



英語/English

NPO法人Mother's Tree Japan 妊婦健診note（病院用）

Useful expressions for prenatal check up
(For hospitals)



初診①

The first checkup①

001



これから妊娠しているか検査します。

I am going to do a pregnancy test.

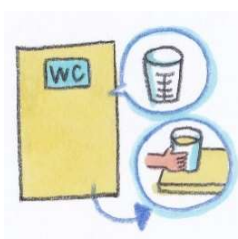
002



尿検査をします。

I am going to do an urine test.

003



トイレにカップがあります。

There are cups in the bathroom.

004

採尿が終わったらカップを置き場においてください。

When you finished collecting urine, place the cup on the specific counter.

005



診察をします（内診・経膈超音波検査）。

Let me do a medical exam.
(internal examination and transvaginal ultrasound).

MEMO

初診②

The first checkup②

006



下着を取って診察台に座ってください。

Please remove all your underwear and sit on the examination table.

007



妊娠が確認できました（胎嚢（たいのう）がみえた・赤ちゃんの心拍が確認できた）

You are pregnant.
(the fetal sac or baby's heartbeat is confirmed).

008

赤ちゃんの心拍はまだ確認できていません。

The baby's heartbeat has not been confirmed yet.

009



〇週間後にまた来てください。

Please come back in ____ weeks.

010



保健所に届出をして母子手帳をもらってください。

Please go to the health center and get Boshi techo
(the Mother and Child Health Handbook).

MEMO

初診③

The first checkup③

011



予定日は〇月〇日です。

Your due date is _____.

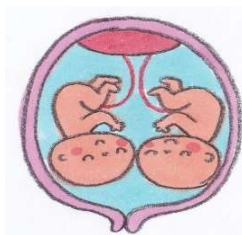
012



既往歴について詳しく教えてください。

Please tell me about your medical history.

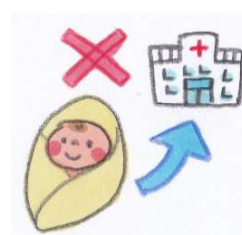
013



双子・多胎児です。

You have twins/ triplets/ multiples.

014



当院で出産はできません。

You cannot give birth in this hospital.

015

(大きな病院を紹介します／出産できる病院を探して下さい)

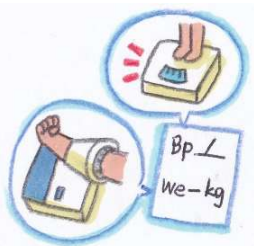
(I redommend you to use a large hospital. /Please find another hospital where they can handle your situation.)

MEMO

初診④

The first checkup④

016



体重と血圧を測ってメモしておいてください。

Please take notes of your weight and blood pressure.

017



体重と血圧の測定、尿検査は、毎回診察の前にしてください。

Weight and blood pressure test and a urine test should be taken before each visit.

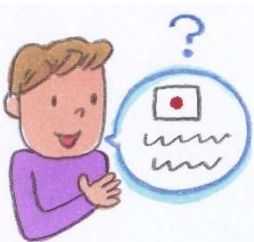
018



日本語はどのくらい分かりますか？
(わからない・ある程度わかる)

How much do you understand Japanese
(Non, To some extent)?

019



パートナーは日本語が話せますか？

Does your partner speak Japanese?

020



日本で産む予定ですか、帰国する予定ですか？

Do you plan to give birth in Japan or returning home?

MEMO

初診⑤

The first checkup⑤

021



周りにママのお世話やサポートをしてくれる家族や友人はいますか？

Do you have family or friends who can help you?

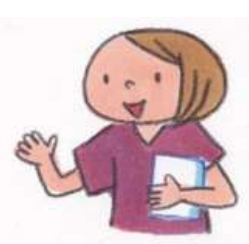
022



お仕事は何をしていますか？

What kind of occupation do you have?

023



健診はこれから毎月あります。予定日が近づいてきたら毎週になります。必ずきてください。

From now on, checkups will be once a month, and it will be every week as your due date will be approaching. Please make sure to come.

024



通訳やサポートが必要なときはここに連絡してみてください。

If you need an interpreter or support please contact us.

MEMO

2回目以降①

From the second checkup①

026



経膣超音波検査をします。

I am going to take your transvaginal ultrasound.

027



下着をとって診察台に座ってください。

Please remove all your underwear and sit on the examination table.

028



子宮頸がん検査をします。

I am going to do a cervical cancer test.

029

性器の感染症の検査をします。

I am going to do a test for genital infections.

