Español

スペイン語/
español

NPO法人Mother's Tree Japan

妊婦健診note（病院用）

Expresiones útiles en el examen prenatal
(Para hospitales)

初診①

La primera revisión①

001

これから妊娠しているか検査します。

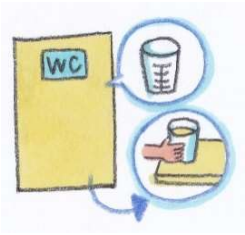
Prueba de embarazo.

002

尿検査をします。

Análisis de orina.

003



トイレにカップがあります。

Hay tacitas en el baño.

004

採尿が終わったらカップを置き場においてください。

Cuando termine de recoger la orina, ponga la tacita en el mostrador especificado.

005

診察をします（内診・経膣超音波検査）。

Examen (examen interno y ultrasonido transvaginal).

MEMO

初診②

La primera revisión②

006

下着を取って診察台に座ってください。

Por favor quítese la ropa interior y siéntese en la mesa de reconocimiento.

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）

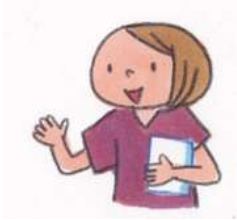
Se confirma el embarazo (hay saco fetal o se confirma el latido).

008

赤ちゃんの心拍はまだ確認できていません。

El latido del corazón del bebé aún no se confirma.

009



〇週間後にまた来てください。

Por favor, venga en _____ semanas.

010

保健所に届出をして母子手帳をもらってください。

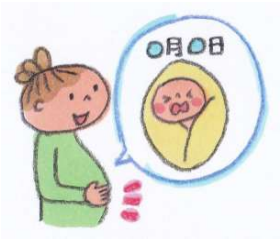
Por favor notifique al centro de salud pública y obtenga el Boshi-techo (libreta de maternidad).

MEMO

初診③

La primera revisión③

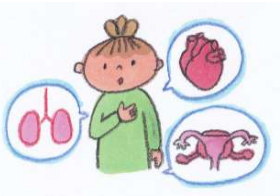
011



予定日は○月○日です。

Su fecha de parto aproximada es el _____.

012



既往歴について詳しく教えて下さい。

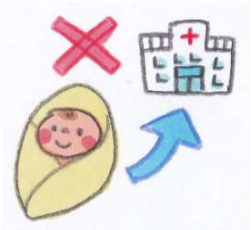
Cuénteme su historia médica.

013

双子・多胎児です。

Gemelos / Múltiples.

014



当院で出産はできません。

No puede dar a luz en este 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）

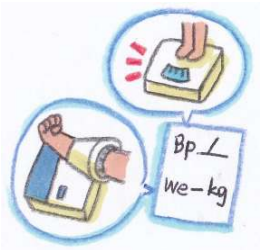
(La referiré a un hospital grande. /
Por favor,encuentre otro hospital que pueda manejar su situación.)

MEMO

初診④

La primera revisión④

016



体重と血圧を測ってメモしておいてください。

Mida y anote su peso y presión de la sangre.

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。

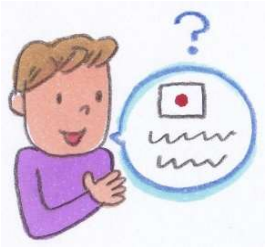
Antes de cada visita se debe pesar, medir la presión de la sangre y hacerse un análisis de orina.

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）

¿Qué tanto entiende japonés? (Nada / un poco)

019



パートナーは日本語が話せますか？

¿Su pareja habla japonés?

020

日本で産む予定ですか、帰国する予定ですか？

¿Planea dar a luz en Japón o regresar a su país?

MEMO

初診⑤

La primera revisión⑤

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？

¿Tiene familiares o amigos que le puedan ayudar?

022

お仕事は何をしていますか？

¿A qué se dedica?

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。

De ahora en adelante, las revisiones serán una vez al mes, y serán una vez a la semana cuando su fecha de parto se acerque.

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。

Si necesita un intérprete o asistencia, contacte aquí.

MEMO

2回目以降①

Para la segunda revisión①

026

経膣超音波検査をします。

Ultrasonido transvaginal.

027

下着をとって診察台に座ってください。

Por favor, quítese la ropa interior y siéntese en la mesa de reconocimiento.

