

■ 病院

病院に いくときは、マイナンバーカード※を かならず もって行って ください。病気や けがの 内容で いろいろ 専門があります。あいている 時間は 病院によって ちがいます。先に 確認してください。大きな 病院では ながいあいだ まつことがあります。

病院では、はじめに、受付で マイナンバーカードと 診察券を 出します。つぎに、問診票<体の どこが わるいか 説明する 紙>を くれます。いま 体が どうなっているか、いままで どんな 病気に かかった か、アレルギーが あるかなどについて 書いて ください。外国語で 話すことが できる ところは 少しです。注意して ください。

※マイナンバーカードを 保険証として 使うためには、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<マイナンバーカードを 保険証として つかう>

<https://www.pref.chiba.lg.jp/hoken/onlinesikakukakuninn.html>

◇医療情報ネット(ナビイ)

(日本語・中国語・韓国語 だけです)

病院が あいている 時間や みてもらえる 病気の内容、外国語で 話すことが できる 病院は、医療情報ネット(ナビイ)で 探すことが できます。

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

◇みてもらうときに 役に 立つ 多言語問診票

いろいろな ことばで 書いた 問診票を 下の ホームページで みることは できます。書いてある 質問の こたえを 書いて、病院へ もって行って ください。

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

◇日本を安心して旅していただくために 一具合が悪くなったとき(観光庁)

外国人が 病院へ いくときに 必要な ことばなどが わかります。

日本語、英語、中国語、韓国語

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

◇千葉県外国人相談

外国語を はなすことが できる ちかくの 病院を おしえてくれます。

電話:043-297-2966

英語、中国語、スペイン語、タガログ語、ベトナム語、韓国語、ネパール語、タイ語、ポルトガル語、インドネシア語、ロシア語、ヒンディー語

月曜日から 金曜日まで

午前9時から 昼の 12時までと 午後1時から 午後4時まで (12月の おわりと 1月の はじめ、祝日は休みです)

■ 医療保険<病気や けがのときに つかう保険>

日本では 必ず 役所などの 医療保険に はいする必要があります。病気や けがをしたときに、はらう お金 が やすくなります。会社などで はいする 健康保険(被用者保険)と、75歳以上などの人が はいする 後期高齢者医療制度、これらに はいしていない 全ての住民が はいすることのできる 市町村等の 国民健康保険の 3つが あります。

このほか、保険の 会社が やっている 保険も あります。これは はいりたい人が はいります。

◇健康保険

健康保険(被用者保険)は、会社などで はたらく人が はいります。会社で 健康保険に はいることが できない 場合は、国民健康保険に はいって ください。

保険に かかる お金は 毎月の 給料から ひかれます。保険に はいる人と 会社が 半分ずつ お金を 出します。

保険を 使うことが できる 病院で マイナ保険証や 資格確認書<医療保険に はいっている ことを 証明する 紙>などを 出して ください。病院でかかる お金の 10%~30%(年齢や かせいだ

お金に あわせた金額)だけ はらいます。

詳しいことは、健康保険(被用者保険)に はいっている 人は はたらいっている会社の 担当の部署 に きいて ください。

◇国民健康保険

3 か月よりも ながく 日本に いる 外国人で、健康保険に はいっていない人は、国民健康保険に はいります。ただし、75歳以上の人は 後期高齢者医療に はいります。

国民健康保険に はいるときは、住民登録した 市町村の 役所の 窓口へ いって ください。在留カードなどの 在留資格を 確認できるものをもっていって ください。

保険の 値段は 収入<家に はいってくる お金>と 扶養家族<せわをしている 家族>の 数で きまります。保険の お金は 役所の窓口か 銀行、郵便局、コンビニエンスストアなどで はらって