MEMO

2回目以降②

From the second checkup②

031



経腹超音波検査をします。横になってください。

I am going to do a test for genital infections.

032



赤ちゃんはここにいます。ここが(足、手、お腹、お尻、顔)です。

Here is a baby.

Here are (feet, hands, belly, buttocks, face).

033

赤ちゃんは今約〇グラムです

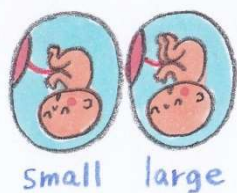
The baby is about ____grams now.

MEMO

2回目以降③

From the second checkup③

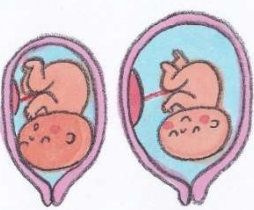
036



赤ちゃんの大きさは、週数相当です／大きめです／小さめです。

The size of the baby is equivalent to the number of weeks / is larger / is smaller.

037



羊水の量が多いです／少ないです

Your Amniotic fluid is high/low.

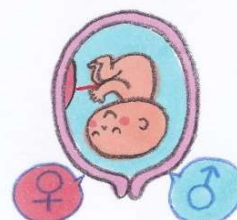
038



赤ちゃんの性別を知りたいですか？

Would you like to know the sex of your baby?

039



(男の子です・女の子です・当院では性別は生まれるまでお伝えしません)

(Boy / Girl /Cannot tell you the sex until the baby is born due to the regulation of this hospital)

040



赤ちゃんが逆子です。

Your baby is breech.

MEMO

2回目以降④

From the second checkup④

041



赤ちゃんに異常が疑われます。

There is a suspected fetal abnormality.

042



赤ちゃんの検査をします。

Let me examine your baby.

043



赤ちゃんの状態を詳しく説明します。

I would like to explain about your baby's condition.

044



血液検査をします。

I am going to take a blood sample.

045

(血液型、血算、血糖、感染症、血液凝固検査など)

(blood typing, blood count, blood sugar, infections, blood coagulation tests, etc.)

MEMO

2回目以降⑤

From the second checkup⑤

046



腹囲、子宮底長を測ります。

I am going to take a measure of your abdominal circumference and your uterine fundus length.

047



胎児心拍数モニタリングをします。30分くらいかかります。

I am going to monitor your fetal heart rate, which takes about 30 minutes.

048



(赤ちゃんは元気です／もう少しモニタリングを続けます)

(Baby is fine/we'll continue monitoring a little longer)

049

異常はありませんでした／異常が見つかったので再検査します。

I can not find any abnormality results.

050



大きな病院を紹介します。紹介状を持って行ってください。

I will refer you to a larger hospital. Take the referral letter with you.

MEMO

2回目以降⑥

From the second checkup⑥

051



体重が増え過ぎています。食事に気をつけましょう。

You are overweight. Please monitor your diet.

052



血糖値が高めです。妊娠糖尿病の詳しい検査をします。

Your blood glucose levels are high.
I am going to do a test for gestational diabetes.

053



歯科・内科・循環器科・内分泌科に行ってください。

Please go to a dentist, internist, cardiologist, or endocrinologist.

054



妊娠糖尿病です。栄養指導を受けてください。

Your diagnose is gestational diabetes.
Please take a consultation for nutritional guidance.

055



毎日自分で血糖値を測ってください。機械はレンタルできます。針は自分で購入します。

Please check your own blood sugar daily.
Please rent an equipment and purchase needles.

MEMO

2回目以降⑦

From the second checkup⑦

056



妊娠高血圧症の疑いがあります。

You have pregnancy hypertension.

057



貧血があります。鉄剤を出しますので飲んでください。

You have anemia.

I will give you some iron pills and you should take them.

058

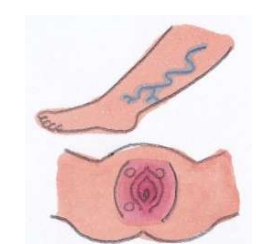


便秘はありますか?便秘の薬を出します。

Do you have constipation?

If so, I will give you some medicine for it.

059



静脈瘤ができています。治療が必要です。

There are some varicose veins. You need some treatment.

060



つわりで栄養不足・脱水なので点滴をします。

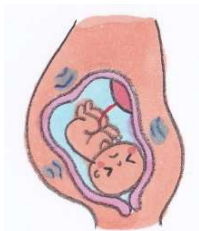
Malnourished and dehydrated due to morning sickness, so an intravenous drip is needed.

