

# - ベトナム語 -

## Lời ngỏ

Hiện nay có khoảng 130,000 ngoại kiều từ 154 nước hiện đang sinh sống trong tỉnh Kanagawa. Việc sưu tra về tình trạng đời sống thực tế của người ngoại quốc đang sinh sống trong tỉnh Kanagawa cho thấy rằng: phần lớn vì không thông hiểu ngôn ngữ, nên khi mắc bệnh hoặc bị thương đã rất ngại đến bệnh viện để chữa trị.

Từ điểm này, được sự ủy nhiệm của chính quyền địa phương tỉnh Kanagawa, Hội Đồng Phúc Lợi Xã Hội của Tỉnh Kanagawa (cơ sở pháp nhân về Phúc Lợi Xã Hội) đã thành lập một Ban Kế Hoạch chủ yếu gồm một số ủy viên trong Hội Đồng Ngoại Kiều tỉnh Kanagawa và những nhóm thiện nguyện đang hoạt động trong tỉnh. Ban này tiến hành việc sưu tra để nắm vững các cơ sở y-tế có khả năng đáp ứng bằng tiếng ngoại quốc, lập kế hoạch phát hành danh sách. Sau đó, vào tháng 11 năm 2001, được sự hiệp lực của Hội Y-Sĩ tỉnh Kanagawa, Hiệp Hội Bệnh Viện tỉnh Kanagawa, Ban này đã thực hiện việc sưu tra đối với khoảng 5000 cơ sở y-tế trong tỉnh, những thông tin có được qua cuộc sưu tra được thể hiện thành Danh Sách Cơ Quan Y-Tế Dành Cho Người Ngoại Quốc - Tỉnh Kanagawa (Gaikokujin no tame no Iryo-kikan risuto - Kanagawa-ken 外国人のための医療機関リスト - 神奈川県), được dịch ra 10 ngôn ngữ, như quý vị hiện có trong tay. Mong rằng, các vị ngoại kiều đến đây để du lịch hoặc đang sinh sống tại đây, nhờ quyển sổ nhỏ này, mà quý vị có thể dễ dàng và an tâm hơn khi phải đi bệnh viện.

Trong việc lập thành bản danh sách này, chúng tôi xin chân thành cảm tạ sự hiệp lực của Hội Y-Sĩ tỉnh Kanagawa, Hiệp Hội Bệnh Viện tỉnh Kanagawa, và tất cả các vị tham gia trong chương trình này. Chúng tôi cũng xin chân thành cảm tạ tất cả các cơ quan y-tế đã đã bỏ nhiều thì giờ quý báu hiệp lực với chúng tôi trong việc sưu tra.

Tháng 3 năm 2002

## はじめに

現在、神奈川県には 154 国、130,000 人以上の外国籍県民が暮らしています。多くの方が言葉が通じないという理由で、病気やケガになっても医療機関にかかることをためらっていることが、神奈川県外国籍住民生活実態調査で明らかになっています。

そこで社会福祉法人神奈川県社会福祉協議会では、神奈川県から委託を受け、外国籍県民かながわ会議のメンバーや県内で活動するボランティアグループなどを中心にプロジェクトチームを発足させ、外国語で対応可能な医療機関を把握するための調査やその結果をリストとして発行するための企画を、協働作業において進めてきました。そして 2001 年 11 月に神奈川県医師会・神奈川県病院協会のご協力を得て、県内の医療機関約 5,000 ケ所に対して調査を実施し得られた情報を「外国人のための医療機関リスト 一神奈川県」として、10ヶ国語に翻訳し、ここに発行するのはこびとなりました。この冊子が外国籍県民や旅行者をはじめ、外国籍の方々も安心して医療にかかることを支援する皆様のお役に立てれば幸いです。

本リストの作成にあたっては、神奈川県医師会・神奈川県病院協会をはじめ、プロジェクトにご参加いただいた皆様、ご多忙な合間をぬって調査にご協力いただきました医療機関の皆様に深く感謝いたします。

