インドネシア語
/Bahasa Indonesia

NPO法人Mother's Tree Japan

妊婦健診note（病院用）

Kalimat yang sering digunakan terkait pemeriksaan kehamilan
(untuk rumah sakit)

初診①

Konsultasi Pertama①

001

これから妊娠しているか検査します。

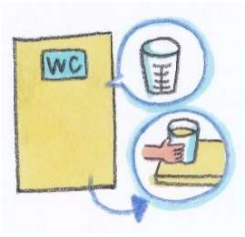
Sekarang, saya akan memeriksa apakah Anda hamil atau tidak.

002

尿検査をします。

Saya akan melakukan pemeriksaan urine.

003



トイレにカップがあります。

Gelas untuk menampung urine ada di toilet.

004

採尿が終わったらカップを置き場においてください。

Setelah menampung urine, letakkan gelas di tempat yang ditentukan.

005

診察をします（内診・経膣超音波検査）。

Saya akan melakukan pemeriksaan (pemeriksaan dalam / USG transvaginal).

MEMO

初診②

Konsultasi Pertama②

006

下着を取って診察台に座ってください。

Silakan melepas celana dalam Anda dan duduk di kursi pemeriksaan.

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）

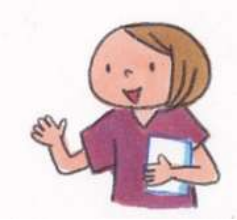
Saya dapat mengonfirmasi kehamilan (terlihat kantung janin / terdapat detak jantung janin).

008

赤ちゃんの心拍はまだ確認できていません。

Saya belum dapat mengonfirmasi detak jantung janin.

009



〇週間後にまた来てください。

Silakan datang .... minggu lagi.

010

保健所に届出をして母子手帳をもらってください。

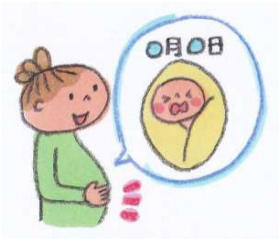
Silakan lapor ke kantor dinas kesehatan untuk mendapatkan buku kesehatan ibu dan anak.

MEMO

初診③

Konsultasi Pertama③

011



予定日は○月○日です。

Taksiran hari persalinan Anda adalah bulan .... tanggal ....

012

既往歴について詳しく教えて下さい。

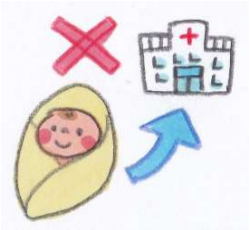
Harap memberi tahu riwayat penyakit Anda secara detail.

013

双子・多胎児です。

Anda hamil kembar .... bayi.

014



当院で出産はできません。

Anda tidak bisa bersalin di rumah sakit ini.

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）

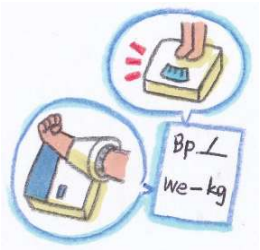
(Saya akan merujuk Anda ke rumah sakit besar / Silakan mencari rumah sakit yang dapat membantu Anda bersalin)

MEMO

初診④

Konsultasi Pertama④

016



体重と血圧を測ってメモしておいてください。

Silakan menimbang berat badan dan mengukur tekanan darah, lalu mencatatnya di kertas.

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。

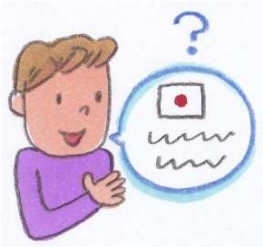
Harap memeriksa berat badan dan tekanan darah setiap sebelum pemeriksaan.

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）

Seberapa banyak Anda memahami bahasa Jepang? (tidak paham sama sekali / cukup paham)

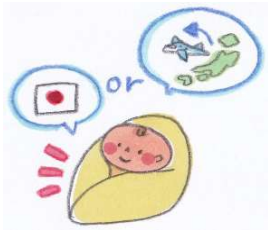
019



パートナーは日本語が話せますか？

Apakah suami/pasangan Anda bisa berbicara bahasa Jepang?