MEMO

2回目以降⑧

From the second checkup⑧

061



切迫早産です。

You have an Impending preterm labor.

062



(お腹の張り止めの薬を出します。自宅で安静に過ごして下さい。／管理入院が必要です。手続きの説明をします。)

(I will give you some medicine for upset stomach.
Please rest at home./ You need to be hospitalized for monitoring. I will explain the procedure.)

063



肌の痒みは妊娠によるものです。産後は治ります。

The Itchy skin is due to pregnancy.
It will disappear after childbirth.

064



痒み止めの薬を出します。

I will give you an anti-itch medicine.

065



妊娠中も飲める解熱剤・痛み止めを出します。

I will give you antipyretics
/painkiller which can be taken during pregnancy.

MEMO

2回目以降⑨

From the second checkup⑨

066



内診して子宮口の状態(開き具合・柔らかさ・厚さ)と赤ちゃんの頭の下がり具合を確認します。

I am going to do an internal examination to check the condition of the cervix (dilated, softness, and thickness) and the baby's head.

067

子宮口は(開いてきました/まだ開いてきていません・柔らかくなっています/まだ硬いです・薄くなっています/まだ厚みがあります)

Your cervix is (dilated/not dilated yet, softening /still hard, thinning/still thick).

068

赤ちゃんの頭は下がってきています。/まだ頭の位置は高いです。

Your baby's head has appeared. / The head is still distant.

069



まだしばらくは産まれないかもしれません/出産の日は近そうです。

It looks like not for a while / coming soon.

070



他に体調などで気になることはありますか？

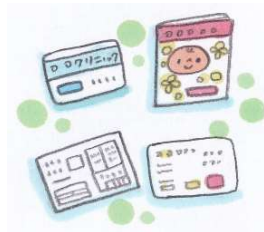
Are there any other concerns about your physical condition?

MEMO

事務手続き

Paperwork

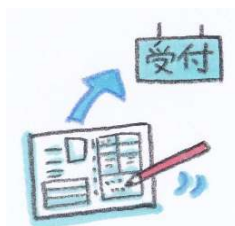
071



毎回、診察券、保険証、母子手帳と補助チケットを持ってきましたい。

Please bring your registration card, insurance card, Boshitecho and coupons whenever you visit a hospital.

072



補助チケットは名前と住所を書いて受付に出してください。

Please make sure to fill in your name and address on the coupon and submit to the hospital reception.

073



出産費用の預かり金〇〇円先にいただきます。

Please make a deposit in yen for your delivery fee.

074

出産後の精算でこの金額は引かれます。

The deposit will be deducted from the settlement after delivery.

075



出産一時金の手続きをします。書類を書いてください。

Due to the procedure for “The Childbirth Lump-Sum Allowance”. Please fill in the document here.

MEMO

出産に向けての準備①

Preparing for childbirth①

076



赤ちゃんの聴覚スクリーニング検査の同意書です。

This is a consent form for a hearing screening test for babies.

077

〇〇〇〇円かかりますが、多くのお母さんが受けます。

It costs 0000yen, but many mothers take it.

078



赤ちゃんの先天性代謝異常症等のスクリーニング検査の同意書です。無料で受けられます。

This is a consent form for a screening test for congenital metabolic disorders and other conditions in babies.
This is free of charge.

079



入院分娩に関わる同意書・承諾書です。

This is a consent and approval form for inpatient delivery.

080



ビタミンKシロップに関わる同意書・承諾書です。

This is a consent and authorization form related to vitamin K syrup.

MEMO

出産に向けての準備②

Preparing for childbirth②

081



パートナーまたは保証人の人にサインをしてもらってください。

Have your partner or guarantor sign the form.

082



自宅で書いてきてください。

Please sign at home.

083



入院時に準備してもらうもののリストです。

Here is a list of items to prepare before admission to the hospital.

084



入院中の過ごし方はこちらです。

Guidance while inpatient.

085



助産師と出産についての話をします。

Please talk with a midwife about childbirth.

MEMO

出産に向けての準備③

Preparing for childbirth③

086



出産についての希望書(バースプラン)はこちらです。

Here is a written request lists (birth plan) about the birth of your child.

087



立ち会いはできます・できません。
(パートナー・上の子・実母・他)

Person that are allowed/not allowed to attend childbirth.
(Partner, older child, own mother, others).