2002年3月

# Danh sách cơ quan y-tế dành cho người ngoại quốc

- Tỉnh Kanagawa -

## Bản tiếng Việt Nam

Lời ngỏ.....	17
Cách sử dụng quyển sổ nhỏ này .....	18
Danh sách cơ quan y-tế có khả năng đối ứng về ngôn ngữ .....	19
Khi bị bệnh thì phải làm sao? Khi muốn đi khám bệnh thì phải làm thế nào?	
Có những quy chế y-tế nào? .....	20

## Cách sử dụng quyển sổ nhỏ này

### 1. Trước hết mong quý vị thông cảm

- 1) Nội dung danh sách này được đưa lên dựa theo sự sưu tra vào tháng 11 năm 2001, do đó có thể có những khác biệt ngoài ý muốn trong một vài nội dung được in ra đây. Vì vậy, quý vị nên xác nhận trước với cơ quan y-tế mà quý vị sẽ đến.
- 2) Để có thể được thăm khám một cách suông sẻ và chính xác, phải cần có sự tin cẩn lẫn nhau giữa bác sĩ, người bệnh và người trung gian (thông dịch viên hoặc người đi chung). Mong quý vị hãy lưu tâm để có thể tạo sự tin cẩn và tôn kính lẫn nhau.

### 2. Cách sử dụng danh sách này

Các phần mục trong danh sách sẽ được in ra với nội dung dưới đây:

Nơi liên lạc	Địa chỉ, điện thoại, Fax, Email, trang internet
Phương tiện giao thông	Cách đi đến (ga xe điện hoặc bến xe buýt gần nhất)
Tiếp nhận khám	Ngày và giờ tiếp nhận khám của các bệnh viện hoặc toàn thể các cơ quan y-tế
Ngày nghỉ	Ngày không nhận khám của các bệnh viện hoặc toàn thể các cơ quan y-tế
Khoa	Chuyên khoa nhận khám của các bệnh viện hoặc toàn thể các cơ quan y-tế
Bác sĩ (đối đáp)	Các chuyên khoa mà vị bác sĩ có thể đối ứng với ngôn ngữ cần thiết, gồm: Tên bác sĩ (phái), trình độ ngôn ngữ, (giờ bác sĩ đó có thể đáp ứng) ※ Những vị không thể công khai tên thì ghi là [Dr.] ※ Trình độ ngôn ngữ cấp 1 = có thể thăm khám bệnh Trình độ ngôn ngữ cấp 2 = đàm thoại hằng ngày Trình độ ngôn ngữ cấp 3 = biết những câu đơn giản hoặc có thể giải thích bằng hình vẽ v.v... (kể cả bút đàm)
Nhân viên (đối đáp)	Nhân viên có thể đối ứng bằng nhiều ngôn ngữ, nhưng không phải là bác sĩ.
Điều kiện khám bệnh	Điều kiện đối với việc đáp ứng tiếng ngoại quốc
Ngoài ra	Ghi những chi tiết khác như việc trị liệu bằng thuốc bắc, châm cứu có sử dụng bảo hiểm y-tế, có hay không nhân viên phụng sự xã hội (sosharu waka), có hay không bộ môn góp ý hướng dẫn (kaunseringu), có hay không người thiện nguyện trong bệnh viện.

ベトナム語 **1** **Kobayashi Kokusai Clinic**  
いりょうほうじんしゃだん こばやしこくさいくりにっく  
医療法人社団 小林国際クリニック

- 
- Địa chỉ / Điện thoại: ◇ Yamato-shi, Nishitsuruma 3-5-6-110  
TEL 046-263-1380 FAX 046-263-0919
- Cách đi đến: ◇ 4 phút đi bộ từ ga Tsuruma, đường tàu Odakyu
- Giờ khám bệnh: ◇ 9:15~12:00, 14:00~17:00, thứ Bảy 9:15~13:00
- Ngày nghỉ: ◇ Thứ Tư, Chủ nhật và các ngày lễ
- Chuyên khoa: ◇ Nội khoa (cơ quan tiêu hóa), khoa nhi, ngoại khoa
- Nhân viên đáp ứng ◇ Thông dịch tiếng Việt chuyên về y liệu  
Ngày thường 9:00~12:00, thứ Bảy 9:15~13:00
- Điều kiện ◇ Không có
- Ghi chú: ◇ Nhận trị liệu bằng thuốc bắc trong phạm vi bảo hiểm y tế chấp thuận.

