

■ 医療機関

医療機関で診察を受けるときは、マイナンバーカード※を必ず持っています。症状に応じた科のある医療機関に行きます。診察時間は医療機関によって異なりますので、前もって確認しておくといえよう。大きな病院ではかなり待たされることがあります。

※マイナンバーカードの保険証利用には、登録が必要です。

◇マイナンバーカードの健康保険証利用について
<https://www.pref.chiba.lg.jp/hoken/onlinesikakukakuninn.html>

◇医療情報ネット(ナビ)

(日本語・中国語・韓国語のみ)

各医療機関の診察時間や受診できる内容、外国語で受診できる場所は、医療情報ネット(ナビ)で検索することができます。

<https://www.iryuu.teikyouseido.mhlw.go.jp/znk-web/juminkanja/S2300/initialize>

医療機関では、まず、受付でマイナンバーカードと診察券を提示します。次に、問診票が渡されますので、今の病気の状況や、今までかかった重い病気やアレルギーの有無などについて書きます。外国語で診察できる場所は限られていますので、注意してください。

◇診察時に役立つ多言語問診票

多言語で翻訳した問診票を下記のホームページで公表しています。質問用紙に記入し、病院に持って行ってください。

http://www.qq.pref.chiba.lg.jp/pb_medicalchecklist

■ වෛද්‍ය මධ්‍යස්ථාන

ඔබ වෛද්‍ය මධ්‍යස්ථානයකට යන විට ඔබේ මයි නම්බර් කාඩ්පත (“මගේ අනන්‍යතා අංකය”) රැගෙන යාමට වග බලා ගන්න. ඔබේ රෝග ලක්ෂණ වලට අනුරූප වන ඒකකයක් ඇති වෛද්‍ය මධ්‍යස්ථානයකට යන්න. ප්‍රතිකාර වේලාවන් වෛද්‍ය මධ්‍යස්ථානය අනුව වෙනස් විය හැකිය. එබැවින් කල්තියා පරීක්ෂා කර බැලීම සුදුසු වේ. එසේ නොකළහොත් ඔබට රෝහලක දිගු වේලාවක් බලා සිටීමට සිදු විය හැකිය.

මයි නම්බර් කාඩ්පත (“මගේ අනන්‍යතා අංකය”) රක්ෂණ කාඩ්පතක් ලෙස භාවිතා කිරීමට ලියාපදිංචි වීම අවශ්‍ය වේ.

◇මයි නම්බර් කාඩ්පත (“මගේ අනන්‍යතා අංකය”) කාඩ්පත සෞඛ්‍ය රක්ෂණ කාඩ්පතක් ලෙස භාවිතා කිරීම සම්බන්ධව
<https://www.pref.chiba.lg.jp/hoken/onlinesikakukakuninn.html>

◇වෛද්‍ය තොරතුරු ජාලය (Navii)

සියලුම වෛද්‍ය ආයතන විවෘතව පවතින වේලාවන්, එමගින් ලබා ගත හැකි සේවාවන් සහ විදේශීය භාෂාවලින් සේවාවන් ලබා ගත හැකිද යන්න පිළිබඳ තොරතුරු සඳහා ඔබට වෛද්‍ය තොරතුරු ජාලය (Navii) මගින් සෙවිය හැකිය.

<https://www.iryuu.teikyouseido.mhlw.go.jp/znk-web/juminkanja/S2300/initialize>

වෛද්‍ය ආයතනයකදී පිළිගැනීමේ කවුන්ටරයට පළමුව ඔබේ මයි නම්බර් කාඩ්පත (“මගේ අනන්‍යතා අංකය”) සහ රෝගීන් ලියාපදිංචි කිරීමේ කාඩ්පත පෙන්වන්න. මිලහට, ඔබට වෛද්‍ය ප්‍රශ්නාවලියක් ලබා දෙනු ඇත. එබැවින් කරුණාකර ඔබගේ වත්මන් රෝගය සහ ඔබ මෙතෙක් මුහුණ දී ඇති ඕනෑම රෝගයක්, බරපතල රෝගාබාධ හෝ අසාත්මිකතාවයන් පිළිබඳව එහි සඳහන් කරන්න. ඔබට විදේශීය භාෂාවලින් උපදෙස් ලබා ගත හැකි ස්ථාන ගණන සීමිත බව කරුණාවෙන් සලකන්න.