020



日本で産む予定ですか、帰国する予定ですか？

Apakah Anda berencana melahirkan di Jepang atau pulang ke negara Anda?

MEMO

初診⑤

Konsultasi Pertama⑤

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？

Apakah Anda memiliki keluarga atau sahabat di sekitar Anda yang dapat membantu atau mendukung Anda?

022

お仕事は何をしていますか？

Apakah pekerjaan Anda?

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。

Mulai sekarang, pemeriksaan akan dilakukan setiap bulan. Saat mendekati hari persalinan, pemeriksaan akan dilakukan setiap minggu. Pastikan untuk datang.

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。

Saat Anda membutuhkan penerjemah atau bantuan, silakan mencoba hubungi nomor ini.

MEMO

2回目以降①

Pemeriksaan kedua dan seterusnya①

026

経膣超音波検査をします。

Saya akan melakukan pemeriksaan USG transvaginal.

027

下着をとって診察台に座ってください。

Silakan melepas celana dalam Anda dan duduk di kursi pemeriksaan.

028

子宮頸がん検査をします。

Saya akan melakukan skrining kanker serviks.

029

性器の感染症の検査をします。

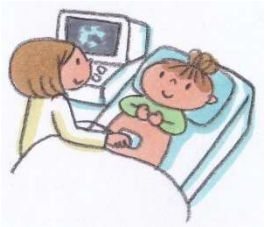
Saya akan melakukan pemeriksaan penyakit menular seksual.

MEMO

2回目以降②

Pemeriksaan kedua dan seterusnya②

031



経腹超音波検査をします。横になってください。

Saya akan melakukan pemeriksaan USG perut. Silakan berbaring.

032

赤ちゃんはここにいます。ここが(足、手、お腹、お尻、顔）です。

Janinnya ada di sini. Ini adalah (kaki, tangan, perut, bokong, wajah).

033

赤ちゃんは今約〇グラムです

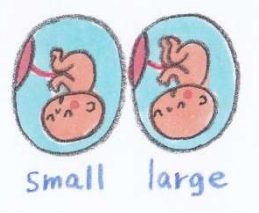
Berat janin sekarang sekitar .... gram.

MEMO

2回目以降③

Pemeriksaan kedua dan seterusnya③

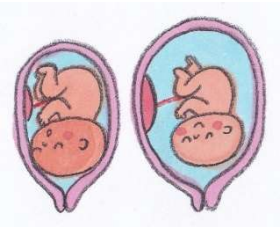
036



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。

Ukuran janin sesuai dengan usia kehamilan / besar / kecil.

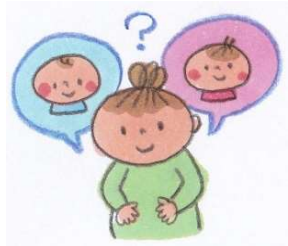
037



羊水の量が多いです/少ないです

Cairan ketuban banyak / sedikit.

038



赤ちゃんの性別を知りたいですか？

Apakah Anda ingin mengetahui jenis kelamin bayi?

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）

（Laki-laki / Perempuan / Di rumah sakit ini, kami tidak memberi tahu jenis kelamin bayi sampai lahir）

040

赤ちゃんが逆子です。

Janinnya sungsang.

MEMO

2回目以降④

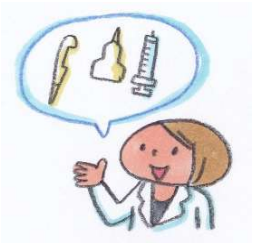
Pemeriksaan kedua dan seterusnya④

041

赤ちゃんに異常が疑われます。

Saya mencurigai adanya kelainan pada janin.

042



赤ちゃんの検査をします。

Saya akan memeriksa janin.

043

赤ちゃんの状態を詳しく説明します。

Saya akan menjelaskan kondisi janin secara detail.

044

血液検査をします。

Saya akan melakukan pemeriksaan darah.

