

## ■ 医療機関

医療機関で診察を受けるときは、健康保険証を必ず持っていきます。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良いでしょう。大きい病院ではかなり待たされることがあります。医療機関では、まず、受付で健康保険証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](http://www.qq.pref.chiba.lg.jp/pb_medicalchecklist)

### ◇ ちば救急医療ネット

病院・診療所を受診する際に役立つ千葉県内の医療機関情報を、次のホームページで提供しています。

<http://www.qq.pref.chiba.lg.jp/>

## ■ Medical Institutions

Make sure to bring your health insurance card when you receive an examination at a medical institution. You should go to a medical institution with a department that matches your symptoms. Examination times may differ according to medical institution, so it's a good idea to confirm them ahead of time. You may have to wait for a considerable amount of time at large hospitals.

At the medical institution, show your insurance card and patient registration card. You will receive a medical questionnaire, so please fill it out regarding your current illness, previous serious illnesses, and whether you have allergies. Please be aware that few institutions offer examinations in foreign languages.

### ◇ Multilingual medical questionnaires (useful for examinations)

Medical questionnaires translated into a number of foreign languages are available on the following website. Please fill in the answer sheet and bring it with you to the hospital.

[http://www.qq.pref.chiba.lg.jp/pb\\_medicalchecklist](http://www.qq.pref.chiba.lg.jp/pb_medicalchecklist)

### ◇ Chiba Emergency Medical Care Network

Includes information about medical institutions in Chiba Prefecture that is useful when being examined at hospitals or clinics.

<http://www.qq.pref.chiba.lg.jp/>

### 千葉県の主な公立病院

Major public hospitals in Chiba Prefecture

病院名 Hospital name	住所 Address	電話 Telephone
千葉県がんセンター (Chiba Cancer Center)	Chiba-ken Chuo-ku Nitona-cho 666-2	043-264-5431
千葉医療センター (Chiba Medical Center)	Chiba-shi Chuo-ku Tsubakimori 4-1-2	043-251-5311
千葉東病院 (Chiba-East-Hospital)	Chiba-shi Chuo-ku Nitona-cho 673	043-261-5171

病院名 Hospital name	住所 Address	電話 Telephone
千葉大学医学部附属病院 (Chiba University Hospital)	Chiba-shi Chuo-ku Inohana 1-8-1	043-222-7171
千葉市立青葉病院 (Chiba Aoba Municipal Hospital)	Chiba-shi Chuo-ku Aoba-cho 1273-2	043-227-1131
重粒子医科学センター病院 (National Institute of Radiological Sciences)	Chiba-shi Inage-ku Anagawa 4-9-1	043-206-3025
千葉県救急医療センター (Chiba Emergency Medical Center)	Chiba-shi Mihama-ku Isobe 3-32-1	043-279-2211
千葉県精神科医療センター (Chiba Psychiatric Medical Center)	Chiba-shi Mihama-ku Toyosuna 5	043-276-1361
千葉市立海浜病院 (Chiba Kaihin Municipal Hospital)	Chiba-shi Mihama-ku Isobe 3-31-1	043-277-7711
千葉県こども病院 (Chiba Children's Hospital)	Chiba-shi Midori-ku Heta-cho 579-1	043-292-2111
千葉リハビリテーションセンター (Chiba Rehabilitation Center)	Chiba-shi Midori-ku Honda-cho 1-45-2	043-291-1831
下総精神医療センター (Shimofusa Psychiatric Medical Center)	Chiba-shi Midori-ku Heta-cho 578	043-291-1221
千葉県済生会習志野病院 (Chibaken Saiseikai Narashino Hospital)	Narashino-shi Izumi-cho 1-1-1	047-473-1281
市川市リハビリテーション病院 (Ichikawa Rehabilitation Hospital)	Ichikawa-shi Kashiwai-machi 4-229-4	047-320-7111
国府台病院 (Konodai Hospital, National Center for Global Health and Medicine)	Ichikawa-shi Konodai 1-7-1	047-372-3501
船橋市立医療センター (Funabashi Municipal Medical Center)	Funabashi-shi Kanasugi 1-21-1	047-438-3321
船橋市立リハビリテーション病院 (Funabashi Municipal Rehabilitation Hospital)	Funabashi-shi Natsumidai 4-26-1	047-439-1200
東京ベイ・浦安市川医療センター (Tokyo bay Urayasu-Ichikawa Medical Center)	Urayasu-shi Todaijima 3-4-32	047-351-3101
松戸市立総合医療センター (Matsudo City General Hospital)	Matsudo-shi sendabori 993-1	047-712-2511
東松戸病院 (Higashi Matsudo Municipal Hospital)	Matsudo-shi Takazukashinden 123-13	047-391-5500