◇වෛද්‍ය පරීක්ෂණ සඳහා ප්‍රයෝජනවත් වන බහු භාෂා ප්‍රශ්නාවලිය

විදේශ භාෂා ගණනාවකට පරිවර්තනය කරන ලද වෛද්‍ය ප්‍රශ්නාවලි පහත වෙබ් අඩවියෙන් ලබා ගත හැකිය. කරුණාකර ප්‍රශ්නාවලිය පුරවා රෝහලට යන විට රැගෙන යන්න.

http://www.qq.pref.chiba.lg.jp/pb_medicalchecklist

にほん あんしんたび
◇日本を安心して旅していただくために
ぐあい わる かんこうちょう
-具合が悪くなったとき-(観光庁)

が い こ じ ん ひ じ ゅ う い ん い つ た き ひ ん で き お う と う し ゅ う じ ゅ う
外国人が病院に行ったときの基本的な応答、症状

な ど を 多 言 語 で 紹 介 し て い ま す 。
た げ ん ご し ゅ う が い
などを多言語で紹介しています。

え い ご ち ゅ う ご か ん こ ご
英語、中国語、韓国語

https://www.jnto.go.jp/emergency/jpn/mi_guide.html

ちばけんがいこくじんそうだん
◇千葉県外国人相談

が い こ く ご し ん さ つ ち か び ょ う い ん し ょ う か い
外国語で診察できる近くの病院を紹介してもらえま
す。

でんわ
電話:043-297-2966

英語、^{えいご}中国語^{ちゅうごくご}、スペイン語^{えいぱんご}、タガログ語^{たがろくご}、ベトナム語^{べとなむご}、韓国語^{かんこくご}、ネパール語^{ねぱるご}、タイ語^{たいご}、ポルトガル語^{ぽるとがるご}、インドネシア語^{いんどねしあご}、ロシア語^{ろしあご}、ヒンディー語^{ひんディーご}

げつようび きんようび
月曜日～金曜日

午前^{ごぜん}9:00～12:00、午後^{ごご}1:00～4:00

ねんまつねんし しゅくじつ やす
(年末年始、祝日は休み)

いりょうほけん
医療保険

びょうき やけがをしたときに、医療費の自己負担を軽く
 するため、日本では公的な医療保険に必ず加入し
 なければなりません。公的医療保険には、勤務先
 で加入する健康保険（被用者保険）、75歳以上等
 の方が加入する後期高齢者医療制度、他の公的
 医療保険制度に加入していない全ての住民の方を
 対象とした市町村等の国民健康保険の3種類があ
 ります。

ほかにんしかにゆうほけんみんかんいりよう
この他、任意に加入できる保険として、民間の医療
ほけん
保険などもあります。

けんこうほけん
◇健康保険

けんこうほけん ひょうしやうほけん かいしや はたら ひと
健康保険(被用者保険)は、会社などで働く人が
かにゆう じぎょうしよ けんこうほけん てきやう
加入します。事業所が健康保険の適用を受けてい
ない場合は、こくみんけんこうほけん かにゆう
国民健康保険に加入します。

保険料は毎月の給料から差し引かれ、本人と
 事業主が50%ずつ負担します。

保険医療機関でマイナ保険証や資格確認書等を
 提示すると医療費の一部（年齢や所得に応じて
 10%～30%）を払うだけで診療を受けることができま
 す。

詳しいことは、健康保険（被用者保険）にご加入の

◆ ජපානයේ ආරක්ෂිත ගමන් සඳහා

- ඔබට අසනීපයක් දැනෙන විට - (ජපාන සංචාරක ඒජන්සිය)

විදේශීය පුද්ගලයෙකු අසනීප තත්වයකට පත් වූ අවස්ථාවක භාවිත වන රෝග නාම ඇතුළු මූලික වෛද්‍ය තොරතුරු මෙහි විවිධ භාෂාවලින් හඳුන්වා දී ඇත.

