

5.9 Đi xe buýt Smile Aozora

Ban Kế hoạch
và điều phối

029-273-0111 (Số nội bộ) 1311, 1312



Xe buýt Smile Aozora là xe buýt chạy trong thành phố. Ai cũng có thể sử dụng (trừ những ngày cuối năm và đầu năm). Thu phí 100 yên/lần đối với hành khách từ độ tuổi tiểu học trở lên.

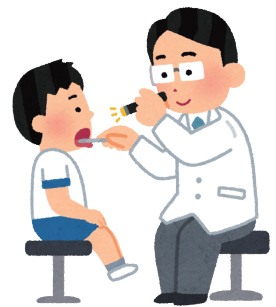
Để biết thêm về lộ trình và thời gian, v.v... của từng tuyến đường, vui lòng tham khảo trang Web của thành phố (Xe buýt Smile Aozora).

6 Y tế và phúc lợi



Cẩm nang y tế

Cẩm nang y tế là một tập sách tổng hợp các hội thoại hữu ích sử dụng khi đến bệnh viện, tên bệnh và chấn thương bằng các ngôn ngữ tương ứng và bằng tiếng Nhật. Có 9 ngôn ngữ là tiếng Anh, tiếng Trung, tiếng Hàn, tiếng Bồ Đào Nha, tiếng Tây Ban Nha, tiếng Tagalog, tiếng Thái, tiếng Indonesia và tiếng Việt. Để biết chi tiết về tập sách, vui lòng tham khảo [trang Web của thành phố \(non-Japanese\)](#).



6.1 Chi phí y tế và bảo hiểm y tế công

Nhật Bản có chế độ bảo hiểm y tế công, đây là chế độ mà bạn có thể nhận được chăm sóc y tế bằng cách chi trả một phần trong tổng số chi phí cần thiết thực tế. Bảo hiểm y tế công bao gồm Bảo hiểm sức khỏe dành cho nhân viên công ty, v.v..., Bảo hiểm sức khỏe quốc gia, Chế độ y tế dành cho người cao tuổi từ 75 tuổi trở lên, và cư dân có quốc tịch nước ngoài cũng phải tham gia một trong số các bảo hiểm này. Nếu bạn không tham gia bảo hiểm y tế công, bạn sẽ phải tự chi trả tất cả các chi phí điều trị và phẫu thuật. Nhớ mang theo thẻ bảo hiểm sức khỏe khi đến bệnh viện.