045

（血液型、血算、血糖、感染症、血液凝固検査など）

（Golongan darah, perhitungan jumlah sel darah, kadar gula darah, penyakit infeksi, tes pembekuan darah, dll.）

MEMO

2回目以降⑤

Pemeriksaan kedua dan seterusnya⑤

046

腹囲、子宮底長を測ります。

Saya akan mengukur lingkar perut dan panjang fundus uterus.

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。

Saya akan memantau detak jantung janin, yang akan memakan waktu 30 menit.

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）

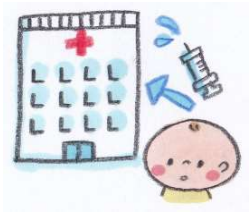
（Janin sehat / Saya akan melanjutkan pemantauan sebentar lagi）

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。

Tidak ada abnormalitas / Saya menemukan abnormalitas, jadi saya akan memeriksa sekali lagi.

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。

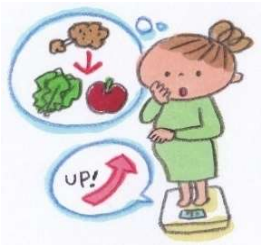
Saya akan merujuk Anda ke rumah sakit besar. Silakan pergi ke sana dengan membawa surat rujukan.

MEMO

2回目以降⑥

Pemeriksaan kedua dan seterusnya⑥

051



体重が増え過ぎています。食事に気をつけましょう。

Berat badan Anda bertambah terlalu banyak. Harap memperhatikan makanan Anda.

052

血糖値が高めです。妊娠糖尿病の詳しい検査をします。

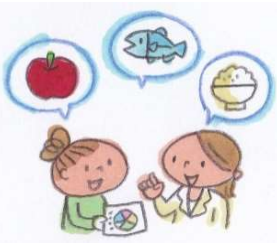
Kadar gula darah Anda tinggi. Saya akan melakukan pemeriksaan detail untuk diabetes gestasional.

053

歯科・内科・循環器科・内分泌科に行ってください。

Silakan pergi ke dokter gigi / dokter penyakit dalam / dokter spesialis jantung / dokter spesialis endokrinologi.

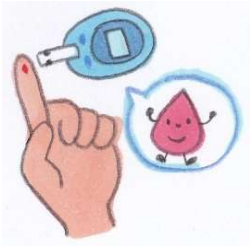
054



妊娠糖尿病です。栄養指導を受けてください。

Anda memiliki diabetes gestasional. Saya harap Anda menerima konsultasi gizi.

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。

Harap mengukur sendiri kadar gula darah Anda setiap hari. Anda dapat meminjam alat pengukurnya, dan membeli sendiri jarumnya.

2回目以降⑦

Pemeriksaan kedua dan seterusnya⑦

056

妊娠高血圧症の疑いがあります。

Saya mencurigai Anda memiliki hipertensi gestasional.

057

貧血があります。鉄剤を出しますので飲んでください。

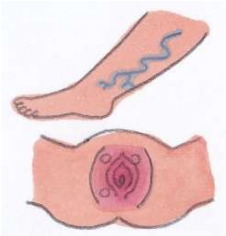
Anda memiliki anemia. Saya akan meresepkan suplemen zat besi, harap meminumnya.

058

便秘はありますか?便秘の薬を出します。

Apakah Anda mengalami konstipasi? Saya akan meresepkan obat untuk konstipasi.

059



静脈瘤ができています。治療が必要です。

Anda memiliki varises, sehingga membutuhkan pengobatan.

060

つわりで栄養不足・脱水なので点滴をします。

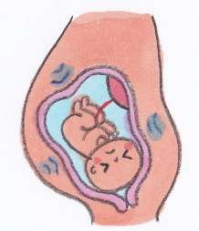
Anda mengalami morning sickness (mual muntah saat hamil) sehingga kekurangan gizi dan dehidrasi, jadi saya akan memasang infus.

MEMO

2回目以降⑧

Pemeriksaan kedua dan seterusnya⑧

061



切迫早産です。

Anda berisiko melahirkan prematur.