ඉංග්‍රීසි භාෂාව, චීන භාෂාව, කොරියානු භාෂාව

https://www.jnto.go.jp/emergency/jpn/mi_guide.html

◆විබා උපදේශන සේවය

මෙම සේවාව මගින් ඔබට විදේශීය භාෂාවකින් ප්‍රතිකාර ලබා ගත හැකි රෝහලක් හඳුන්වා දෙනු ඇත.

දුරකතන: 043-297-2966

ඉංග්‍රීසි භාෂාව, චීන භාෂාව, ස්පාඤ්ඤ භාෂාව, තග්ලොග් භාෂාව, වියට්නාම භාෂාව, කොරියානු භාෂාව, තේපාල භාෂාව, තායි භාෂාව, පාකුගීසි භාෂාව, ඉන්දුනීසියානු භාෂාව, රුසියානු භාෂාව, හින්දි භාෂාව

සද්දා සිට සිකුරාදා දක්වා

ප්‍ර.ව. 9:00 - ප.ව. 12:00, ප.ව. 1:00 - ප.ව. 4:00

(වසර අවසාන අලුත් අවුරුදු නිවාඩු සහ අනෙකුත් රජයේ නිවාඩු දින හැර)

■ ଚେପ୍ପିୟ ରକ୍ଷିତ କ୍ଷୁଦ୍ରରାଜ୍ୟ

ජපානයේදී, අසනීප වීමකදී හෝ තුවාල ලැබීමකදී තම වෛද්‍ය වියදම් අවම කර ගැනීම සඳහා ඔබ අනිවාර්යයෙන්ම වෛද්‍ය රක්ෂණයකට ලියාපදිංචි විය යුතුය. මහජන සෞඛ්‍ය රක්ෂණ , ඔබ ඔබේ සේවා ස්ථානය හරහා සම්බන්ධ වන සෞඛ්‍ය රක්ෂණය (සේවක රක්ෂණය), වයස අවුරුදු 75 හෝ ඊට වැඩි පුද්ගලයින් සඳහා දිගුකාලීන සත්කාර රක්ෂණ පද්ධතිය සහ නගර සභා මගින් සපයනු ලබන ජාතික සෞඛ්‍ය රක්ෂණය යාදාය, අනෙකුත් මහජන සෞඛ්‍ය රක්ෂණ ක්‍රම මගින් ආවරණය නොවන සියලුම පදිංචිකරුවන් සඳහා මහ නගර සභා විසින් සපයනු ලබන ජාතික සෞඛ්‍ය රක්ෂණය ලෙස වර්ග තුනක් පවතී. ඊට අමතරව, ඔබට පුද්ගලික සෞඛ්‍ය රක්ෂණ සැලැස්මකට ඇතුළත් වීමද තෝරා ගත හැකිය.

◆සේවායෝජකයාගේ සෞඛ්‍ය රක්ෂණ සැලැස්ම

සෙබූය රක්ෂණයට (සේවක රක්ෂණය) සමඟමක සේවය කරන පුද්ගලයින්ව ඇතුලත් කරනු ලබේ. ඔබගේ සේවා ස්ථානයෙන් ඔබට රක්ෂණ කඩ්පතක් ("හි-හෙතකන්ශා ශෝ හෝ"හෙතකන්ශෝ ලෙස හඳින්වේ) හිමිවෙනු ඇත. ඔබගේ සේව්‍යස්ථානයේ සේව්‍යයේජ්‍යයෙකුගේ සෙබූය රක්ෂණ සලස්මක් නෙලුමෙන් නම්, ඔබට ජාතික සෙබූය රක්ෂණ සලස්මට ඇතුළත් විය හකිය.

රක්ෂණ වාරිකය ඔබේ මාසික වැටුපෙන් අඩු කරනු ලැබේ. රක්ෂණ වාරිකය ඔබෙන් සහ ඔබේ සේවා යෝජකයාගෙන් වෙන් වෙන් වශයෙන් 50%ක කොටසක් වේ.