028

子宮頸がん検査をします。

Examen de cáncer cervical.

029

性器の感染症の検査をします。

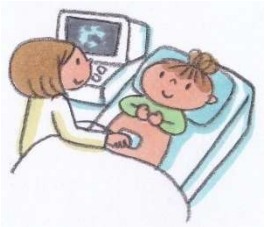
Prueba de infección genital.

MEMO

2回目以降②

Para la segunda revisión②

031



経腹超音波検査をします。横になってください。

Ultrasonido transabdominal. Por favor, acuéstese.

032

赤ちゃんはここにいます。ここが(足、手、お腹、お尻、顔）です。

El bebé está aquí. Aquí están (los pies, las manos, la barriga, el trasero, la cara).

033

赤ちゃんは今約〇グラムです

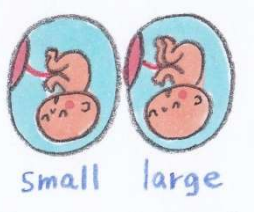
El bebé pesa _____ gramos ahora .

MEMO

2回目以降③

Para la segunda revisión③

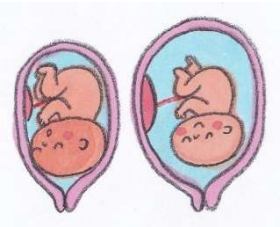
036



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。

El tamaño del bebé concuerda con el número de semanas / es más grande / es más pequeño.

037



羊水の量が多いです/少ないです

El líquido amniótico es alto / bajo.

038

赤ちゃんの性別を知りたいですか？

¿Quisiera saber el sexo de su bebé?

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）

(Niño / niña / no puedo decirle el sexo hasta que el bebé nazca debido a las reglas del hospital).

040

赤ちゃんが逆子です。

Mi bebé está de nalgas.

MEMO

2回目以降④

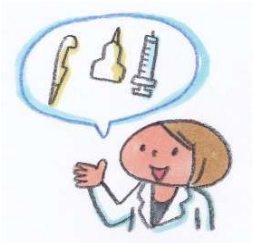
Para la segunda revisión④

041

赤ちゃんに異常が疑われます。

Se sospecha una anormalidad en el bebé.

042



赤ちゃんの検査をします。

Examinaré al bebé.

043

赤ちゃんの状態を詳しく説明します。

Descripción detallada de la condición del bebé.

044

血液検査をします。

Examen de sangre.

045

（血液型、血算、血糖、感染症、血液凝固検査など）

(Tipo de sangre, recuento sanguíneo, azúcar en la sangre, infecciones, exámenes de coagulación de la sangre, etc.)

MEMO

2回目以降⑤

Para la segunda revisión⑤

046

腹囲、子宮底長を測ります。

Mediré circunferencia abdominal y la longitud del fondo uterino.

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。

Monitoreo de la frecuencia cardiaca fetal, toma aproximadamente 30 minutos.

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）

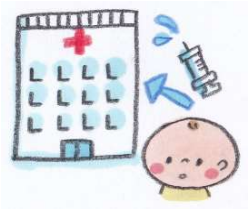
(El bebé está bien / continuaremos monitoreándolo un poco más).

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。

No se encontró ninguna anormalidad / una anormalidad se encontró y se hará otra prueba.

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。

La referiré a un hospital más grande. Lleve una carta de referencia con usted.

MEMO

2回目以降⑥

Para la segunda revisión⑥

051

体重が増え過ぎています。食事に気をつけましょう。

Tiene sobrepeso. Cuide su dieta.

052

血糖値が高めです。妊娠糖尿病の詳しい検査をします。

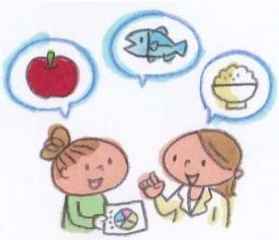
Los niveles de glucosa en la sangre son elevados.
Prueba detallada de diabetes gestational.

053

歯科・内科・循環器科・内分泌科に行ってください。

Vaya al dentista, internista, cardiólogo, endocrinólogo.