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。）

（Saya akan memberi Anda obat untuk mencegah kontraksi perut. Harap beristirahat di rumah. / Anda perlu dirawat di rumah sakit untuk mendapatkan penanganan. Saya akan menjelaskan prosedurnya.）

063

肌の痒みは妊娠によるものです。産後は治ります。

Ini adalah kegatalan kulit akibat kehamilan, yang akan sembuh setelah melahirkan.

064

痒み止めの薬を出します。

Saya akan meresepkan obat untuk gatal.

065

妊娠中も飲める解熱剤・痛み止めを出します。

Saya akan meresepkan obat demam / obat anti nyeri yang boleh diminum selama hamil.

2回目以降⑨

Pemeriksaan kedua dan seterusnya⑨

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。

Saya akan melakukan pemeriksaan dalam untuk mengecek kondisi serviks (pembukaan / kelunakan / ketebalan) dan posisi kepala janin.

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・薄くなってきています/まだ厚みがあります)

Serviks (sudah mulai terbuka / belum terbuka, tetapi sudah melunak / masih keras, tetapi mulai menipis / masih tebal).

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。

Kepala janin sudah mulai turun ke bawah / Letak kepala janin masih tinggi.

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。

Belum akan lahir untuk sementara waktu / Hari kelahiran semakin dekat.

070

他に体調などで気になることはありますか？

Apakah ada kondisi tubuh atau hal lain yang Anda khawatirkan?

事務手続き

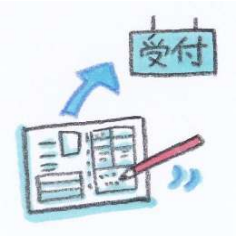
Prosedur administratif

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てください。

Harap membawa kartu berobat, kartu asuransi, buku kesehatan ibu dan anak, serta kupon pemeriksaan setiap kali datang.

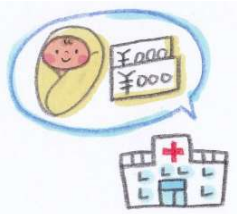
072



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。

Harap menulis nama dan alamat pada kupon pemeriksaan, lalu menyerahkannya kepada petugas registrasi.

073



出産費用の預かり金〇〇円先にいただきます。

Perlu deposit sejumlah ..... ¥ untuk biaya persalinan.

074

出産後の精算でこの金額は引かれます。

Pembayaran setelah persalinan akan dikurangi dari uang ini.

075

出産一時金の手続きをします。書類を書いてください。

Ini adalah prosedur untuk menerima tunjangan persalinan sekaligus. Harap mengisi dokumen-dokumen ini.

出産に向けての準備①

Persiapan untuk persalinan①

076

赤ちゃんの聴覚スクリーニング検査の同意書です。

Ini adalah lembar persetujuan untuk tes skrining pendengaran bayi.

077

〇〇〇〇円かかりますが、多くのお母さんが受けます。

Biayanya sebesar ..... ¥, tetapi kebanyakan ibu memeriksakannya.

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。

Ini adalah lembar persetujuan untuk tes skrining kelainan metabolisme bawaan pada bayi. Pemeriksaan ini gratis.

079

入院分娩に関わる同意書・承諾書です。

Ini adalah lembar persetujuan untuk persalinan dan rawat inap.

080

ビタミンKシロップに関わる同意書・承諾書です。

Ini adalah lembar persetujuan untuk pemberian vitamin K.

MEMO

出産に向けての準備②

Persiapan untuk persalinan②

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。

Harap meminta tanda tangan pasangan atau penjamin.

082

自宅で書いてきてください。

Silakan mengisinya di rumah dan membawanya kembali ke sini.

083

入院時に準備してもらうもののリストです。

Ini adalah daftar barang yang perlu dipersiapkan saat rawat inap.

084

入院中の過ごし方はこちらです。

Ini adalah penjelasan tentang aktivitas selama rawat inap.

085

助産師と出産についての話をします。

Saya akan berbicara tentang bidan dan persalinan.