# **KHI BỊ BỆNH THÌ PHẢI LÀM SAO? KHI MUỐN ĐI KHÁM BỆNH THÌ PHẢI LÀM THẾ NÀO? CÓ NHỮNG QUY CHẾ Y-TẾ NÀO?**

## 1. Khi bị bệnh thì phải làm sao? Khi muốn đi khám bệnh thì phải làm thế nào?

Khi bị bệnh khẩn cấp  
Những kiến thức căn bản về cơ quan y-tế tại Nhật  
Khi đi khám bệnh / Khi phải nhập viện  
Ở bệnh viện hoặc y viện, xin lưu ý những điều sau đây

## 2. Có những quy chế y-tế nào?

Bảo Hiểm Sức Khỏe Quốc Dân (Kokumin Kenko Hoken 国民健康保険)  
  
Bảo Hiểm Xã Hội (Shakai Hoken 社会保険)  
Phạm vi không sử dụng được Bảo Hiểm Sức Khỏe  
Bảo Hiểm Chăm Sóc (dành cho người lớn tuổi cần được chăm sóc - Kaigo Hoken 介護保険)  
Những loại Bảo Hiểm khác liên hệ đến Y-Tế  
Hệ Thống Tương Trợ Y-Tế do các Tổ Chức Dân Lập  
Về việc trợ cấp Y-Tế

## 3. Sức khỏe của Em bé và người Mẹ

Khi mang thai  
Sau khi sanh em bé  
Để cơ thể và tinh thần được khỏe mạnh  
Về các bệnh tật truyền nhiễm

## 4. Có thể hỏi thăm ở đâu ? (về sức khỏe và bệnh tật)

Khi cần bàn thảo hoặc thông dịch bằng các ngoại ngữ (Phòng Giải Đáp Thắc Mắc dành cho Ngoại Kiều)  
Hỏi thăm về các quy chế xã hội (Toà hành chánh, Văn phòng bảo hiểm xã hội, Văn phòng giám sát điều kiện lao động, các Phòng Y-tế địa phương v..v... )  
Các cơ quan Y-tế khám bệnh khẩn vào ngày nghỉ (hoặc ban đêm)

## 5. Những tài liệu giấy tờ tiện dụng nào cần phải giữ trong nhà ?

# 1. KHI BỊ BỆNH THÌ PHẢI LÀM SAO? KHI MUỐN ĐI KHÁM BỆNH THÌ PHẢI LÀM THẾ NÀO?

## 1) **Khi bị bệnh khẩn cấp**

- Khi cấp kỳ bị bệnh hoặc bị thương  
Có thể dùng điện thoại gọi xe cứu thương (Số điện thoại 119)※Việc sử dụng xe cứu thương sẽ không mất tiền (miễn phí)  
Khi gọi, hãy nói rõ bằng tiếng Nhật: tên họ, địa chỉ, những điểm dễ nhận ra ở gần nhà, số điện thoại v.v...
- Khi cấp kỳ bị bệnh vào ngày nghỉ hoặc ban đêm  
Chúng ta có thể tìm đến các nơi nhận khám và trị bệnh vào ngày nghỉ (hoặc ban đêm)( Kyujitsu Yakan Kyukan shinryo-sho).  
Giờ nhận khám bệnh sẽ được quy định theo từng cơ sở, cần phải biết sẵn. Những vị hiện đang sinh sống tại thị-xã Yokohama, Kawasaki, Kamakura hoặc Sagami-hara, có thể gọi điện thoại (bằng tiếng Nhật) đến các Trung tâm Thông tin Y-tế Khẩn cấp tại địa phương (Kyukyū Iryo Joho Senta). Vào bất cứ giờ nào (làm việc 24/24), các nơi này sẽ giới thiệu bệnh viện cần thiết cho quý vị (bằng tiếng Nhật).