054

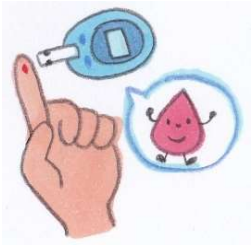


妊娠糖尿病です。栄養指導を受けてください。

Diabetes gestational.

Haga una consulta con una guía nutricional.

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。

Mida el azúcar en la sangre diariamente.
Rente un equipo y compre agujas.

MEMO

2回目以降⑦

Para la segunda revisión⑦

056

妊娠高血圧症の疑いがあります。

Se sospecha hipertensión del embarazo.

057

貧血があります。鉄剤を出しますので飲んでください。

Usted tiene anemia.

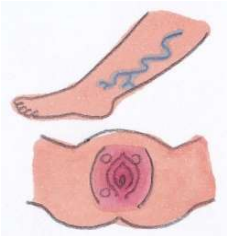
Le daré píldoras de hierro y debe tomarlas.

058

便秘はありますか?便秘の薬を出します。

¿Tiene estreñimiento? Si lo tiene, le daré medicina.

059



静脈瘤ができています。治療が必要です。

Tiene venas varicosas. Se requiere tratamiento.

060

つわりで栄養不足・脱水なので点滴をします。

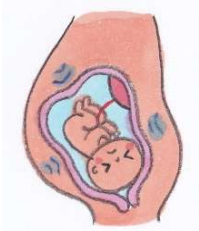
Está desnutrida y deshidratada debido a las náuseas matutinas, así que necesita goteo intravenoso.

MEMO

2回目以降⑧

Para la segunda revisión⑧

061



切迫早産です。

Parto antes del término es inminente.

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。）

(Le daré medicina para evitar la molestia del estómago.

Por favor, descanse en su casa. / Debe ser hospitalizada.)

063

肌の痒みは妊娠によるものです。産後は治ります。

La alergia en la piel se debe al embarazo.
Desaparecerá después del nacimiento.

064

痒み止めの薬を出します。

Le daré una medicina contra la picazón.

065

妊娠中も飲める解熱剤・痛み止めを出します。

Le daré antipiréticos / analgésicos que puede tomar durante el embarazo.

MEMO

2回目以降⑨

Para la segunda revisión⑨

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。

El reconocimiento médico se hace para revisar la condición del cuello uterino (apertura, suavidad y grosor) y la cabeza del bebé.

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)

El cuello uterino está (abierto/no está abierto todavía, suave/todavía duro, delgado/grueso)

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。

La cabeza del bebé se está acercando / la cabeza todavía está distante)

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。

No por un tiempo / Pronto

070

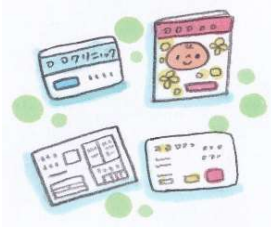
他に体調などで気になることはありますか？

¿Tiene alguna preocupación sobre su condición física?

事務手続き

Papeleo

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。

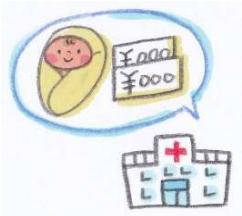
Por favor traiga su tarjeta de registro, tarjeta de seguro, la libreta de maternidad y los cupones siempre que visite un hospital.

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。

Asegúrese de llenar con su nombre y dirección el cupón y entregarlo en la recepción del hospital.

073



出産費用の預かり金〇〇円先にいただきます。

El depósito por costos de parto es de _____ yenes.

074

出産後の精算でこの金額は引かれます。

El depósito se deducirá del acuerdo después del parto.

075

出産一時金の手続きをします。書類を書いてください。

Procedimiento para la "Prestación de la Suma Global". Por favor llene el documento aquí.

MEMO

出産に向けての準備①

Preparándose para el parto①

076

赤ちゃんの聴覚スクリーニング検査の同意書です。

Esta es la forma de consentimiento de la prueba de escucha para el bebé.

077

〇〇〇〇円かかりますが、多くのお母さんが受けます。

Cuesta _____ yenes, pero muchas madres lo toman.

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。

Esta es la forma de consentimiento para la prueba de desórdenes congénitos del metabolismo y otras condiciones en los bebés. Esto es sin costo.

079

入院分娩に関わる同意書・承諾書です。

Esta es una forma de consentimiento y aprobación para el parto con hospitalización.