MEMO

出産に向けての準備③

Persiapan untuk persalinan③

086

出産についての希望書(バースプラン)はこちらです。

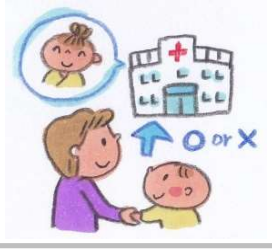
Ini adalah lembar rencana/harapan terkait persalinan.

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）

Anda bisa didampingi / tidak bisa didampingi saat persalinan. (Pendamping: Pasangan / Anak yang lebih tua / Orang tua / Lainnya)

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）

Anda bisa dijenguk / tidak bisa dijenguk saat dirawat inap. (Pengunjung: Pasangan / Anak yang lebih tua / Orang tua / Lainnya)

089

当院では無痛分娩できます・できません。

Anda bisa / tidak bisa bersalin tanpa nyeri di rumah sakit ini.

090

陣痛が（〇分おきにきた時、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。

Ketika kontraksi terasa setiap .... menit sekali / keluar darah / keluar ketuban, segera telepon rumah sakit.

MEMO

出産に向けての準備④

Persiapan untuk persalinan④

091

陣痛タクシーを登録すると便利です。

Akan lebih memudahkan jika Anda mendaftar untuk menggunakan taksi khusus persalinan.

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。

Saat datang ke rumah sakit, harap membawa semua barang yang saya telah sebutkan.

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

LINE

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

インドネシア語
/Bahasa Indonesia

NPO法人Mother's Tree Japan

妊婦健診note（母用）

Kalimat yang sering digunakan terkait pemeriksaan kehamilan
(untuk ibu)

妊婦健診（病院）の確認事項①

Daftar tilik pemeriksaan kehamilan (di rumah sakit)①

001

妊娠した可能性があります。
（妊娠検査薬が陽性/生理が遅れている）

Ada kemungkinan hamil (hasil test pack kehamilan positif / menstruasi terlambat)

002

妊婦健診は毎回来る必要がありますか？

Apakah saya harus datang pada setiap pemeriksaan kehamilan?

003

妊婦健診は（パートナー・通訳・他）と
来て良いですか？

Apakah (pasangan / penerjemah / orang lain) boleh datang saat pemeriksaan kehamilan?

004

妊婦健診時に電話通訳を利用してもいいですか？

Apakah saya boleh menggunakan penerjemah lewat telepon saat pemeriksaan kehamilan?

005

宗教上の理由で、女性の医師を希望します。
可能ですか？

Karena alasan religius, saya menginginkan dokter perempuan. Apakah bisa?

MEMO

© 2020 Mother's Tree Japan

妊婦健診（病院）の確認事項②

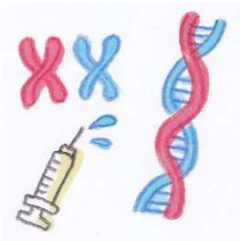
Daftar tilik pemeriksaan kehamilan (di rumah sakit)②

006

宗教上の理由で食べられない食材があります。
入院中の食事の相談はできますか？

Karena alasan religius, ada makanan yang tidak bisa saya makan. Apakah saya bisa berkonsultasi mengenai makanan saat dirawat di rumah sakit?

007



出生前診断を受けられますか？
（母体血清マーカー検査・NIPT・羊水検査）

Apakah saya bisa mendapatkan pemeriksaan prenatal? (Pemeriksaan serum maternal / NIPT / Amniosentesis)

008

これは何の検査ですか？

Ini pemeriksaan apa?

009

その検査にかかるだいたいの金額を教えて下さい。

Tolong beri tahu biaya yang diperlukan untuk pemeriksaan tersebut.

010

次回（パートナー・通訳）と一緒に来ます。
また詳しく説明してもらえますか？

Pada kunjungan berikutnya, (pasangan / penerjemah) akan datang bersama saya. Apakah Anda bisa menjelaskan secara rinci pada saat itu?