かた 方はお勤め先の担当部署へ問い合わせてください。

◇国民健康保険

3 か月を超えて在留する外国人の方で、健康保険(→P37)に加入していない人は、国民健康保険(※75歳以上は後期高齢者医療)に加入することとなります。

国民健康保険は、住民登録した市町村の窓口で在留カード等の在留資格を確認できるものを提示して申請します。

保険料は収入と扶養家族数で決まります。保険料は市町村の窓口又は銀行、郵便局の窓口、コンビニエンスストアなどで支払います。口座振替にすることもできます。

保険医療機関で診察を受けるときにマイナ保険証や資格確認書等を提示すれば医療費の一部(年齢や所得に応じて 10%~30%)を払うだけで診療を受けることができます。

子供が生まれたときには出産育児一時金が支給されます。

健康診断、予防接種、出産などの費用は保険診療の対象ではありません。

また、故意の事故や犯罪などにより病気やケガをしたときは保険の対象となりません。

国民健康保険の加入や脱退の手続き、また、資格の内容に変更等(①住所や世帯主、氏名が変わったとき、②他の公的な医療保険に加入したとき、又は脱退したとき等)

රක්ෂිත වෛද්‍ය ආයතනයකට ඔබගේ මයි නම්බර් කාඩ්පත (“මගේ අනන්‍යතා අංකය”) සෙබ්‍රා රක්ෂණ කඩ්පත හෝ සුදුසුකම් සහතිකය ඉදිරිපත් කිරීමෙන්, ඔබට වෛද්‍ය වියදම්වලින් කෙටිසේ පමණක් ගෙවීමෙන් ප්‍රතිකර්ම ලබා ගත හකිය (වයස සහ ආදායම අනුව 10% සිට 30% දක්වා) වඩිදුර තෙරතුරු සඳහා ඔබ සෙබ්‍රා රක්ෂණයකට (සේවක රක්ෂණය) ලියාපදිංචි වී ඇති ඔබේ සේවා ස්ථානයේ අදාළ දෙපාර්තමේන්තුව අමතන්න.

◇ජාතික සෞඛ්‍ය රක්ෂණය

ජපනයේ මහ තුනකට වඩා වඩා කලායක් ජපනයේ රැඳී

සිටින සහ සෙබ්‍රා රක්ෂණයට (→P37) ලියාපදිංචි වී

තෙමඟි විදේශීය ජාතිකයින් ජාතික සෙබ්‍රා රක්ෂණයට

(※වයස අවුරුදු 75 හෙට්ට වඩා අය සඳහා අවසන් කලාතුරක

වෛද්‍ය සේවය) ඇතුළත් වීමට අවශ්‍ය වනු ඇත.

ජාතික සෙබ්‍රා රක්ෂණ සලස්ම සඳහා අයදුම් කිරීම සඳහා

ඔබ ලියාපදිංචි වී ඇති ප්‍රාදේශීය සහකාරියලයේ කවුළුවට ගොස්

ඔබේ පදිංචි කඩ්පත හෙට්ට වී තත්ත්වය පිළිබඳ සහතික

කල හකි දේ ඉදිරිපත් කළ යුතුය.

ඔබේ ආදායම සහ යථෙපන්නත් ගණන අනුව ඔබේ රක්ෂණ

වර්තය තීරණය වේ. රක්ෂණ වර්තය ප්‍රාදේශීය සහා

කාරියලයේ කවුළුවට ගොස් හෙට්ට වූවේ, තපල් කාරියලයේ

හෙට්ට 24 පුරාවිච්ඡාට පවතින සුපිරි වෙළඳ සල් වලින්

ගෙවිය හකිය. ඔබට ස්වයංක්‍රීය බැංකු හුවමාරුවකින්ද

ගෙවිය හකි.

ඔබට ස්වයංක්‍රීය බැංකු හුවමාරුවකින්ද ගෙවිය හකි.

ඔබ ලියාපදිංචි වූ විට, ඔබේ නිවස සඳහා රක්ෂණ කඩ්පතක්

("නි-හෙකකන්-ග-ගෝ හෝ හෙකකන්-ගෝ ලෙස හඳුන්වේ)

නිකුත් කරනු ලබයි. ඔබ ජාතික සෙබ්‍රා රක්ෂණ සලස්ම

පිළිගන්නා වෛද්‍ය මධ්‍යස්ථානයක මෙම රක්ෂණ කඩ්පත

ඉදිරිපත් කරන්නේ නම්, ඔබට වෛද්‍ය පරීක්ෂණයක්

සඳහා ගෙවිය යුත්තේ වෛද්‍ය ගස්තු වෙන් 30%ක් පමණි.