080

ビタミンKシロップに関わる同意書・承諾書です。

Este es el consentimiento y autorización en relación al jarabe de vitamina K.

MEMO

出産に向けての準備②

Preparándose para el parto②

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。

Haga que su pareja o garante firme esta forma.

082

自宅で書いてきてください。

Por favor fírmelo en casa.

083

入院時に準備してもらうもののリストです。

Esta es una lista de artículos a preparar antes de la admisión al hospital.

084

入院中の過ごし方はこちらです。

Esta son las regulaciones y guías durante la estancia en el hospital.

085

助産師と出産についての話をします。

Hable con una partera sobre el parto.

MEMO

出産に向けての準備③

Preparándose para el parto③

086

出産についての希望書(バースプラン)はこちらです。

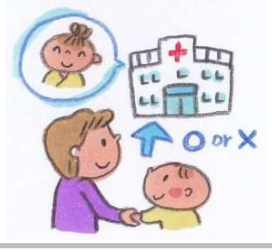
Esta es una lista escrita sobre cómo quisiera que fuera el parto. (Plan para el parto)

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）

Está permitida / No está permitida　la presencia durante el parto.
(Pareja, hijos mayores, su madre, otros).

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）

Está permitida / No está permitida la visita durante la hospitalización después del parto.
(Pareja, hijos mayores, padres, otros).

089

当院では無痛分娩できます・できません。

Parto sin dolor / parto natural solamente.

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。

Llame al hospital inmediatamente si tiene contracciones (cada ____ minutos, si sangra, si rompe aguas).

MEMO

出産に向けての準備④

Preparándose para el parto④

091

陣痛タクシーを登録すると便利です。

Es útil registrarse para un servicio de taxi para el día del parto con anticipación.

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。

Cuando venga al hospital, por favor revise la lista y traiga todos los artículos con usted.

MEMO

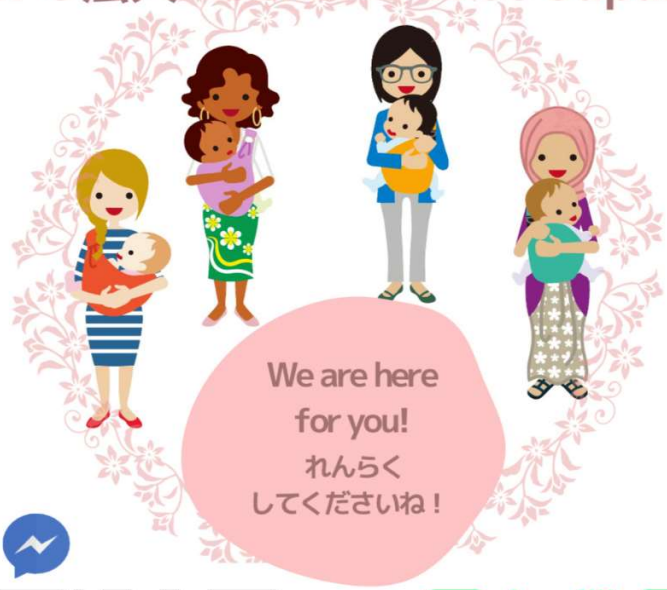
MEMO

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

Español

スペイン語/
español

NPO法人Mother's Tree Japan

妊婦健診note（母用）

Expresiones útiles en el examen prenatal
(Para las madres)

妊婦健診（病院）の確認事項①

Revisión del embarazo (en el hospital)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）

Posibilidad de embarazo
(prueba positiva de embarazo / retraso en la menstruación).

002

妊婦健診は毎回来る必要がありますか？

¿Necesito venir a todas las revisiones prenatales?

003

妊婦健診は（パートナー・通訳・他）と
来て良いですか？

¿Puedo venir a la revisión prenatal con (mi pareja / un intérprete, etc)

004

妊婦健診時に電話通訳を利用してもいいですか？

¿Puedo usar un intérprete por teléfono durante la revisión prenatal?

005

宗教上の理由で、女性の医師を希望します。
可能ですか？

Por razones religiosas, quisiera una doctora. ¿Es posible?