MEMO

© 2020 Mother's Tree Japan

身体の状態と生活のこと①

Tentang kondisi tubuh dan kehidupan sehari-hari①

011

お腹の痛みがあります。（ときどき・頻繁に）

Apakah ada sakit perut? (Kadang-kadang / Sering)

012

お腹が張ります。（ときどき・頻繁に）

Apakah perut terasa tegang? (Kadang-kadang / Sering)

013

出血があります。（少ない・多い／鮮血・うっすら）

Apakah ada perdarahan? (Sedikit / Banyak ・ Darah segar / Samar-samar)

014

出産に不安があります。
（年齢・体調・サポート不足・経済的）

Apakah ada yang Anda cemaskan terkait persalinan? (Usia / Kondisi tubuh / Kekurangan dukungan / Masalah finansial)

015

つわりがひどくて辛いです。身体は大丈夫ですか？
（食べられるときもある・水分は摂れる
・飲み物も吐く・ずっと唾が出てくる）

Mual muntah saya sangat hebat. Apakah kondisi tubuh dan kandungan saya baik-baik saja? (Saya masih bisa makan sesekali / Saya hanya bisa minum / Saya muntah meskipun hanya minum / Air liur saya terus keluar)

© 2020 Mother's Tree Japan

身体の状態と生活のこと②

Tentang kondisi tubuh dan kehidupan sehari-hari②

016

食欲が増しています。

Nafsu makan saya meningkat.

017

気をつけているのに体重が増えてしまいます。

Saya sudah berhati-hati terhadap makanan saya, tetapi berat badan saya tetap bertambah.

018

出産まであと何キロくらい増えても大丈夫ですか？

Berapa banyak (kg) berat badan saya boleh bertambah hingga persalinan?

019

妊娠中に食べてはいけない物はありますか？

Apakah ada makanan yang tidak boleh saya makan selama hamil?

020

妊婦におすすめの食べ物（食材・食べ方）はありますか？

Apakah ada (bahan makanan / cara makan) yang disarankan untuk ibu hamil?

MEMO

© 2020 Mother's Tree Japan

身体の状態と生活のこと③

Tentang kondisi tubuh dan kehidupan sehari-hari③

021

コーヒー・紅茶は飲んでもいいですか？

Apakah saya boleh minum kopi / teh?

022

サプリメント（鉄・葉酸・その他）はもらえますか？

Apakah saya bisa mendapatkan suplemen (zat besi / asam folat / lainnya)?

023

妊婦におすすめのサプリメントはありますか？

Apakah ada suplemen yang disarankan untuk ibu hamil?

024

妊婦におすすめの運動を教えて下さい。

Tolong beri tahu saya olahraga yang disarankan untuk ibu hamil.

025

便秘がひどいです。薬が欲しいです。
（便秘薬を使ったことがある・ない）

Konstipasi saya parah. Saya ingin mendapatkan obat untuk konstipasi. (Saya pernah / tidak pernah menggunakan obat untuk konstipasi)

MEMO

© 2020 Mother's Tree Japan

身体の状態と生活のこと④

Tentang kondisi tubuh dan kehidupan sehari-hari④

026

風邪気味です。（熱があります・喉が痛いです・咳が出ます・鼻水が出ます）薬はもらえますか？

Sepertinya saya flu. (Saya demam / sakit tenggorokan / batuk / pilek) Apakah saya bisa mendapatkan obat?

027

花粉症が辛いです。薬はもらえますか？

Alergi polen saya parah. Apakah saya bisa mendapatkan obat?

028

体調がよくないです。
（頭痛・めまいやふらつき・息苦しい・だるい）

Saya merasa tidak enak badan.
(Sakit kepala / pusing / sesak napas / lemas)

029

眠くて仕方ないです／夜よく眠れないです。

Saya sangat mengantuk / Saya sulit tidur di malam hari.

030

肌のかゆみがひどいです。

Kulit saya sangat gatal.

MEMO

© 2020 Mother's Tree Japan

身体の状態と生活のこと⑤

Tentang kondisi tubuh dan kehidupan sehari-hari⑤

031

肌に赤い斑点のようなものができています。

Ada bintik-bintik merah di kulit saya.

