम जानकारीहरू प्राप्त गर्नुहुनेछ।
सोधपुछको लागि; नाबारी सिटल क्राइस म्यानेजमेन्ट अफिस (टेलिफोन 63-7271) मा सम्पर्क गर्नुहोस्।



प्रकोप रोकथाम राहत मेल

वडा कार्यालयहरु, िचक्स र विशे संस्थाहरु, सामुदायि स्वस्थ केन्द्रहरु, स्थानीय समुदायहरु, र अन्य सम्बन्धित संस्थाहरुसँगको सहकार्यमा स्वस्थ वृद्धि र बाल हेरचाहलाई समर्थन गर्छौं।

आफ्ना बालबालिकाको विकासको बारेमा निश्चित परिवारहरूको लागि परामर्श प्रदान गर्दछौं। स्वास्थ्य जाँच, किचरगार्टन र बालालयहरूको सहयोगमा, हामी तपाईंको इच्छानुसार चिकित्सा हेरचाह र पुनर्स्थापना जस्तै सहयोग प्रदान गर्दछौं।

बाल हेरचाह र िवकासव बारेमा हामीसँग परामर्श गरेका आमाबाबु र बालबालिकाहरूका लागि, हामी उनीहरूका बच्चासँग खेलको माध्यमबाट कसरी अन्तरक्रिया गर्ने र उनीहरूलाई आवश्यक सहयोगमा जडान गर्ने बारे सझाव िन्छौं।

यस कार्यक्रम ५ वर्ष पुगेका सबै बच्चाहरू को लागी लागू हुन्छ।
बच्चाहरुकाउँदा अभिभावक हरुले सामना गर्ने किठनाइहरु र
बच्चाहरुको लागि सामूहिक जीवनमा किठनाइहरुको प्राप्ति
पिहचानले आवश्यक सहयोग प्याउँछ।

विकासक सरोकार भएका शिशुहरू र साना बच्चाहरूका लागि; हामी समर्थन योजनाहरू िर्जना गर्छौं र उनीहरूका आमाबाबुको सहमितमा समर्थन प्रदान गर्छौं। सम्बन्धित संस्थाहरूसँगको सहकार्यमा, हामी िबालय भर्नाको लागि सहज सहयोग प्रदान गर्छौं।

उदाहरण को लागी यस्तै कुराहरु

- सुस्त बोली • अपारिचित ठाउँहरूमा जाँदा उच्च चिन्तिल • आक्रोश र प्याक्क हुनु
 • शान्त बस्न नसक्ने • हातको चलाई निमलेको, असहज तरिकाले हिड्ने दौडने
 • अक्सर एकलैखेलने र साथीहरूसँग खेल गाह्नेमात्रे • म िबशेष्णु
 • पढ्न, लेख्, सुन्ने र गिणत िहसाबमकिठनाइ हुनु • आवाज, गन्ध, स्वाद आद को लागि अतिसंवेदनशील हुनु



विश्व केन्द्र
टेलिफोन 4-8801

अनुकूलन मार्गदर्शन कक्षा
(साकुरा कक्षा)
टेलिफोन 63-7830

विश्वक र कर्मचारीहरूको
लागिसमर्थन

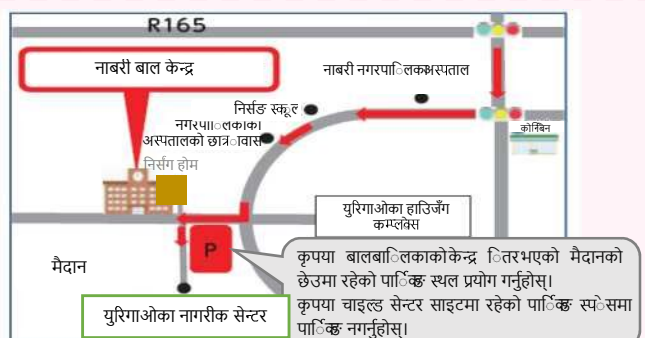
विश्वामसर्वेक्षण र अनुसन्धान

**विश्वजालग्र समुदाय बीचको समन्वयनको लागि सहयोग
(अभिभावकहरूको लागि समर्थन)**

ॐ 518-0485 25 युरीगाओका िनशीगोबान च्योनाबारी शहर
निजकैको बस स्टप युरिगाओका िनशीगोबान च्यो