T/t Thông tin Y-tế Khẩn Yokohama-shi Đt: 045-201-1199 / T/t Thông tin Y-tế Khẩn Kawasaki-shi Đt: 044-222-1919  
T/t Thông tin Y-tế Khẩn Kamakura-shi Đt: 0467-24-0099 / T/t Thông tin Y-tế Khẩn Sagami-hara-shi Đt: 0427-56-9000

## 2) **Những kiến thức căn bản về cơ quan y-tế tại Nhật**

Hiện nay, bệnh nhân thường có khuynh hướng tập trung vào các bệnh viện lớn. Do đó để tránh tình trạng này, đề nghị nên đến khám tại các y-viện (I-in /phòng mạch, phòng khám bệnh), và khi nào cần phải chữa trị một cách chuyên môn hơn thì mới đến các bệnh viện lớn. Thông thường, quý vị có thể hỏi bất cứ gì về bệnh tật tại các bệnh viện gần nhà (phòng mạch, phòng khám bệnh), và lại việc có được một bác sĩ thường đi khám cho mình cũng là việc rất quan trọng.

- Y-viện (phòng mạch, phòng khám bệnh): Là bệnh viện nhỏ có khoảng 20 giường bệnh hoặc ít hơn dành cho bệnh nhân cần nhập viện (có nơi cũng không có). Nhận khám các bệnh có bệnh trạng nhẹ.
- Bệnh viện: Là những bệnh viện có đầy đủ các thiết bị khám bệnh, hoặc nhận bệnh nhân nhập viện, có nơi có tình trạng là nếu không có giấy giới thiệu từ các y-viện có thể bệnh nhân phải trả thêm tiền.



## 3) **Khi đi khám bệnh**

Tiến trình thông thường từ lúc lần đầu đi khám bệnh (có thể hơi khác nhau tùy bệnh viện, y-viện)

- 【Bị bệnh】** ● Tìm bệnh viện, y-viện. Nếu cần thông dịch, hãy nhờ một người thông dịch.
- ↓
- 【Nhận đơn】** ● Trao các giấy tờ cần thiết tại phòng nhận (uketsuke) như: Đơn xin khám (Jushin Moshikomi-sho), Thẻ Bảo Hiểm Sức Khỏe (Hoken-sho), giấy giới thiệu (Shokai-jo) nếu có (ở bệnh viện lớn, nếu không có giấy giới thiệu có thể tốn thêm tiền).
- ↓
- 【Khám bệnh】** ● Điền vào phiếu các câu hỏi về bệnh sử (monshin-hyo)(ghi các chi tiết như: bệnh sử, bệnh trạng hiện đang có, các loại dị ứng v.v... ).
- Khám bệnh (nếu cần thiết sẽ được xét nghiệm, xử trí y-khoa)
- Hẹn khám kỳ tới (Khi cần phải khám, xét nghiệm hoặc cho thuốc v.v... )  
Khi y phí trả trong 1 tháng trở thành số tiền lớn (thông thường là vượt quá 63.600 yen), thì sẽ được trợ cấp một phần y-phí. Lại nữa, nếu trong 1 năm tổng số y-phí đã trả vượt quá 100.000 yen, có thể tiền thuế thu nhập sẽ được giảm. Trong cả hai trường hợp nói trên cần phải có biên lai chứng minh (nên giữ lại tất cả các biên lai đã chi trả). Muốn biết thêm chi tiết xin hỏi tại các cơ quan hành chính (shi/ku-yakusho).
- ↓
- 【Trả tiền】**
- Trường hợp không có thẻ Bảo Hiểm Sức Khỏe, số tiền trả bệnh viện sẽ cao.

↓  
【Phòng thuốc】

Ví dụ: Khi tổng chi phí phải trả là 3.000 yen (Xin lưu ý là số % có thể thay đổi sau này)  
Khi không có thẻ bảo hiểm: 3.000~6.000 yen (bệnh viện sẽ tự tính)  
Với Bảo Hiểm Sức Khỏe Quốc Dân: 900 yen (người đứng tên bảo hiểm 30%)  
Với Bảo Hiểm Xã Hội: 600 yen (người đứng tên bảo hiểm 20%)  
Với thẻ Bảo Hiểm Sức Khỏe MF-MASH: 900 yen (người đứng tên bảo hiểm 30%)  
(※ Xin xem trang số 24 )