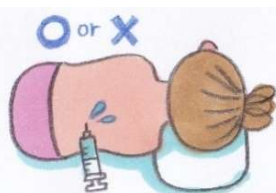
088



入院中の面会はできます・できません。
(パートナー・上の子・両親・他)

Visitors that are allowed/not allowed during hospitalization. (Partner, older children, parents , others).

089



当院では無痛分娩できます・できません。

You can have a painless delivery / or you can't have one from our hospital.

090



陣痛が(○分おきにきた時、出血をした時、破水した時)はすぐに病院に電話してください。

Call the hospital immediately if you have contractions (every ____ minutes, if you bleed, if your water breaks).

MEMO

出産に向けての準備④

Preparing for childbirth④

091



陣痛タクシーを登録すると便利です。

It is useful to register for a labor taxi in advance.

092



病院に来るときはお伝えした荷物を全部持って来てください。

When you come to the hospital,
please check the list and bring all the items with you.

MEMO

MEMO

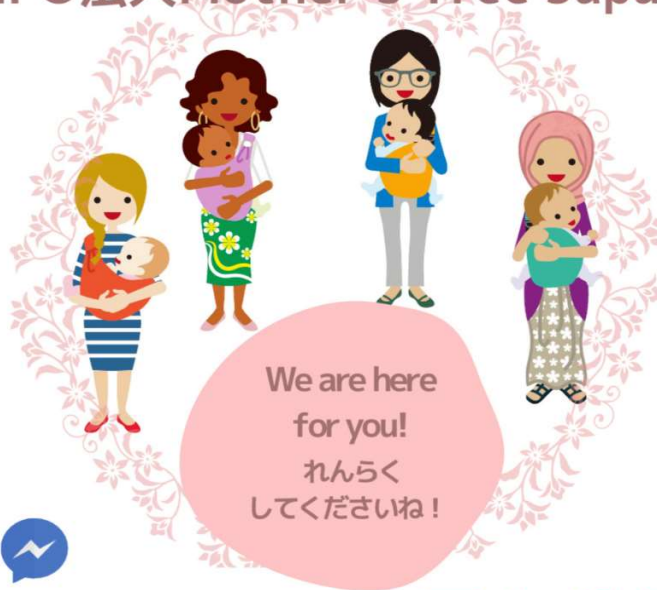
MEMO

MEMO



日本にいる 外国人ママの お産と産後のサポート
Provide support for foreign women during
maternity, post-natal and while raising children

NPO法人Mother's Tree Japan



このnoteは社会福祉法人丸紅基金の助成により作成しました



英語/English

NPO法人Mother's Tree Japan 妊婦健診note（母用）

Useful expressions for prenatal check up
(For mothers)



にん ぶ けんしん びょういん かく にん じ こう
妊婦健診 (病院) の確認事項①

Pregnancy checkup (at hospital)①

001



にんしん か のうせい
妊娠した可能性があります。
にんしんけんさやく ようせい せいり おく
(妊娠検査薬が陽性/生理が遅れている)

I might be pregnant.
(pregnancy test was positive/delayed menstruation)

002



にんぶけんしん まいかいく ひつよう
妊婦健診は毎回来る必要がありますか？

Do I need to visit to every prenatal checkup?

003



にんぶけんしん ぱー と なー つうやく ほか
妊婦健診は (パートナー・通訳・他) と
き よい
来て良いですか？

Can I come for a prenatal checkup with
(partner/interpreter/etc.)?

004



にんぶけんしん じ でんわつうやく りよう
妊婦健診時に電話通訳を利用してもいいですか？

May I use a telephone interpreter during a prenatal checkup?

005



しゅうきょうじょう りゆう じょせい い し きぼう
宗教上の理由で、女性の医師を希望します。
かのう
可能ですか？

I would like a female doctor for religious reasons. Is it
possible?

MEMO

にん ぷ けんしん びょういん かくにん じ こう
妊婦健診 (病院) の確認事項②

Pregnancy checkup (at hospital)②

006

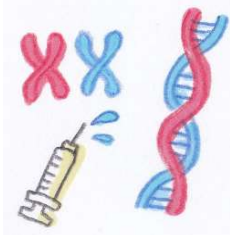


しゅうきょうじょう りゆう た しょくざい
宗教上の理由で食べられない食材があります。

にゅういんちゅう しょくじ そうだん
入院中の食事の相談はできますか？

I have a special diet for religious reasons.
Can I discuss my diet during inpatient?