දරු උපකඩදී, ඔබට එකවර දරු උපත් දීමනාවක් ලැබෙනු ඇත.

වෛද්‍ය පරීක්ෂණ, එන්නත්, දරු ප්‍රසූතිය ආදිය සඳහා වන

වියදම් සෙබ්‍රා රක්ෂණයෙන් ආවරණය නෙමවී.

ඊට අමතරව, දනුවත්ව සිදු කරන ලද අනතුරක් හෝ

අපරාධයක් හේතුවෙන් ඔබ රෝහලට වුවහොත් හෝ තුවල

ලබුවහොත්, ඔබ රක්ෂණ ප්‍රතිලාභවලින් ආවරණය නෙමවී.

ඔබ ජාතික සෙබ්‍රා රක්ෂණයට සම්බන්ධ වන්නේ නම් හෝ

ඉවත් වන්නේ නම්, හෝ ඔබේ සුදුසුකම්වල යම් වෙනසක්

නිබේ නම් (එනම් ඔබේ ලිපිනය, ගණ මූලිකයා හෝ නම

වෙනස් වන විට, හෝ ඔබ වෙනත් මහජන සෙබ්‍රා රක්ෂණ

සලස්මකට සම්බන්ධ වන විට හෝඉවත් වන විට ආදිය), කරුණකර ඒ පිළිබඳව දින 14ක් ඇතුළත ඔබේ ප්‍රදේශයේ නගර භෞතගර කාර්යාලයට වාර්තාකරන්න.

පහත අවස්ථාවලදී, කරුණකර දින 14ක් ඇතුළත ඔබේ ප්‍රාදේශීය සහකාරියල වලට දැනුම් දීමක් ඉදිරිපත් කරන්න.

■ 介護保険

寝たきりや認知症などで介護が必要になった時に、利用者の選択で、介護サービスを受けることができる制度です。

65歳以上の人と 40歳から 64歳までの公的医療保険に加入している人は、介護保険に加入しなければなりません。

介護サービスを利用するには、住所を有する市区町村役所へ申請をし、介護の必要度について認定を受ける必要があります。介護費用は、原則として全費用の1割が自己負担となります。

サービスの内容、費用、保険料等については、市区町村役所の介護保険担当までお問い合わせください。

■ 健診(検診)

生活習慣病を防ぐには、食生活や運動不足などに注意するとともに、定期的に健康診断を受けることが大切です。

40歳以上の人は居住地の市区町村役所が行っている基本健康診査を受けることができます(ただし、職場で受診している人は除きます)。

また、がん検診について、女性は20歳から、男性は40歳から居住地の市区町村が行っている検診を受けることができます。

費用や受診方法などは市区町村役所に問い合わせてください。

■ 母子健康手帳

妊娠したときは、各市区町村役所の窓口で妊娠の届けを出してください。母子の健康を記録する「母子健康手帳」と健康診査受診票などの入った別冊が交付されます。この手帳は、各種健康診査や出産

■ වැඩිහිටි රැකවරණය සඳහා රක්ෂණවරණය

මෙම ක්‍රමය යටතේ ඇදේ සිටින හෝ ඩිමෙන්ශියා රෝගයෙන් පෙළෙන පුද්ගලයන්ට ඔවුන්ගේ කැමැත්ත පරිදි හෙද සත්කාර සේවාව ලබා ගත හැක.

වයස අවුරුදු 65 හෝ ඊට වැඩි පුද්ගලයින් සහ වයස අවුරුදු 40 න් 64 න් අතර මහජන සෞඛ්‍ය රක්ෂණයට ලියාපදිංචි වී සිටින පුද්ගලයින් වැඩිහිටි රැකවරණ රක්ෂණවට ඇතුළත් විය යුතුයි.

හෙද සත්කාර සේවා භාවිත කිරීමට නගර සහ ප්‍රාදේශීය සහා කාර්යාල වෙත අයදුම් කර, හෙද රැකවරණ අවශ්‍යතාවය පිළිබඳ සහතිකය ලබා ගැනීම අවශ්‍ය වේ. හෙද සත්කාර සේවා ගාස්තු, සාමාන්‍ය රීතියක් ලෙස, මුළු පිරිවැයෙන් 10% ක් ඔබ විසින් දැරීමට සිදුවනු ඇත.