びょういんめい 病院名 Hospital name	じゅうしょ 住所 Address	でんわ 電話 Telephone
こくりつ けんきゅう ひがしびわいん 国立がん研究センター東病院 (National Cancer Center, Hospital East)	Kashiwa-shi Kashiwanoha 6-5-1	04-7133-1111
かしわ りつかしわびわいん 柏市立柏病院 (Kashiwa Municipal Hospital)	Kashiwa-shi Fuse 1-3	04-7134-2000
なりた せきじゅうじびわいん 成田赤十字病院 (Japanese Red Cross Narita Hospital)	Narita-shi Iida-cho 90-1	0476-22-2311
しもしづ びわいん 下志津病院 (Shimoshizu National Hospital)	Yotsukaido-shi Shikawatashi 934-5	043-422-2511
ちば けんりつ さわらびわいん 千葉県立佐原病院 (Chiba Prefectural Sawara Hospital)	Katori-shi Sawara I 2285	0478-54-1231
おく おみ がわ み がわ こく びわいん 国保小見川総合病院 (Omigawa General Hospital)	Katori-shi Minamiharachishinden 438	0478-82-3161
とのお しや びわいん 東庄病院 (Tonosho Hospital)	Katori-gun Tonosho-machi Ishide 2692 - 15	0478-86-1177
た こ ちゅう びわいん 多古中央病院 (Tako Central Hospital)	Katori-gun Tako-machi Tako 388-1	0479-76-2211
ちやし りつかし びわいん 銚子市立病院 (Choshi Hospital)	Choshi-shi Maejuku-cho 597	0479-23-0011
そう ちゅう びわいん 総合病院国保旭中央病院 (Asahi Central Hospital)	Asahi-shi I 1326	0479-63-8111
こく ほ そう し みん びわいん 国保匝瑳市民病院 (Sosa Municipal Hospital)	Sosa-shi Yokaichiba-shi I no 1304	0479-72-1525
ひがし ちば 東千葉メディカルセンター (Eastern Chiba Medical center)	Togane-shi Okayamadai 3-6-2	0475-50-1199
さん む いり やう 医療センター (Sanmu Medical Center)	Sanmu-shi Naruto 167	0475-82-2521
お お あ み びわいん 大網病院 (Oami Municipal Hospital)	Oamishirasato-shi Tomida 884-1	0475-72-1121
よこ し ほ ひ か り ち やう りつ ちゅう やう びわいん 横芝光町立東陽病院 (Toyo Municipal Hospital)	Sanbu-gun Yokoshiba Hikari-machi Miyagawa 12100	0479-84-1335
こう りつ ちゅう せい びわいん 公立長生病院 (Chosei Municipal Hospital)	Mobara-shi Honno 2777	0475-34-2121
い す み いり やう 医療センター (Isumi Medical Center)	Isumi-shi Kariya 1177	0470-86-2311
か も が わ りつかし こく ほ びわいん 鴨川市立国保病院 (Kamogawa Municipal Kokuho Hospital)	Kamogawa-shi Miyayama 233	04-7097-1221
と み や ま こく ほ びわいん 富山国保病院 (Tomiya Kokuho Hospital)	Minami Bousou-shi Hegurinaka 1410-1	0470-58-0301

病院名 Hospital name	住所 Address	電話 Telephone
鋸南病院 (Kyonan Municipal Hospital)	Awa-gun Kyonan-machi Hota 359	0470-55-2125
君津中央病院 (Kimitsu Chuo Hospital)	Kisarazu-shi Sakurai 1010	0438-36-1071
君津中央病院大佐和分院 (Kimitsu Central Hospital, Osawa Branch)	Futtsu-shi Chigusashinden 710	0439-65-1251
千葉県循環器病センター (Chiba Cerebral and Cardiovascular Center)	Ichihara-shi Tsurumai 575	0436-88-3111
千葉ろうさい病院 (Chiba Rosai Hospital)	Ichihara-shi Tatsumidai Higashi 2-16	0436-74-1111

\*千葉県の医療機関によっては、外国語を話せるスタッフがいない場合があります。詳しくは、千葉県外国人テレホン相談にお問い合わせください(TEL : 043-297-2966)。

\* Some medical institutions in Chiba Prefecture may not have staff who can speak foreign languages. For more information, please contact the Chiba Advisory Service (Telephone: 043-297-2966).