032

足が浮腫みます。

Kaki saya bengkak.

033

足がつります。（こむらがえり）

Kaki saya kram.

034

自転車に乗ってもいいですか？

Apakah saya boleh naik sepeda?

035

飛行機に乗ってもいいですか？（〇週頃）

Apakah saya boleh naik pesawat?
(pada kehamilan .... minggu)

MEMO

© 2020 Mother's Tree Japan

赤ちゃんのこと

Tentang janin

036

赤ちゃんは元気ですか？

Apakah janin sehat?

037

赤ちゃんは今どの位の大きさですか？
（何グラム・何センチ）

Berapa besar janin saat ini? (berapa gram / berapa cm)

038

赤ちゃんの成長 は 順調ですか？

Apakah janin tumbuh dengan baik?

039

赤ちゃんの性別を教えてもらえますか？

Apakah saya dapat mengetahui jenis kelamin janin?

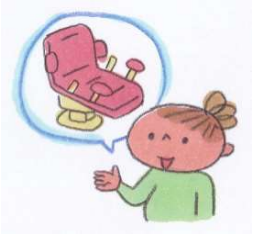
MEMO

© 2020 Mother's Tree Japan

出産（入院）に向けての確認事項①

Daftar tilik menuju persalinan (rawat inap)①

041



できるだけ自然分娩にしたいです。

Sebisa mungkin saya ingin melahirkan secara normal.

042

できれば会陰切開したくないです。

Sebisa mungkin saya tidak ingin menjalani episiotomi.

043

無痛分娩はできますか？

Apakah saya bisa melahirkan tanpa merasa nyeri?

044

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？

Apakah saya bisa meminta untuk melahirkan tidak secara normal, tetapi dengan operasi caesar?

045

出産時の立ち会いはできますか？
（パートナー・上の子・実母・他）

Apakah saya bisa ditemani saat melahirkan?
(oleh pasangan / anak yang lebih tua / ibu kandung / lainnya)

MEMO

© 2020 Mother's Tree Japan

出産（入院）に向けての確認事項②

Daftar tilik menuju persalinan (rawat inap)②

046

入院中 の 面会はできますか？
（パートナー・上の子・両親・他）

Apakah saya bisa dijenguk saat dirawat inap?
(oleh pasangan / anak yang lebih tua / orang tua / lainnya)

047

だいたいの 入院日数を教えて下さい。

Tolong beri tahu saya perkiraan durasi rawat inap.

048

母乳で育てたいです。今からできるお手入れ
（マッサージ）の方法を教えて下さい。

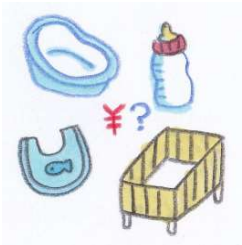
Saya ingin memberikan ASI kepada bayi. Tolong beri tahu saya cara perawatan yang dapat dilakukan sejak saat ini (pijat).

049

混合（母乳とミルク）で育てたいです。

Saya ingin memberikan ASI dan susu formula kepada bayi.

050



出産の準備（家の準備）について知りたいです。
（ベビーベッド・ベビーバス・哺乳瓶など／いつ・値段）

Saya ingin mengetahui tentang persiapan untuk kelahiran (persiapan di rumah). (Kasur bayi / bak mandi bayi / botol susu ・ Sejak kapan / harga)

MEMO

© 2020 Mother's Tree Japan

出産（入院）に向けての確認事項③

Daftar tilik menuju persalinan (rawat inap)③

051

入院の準備（入院グッズ）について教えて欲しいです。

Tolong beri tahu saya tentang persiapan rawat inap (barang-barang keperluan rawat inap).

052

分娩時の入院のタイミングについて確認したいです。

Saya ingin memastikan waktu masuk rumah sakit untuk persalinan.

MEMO

© 2020 Mother's Tree Japan

MEMO

© 2020 Mother's Tree Japan

MEMO

© 2020 Mother's Tree Japan

MEMO

© 2020 Mother's Tree Japan

丸紅基金

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

© 2020 Mother's Tree Japan