☎62-1088, फ़ैक्स 62-1089

☎ 64-8801, फ्याक्स 64-8802



राष्ट्रिय बिदाको दिनमा भ्रमण गर्न बिबरामा भएमा (15 वर्ष मुनिक बच्चा)

राष्ट्रिय बिदाको समयमा बालबालिका (ज्वरो, खोकी, नाकबाट पानी बग्ने बान्तापेट दुख्ने आदि) को लागि भ्रमण र औषधि परामर्शको लागि तपाईं नगरपालिका अस्पतालको आकस्मिक कक्ष साथै नाबरी सिटी इमर्जेन्सी क्लिनिकमा जान सक्नुहुन्छ।



- (1) परामर्शका लागि कल गर्नुहोस् (फोन द्वारा)
- (2) अस्पताल आउनुहोस्

बिचिक्स प्रीक्षण गराउन चाहनेहरू

एम्बुलेस द्वारा लगेको बाहेक, अग्रिम हामीलाई सम्पर्क गर्न निश्चित हुनुहोस्।
नाबरी नगरपालिका अस्पताल ☎0595-61-1100



आन्तरिक बिचिक्स संस्थित
(ज्वरो, खोकी, नाकबाट पानी बग्ने बान्तापेट दुख्ने आदि)

नाबरी नगरपालिका अस्पताल 1-178 युरीगा ओका निनीमाबारी शहर
टेलिफोन ☎0595-61-1100

वा

नाबरी सिटी इमर्जेन्सी क्लिनिक 1361-4 आसाही च्योङ्ग शहर
टेलिफोन ☎0595-63-3913

आकस्मिक उपचारका लागि नाबरी सिटी अस्पतालमा आउनेहरूले निजी गाडीबाट अस्पताल आए पिन छानिएका उपचारका लागि शुल्क लाग्नेछैन।

शल्यबिचिक्सक (चोट, ट्राफिक दुर्घटना, आदि)

आपतकालीन बिचिक्स सूचना केन्द्र

चुसी साकुराबासि च्योमे 191
टेलिफोन ☎059-229-1199

पारिवारिक डाक्टर

आपतकालीन रोटेशन अस्पताल

कृपया बिचिक्स संस्थाको क्लिनिकको निमित्त समय तिनैहरूको वेबसाइट, आदमा जाँच गर्नुहोस्, र थप जानकारीको लागि तिनैहरूलाई सम्पर्क गर्नुहोस्।

नाबरी सिटी इमर्जेन्सी क्लिनिक 1361-4 आसाही च्योङ्ग (प्राथमिक आपतकालीन बिचिक्स संस्था)

~ जब तपाईंलाई एम्बुलेस कल गर्न आवश्यक छ कि छैन भन्ने निश्चित हुनुहुन्न, तर घरमा तपाईंको अवस्थाको बारेमा निश्चित हुनुहुन्छ भने, कृपया यो सेवा प्रयोग गर्नुहोस् ~

बिचिक्स विभागहरू: आन्तरिक बिचिक्स बाल बिचिक्स ☎0595-63-3913 * अन्य विभागहरूको लागि कृपया हामीलाई फोन मार्फत सम्पर्क गर्नुहोस्।

- यो आपतकालीन उपचार र औषधिको लागि हो। अर्को दिनमा छुट्टीपछि आफ्नो पारिवारिक बिचिक्सक सँग जचाउनुहोस्।
- यदि डाक्टरको निदान अनुसार निश्चित जाँच वा अस्पताल भर्ना आवश्यक पर्दछ भने, तपाईंलाई रेफरल पत्रको साथ अर्को आपतकालीन अस्पतालमा जानु पर्ने हुन्छ।
- ल्याउनुपर्ने कुराहरू: स्वास्थ्य बीमा कार्ड, बिचिक्स शुल्क, विभिन्न बिचिक्स खर्च प्रदाकर्ता कार्डहरू (यदि तपाईंसँग छ भने), औषधि नोटबुक, आदि।



संस्थाको नक्सा
(आपतकालीन क्लिनिक)

