

## フィリピンでのお産と子育て

### (5) 医療システム、ドクター、病院

海外出産・育児コンサルタント

Care the World 代表

ノーラ・コーリ

フィリピンを含む亜熱帯気候の国で子どもを育てる場合、一番の心配ごとは感染症を含む、病気やケガではないでしょうか。駐在員の場合、滞在期間は限られています。そのため、滞在期間中をいかに健康に過ごすかの心構えが大切になります。そのためには、まず予防に徹しましょう。食品管理や栄養への配慮、どのような食材をどのようなところで手に入れるかだけでも、家族の健康管理は責任が重いものです。しかし、常に緊張しては身がもたないので、緊張とリラクスのバランスを考えて、楽しく過ごすことに焦点を当てるとよいでしょう。最初はいろいろと不安があるかもしれません。

以下、この記事の本文は下記の URL にて閲覧ください。

会員限定ですので、会員企業様に配布している ID(ユーザー名)とパスワード入力をお願い致します。

\* ニュースレター配信用の個別 ID、パスワードとは別ですのでご注意ください。

[https://jomf.or.jp/login/pdf/2018/10/803/201809NLPhilippines5\\_child.pdf](https://jomf.or.jp/login/pdf/2018/10/803/201809NLPhilippines5_child.pdf)