### 医療用語

#### Medical terminology

日本語 Japanese	ローマ字 Roman characters	英語 English
はら	Hara	Abdomen
あしくび	Ashikubi	Ankle
うで	Ude	Arm
せなか	Senaka	Back
ほね	Hone	Bone
おしり	Oshiri	Buttocks
ふくらはぎ	Fukurahagi	Calves
むね	Mune	Chest
みみ	Mimi	Ear
ひじ	Hiji	Elbow
め	Me	Eye
かお	Kao	Face
ゆび	Yubi	Finger
あし	Ashi	Foot
ぜんわん	Zenwan	Forearm
ひたい	Hitai	Forehead
かみ	Kami	Hair

日本語 Japanese	ローマ字 Roman characters	英語 English
て	Te	Hand
あたま	Atama	Head
しんぞう	Shinzo	Heart
こし	Koshi	Hip
ちょう	Cho	Intestine
あご	Ago	Jaw
かんせつ	Kansetsu	Joint
ひざ	Hiza	Knee
くちびる	Kuchibiru	Lip
はい	Hai	Lung
くるぶし	Kurubushi	Malleolus
くち	Kuchi	Mouth
きんにく	Kinniku	Muscle
くびすじ	Kubisuji	Nape of neck
くび	Kubi	Neck
はな	Hana	Nose
かた	Kata	Shoulder
ひふ	Hifu	Skin
い	I	Stomach
ふともも	Futomomo	Thigh
のど	Nodo	Throat
どう	Do	Torso
てくび	Tekubi	Wrist

しじょう  
症状

Symptoms

日本語 Japanese	ローマ字 Roman characters	英語 English
ぼんやりする	Bonyari suru	Disorientation
けいれん	Keiren	Cramp
ふかいかん	Fukaikan	Discomfort
めまい	Memai	Dizziness
にぶいいたみ	Nibui itami	Dull pain
うつ	Utsu	Depression
ひろう	Hiro	Fatigue
しっしん	Shisshin	Fainting
さむけがする	Samuke ga suru	Feel chilled

日本語 Japanese	ローマ字 Roman characters	英語 English
かおいろがわるい	Kaairo ga warui	Look pale
せきがでる	Seki ga deru	Have a cough
ねつがある	Netsu ga aru	Have a fever
ずつう	Zutsu	Headache
えんしょうをおこした	Ensho wo okoshita	Inflammation
けが	Kega	Injury
かゆい	Kayui	Itchy
ふみんしょう	Fumin sho	Insomnia
はきけ	Hakike	Nausea
ねあせ	Nease	Night sweats
しょくよくふしん	Shokuyoku fushin	Poor appetite
しびれ	Shibire	Numbness
〇〇がいたい	〇〇ga itai	〇〇 hurts
するどいいたみ	Surudo itami	Sharp pain
さすようないたみ	Sasu yo na itami	Shooting pain
ふるえる	Furueru	Shivering
かたこり	Katakori	Shoulder stiffness
はれている	Harete iru	Swollen
はく	Haku	Vomit

びょういん  
病院

Hospital

日本語 Japanese	ローマ字 Roman characters	英語 English
さいけつ	Saiketsu	Draw blood
しんさつしつ	Shinsatsu shitsu	Examination room
かるて	Karute	Medical record
でんせんびょう	Densennbyo	Contagious disease
びょうき	Byoki	Sickness
たいいん	Taiin	Discharge from hospital
きんきゅう	Kinkyu	Emergency
おうきゅうてあて	Okyu teate	First aid
しんちょう	Shincho	Height
びょういん	Byoin	Hospital
にゅういん	Nyuin	Hospitalization
こおりまくら	Kori makura	Ice pack
よぼうせつしゅ	Yobo-sesshu	Immunization
ちゅうしゃ	Chusha	Injection