* रिसेप्शन समय: प्रत्येक राम्रो समय समाप्त हुनु भन्दा 80 मिनेट अघि सम्म

परामर्श समय	सोमबार देखि शनिबार आइतवार, राष्ट्रिय बिदाहरू, वर्षको अन्त्य र नयाँ वर्ष बिदाहरू (12/30-1/3)	बेलुका 8-11 बजे बिहान 9:00 बजे - 12 बजे, दिउँसा 3:00 बजे - 5:00 बजे, साँझ 8:00 बजे - 11:00 बजे
-------------	---	--

नाबरी नगरपालिका अस्पतालको "बाल रोग" आपतकालीन बिचिक्स प्रणालीको बारेमा

☎0595-61-1100

नाबरी सिटी अस्पताल "पेडियाट्रिक्स" ले माध्यमिक बाल बिचिक्स आपतकालिनहरूको लागि दिनको 24 घण्टा वर्षको 365 दिन उपलब्ध गराउन "बाल बिचिक्स आपतकालीन बिचिक्स केन्द्र" स्थापना गरेको छ।

चोटपटक र ट्राफिक दुर्घटनाहरू जस्तै सर्जिकल रोगहरू बाहेक गम्भीर रोगहरू भएका बिबरामाहरूलाई स्वीकार्नेछ। यद्यपि प्राप्ति र बिदामा केन्द्रले आन्तरिक बिचिक्स संस्थित रोग भएका बालबालिका 15 वर्ष मुनिकाहरूलाई पिन उपचार गर्न सक्छ। कृपया हामीलाई अग्रिम सम्पर्क गर्नुहोस्।

यदि तपाईं राष्ट्रिय आफ्नो स्वास्थ्य अवस्था बारे परामर्श गर्न चाहनुहुन्छ भने, मिडिकल मेडिकल डायल ☎ #8000 मा कल गर्नुहोस्।

* यदि माथिको मन्बरहरू डायल गर्न, अट्रकल फाइबर फोनहरू, आईपी फोनहरू, आदका लागि गार्डेन भन्ने, ☎ 059-232-9955 मा कल गर्नुहोस्।

परामर्श समय: राती 7:30 बजे देखि अर्को बिहान 8:00 बजे हरेक दिन आयोजना गरिन्छ।

मिडिकल मेडिकल डायलले 18 वर्ष भन्दा कम उमेरका बालबालिकाहरूलाई रोग, औषधि र दुर्घटनाहरू सम्बन्धी टेलिफोन परामर्श प्रदान गर्दछ।

* परामर्शका कुराहरूलाई गोप्य राखिनेछ। कृपया हामीलाई सम्पर्क गर्न निश्चित चाउनुहोस्।

दिनको 24 घण्टा परामर्श गर्न सिकने बिचिक्स संस्थाहरूमा निर्देशिका

मिडिया आपतकालीन बिचिक्स सूचना केन्द्र कल केन्द्र

☎059-229-1199

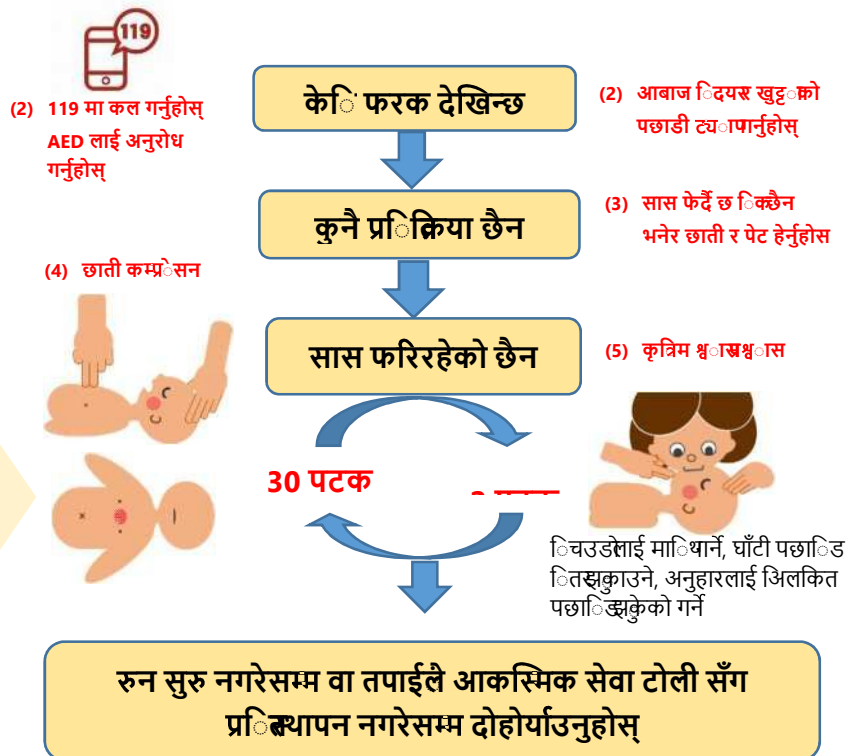
यदि तपाईं एक बिचिक्स संस्थामा जाँदै हुनुहुन्छ जुन तपाईंलाई निर्देशित गरेको छ, कृपया संस्था भ्रमण गर्नु अघि पुष्टि गर्न अग्रिम कल गर्न निश्चित हुनुहोस्।