සේවා අන්තර්ගතය, පිරිවැය, රක්ෂණ වාරික යනාදිය පිළිබඳ විස්තර සඳහා, නාගරික කාර්යාලයේ හෙද සත්කාර රක්ෂණය භාරව සිටින නිලධාරියාව සම්බන්ධ කරගන්න.

■ වෛද්‍ය පරීක්ෂණ

ජීවන රටා ආශ්‍රිතව ඇති විය හැකි රෝග වළක්වා ගැනීම සඳහා ඔබේ ආහාර පුරුදු සහ ව්‍යායාම මද්‍යාවය පිළිබඳව සැලකිලිමත් වන්න. එසේම නීතිපතා වෛද්‍ය පරීක්ෂාවක් සිදු කිරීම ද වැදගත් වේ.

වයස අවුරුදු 40 සහ ඊට වඩා වැඩි පුද්ගලයින්ට තම පදිංචි ස්ථානයේ නගර සහකාරියලය විසින් පවත්වනු ලබන මූලික සෞඛ්‍ය පරීක්ෂණ සහ පිළිකා පරීක්ෂණ වලට භාෂ්‍යා විය හැකිය. (රැකියාස්ථානයේදී පිළිකා පරීක්ෂණ වලට භාෂ්‍යා වන අය හඳුන්වයි)

මීට අමතරව, වයස අවුරුදු 20 සිට කාන්තාවන්ට සහ වයස අවුරුදු 40 සිට පිරිමින්ට ඔවුන්ගේ පදිංචි ප්‍රදේශයේ නගර ශාලාවෙන් සපයනු ලබන පිළිකා පරීක්ෂාව ලබා ගත හැකිය.

පිරිවැය සහ අයදුම් කරන ආකාරය පිළිබඳව වඩා විස්තර සඳහා කරුණකර ඔබේ නගර සහ ප්‍රදේශීය සහා කාර්යාලය අමතන්න.

■ මාතෘ හා ළමා සෞඛ්‍ය අත්පොත

ගර්භණිභාවයකදී කරුණකර නගර සහ කාර්යාලයට ගර්භණිභාවය පිළිබඳ වාර්තා කරන්න. මවගේ සහ දරුවාගේ සෞඛ්‍යය වාර්තා සඳහා "මාතෘ සහ ළමා සෞඛ්‍ය අත්පොත" සමඟ සෞඛ්‍ය පරීක්ෂණ පෝරමය ඇතුළත් වෙනම අත්පොතක් නිකුත් කෙරේ. විවිධ සෞඛ්‍ය පරීක්ෂණ සහ

の際にも必要となります。

詳しいことについては、各市町村役所にお問い合わせ
 わせてください。

公益財団法人母子衛生研究会

母子衛生研究会では英語・ハングル・中国語・タイ
 語・タガログ語・ポルトガル語・インドネシア語・スベ
 イン語・ベトナム語・ネパール語の 10 言語版の
 母子健康手帳を販売しています。(一冊 880 円と
 送料)

東京都千代田区外神田 2-18-7

電話: 03-4334-1188

月曜日～金曜日

午前 9:00～12:00、午後 1:00～午後 5:00

https://www.ecur.co.jp/p/item-list/list/cate_id/1/

■ 予防接種

◇子どものための予防接種

子どものための予防接種は、日本では無料で受け
 ることができます。病気ごとに定められた接種期間
 があるので、期間内に忘れずに接種しましょう。

日本の予防接種は、外国と違う場合がありますの

で、日本に来た時や、本国に戻る時は

母子健康手帳などの記録をみて、各市区町村役所
 か小児科のある病院に相談しましょう。

◇外国旅行の前の予防接種

海外で感染症にかかることを防ぐため、外国へ旅行
 する場合、予防接種を受けることが必要となることが
 あります。

厚生労働省検疫所 FORTH や各大使館で必要な
 情報を確認してください。

厚生労働省検疫所 FORTH

海外の感染症の最新状況や、予防方法、予防
 接種が受けられる医療機関等を掲載しています。

<https://www.forth.go.jp>

※医療機関を探す

<https://www.forth.go.jp/moreinfo/vaccination.html>

දරු ප්‍රසූතිය සඳහා ද මෙම අත්පොත අවශ්‍ය වේ.