007



しゅつしょうまえしんだん う
出生前診断を受けられますか？

ぼたいけっせい けんさ ようすいけんさ
(母体血清マーカー検査・NIPT・羊水検査)

Can I have a prenatal diagnosis? (Maternal serum marker test, NIPT, amniotic fluid test)

008



なに けんさ
これは何の検査ですか？

What kind of test is this?

009



けんさ きんがく おし くだ
その検査にかかるだいたいの金額を教えてください。

Please could you explain the estimate cost of the test?

010



じかい ぱー と なー つうやく いっしょ き
次回 (パートナー・通訳) と一緒に来ます。

くわ せつめい
また詳しく説明してもらえますか？

I will come with my partner/interpreter next time.
Could you explain again in detail next time?

MEMO

からだ じょうたい せい かつ
身体の状態と生活のこと①

Physical condition and daily life①

011



なか いた ひんぱん
お腹の痛みがあります。(ときどき・頻繁に)

I have lower abdominal pain. (Sometimes/often)

012



なか は ひんぱん
お腹が張ります。(ときどき・頻繁に)

I have uterus contractions . (Sometimes/often).

013



しゅっけつ すく おお せんけつ
出血があります。(少ない・多い／鮮血・うっすら)

I have bleeding.

014



しゅっさん ふあん
出産に不安があります。
ねんれい たいちょう さ ぽー と ぶそく けいざいてき
(年齢・体調・サポート不足・経済的)

I am concern about childbirth.
(Age, physical condition, lack of support, finance).

015



つら からだ だいじょうぶ
つわりがひどくて辛いです。身体は大丈夫ですか？
たべ すいぶん と
(食べられるときもある・水分は摂れる
の もの は つば で
・飲み物も吐く・ずっと唾が出てくる)

I have sever morning sickness. Am I ok?
(Sometimes I can't eat, drink fluids.
I vomit drinks, vomit all the time).

からだ じょうたい せい かつ
身体の状態と生活のこと②

Physical condition and daily life②

016



しょくよく ま
食欲が増えています。

I have much appetite.

017



き たいじゅう ふ
気をつけているのに体重が増えてしまいます。

I gain weight even I am very careful with my diet.

018



しゅっさん なん きろ ふ だいじょうぶ
出産まであと何キロくらい増えても大丈夫ですか？

How much more weight can I gain before the birth?

019



にんしんちゅう た もの
妊娠中に食べてはいけない物がありますか？

Do you have any advice?

Should I avoid specific food during pregnancy?

020



にんぶ た もの しょくざい た かた
妊婦におすすめの食べ物（食材・食べ方）は
ありますか？

Are there any foods (ingredients or ways of eating)
recommended for pregnant women?

MEMO

からだ じょうたい せい かつ
身体の状態と生活のこと③

Physical condition and daily life③

021



こー ひー こうちゃ の
コーヒー・紅茶は飲んでもいいですか？

Can I drink coffee/tea?

022



さ ぶ り め ん と て つ ようさん た
サプリメント（鉄・葉酸・その他）はもらえますか？

Can I get some supplements (iron, folic acid, etc.)?

023



にんぷ さ ぶ り め ん と
妊婦におすすめのサプリメントはありますか？

Are there any supplements recommended for pregnant women?

024



にんぷ うんどう おし くだ
妊婦におすすめの運動を教えてください。

What kind of exercise do you recommend for pregnant women?

025



べんぴ くすり ほし
便秘がひどいです。薬が欲しいです。
(べんぴ やく つか
(便秘薬を使ったことがある・ない)

I have severe constipation. I need some medicine.
(Have/Have not used laxatives)

MEMO

からだ じょうたい せい かつ
身体の状態と生活のこと④

Physical condition and daily life④

026



かぜ ぎ み ねつ のど いた
風邪気味です。(熱があります・喉が痛いです
せき で はなみず で くすり
・咳が出ます・鼻水が出ます) 薬はもらえますか?

I have a cold. (a fever, sore throat, cough, runny nose)
Can I get medicine?

027



かふんしょう つら くすり
花粉症が辛いです。薬はもらえますか?

I have hay fever. Can I get medicine?

028



たいちょう
体調がよくないです。
づつう いきぐる
(頭痛・めまいやふらつき・息苦しい・だるい)

I do not feel well.
(Headache, dizziness or lightheadedness, breathlessness, lethargy)

029



ねむ しかた よる ねむ
眠くて仕方ないです／夜よく眠れないです。

I am sleepy all the time./I can not sleep well during night.

030



はだ
肌のかゆみがひどいです。

My skin is very itchy.