	Bảo hiểm sức khỏe dành cho nhân viên công ty, v.v...	Bảo hiểm sức khỏe quốc gia	Chế độ y tế dành cho người cao tuổi từ 75 tuổi trở lên
Điều kiện tham gia	<ul style="list-style-type: none"> Nhân viên công ty Thuyền viên Công chức Giáo viên và nhân viên trường tư thục <p>* Để biết thêm thông tin chi tiết, vui lòng liên hệ với nơi bạn làm việc.</p>	<ul style="list-style-type: none"> Người không tham gia Bảo hiểm sức khỏe dành cho nhân viên công ty, v.v... (tự kinh doanh, v.v...) Người nước ngoài đáp ứng điều kiện trên và được phép sống tại Nhật Bản trên 3 tháng 	<ul style="list-style-type: none"> Người từ 75 tuổi trở lên (bắt buộc tham gia) Người từ 65 tuổi trở lên, có khuyết tật ở mức độ nhất định (tự nguyện tham gia) Người nước ngoài đáp ứng điều kiện trên và được phép sống tại Nhật Bản trên 3 tháng
Giấy tờ cần thiết để làm thủ tục	Vui lòng liên hệ với nơi bạn làm việc.	<ul style="list-style-type: none"> Các giấy tờ thể hiện số My Number (của chủ hộ và tất cả những người cần làm thủ tục) Các loại giấy tờ xác minh danh tính của người khai báo Thẻ lưu trú và hộ chiếu, v.v... 	<p>Chỉ những người từ 65 tuổi trở lên, có khuyết tật ở mức độ nhất định và có nguyện vọng tham gia mới cần làm thủ tục.</p> <ul style="list-style-type: none"> Các loại giấy tờ xác minh danh tính của người đăng ký Thẻ lưu trú và hộ chiếu, v.v... Các giấy tờ thể hiện số My Number của người muốn tham gia Sổ chứng nhận người khuyết tật Con dấu
Quầy phụ trách	Vui lòng liên hệ với nơi bạn làm việc.	Ban Trợ cấp và bảo hiểm sức khỏe quốc gia ở trụ sở chính hoặc tại văn phòng chi nhánh Nakaminato	Ban Trợ cấp và bảo hiểm sức khỏe quốc gia ở trụ sở chính hoặc tại văn phòng chi nhánh Nakaminato
Phí bảo hiểm Thuế bảo hiểm	Xác định theo từng cá nhân dựa trên độ tuổi, thu nhập, v.v...	Xác định theo từng hộ dựa trên số người tham gia, độ tuổi, thu nhập năm trước, v.v...	Xác định theo từng cá nhân dựa trên thu nhập năm trước, v.v...
Cách thức thanh toán phí bảo hiểm và thuế bảo hiểm	Khấu trừ vào tiền lương	<ul style="list-style-type: none"> Thanh toán tại ngân hàng hoặc cửa hàng tiện lợi Thanh toán bằng cách chuyển khoản ngân hàng Thanh toán qua ứng dụng trên điện thoại thông minh (thanh toán hoá đơn qua PayB, PayPay, LINE Pay) Thanh toán tại Ban Thuế ở trụ sở chính hoặc tại văn phòng chi nhánh Nakaminato 	<ul style="list-style-type: none"> Thanh toán tại ngân hàng hoặc cửa hàng tiện lợi Thanh toán bằng cách chuyển khoản ngân hàng Thanh toán qua ứng dụng trên điện thoại thông minh (thanh toán hoá đơn qua PayB, PayPay, LINE Pay) Thanh toán tại Ban Trợ cấp và bảo hiểm sức khỏe quốc gia ở trụ sở chính hoặc tại văn phòng chi nhánh Nakaminato

* Nếu bạn bị thương hoặc bị bệnh trong quá trình làm việc, vui lòng trao đổi với công ty. Có trường hợp bạn sẽ được điều trị bằng bảo hiểm tai nạn lao động, thay vì bảo hiểm y tế.

* Khi bạn chuyển đến thành phố, quận, thị trấn, làng xã khác hoặc khi trở về nước của bạn, vui lòng đảm bảo gửi trả lại Thẻ Bảo hiểm sức khỏe quốc gia và Thẻ Bảo hiểm y tế cho người cao tuổi từ 75 tuổi trở lên cho Ban Trợ cấp và Bảo hiểm sức khỏe quốc gia hoặc văn phòng chi nhánh Nakaminato, đồng thời phải thanh toán phần phí bảo hiểm và thuế bảo hiểm chưa hoàn tất.

(1) Con dấu xác nhận

Bộ phận Bảo hiểm sức khỏe quốc gia,
Ban Trợ cấp và bảo hiểm sức khỏe quốc gia

029-273-0111 (Số nội bộ) 1181, 1182

Bạn có thể nhận được các trợ cấp sau đây.

[Trợ cấp chi phí điều trị y tế]

Nếu bạn tham gia Bảo hiểm sức khỏe quốc gia, số tiền bạn phải trả tại bệnh viện sẽ là 20~30% tổng số tiền. Số tiền phải trả sẽ khác nhau tùy thuộc vào độ tuổi, v.v...

[Trợ cấp chi phí điều trị y tế cao]

Nếu chi phí y tế đã thanh toán trong 1 tháng vượt quá số tiền quy định, thì bạn có thể thực hiện thủ tục để được hoàn lại phần tiền vượt quá số tiền quy định.