日本語 Japanese	ローマ字 Roman characters	英語 English
もんしんひょう	Monshin-hyo	Medical questionnaire
えいようしつちょう	Eiyo-shiccho	Malnutrition
いしゃ	Isha	Physician
くすり	Kusuri	Medicine
かんごし	Kangoshi	Nurse
えいよう	Eiyo	Nutrition
がいらいかんじゃ	Gairai-kanja	Outpatient
しんさつけん	Shinsatsu-ken	Patient registration card
やっきょく	Yakkyoku	Pharmacy
けんこうしんだん	Kenko-shindan	Physical examination
しょうほうせん	Shohosen	Prescription
うけつけ	Uketsuke	Reception
かいふく	Kaifuku	Recovery
ふくさよう	Fukusayo	Side effect
しょうどくする	Shoudoku suru	Sterilize
たんか	Tanka	Stretcher
しょうじょう	Shojo	Symptom
たいおん	Taion	Temperature
たいおんけい	Taionkei	Thermometer
にょうけんさ	Nyo-kensa	Urinalysis
うirusu	Uirusu	Virus
まちあいしつ	Machiai-shitsu	Waiting room
びょうどう	Byoto	Ward
たいじゅう	Taiju	Weight
れんとげん	Rentogen	X-ray

## 耳鼻咽喉科

## Otorhinolaryngology

日本語 Japanese	ローマ字 Roman characters	英語 English
こまく	Komaku	Eardrum
なんちょう	Nancho	Difficulty hearing
のどがぜいぜいする	Nodo ga zeizei suru	Wheezing
はなぢ	Hanaji	Nosebleed
びこう	Biko	Nasal cavity
みみなり	Miminari	Ringling in ears
はなみず	Hanamizu	Runny nose
こまくをやぶる	Komaku wo yaburu	Rupture eardrum

日本語 Japanese	ローマ字 Roman characters	英語 English
くしゃみ	Kushami	Sneeze
いびき	Ibiki	Snore
のどがいたい	Nodo ga itai	Sore throat
はなづまり	Hanazumari	Stuffy nose

眼科

Ophthalmology

日本語 Japanese	ローマ字 Roman characters	英語 English
らんし	Ranshi	Astigmatism
めがかすむ	Me ga kasumu	Blurry vision
しきもう	Shikimo	Color blindness
けつまくえん	Ketsumaku-en	Conjunctivitis
めやにがでる	Meyani ga deru	Eye mucus
がんきゅう	Gankyu	Eyeball
しりよく	Shiryoku	Eyesight
めのひろう	Me no hiro	Eye strain
えんし	Enshi	Far-sighted
きんし	Kinshi	Near-sighted
じゅうけつ	Juketsu	Hyperemia
しゃし	Shashi	Cross-eyed
ものもらい	Monomorai	Sty
なみだ	Namida	Tears

呼吸器科

Respiratory disease department

日本語 Japanese	ローマ字 Roman characters	英語 English
ぜんそく	Zensoku	Asthma
きかんしえん	Kikanshi-en	Bronchitis
きかん	Kikan	Bronchial tube
むねのいたみ	Mune no itami	Chest pain
せき	Seki	Cough
こきゅうこんなん	Kokyu-konnan	Difficulty breathing
いんふるえんざ	Influenza	Influenza
はい	Hai	Lung
はいえん	Hai-en	Pneumonia
たん	Tan	Sputum



日本語 Japanese	ローマ字 Roman characters	英語 English
へんとうせんえん	Hentousen-en	Tonsillitis
へんとうせん	Hentousen	Tonsil
けっかく	Kekkaku	Tuberculosis

じゆんかんき  
循環器科

Cardiology

日本語 Japanese	ローマ字 Roman characters	英語 English
ひんけつ	Hinketsu	Anemia
ふせいみやく	Fuseimyaku	Arrhythmia
どうみやく	Domyaku	Artery
ち	Chi	Blood
けつあつ	Ketsuatsu	Blood pressure
のぼせる	Noboseru	Overheat
けっかん	Kekkan	Blood vessel
いきぐるしい	Ikigurushii	Difficulty breathing
しんぞう	Shinzo	Heart
しんぞうほっさ	Shinzo-hossa	Heart attack
こうけつあつ	Ko-ketsuatsu	High blood pressure
ていけつあつ	Tei-ketsuatsu	Low blood pressure
りんぱせん	Rinpasen	Lymph gland
どうき	Doki	Palpitation
みやく	Myaku	Pulse
こきゆう	Kokyu	Respiration
せっけつきゆう	Sekkekkyu	Red blood cell
いきぎれ	Ikigire	Shortness of breath
こ じょうせん	Kojosen	Thyroid gland
じょうみやく	Jomyaku	Vein
とけつ	Toketsu	Vomit blood
はっけつきゆう	Hakkekkyu	White blood cell