केहि अवस्थामा, तपाईंलाई सहर बाहिर केहि केहि संस्थामा निर्देशित गर्न सकिन्छ।

कार्डियोपल्मोनरी रिश्चिस्ड्रोम अचानक रिश्चिश्चुमृत्यु हुन रिश्चिस्ड्रोमको रोकथाम को लागी, कार्डियोपल्मोनर पनरुत्था को बारे मा

CPR को आधारभूत कुराहरू छाती कम्प्रेसन कृत्रिम श्वासश्वास हुन्।
केही गर्ने रिश्चिमतले जीवन बचाउन सक्छ।
यिद तपाईंलाई केहिफरक छ जस्तो लाग्छ भने, मदतको लागि फल गर्नुहोस् र दायाँको रिश्चिमा देखाइएको CPR प्रक्रियाहरू सुरु गर्नुहोस्।
***कृपया यो सारो भुईँको माथि गर्नुहोस्।**

रिश्चिपल जोडने लाइनको खुट्टा रिश्चितरको भागमा छातीको १/३ गिहराइसम्म जोडले रिश्चिहोस्।
प्रति मिनेट ०० देखि १२० पटक को पेसमा रिश्चिशुलाई हातको हल्के लाको ना रिश्चितरको भागले राम्रोसँग रिश्चिहोस्।
(राम्रोसँग रिश्चि सक्नुहुन्छ भने एक हातले पिन रिश्चिठ्ठ छ।)



सडन इन्फ्यन्ट शेकन रिश्चिस्ड्रोमको रोकथामका लागि

इन्फ्यन्ट शेकि रिश्चिस्ड्रोम एउटा अवस्था हो जसमा बच्चा ले रिश्चिसेकेन्ड तीन देखि पाँच पटक शरीर सबै जोडले हल्लाछ जस्तो गर्दा घाउ हुन सक्छ। मस्तिष्क, स्नायु रिश्चिटन शरीरका अन्य भागहरूमा क्षति हुन सक्छ। अपाङ्गता वा मृत्यु सम्भेनुन सक्छ।

अचानक रिश्चिशुमृत्यु रिश्चिस्ड्रोमको रोकथाम को लागी

सडन इन्फ्यन्ट डेथ रिश्चिस्ड्रोम (SIDS) एउटा रोग हो जसमा दुर्घटना वा रिश्चिससियर नभई स्वस्थ रिश्चिशुको रिश्चिाम अचानक मृत्यु हुन्छ,
⇒ घोटोभारेर सुताउने नगर्नुहोस्।
धुम्रपान छोडनुहोस्।

सामुदायिकस्वस्थ केन्द्रले के गर्छ?