[Các trợ cấp khác]

Khi người đang tham gia Bảo hiểm sức khỏe quốc gia qua đời, người tổ chức tang lễ sẽ được trợ cấp 50.000 yên.

Để biết thêm thông tin chi tiết, vui lòng tham khảo [trang Web của thành phố \(trợ cấp được nhận theo Bảo hiểm sức khỏe quốc gia\)](#).

(2) Bảo hiểm sức khỏe dành cho nhân viên công ty, v.v...

Bảo hiểm sức khỏe dành cho nhân viên công ty, v.v... là bảo hiểm chi trả chi phí y tế cho người đang làm việc và gia đình người đó. Trong gia đình, người có thu nhập hằng năm cao cần tham gia loại bảo hiểm sức khỏe khác.

(3) Chế độ y tế dành cho người cao tuổi từ 75 tuổi trở lên

Bộ phận Y tế, Ban Trợ cấp và
bảo hiểm sức khỏe quốc gia

029-273-0111 (Số nội bộ) 1183, 1184

Người đến tuổi 75 sẽ phải rút khỏi Bảo hiểm sức khỏe quốc gia hoặc Bảo hiểm sức khỏe dành cho nhân viên công ty, v.v..., sau đó tham gia Chế độ y tế dành cho người cao tuổi từ 75 tuổi trở lên. Người từ 65 tuổi trở lên, có khuyết tật ở mức độ nhất định cũng có thể đăng ký để tham gia.

Bạn có thể nhận được các trợ cấp sau đây.

[Trợ cấp chi phí điều trị y tế]

Nếu bạn tham gia Chế độ y tế dành cho người cao tuổi từ 75 tuổi trở lên, số tiền bạn phải trả tại bệnh viện sẽ là 10% hoặc 30% tổng số tiền. Số tiền phải trả sẽ khác nhau tùy thuộc vào thu nhập, v.v...

[Trợ cấp chi phí điều trị y tế cao]

Nếu chi phí y tế đã thanh toán trong 1 tháng vượt quá số tiền quy định, thì bạn có thể thực hiện thủ tục để được hoàn lại phần tiền vượt quá số tiền quy định.

[Các trợ cấp khác]

Khi người đang tham gia Bảo hiểm sức khỏe quốc gia qua đời, người tổ chức tang lễ sẽ được trợ cấp 50.000 yên.

Để biết thêm thông tin chi tiết, vui lòng tham khảo [trang Web của thành phố \(trợ cấp được nhận theo Bảo hiểm sức khỏe quốc gia\)](#).

6.2 Tiêm chủng dự phòng

Ban Thúc đẩy
sức khỏe

Trung tâm chăm sóc sức khỏe 029-276-5222



Tiêm chủng dự phòng là tiêm vaccine, v.v... để tạo miễn dịch chống lại bệnh.

Chi phí và độ tuổi được tiêm, v.v... sẽ khác nhau tùy thuộc vào loại vaccine tiêm chủng dự phòng. Để biết thêm thông tin chi tiết, vui lòng tham khảo [trang Web của thành phố \(tiêm chủng dự phòng\)](#).

(1) Dành cho người lớn

Tiêm chủng dự phòng bệnh cúm, phế cầu khuẩn cho người cao tuổi, tiêm chủng dự phòng và xét nghiệm kháng thể Rubella, v.v...

(2) Dành cho trẻ em

Tiêm chủng dự phòng định kỳ cho trẻ sơ sinh và trẻ nhỏ (virus Rota, Hib, phế cầu khuẩn cho trẻ em, viêm gan B, vaccine 4 trong 1, BCG, vaccine ngừa bệnh sởi và Rubella, thủy đậu, viêm não Nhật Bản), tiêm chủng dự phòng định kỳ sau khi đi học (viêm não Nhật Bản, vaccine 2 trong 1 (bạch hầu, uốn ván), vaccine ung thư cổ tử cung), v.v...