いちょうか  
胃腸科

Gastroenterology

日本語 Japanese	ローマ字 Roman characters	英語 English
ふくつう	Fukutsu	Abdominal pains
こうもん	Komon	Anus

日本語 Japanese	ローマ字 Roman characters	英語 English
もうちょうえん	Mocho-en	Appendicitis
もうちょう	Mocho	Appendix
けつべん	Ketsuben	Bloody stool
べんつう	Bentsu	Bowel movement
べんぴ	Benpi	Constipation
げり	Geri	Diarrhea
しょうか	Shoka	Digestion
べん	Ben	Feces
しょくちゅうどく	Shokuchudoku	Food poisoning
たんのう	Tannou	Gallbladder
いえん	I-en	Gastric inflammation
いかすい	Ikasui	Gastroptosis
じ	Ji	Hemorrhoid
しょうかふりょう	Shoka-furyo	Indigestion
ちょう	Cho	Intestine
じんぞう	Jinzo	Kidney
かんぞう	Kanzo	Liver
ちよくちょう	Chokucho	Rectum
い	I	Stomach
いつう	Itsu	Stomach ache
いかいよう	Ikaiyo	Ulcer

げか  
外科

General Surgery

日本語 Japanese	ローマ字 Roman characters	英語 English
ますい	Masui	Anesthesia
ゆけつ	Yuketsu	Blood transfusion
こっせつ	Kossetsu	Bone fracture
だぼく	Daboku	Bruise
ぎぶす	Gibusu	Cast
しっぷ	Shippu	Compress
きりきず	Kirikizu	Cut
だっきゅう	Dakkyu	Dislocation
せつじょ	Setsujo	Excision
せつかい	Sekkai	Incision
ないしゅっけつ	Nai-shukketsu	Internal bleeding
しゅじゅつ	Shujutsu	Operation

日本語 Japanese	ローマ字 Roman characters	英語 English
ぎっくりごし	Gikkuri-goshi	Strained back
ほうごうする	Hogo suru	Suture
ねんざ	Nenza	Sprain
むちうちしょう	Muchiuchish	Whiplash

## 皮膚科

## Dermatology

日本語 Japanese	ローマ字 Roman characters	英語 English
あれるぎー	Arerugii	Allergy
みずむし	Mizumushi	Athlete's foot
みずぶくれ	Mizubukure	Blisters
やけど	Yakedo	Burn
みずぼうそう	Mizuboso	Chicken pox
うおのめ	Uonome	Corn
しっしん	Shisshin	Eczema
ふうしん	Fushin	Rubella
じんましん	Jinmashin	Hives
はしか	Hashika	Measles
にきび	Nikibi	Pimple
うみ	Umi	Pus
かぶれる	Kabureru	Irritation
むしさされ	Mushi-sasare	Insect bite
いぼ	Ibo	Wart
できもの	Dekimono	Abscess

## 泌尿器科

## Urology

日本語 Japanese	ローマ字 Roman characters	英語 English
ぼうこう	Boko	Bladder
ぼうこうえん	Boko-en	Bladder infection
けつによ	Ketsunyo	Bloody urine
いんけい	Inkei	Penis
にょうけんさ	Nyo kensa	Urinalysis
はいによ	Hainyo	Urinate
にょう	Nyo	Urine

## 産婦人科

## Obstetrics &amp; Gynecology

日本語 Japanese	ローマ字 Roman characters	英語 English
ようつう	Yotsu	Backache
ちぶさのしこり	Chibusa no shikori	Breast lump
ぶんべんしゅっさん	Bunben/Shussan	Childbirth/Delivery
ふせいしゅっけつ	Fusei-shukketsu	Hemorrhage
じんつう	Jintsu	Labor pain
せいり	Seiri	Menstruation
せいりふじゆん	Seiri-fujun	Menstrual disorder
りゅうざん	Ryuzan	Miscarriage
せいりつう	Seiritsu	Menstrual cramps
にんしん	Ninshin	Pregnancy
しきゆう	Shikyu	Uterus
ちつ	Chitsu	Vagina
おりもの	Orimono	Vaginal discharge
せいびょう	Seibyo	Sexually transmitted disease