MEMO

© 2020 Mother's Tree Japan

妊婦健診（病院）の確認事項②

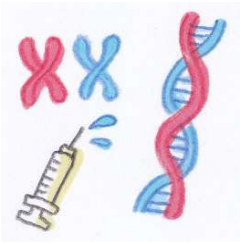
Revisión del embarazo (en el hospital)②

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？

Hay comidas que por razones religiosas no puedo comer.
¿Puedo discutir mi dieta durante la estancia en el hospital?

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）

¿Puedo tener un diagnóstico prenatal? (Prueba de marcadores de suero materno, NIPT (pruebas prenatales no invasivas), prueba de líquido amniótico).

008

これは何の検査ですか？

¿De qué es la revisión?

009

その検査にかかるだいたいの金額を教えて下さい。

¿Cuál es el costo aproximado de la revisión?

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？

Vendré con mi pareja/intérprete la próxima vez. ¿Puede explicar con más detalle de nuevo en ese momento?

MEMO

© 2020 Mother's Tree Japan

身体の状態と生活のこと①

Condición física y vida diaria①

011

お腹の痛みがあります。（ときどき・頻繁に）

Dolor en mi estómago (a veces / con frecuencia)

012

お腹が張ります。（ときどき・頻繁に）

Malestar estomacal (a veces / con frecuencia).

013

出血があります。（少ない・多い／鮮血・うっすら）

Sangrado (un poco, mucho / sangre fresca, débil)

014

出産に不安があります。
（年齢・体調・サポート不足・経済的）

Preocupaciones sobre el parto
(edad, condición física, falta de apoyo, finanzas).

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）

Náuseas matutinas severas. ¿Mi cuerpo está bien? (Algunas veces puedo comer, tomar líquidos, escupo todo el tiempo).

© 2020 Mother's Tree Japan

身体の状態と生活のこと②

Condición física y vida diaria②

016

食欲が増しています。

El apetito está aumentando.

017

気をつけているのに体重が増えてしまいます。

Subo de peso, aunque he tenido cuidado con mi dieta.

018

出産まであと何キロくらい増えても大丈夫ですか？

¿Qué tanto peso puedo ganar antes del nacimiento?

019

妊娠中に食べてはいけない物はありますか？

¿Hay algo que debo evitar durante el embarazo?

020

妊婦におすすめの食べ物（食材・食べ方）は

ありますか？

¿Hay algunas comidas (ingredientes o formas de comer) recomendadas para las mujeres embarazadas?

MEMO

© 2020 Mother's Tree Japan

身体の状態と生活のこと③

Condición física y vida diaria③

021

コーヒー・紅茶は飲んでもいいですか？

¿Puedo tomar café / té?

022

サプリメント（鉄・葉酸・その他）はもらえますか？

¿Puedo tomar suplementos (hierro, ácido fólico, etc)?

023

妊婦におすすめのサプリメントはありますか？

¿Recomienda algún suplemento para las mujeres embarazadas?

024

妊婦におすすめの運動を教えて下さい。

¿Qué tipo de ejercicios recomienda a las mujeres embarazadas?

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）

Tengo estreñimiento severo. Quisiera alguna medicina.
(He tomado laxantes / No he tomado laxantes).

MEMO

© 2020 Mother's Tree Japan

身体の状態と生活のこと④

Condición física y vida diaria④

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？

Tengo un resfriado. (Fiebre, dolor de garganta, tos, mocos).
¿Puedo obtener una medicina?

027

花粉症が辛いです。薬はもらえますか？

Tengo fiebre del heno (polinosis).

¿Puedo obtener alguna medicina?

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）

No me siento bien.
(Dolor de cabeza, mareos, es difícil respirar, letargo)

029

眠くて仕方ないです／夜よく眠れないです。

Tengo mucho sueño todo el tiempo
/ No puedo dormir bien por la noche.

030

肌のかゆみがひどいです。

Me pica mucho la piel.

MEMO

© 2020 Mother's Tree Japan

身体の状態と生活のこと⑤

Condición física y vida diaria⑤

031

肌に赤い斑点のようなものができています。

Puntos rojos en la piel.

032

足が浮腫みます。

Edema (hinchazón) en las piernas / en los pies.

033

足がつります。（こむらがえり）

Tengo calambres en los pies.

034

自転車に乗ってもいいですか？

¿Puedo andar en bicicleta?