- Phòng Thuốc (Yakkyoku) của bệnh viện (Phòng Thuốc ở trong bệnh viện)  
Trả chi phí khám bệnh chung với tiền thuốc ở quầy tính tiền (Kaikai)
- Phòng Thuốc ngoài bệnh viện (Phòng Bảo Chế Thuốc / Shohosen Yakkyoku: Phòng Thuốc ở ngoài bệnh viện)  
Đem toa thuốc (shohosen) mà bệnh viện phát, đến Phòng Thuốc. Trình toa thuốc và thẻ Bảo Hiểm (nếu là lần đầu, sẽ cần phải ghi tên họ, có bị dị ứng hay đang có thai hay không). Nhận thuốc và trả tiền thuốc (tiền mặt)

※ Khi đến tái khám, hãy đến máy ghi danh tái khám (saishinki: là máy ghi và phát thẻ khám bệnh cho bệnh nhân đến tái khám), hoặc đến ghi danh tại phòng nhận (uketsuke) của chuyên khoa muốn khám. Sau đó tuân tự sẽ giống như trên.

#### 4) **Khi phải nhập viện**

Thông thường các chi tiết như: ngày giờ nhập viện, những vật dụng cần thiết, giấy bảo đảm (hosho-sho) hoặc những điều lưu ý v.v... sẽ được cho biết trước.

↓  
【Lập Thủ tục】

- Điền vào mẫu đơn xin nhập viện, và trao những giấy tờ cần thiết (thẻ Bảo Hiểm Sức Khỏe, thẻ khám bệnh, giấy bảo đảm).

↓  
【Trong bệnh viện】

- Nếu thấy cần thiết, xin báo cho chuyên viên dinh dưỡng về tập quán ăn uống, hoặc vấn đề tôn giáo v.v...
- Nếu có điều gì cần phải cho người cùng phòng biết, hãy nhờ qua y tá.
- Hãy giữ đúng giờ giấc thăm viếng, tránh việc làm phiền người khác.
- Có thể có việc hạn chế thăm viếng tại các khu nội trú dành cho trẻ em.
- Khi phải giải phẫu, bác sĩ sẽ giải thích trước, sau đó sẽ phải ký (đóng dấu) vào Giấy Đồng Ý Giải Phẫu (Shujutsu Shodaku-sho).
- Trường hợp có những điều không rõ, nên hỏi cho đến khi hiểu rõ, không nên ngại.
- Ở nơi có nhân viên phục vụ xã hội (Sosharu Waka ソーシャルワーカー), có thể bàn thảo với người này
- Trả tất cả chi phí khi nhập viện, rời rời bệnh viện

↓  
【Thoái viện】

#### 5) **Ở bệnh viện hoặc y viện, xin lưu ý những điều sau đây**

- ① Khi thấy lo lắng bất an về ngôn ngữ, xin hãy sử dụng quy chế về thông dịch (ở những nơi có quy chế này) hoặc dẫn theo người thông dịch.
- ② Có điều gì không rõ, nên hỏi ngay.
- ③ Hãy nhờ bác sĩ giải thích một cách dễ hiểu về kết quả khám bệnh, thuốc men v.v... cho đến khi hiểu rõ.
- ④ Giữ đúng giờ hẹn và giờ thăm hỏi thân nhân.
- ⑤ Không sử dụng máy điện thoại cầm tay (keitai denwa 携帯電話/ PHS)
- ⑥ Về viện phí, hoặc có điều khó khăn hoặc khi không hiểu rõ về các quy chế mình có thể lợi dụng được, hãy hỏi nhân viên phục vụ xã hội (Sosharu Waka ソーシャルワーカー).
- ⑦ Về các quy chế có tại Nhật Bản, thông thường nếu tự mình không đòi hỏi thì không nhận được; do đó, việc hiểu biết về hệ thống quy chế rất cần thiết. Khi không hiểu, hãy hỏi nhân viên phục vụ xã hội (Sosharu Waka ソーシャルワーカー).

※ Việc bàn thảo, giải đáp thắc mắc sẽ miễn phí. Nội dung bàn thảo sẽ được giữ kín. Vì thế, để có thể an tâm trong việc chữa trị bệnh, việc sử dụng một cách tự nhiên đối với các cơ quan giải đáp thắc mắc, hoặc các nhân viên phục vụ xã hội (Sosharu Waka ソーシャルワーカー) là điều rất quan trọng.