## 歯科

## Dentistry

日本語 Japanese	ローマ字 Roman characters	英語 English
おくば	Okuba	Back tooth
こうしゅう	Koshu	Bad breath
ぶりっじ	Burij	Bridge
くりーにんぐ	Kuriiningu	Cleaning
はがぬける	Ha ga nukeru	Lose a tooth
しかん	Shikan	Crown
むしば	Mushiba	Cavity
いれば	Ireba	False tooth
しんけいをぬく	Shinkei o nuku	Nerve removal
つめる	Tsumeru	Fill
つめもの	Tsumemono	Filling
まえば	Maeba	Front tooth
しにくえん	Shiniku-en	Gingivitis
はぐき	Haguki	Gums
はがぐらぐらする	Ha ga guragura suru	Loose tooth
したのは	Shita no ha	Bottom tooth
はをぬく	Ha o nuku	Pull tooth
しそうのうろう	Shisonoro	Pyorrhea

日本語 Japanese	ローマ字 Roman characters	英語 English
きょうせいする	Kyosei suru	Straighten
こうないえん	Konai-en	Oral inflammation
しせき	Shiseki	Tartar
は	Ha	Tooth
しつう	Shitsu	Toothache
うえのは	Ue no ha	Upper tooth
おやしらず	Oyashirazu	Wisdom tooth

## 薬

## Medicine

日本語 Japanese	ローマ字 Roman characters	英語 English
こうせいぶっしつ	Koseibusshitsu	Antibiotic
しょうどくざい	Shodokuzai	Antiseptic
あすぴりん	Asupirin	Aspirin
ほうたい	Hotai	Bandage
ほうさん	Hosan	Boric acid
かぶせる	Kapuseru	Capsule
せきどめどろっぷ	Sekidome-doroppu	Cough drop
せきどめしろっぷ	Sekidome-shiropu	Cough syrup
しょうかざい	Shokazai	Digestive
かんちょう	Kancho	Enema
めぐすり	Megusuri	Eye drops
がんたい	Gantai	Eye patch
がーぜ	Gaze	Gauze
おきしふる	Okishifuru	Oxyfluorfen
ようどちんき	Yodochinki	Iodine tincture
なんこう	Nanko	Ointment
いたみどめ	Itamidome	Pain medicine
こなぐすり	Kona-gusuri	Powdered medicine
すいみんやく	Suimin-yaku	Sleeping medicine
のどのいたみどめ	Nodo no itamidome	Sore throat medicine
ざやく	Zayaku	Suppository
めんぼう	Menbo	Cotton swab
じょうざい	Jozai	Tablet
びたみんざい	Bitaminzai	Vitamin

### ◇「千葉県外国人テレホン相談」

外国語で診察できる近くの病院を紹介してもらえます。

電話:043-297-2966

英語での相談:月曜日～金曜日

午前9:00～12:00、午後1:00～4:00

中国語での相談:火曜日午前9:00～12:00

スペイン語での相談:月曜日～水曜日

午前9:00～12:00、午後1:00～4:00

(年末年始、祭日は休み)

\*手助けが必要な場合、ボランティアの通訳が必要  
なときは「日本赤十字社千葉県支部」に電話  
(043-241-7531)してください。言語や地域に限り  
がありますが、ボランティアの通訳を派遣していま  
す。

### ■ 医療保険

病気やけがをしたときに、医療費の負担を軽くする  
ためには、日本では公的な医療保険に加入しなけ  
ればなりません。公的医療保険には、勤務先で  
加入する健康保険と、市区町村役所で加入する  
国民健康保険の2種類があります。

この他、任意に加入できる保険として、民間の  
生命保険などもあります。

### ◇健康保険

健康保険は、会社などの事業所で働き始めてから  
加入します。事業所から「被保険者証」(「保険証」と  
いいます)を受け取ります。事業所が健康保険の  
適用を受けていない場合は、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。

保険指定の病院で保険証を提示すると医療費の  
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、お近くの年金事務所に問い合わせ  
てください。

### ◇The Chiba Advisory Service

This service will introduce a hospital nearby where you can  
be examined in a foreign language.