ください。口座振替<銀行に あずけている お金から 直接はらう>にすることも できます。
 病院で マイナ保険証や 資格確認書を出して ください。かかる お金の 10~30% (年齢や
 かせいだ お金に あわせた 金額)だけ はらいます。
 子どもが 生まれたときには 出産育児一時金という お金を もらうことが できます。
 健康診断<からだの じょうたいを しらべる>、予防接種<病気を ふせぐ 注射>、出産<子どもを
 生む>、などを うけるときは 保険を 使うことが できません。
 自分で わざと やった 事故や 犯罪行為<法律を やぶること>などで 病気や けがをしたときは、
 国民健康保険を 使うことが できません。

国民健康保険に はいりたいときや やめたいときは、市町村の 役所の 窓口に行ってください。また、
 資格の 内容に 変更など①住所や世帯主<家族で いちばんたくさん お金を かせぐ人>や 名前
 が変わったとき、②会社などの 健康保険に はいったとき または やめたとき)があったときは、14日
 以内に市町村の 役所の 窓口に行ってください。

■ 介護保険<生活の せわを してもらうための 保険>

自分で あるけなくなったり、認知症<ものが わからなくなる 脳の病気>などで 介護<生活の せわ>
 が 必要になった人は、介護保険を 使うことが できます。どんな サービスを 受けるか 選ぶことが でき
 ます。

65歳以上の人と、40歳から 64歳までの人で 役所や会社の 健康保険に はいっている人は、かならず
 介護保険に はいる 必要が あります。

介護サービスを使う ためには、住んでいる ところの 役所へ いって もうしこむ 必要が あります。そ
 のあと、どれくらい 介護が 必要か 役所が きめます。はらう お金は、ふつう、値段の 10%です。

どんな サービスを うけることが できるか、お金の いくら かかるかなど、くわしいことは 市区町村の
 役所の 介護保険担当に きいて ください。

■ 健診(検診)<体が 元気が しらべる>

生活習慣病<食べものや お酒などが 原因になる 病気>を ふせぐためには、食べるものや 食べ方に
 注意したり、運動をする 必要が あります。

また、定期的に 健康診断<病気になっていないか しらべる>を うけて ください。

40歳以上の人は 基本健康診査を うけることができます。住んでいる ところの 役所が やっています
 (会社の 健康診断が ある人は うけることが できません)。

また、がん検診は 女性が 20歳から、男性は 40歳から うけることができます。住んでいる ところの
 役所が やっています。

お金の いくらかかるか、どうやって うけるかなど、くわしいことは 市区町村の 役所に きいて ください。

母子健康手帳

赤ちゃんができたときは、市区町村の役所へ行って妊娠届を出してください。診察や予防接種のことを書く「母子健康手帳」をもらいます。いっしょに健康診査受診票＜健診のお金＞が安くなる紙＞などがはいったノートももらうことができます。母子健康手帳は、健康診査を受けるときや赤ちゃんを生むときにも必要です。詳しいことは、市区町村の役所にきいてください。

公益財団法人母子衛生研究会

英語・韓国語・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・ネパール語の母子健康手帳を買いことができます。(880円と送るお金がかかります)

東京都千代田区外神田2-18-7

電話:03-4334-1188

月曜日から金曜日まで

午前9時00分から 昼の12時までと 午後1時から 午後5時まで

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

予防接種＜病気をふせぐ注射＞

◇子どものための予防接種

日本で子どものための予防接種を受けるとき、お金はいりません。病気によっていろいろな注射があります。いつうけるかきまっています。忘れないようにうけてください。
日本の予防接種は、ほかの国とちがうことがあります。日本にきたときや、自分の国へかえるときは、市区町村の役所か小児科＜子どもが病気のときにいくところ＞がある病院に相談してください。そのとき、母子健康手帳に書いていることをみてください。

◇外国へ旅行に行くまえの予防接種

外国へ旅行に行くまえに、その国で病気にかかることをふせぐため、予防接種を受ける必要があるかもしれません。

厚生労働省検疫所FORTHやいく国の大使館でしらべてください。

厚生労働省 FORTH

外国のうつりやすい病気などの情報や、病気にならないようにする方法、予防接種がうけられる病院を見ることができます。

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

※病院を 探す

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

なりたくこうけんえきしよ

・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 (第2旅客ターミナルビル)

でんわ

電話:0476-34-2310