MEMO

からだ じょうたい せい かつ
身体の状態と生活のこと⑤

Physical condition and daily life⑤

031



はだ あか はんてん
肌に赤い斑点のようなものができています。

I have some red spots on my skin.

032



あし むく
足が浮腫みます。

I have swollen legs/feet.

033



あし
足がつります。(こむらがえり)

I have leg cramps. (Komura-gaeri)

034



じてんしゃ の
自転車に乗ってもいいですか？

May I ride a bicycle?

035



ひ こう き の
飛行機に乗ってもいいですか？ (○週頃)

Can I fly by airplan? (until how many weeks/months)

MEMO

あか
赤ちゃんのこと

Baby

036



あか げんき
赤ちゃんは元気ですか？

How is my baby?

037



あか いま くらい おお
赤ちゃんは今の位の大きさですか？
(何グラム・何センチ)

How big is my baby now? (how many grams and centimeters)

038



あか せいちょう じゅんちょう
赤ちゃんの成長は順調ですか？

Is the baby growing well?

039



あか せいべつ おし
赤ちゃんの性別を教えてくださいか？

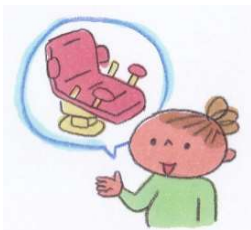
Is the baby a boy or a girl?

MEMO

しゅっさん にゅういん む かくにん じ こう
出産(入院) に向けての確認事項①

Confirmation for delivery (hospitalization)①

041



しぜんぶんべん
できるだけ自然分娩にしたいです。

I would like to have a natural delivery as possible.

042



えいんせつかい
できれば会陰切開したくないです。

I don't want to have an episiotomy if possible.

043



むつうぶんべん
無痛分娩はできますか？

Can I have an epidural?

044



じぜんぶんべん ていおうせつかい き ぼう
自然分娩ではなく、帝王切開を希望することは
できますか？

Can I request a cesarean section instead of a Virginal birth?

045



しゅっさんじ た あ
出産時の立ち会いはできますか？
(ぱー と なー うえ こ じつぼ ほか)
(パートナー・上の子・実母・他)

Can my partner/ older child/ own mother
/ others attend the delivery?

MEMO

しゅっさん にゅういん む かく にん じ こう
出産(入院)に向けての確認事項②

Confirmation for delivery (hospitalization)②

046



にゅういんちゅう めんかい
入院中の面会はできますか？
 (ぱー と なー うえ こ じつぽ ほか)
 (パートナー・上の子・両親・他)

Can my partner/ older child/ own mother / others visit during hospitalization?

047



にゅういんにつすう おし くだ
だいたいの入院日数を教えてください。

How long would I stay in the hospital?

048



ぼにゅう そだ いま ていれ
母乳で育てたいです。今からできるお手入れ
 (まっ さー じ) (ほうほう おし くだ)
 (マッサージ) の方法を教えてください。

**I want to breastfeed my baby.
 Please tell me how to care(massage) from now on.**

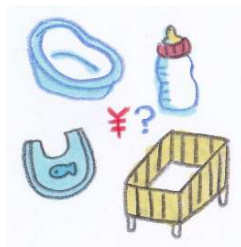
049



こんごう ぼにゅう み る く そだ
混合(母乳とミルク)で育てたいです。

I would like to raise my baby with both breastfeed and formula.

050



しゅっさん じゅんび いえ じゅんび し
出産の準備(家の準備)について知りたいです。
 (べびーべっど・べびーバス・ほにゅうびん など/いつ・値段)
 (ベビーベッド・ベビーバス・哺乳瓶など/いつ・値段)

I would like to know about baby items(crib, baby bath, baby bottle, etc./when, price) I should prepare at home.

MEMO

しゅっさん にゅういん む かくにん じ こう
出産 (入院) に向けての確認事項③

Confirmation for delivery (hospitalization)③

051



にゅういん じゅんび にゅういん おし ほ
入院の準備 (入院グッズ) について教えて欲しいです。

I would like to know about preparations(item list) for hospitalization .

052



ぶんべんじ にゅういん たい み ん ぐ かくにん
分娩時の入院のタイミングについて確認したいです。

I would like to confirm the timing of hospitalization.

MEMO

MEMO

MEMO

MEMO



日本にいる 外国人ママの お産と産後のサポート
Provide support for foreign women during
maternity, post-natal and while raising children

NPO法人Mother's Tree Japan



このnoteは社会福祉法人丸紅基金の助成により作成しました