වැඩි විස්තර සඳහා කරුණාකර ඔබේ නගර සහ ප්‍රාදේශීය සහාකාරී
 අමතන්න.

・ මාතෘ සහ ළමා සෞඛ්‍ය සුබසාධන සංගමය

මාතෘ සහ ළමා සෞඛ්‍ය සුබසාධන සංගමය විසින් ඉංග්‍රීසි, හන්ගුරියානු,
 චීන, තායි, තේලොග්, පාකුගිසි, ඉන්දුනීසියානු, ස්පාඤ්ඤ, වියට්නාම සහ
 තේපාල ඇතුළු භාෂා 10 කින් මාතෘ සහ ළමා සෞඛ්‍ය අත්පොතෙහි පිටපත්
 අලෙවි කරයි. (එක් පිටපතක්: ජපන් යෙන් 880 සමහර කුරියර් ගාස්තු අය
 කරනු ලබයි)

Sotokanda, Chiyoda-ku 2-18-7, Tokyo

දුරකතන: 03-4334-1188

සඳුදා - සිකුරාදා

පෙ.ව. 9:00 - ප.ව. 12:00, ප.ව. 1:00 - ප.ව. 5:00

<https://hanbai.mcfh.or.jp/faq/purchase/en>

■ එන්නත්කරණය

◇ ළමුන් සඳහා වන එන්නත්කරණය

ජපානයේදී ළමුන් සඳහා එන්නත් නොමිලේ ලබා ගත හැකිය. එක් එක්
 රෝග සඳහා නියමිත එන්නත් කාල සීමාවක් ඇත. එබැවින් එම කාලය
 තුළ එන්නත් කිරීමට අමතක නොකරන්න.

ජපානයේ රෝග නිවාරණ එන්නත් වෙනත් රටවලට වඩා වෙනස් විය
 හැක. එබැවින් කරුණාකර ඔබ ජපානයට පැමිණෙන විට සහ ඔබේ මව්
 රටට ආපසු යන විට මාතෘ සහ ළමා සෞඛ්‍ය අත්පොතෙහි ඇති වාර්තා
 ආදිය පරීක්ෂා කරන්න. කරුණාකර ඔබේ නගර සහ ප්‍රාදේශීය සහා
 කාර්යාලය හෝ ළමා රෝග අංශයක් සහිත රෝහලකින් උපදෙස් ලබා
 ගන්න.

◇ විදේශගත වීමකට පෙර ලබා ගත යුතු එන්නත්

විදේශයන්හි බෝවන රෝග ආසාදනය වීම වැළැක්වීම සඳහා, විදේශ
 රටකට යාමට පෙර ප්‍රතිශක්තිකරණ එන්නත් ලබා ගැනීම අවශ්‍ය වේ.

අවශ්‍ය තොරතුරු සඳහා කරුණාකර සෞඛ්‍ය, කම්කරු හා සුබසාධන
 අමාත්‍යාංශයේ නිරෝධායන මධ්‍යස්ථානයෙන් FORTH හෝ ඔබේ රටේ
 තානාපති කාර්යාලයෙන් පරීක්ෂා කරන්න.

・ සෞඛ්‍ය, කම්කරු හා සුබසාධන අමාත්‍යාංශයේ නිරෝධායන මධ්‍යස්ථානය FORTH

එය විදේශයන්හි බෝවන රෝග, වළක්වීමේ ක්‍රම සහ
 එන්නත් ලබාගත හැකි වෛද්‍ය ආයතන පිළිබඳ නවතම
 තොරතුරු සපයයි. <https://www.forth.go.jp>

වෛද්‍ය ආයතනයක් සෙවීම

<https://www.forth.go.jp/moreinfo/vaccination.html>

• 成田空港検疫所

なりたしふるごめあざふるごめ
成田市古込字古込1-1でんわ
電話: 0476-34-2310

• නරිතා ශුවන් තොවුපල නිරෝධායනය

Narita-shi, Furugome-Aza, Furugome1-1

දුරකතන: 0476-34-2310