- ❖ सामान्य परामर्श (बाल हेरचाह परामर्शको लागिहामीकहाँ आउन निहचिकचाउनुहोस्!)
- ❖ बच्चाकतौल र उचाइको मापन
- ❖ स्थानीय बाल हेरचाह केन्द्र र नाकायोशी प्लाजासँगसहकार्य
- ❖ स्वस्थ र बाल हेरचाह सहयोग कार्यालय, इत्यादिसार्वजनिक स्वस्थ नर्सहरू र सुँडेनीहरूसँग सहकार्य ।

फोन, घरमा भेटेर, र केन्द्रमा आउनु भएका हरूसँग परामर्श गर्छौं।



हामीसँग "डायपरका लागिनिःशुक्र फोहोर झोला" पिन छ।

* हामी घर भ्रमण, आदि को लागी कार्यालय बाहिरपिन हुन सक्छौं।
सोमबार देखि शुक्रबार: 9:00 बजे देखि 5:00 बजे सम्म।

जिल्लाकोनाम	पोष्ट कोड	ठेगाना	फोन नम्बर	ई - मेल ठेगाना
नाबारी	518-0710	1321-1 खामी हाच्योउनाबारी शहर (नाबारी िसिभक्सेन्टर िभ)	0595-63-5699	ho-nabari@emachi-nabari.jp
कौनोदाई/िकयोउदाई	518-0701	1-2 कौनोदाई, नाबारी शहर (नाबारी शहर प्रकोप रोकथाम केन्द्र 1F केन्द्री सपना भवन)	0595-63-0805	ho-kouki@emachi-nabari.jp
कुरामोची	518-0752	319-1 हरादे, कुरामोची, नाबारी शहर (पुरानो इगा दिक्षणी कृि सहकारी संघ कुरामोची शाखा कार्यालयमा)	0595-63-6371	ho-kuramochi@emachi-nabari.jp
उमेगाओका	518-0745	5-184 उमेगाओका िमनामी, नाबारी शहर (उमेगाओका िसिमन्सेन्टर िभ)	0595-61-3770	ho-ume@emachi-nabari.jp
को मो हारा	518-0606	1607, कोमोव नाबारी शहर (कोमोहारा िसिमन्सेन्टर िभ)	0595-63-6400	ho-komoo@emachi-nabari.jp
िमहाता	518-0616	229-3 िमनामीनिशहारािमहाता च्योनाबारी शहर (िमहातािसिमन्सेन्टर िभ)	0595-65-5800	ho-mihata@emachi-nabari.jp
िहनाची	518-0413	1768 िशमोिहनाचीनाबारी शहर (िहनाचीिसिमन्सेन्टर भीत्र)	0595-68-1278	ho-hinachi@emachi-nabari.jp
सुजुरान दाई	518-0403	3-220 सुजुरान दाई िहगासीनाबारी शहर (सुजुरान दाई िसिमन्सेन्टर िभ)	0595-68-5700	ho-suzuran@emachi-nabari.jp
चुचुजिगाओका	518-0435	5-73-2 चुचुजिगा ओका िक, नाबारी शहर (चुचुजिगा ओका िसिमन्सेन्टर िभ)	0595-68-7800	ho-tsutsuji@emachi-nabari.jp
निशिकयो	518-0737	2118 आबेता, नाबारी शहर (निशिकीयोिसिमन्सेन्टर िभ)	0595-63-2571	ho-nishikio@emachi-nabari.jp
आकामे	518-0465	238-1 जोरोकु, आकामे च्योनाबारी शहर (आकामे िसिमन्सेन्टर िभ)	0595-63-1381	ho-akame@emachi-nabari.jp
िमनोगरी	518-0441	215 नाचुमी, नाबारी शहर (िमनोगरीिसिमन्सेन्टर िभ)	0595-63-1073	ho-minowa@emachi-nabari.jp
युरिगाओका	518-0485	5-13 युरिगाओका िनशीनाबारी शहर (युरिगाओका िसिमन्सेन्टर िभ)	0595-64-8600	ho-yuri@emachi-nabari.jp
कुत्सु	518-0501	1418 नागासे नाबारी शहर (पुरानो नागासे होईकुज्योिभ)	0595-69-1718	ho-kunitsu@emachi-nabari.jp
िक्योगाओका	518-0625	5-12-10 िक्योगाओव, नाबारी शहर (िक्योगाओव िमनाम िसिमन्सेन्टर िभ)	0595-65-1299	ho-kikyo@emachi-nabari.jp