035

飛行機に乗ってもいいですか？（〇週頃）

¿Puedo subir a un avión? (Hasta cuál semana)

MEMO

© 2020 Mother's Tree Japan

赤ちゃんのこと

Bebé

036

赤ちゃんは元気ですか？

¿Cómo está mi bebé?

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）

¿Qué tan grande es mi bebé ahora?

(Cuántos gramos y centímetros)

038

赤ちゃんの成長 は 順調ですか？

¿Está creciendo bien el bebé?

039

赤ちゃんの性別を教えてもらえますか？

¿Es un niño o una niña?

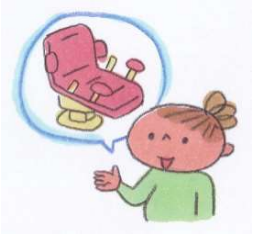
MEMO

© 2020 Mother's Tree Japan

出産（入院）に向けての確認事項①

Confirmación del parto (hospitalización)①

041



できるだけ自然分娩にしたいです。

Quisiera tener un parto natural si fuera posible.

042

できれば会陰切開したくないです。

No quiero una perineotomía si es posible.

043

無痛分娩はできますか？

¿Puedo tener un parto sin dolor?

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？

¿Puedo solicitar una cesárea en lugar del parto natural?

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）

¿Puede mi pareja / hijos mayores / otros estar presentes en el parto?

MEMO

© 2020 Mother's Tree Japan

出産（入院）に向けての確認事項②

Confirmación del parto (hospitalización)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）

¿Puede mi pareja / hijos mayores / mi madre / otros visitarme durante la hospitalización?

047

だいたいの 入院日数を教えて下さい。

¿Cuánto durará la hospitalización?

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。

Quiero amamantar a mi bebé.

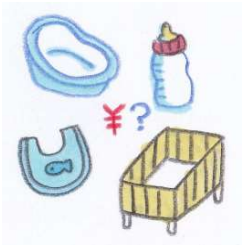
Por favor indíqueme cómo masajear de ahora en adelante.

049

混合（母乳とミルク）で育てたいです。

Quisiera criar a mi bebé con ambos, amamantamiento y fórmula.

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）

Quisiera saber sobre los artículos (cuna, bañera, biberones, etc / cuándo, precio) que debo preparar en casa.

MEMO

© 2020 Mother's Tree Japan

出産（入院）に向けての確認事項③

Confirmación del parto (hospitalización)③

051

入院の準備（入院グッズ）について教えて欲しいです。

Quisiera saber sobre las preparaciones (lista de artículos) para la hospitalización.

052

分娩時の入院のタイミングについて確認したいです。

Quisiera confirmar el momento de la hospitalización.

MEMO

© 2020 Mother's Tree Japan

MEMO

© 2020 Mother's Tree Japan

MEMO

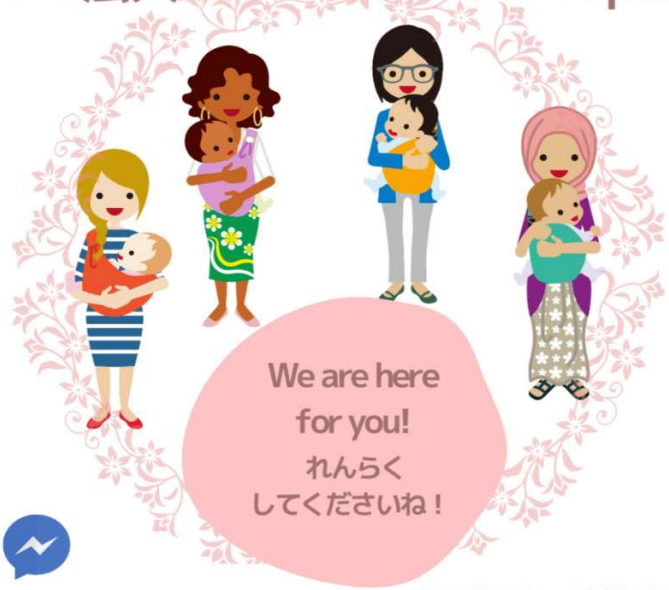
© 2020 Mother's Tree Japan

MEMO

© 2020 Mother's Tree Japan

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

© 2020 Mother's Tree Japan