Telephone: 043-297-2966

Advising in English: Monday to Friday

9:00 am - 12:00 pm, 1:00 pm - 4:00 pm

Advising in Chinese: Tuesday 9:00 am - 12:00 pm

Advising in Spanish: Monday to Wednesday

9:00 am - 12:00 pm, 1:00 pm - 4:00 pm

(Except for the year-end and New Year Holidays and other  
public holidays)

\*If you require assistance or volunteer translation, please  
contact the Japanese Red Cross Society Chiba by  
telephone(043-241-7531). They will dispatch a volunteer  
translator (language and area may be limited).

### ■ Medical Insurance

In Japan, you are required to enroll in medical insurance to  
reduce the burden of medical expenses if you become sick or  
injured. There are two types of public health insurance: the  
Employer's Health Insurance plan you enroll in through your  
place of employment, and the National Health Insurance plan  
you enroll in at your city, ward, or town hall.

In addition, you may also choose to enroll in a private life  
insurance plan.

### ◇Employer's Health Insurance Plan

You are enrolled in the Employer's Health Insurance Plan  
when you begin working at place of business such as a  
company. You will receive an insurance card (called  
"hi-hokensha-sho" or "hokensho") from your place of work. If  
your place of work does not offer the Employer's Health  
Insurance Plan, you can enroll in the National Health  
Insurance plan.

The insurance premium is deducted from your monthly  
salary. You and your employer each pay 50%.

If you present your insurance card at a hospital designated  
by the Employer's Health Insurance Plan, you only have to  
pay 30% of the medical fees for an examination.

For more information, please contact your local Social  
Pension Office.

- **千葉年金事務所**  
電話：043-242-6320
- **幕張年金事務所**  
電話：043-212-8621
- **船橋年金事務所**  
電話：047-424-8811
- **市川年金事務所**  
電話：047-704-1177
- **松戸年金事務所**  
電話：047-345-5517
- **木更津年金事務所**  
電話：0438-23-7616
- **佐原年金事務所**  
電話：0478-54-1442

### ◇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(P45)に加入していない人は、国民健康保険の対象となります。

国民健康保険は、市区町村役所で在留カード又は特別永住者証明書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。保険料は直接市区町村役所又は銀行、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。

加入すると、世帯ごとに「被保険者証」(保険証といいますが)が交付されます。保険医療機関で診察を受けるときに保険証を提示すれば医療費の30%を払うだけで診療を受けることができます。

健康診断、予防接種、正常出産、美容整形、歯列矯正の費用などは保険の対象となりませんが、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。

また、自己の故意(わざと行った)の犯罪行為等や疾病又は負傷したときは、国民健康保険の対象と

- **Chiba Pension Office**  
Tel: 043-242-6320
- **Makuhari Pension Office**  
Tel: 043-212-8621
- **Funabashi Pension Office**  
Tel: 047-424-8811
- **Ichikawa Pension Office**  
Tel: 047-704-1177
- **Matsudo Pension Office**  
Tel: 047-345-5517
- **Kisarazu Pension Office**  
Tel: 0438-23-7616
- **Sawara Pension Office**  
Tel: 0478-54-1442

### ◇National Health Insurance

Foreigners who reside in Japan for three months or longer, and who are not enrolled in the Employer's Health Insurance plan described in (p45), are covered by the National Health Insurance plan.

The National Health Insurance Plan is applied for by showing your Residence card or special permanent resident certificate at your city, ward, or town hall.

Your insurance premium is determined based on your income and number of dependents. Insurance premiums can be paid directly at the city, ward, or town hall, or at the bank, post office or convenience stores. You can also pay by automatic bank transfer.

When you enroll, an insurance card (called "hi-hokensha-sho" or "hokensho") will be issued for your household. If you present this insurance card at a medical facility that accepts the National Health Insurance Plan, you only have to pay 30% of the medical fees for an examination.

Expenses for physical examinations, immunizations, normal childbirth, cosmetic surgery, and orthodontics are not covered by the National Health Insurance Plan. However, if you give birth you will receive a lump-sum birth allowance.

The National Health Insurance Plan also does not apply to illnesses or injuries from criminal acts you commit intentionally (on purpose).