6.3 Kiểm tra sức khỏe cho người trưởng thành

Ban Thúc đẩy
sức khỏe

Trung tâm chăm sóc sức khỏe 029-276-5222

Nếu bạn đăng ký tầm soát ung thư mà bạn cần thực hiện tại Trung tâm chăm sóc sức khỏe hoặc Trung tâm tư vấn sức khỏe Nakaminato, thì hằng năm bạn sẽ nhận được vé tầm soát bệnh ung thư đó qua đường bưu điện. Thời hạn hiệu lực của đăng ký là trong 5 năm. Ngày, địa điểm và chi phí thực hiện sẽ khác nhau tùy thuộc vào loại hình khám sức khỏe và tầm soát ung thư. Để biết thêm thông tin chi tiết, vui lòng tham khảo [trang Web của thành phố \(y tế, khám sức khỏe\)](#).

(1) Người dưới 40 tuổi

Khám sức khỏe thanh niên (cân đo cơ thể, huyết áp, xét nghiệm nước tiểu, xét nghiệm máu): Nam, nữ trong độ tuổi 18~39

Tầm soát ung thư tử cung: Nữ từ 20 tuổi trở lên

Tầm soát ung thư vú: Nữ từ 30 tuổi trở lên (chụp nhũ ảnh đối với người từ 40 tuổi trở lên)

(2) Người từ 40 tuổi trở lên

Tầm soát bệnh lao/ung thư phổi, tầm soát ung thư dạ dày, tầm soát ung thư đại tràng, tầm soát virus viêm gan (S), tầm soát ung thư tuyến tiền liệt (S), tầm soát bệnh loãng xương (S)

* Không cần đăng ký đối với các xét nghiệm tầm soát có dấu S.

6.4 Hỗ trợ cho người có hoàn cảnh khó khăn

Ban Hỗ trợ
sinh hoạt

029-273-0111 (Số nội bộ) 7206

Những người đang gặp khó khăn trong cuộc sống có thể liên hệ tư vấn để hướng đến cuộc sống tự lập. Những người tư vấn sẽ cùng nhau cân nhắc xem điều gì là cần thiết dựa trên hoàn cảnh, thực hiện hỗ trợ để hướng họ đến cuộc sống tự lập. Để biết thêm thông tin chi tiết, vui lòng tham khảo [trang Web của thành phố \(dự án hỗ trợ tư vấn giúp người có hoàn cảnh khó khăn hướng đến cuộc sống tự lập\)](#).

6.5 Phúc lợi dành cho người khuyết tật

Ban Phúc lợi dành
cho người khuyết tật

029-273-0111 (Số nội bộ) 7211, 7212, 7213, 7214

Chúng tôi cấp sổ chứng nhận để giúp người khuyết tật dễ dàng nhận được sự tư vấn, hỗ trợ về y tế và phúc lợi.

“Sổ chứng nhận người khuyết tật thể chất” : Người bị khuyết tật về thể chất

“Sổ chứng nhận người khuyết tật trí tuệ” : Người bị khuyết tật về trí tuệ

“Sổ tay phúc lợi và sức khỏe cho người bị bệnh tâm thần” : Người bị bệnh tâm thần

Để biết thêm thông tin chi tiết, vui lòng tham khảo [trang Web của thành phố \(hỗ trợ người khuyết tật\)](#).

Ngoài ra, còn có “Y tế hỗ trợ tự lập” để hỗ trợ chi phí y tế.

Để biết thêm thông tin chi tiết, vui lòng tham khảo [trang Web của thành phố \(trợ cấp y tế\)](#).

6.6 Chế độ trợ cấp công

Bộ phận Trợ cấp, Ban Trợ cấp
và bảo hiểm sức khỏe quốc gia

029-273-0111 (Số nội bộ) 1185, 1186



Nhật Bản có Chế độ trợ cấp công, đây là chế độ mà bạn có thể nhận tiền khi về già, bị bệnh hoặc bị thương và không thể làm việc được nữa. Người nước ngoài cũng phải tham gia chế độ này.

Có 2 loại trợ cấp công, gồm trợ cấp quốc gia (hay còn gọi là trợ cấp cơ bản) và lương hưu phúc lợi.

Chế độ	Giải thích	
Trợ cấp quốc gia (Trợ cấp cơ bản)	Đối tượng	Tất cả những người trong độ tuổi từ 20 tuổi đến 60 tuổi sinh sống ở Nhật Bản
	Quầy phụ trách	Ban Trợ cấp và bảo hiểm sức khỏe quốc gia của trụ sở chính hoặc tại văn phòng chi nhánh Nakaminato * Người đã tham gia Bảo hiểm sức khỏe dành cho nhân viên công ty, v.v... không cần thực hiện thủ tục
	Giấy tờ cần thiết để làm thủ tục	• Con dấu • Các loại giấy tờ xác minh danh tính (giấy phép lái xe, thẻ lưu trú, hộ chiếu, thẻ My Number, v.v...) • Sổ trợ cấp
	Giấy tờ cần thiết để làm thủ tục	• Thanh toán tại ngân hàng hoặc cửa hàng tiện lợi • Thanh toán bằng tài khoản ngân hàng hoặc thẻ tín dụng
Lương hưu phúc lợi	Đối tượng	Người làm việc trong công ty, v.v...
	Thủ tục	Vui lòng liên hệ với nơi bạn làm việc.
	Cách thức thanh toán	• Người sử dụng lao động và người lao động mỗi bên trả một nửa • Khấu trừ vào tiền lương, tiền thưởng

Trợ cấp quốc gia có 3 loại, gồm “Người được bảo hiểm loại 1”, “Người được bảo hiểm loại 2”, và “Người được bảo hiểm loại 3”. Cách thức thanh toán phí bảo hiểm sẽ khác nhau tùy thuộc vào loại mà bạn tham gia

- ① Người được bảo hiểm loại 1: Tự kinh doanh, người làm nông nghiệp, người làm ngư nghiệp, sinh viên, người không có việc làm
 - ② Người được bảo hiểm loại 2: Người làm việc trong công ty, v.v..., công chức, v.v... (người có tham gia lương hưu phúc lợi)
 - ③ Người được bảo hiểm loại 3: Vợ/chồng phụ thuộc vào người tham gia bảo hiểm lương hưu phúc lợi
- * Trong số những người đang tham gia Chế độ trợ cấp công, người trở về nước của mình mà không nhận trợ cấp có thể nhận tiền khi thực hiện thủ tục. Đây gọi là tiền hoàn lại một lần khi ngừng tham gia bảo hiểm.

6.7 Bảo hiểm chăm sóc

Ban Bảo hiểm
chăm sóc

029-273-0111 (Số nội bộ) 7241, 7242, 7243, 7244, 7245, 7246

Chế độ bảo hiểm chăm sóc là chế độ hỗ trợ cho gia đình cũng như toàn xã hội trong trách nhiệm chăm sóc người cao tuổi. Tất cả những người từ 40 tuổi trở lên đều phải tham gia. Người nước ngoài cũng có nghĩa vụ tham gia và đóng phí bảo hiểm chăm sóc, trừ trường hợp lưu trú ngắn hạn.

Khi bạn cần chăm sóc do nằm liệt giường hoặc mắc chứng sa sút trí tuệ, v.v..., hoặc khi bạn cần hỗ trợ trong cuộc sống thường ngày, bạn có thể trả một phần chi phí để sử dụng dịch vụ chăm sóc cần thiết.

Tuy nhiên, để nhận được dịch vụ chăm sóc, bạn cần đăng ký cần chăm sóc hoặc đăng ký cần hỗ trợ.

Để biết thêm thông tin chi tiết, vui lòng tham khảo [trang Web của thành phố \(bảo hiểm chăm sóc\)](#).