なりません。

次のような場合には、14日以内に市区町村役所に届け出てください。

①住所や世帯主、氏名が変わったとき

②他の公的な健康保険に加入又は脱退したとき

③保険証をなくしたり、汚したりしたとき

## ■ 介護保険

寝たきりや認知症などで介護が必要になったときに、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、居住地の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ことが必要です。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。

## ■ 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・がん検診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)。

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

In the following cases, please submit notification to your city, ward, or town hall within 14 days.

①Changes of address, head of household, or name

②Enrolling in or withdrawing from another public health insurance plan

③ If you have lost or damaged your insurance card

## ■ Insurance for Elderly Care

People who are bedridden or suffering from dementia can receive the nursing care service by their wishes under this system.

People who are 65 years of age or older, and people who are 40 to 64 years of age and are enrolled in health insurance, are required to enroll in the Insurance for Elderly Care plan.

To use nursing care services, you are required to apply to the city, ward, or town hall in your place of residence, and to have your need for care authorized. In principle, you pay 10% of all costs for nursing care.

For more information about services, costs, insurance premiums, etc., please contact the Insurance for Elderly Care staff at your city, ward, or town hall.

## ■ Medical Examinations

To prevent lifestyle diseases, it's important to have regular health examinations in addition to making sure to eat a healthy diet and get sufficient exercise.

People 40 years of age and older can take the basic health examinations and cancer screenings offered by the city, ward, or town hall of the place of residence (excludes those who receive examinations through their place of work).

For more information about costs and how to apply, please contact your city, ward, or town hall.

## ■ Mother and Child Health Handbook

If you are pregnant, please submit notification of your pregnancy to your city, ward, or town hall. You will receive the "Mother and Child Health Handbook" to be used to record health information about you and your child, and a separate booklet containing various health examination coupons. This handbook is required when you receive various health



わせください。

**株式会社母子保健事業団**

母子保健事業団では英語・ハンガル・中国語・タイ語・タガログ語・ポルトガル語・インドネシア語・スペイン語、ベトナム語の9か国語版の母子健康手帳を販売しています。(一冊820円と送料)

東京都文京区湯島1-6-8

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.mcfh.co.jp/faq/purchase/>

■ 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。

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場合があります。

成田空港検疫所又は各大使館で必要な情報を確認してください。

千葉県では、公益財団法人ちば県民保健予防財団等で予防接種を受けることができます。

・成田空港検疫所

成田市古込字古込1-1 (第2旅客ターミナルビル)

電話:0476-34-2310

・公益財団法人ちば県民保健予防財団

千葉市美浜区新港32-14

電話:043-246-8664

(予約受付時間 月～金)

午後4:00～午後5:00

examinations and when giving birth. For more information, please contact your city, ward, or town hall.

・ Mother and Child Health Preservation Agency

The Mother and Child Health Preservation Agency sells copies of the Mother and Child Health Handbook in 9 languages including English, Korean, Chinese, Thai, Tagalog, Portuguese, Indonesian, Spanish, and Vietnamese. (One copy: ¥820 plus shipping)

Bunkyo-ku, Yushima 1-6-8, Tokyo

Tel: 03-4334-1188

Mon - Fri 9:00am - 12:00 pm, 1:00 pm - 5:00 pm

<https://www.mcfh.co.jp/faq/purchase/en>

■ Immunizations

◇Immunizations for children

Immunizations for children are given for no cost in Japan.

Immunizations in Japan may differ from those in other countries, so please check your Mother and Child Health Handbook and other records or consult with your city, ward, or town hall or hospital with a pediatrics department when coming to Japan or returning to your own country.

◇Immunizations for Overseas Travel

To prevent being infected by a contagious disease overseas, it is necessary to be immunized before traveling to a foreign country.

For necessary information, please check with the Narita Airport Quarantine or your embassy of your country.

In Chiba Prefecture, you can receive immunizations at various locations including the Chiba Foundation for Health Promotion & Disease Prevention.

・ Narita Airport Quarantine

Narita-shi, Furugome-aza, Furugome 1-1 (Terminal 2 Building)

Telephone: 0476-34-2310

・ Chiba Foundation for Health Promotion & Disease Prevention

Chiba-shi, Mihama-ku, Shinminato 32-14

Telephone: 043-246-8664

(Reservations available : Mon - Fri 4:00 pm - 5:00 pm)