## 2. CÓ NHỮNG QUY CHẾ Y-TẾ NÀO?

Để phòng cho những lúc bị bệnh hoặc bị thương, tất cả mọi người cùng nhau đóng góp tiền bạc, lập thành một quy chế tương trợ, đó là Bảo Hiểm Xã Hội (Shakai Hoken 社会保険) và Bảo Hiểm Sức Khỏe Quốc Dân (Kokumin Kenko Hoken 国民健康保険). Vì vậy, cần phải gia nhập vào một trong các loại Bảo Hiểm Sức Khỏe nói trên.

### 1) **Bảo Hiểm Sức Khỏe Quốc Dân (国民健康保険 Kokumin Kenko Hoken) (gọi tắt là kokuho)**

- Nếu gia nhập Bảo Hiểm Sức Khỏe Quốc Dân (Kokumin Kenko Hoken 国民健康保険国民健康保険)

- ① Khi đi khám và chữa bệnh, chỉ phải trả có 30% tiền y-phí. (Nếu không có bảo hiểm sẽ phải tự trả hoàn toàn)
  - ② Người gia nhập Bảo Hiểm Sức Khỏe, khi sinh con sẽ được trợ cấp một khoản tiền 300.000 yen là tiền phụ cấp trả một lần cho việc sinh con và nuôi con (shussan ikujii ichiji-kin).
  - ③ Người gia nhập Bảo Hiểm Sức Khỏe, khi qua đời sẽ được trợ cấp một khoản tiền 70.000 yen là tiền phụ cấp dành cho việc tang táng.
- ※ Ngoài ra, còn những phụ cấp khác. Muốn biết chi tiết, xin liên lạc về Ban Bảo Hiểm Sức Khỏe Quốc Dân (Kokumin Kenko Hoken 国民健康保険-kakari 国民健康保険係) tại các ty hành chính địa phương.

- Để gia nhập Bảo Hiểm Sức Khỏe Quốc Dân

Xin đến làm thủ tục tại văn phòng Ban Bảo Hiểm Sức Khỏe Quốc Dân (Kokumin Kenko Hoken 国民健康保険-kakari 国民健康保険係) ở các ty hành chính địa phương. Sau khi đã đăng ký ngoại kiều (gaikokujin toroku 外国人登録), người nào cần, nên nhanh chóng làm thủ tục. Ngoài ra, khi không còn được vào Bảo Hiểm Xã Hội (Shakai Hoken 社会保険社会保険), cũng cần làm thủ tục gia nhập Bảo Hiểm Sức Khỏe Quốc Dân.

Những giấy tờ cần thiết:

- Thẻ đăng ký ngoại kiều (gaikokujin torokusho 外国人登録書) hoặc giấy chứng nhận đã đăng ký (toroku sumi shomei-sho 登録すみ証明書)
- Con dấu (inkan 印鑑)(nếu không có con dấu, có thể sử dụng chữ ký)
- Giấy tờ chứng minh đã ở Nhật trên 1 năm như: hộ chiếu (passport パスポート), giấy chứng minh đang đi học (zaigaku shomeisho 在学証明書), hoặc bản kế hoạch tu nghiệp (kenshu keikakusho 研修計画書 v.v...)

- Thẻ Bảo Hiểm Sức Khỏe Quốc Dân (kokumin hoken-sho 国民保険証)

Khi gia nhập bảo hiểm sức khỏe này, mỗi một gia đình (setai 世帯) sẽ được cấp phát một thẻ bảo hiểm (gọi tắt là Hoken-sho 保険証). Khi đi khám và chữa bệnh, phải nhớ đem theo thẻ này.

- Đóng tiền Bảo Hiểm Sức Khỏe Quốc Dân

Về việc đóng tiền bảo hiểm này, các cơ quan hành chính sẽ gửi đến quý vị giấy yêu cầu đóng tiền (nofu-sho 納付書). Quý vị cầm giấy này đến đóng tại ngân hàng hoặc bưu điện.

- Những người không được gia nhập Bảo Hiểm Sức Khỏe Quốc Dân

- ① Người không đăng ký ngoại kiều, ② Người không có tư cách lưu trú (không được phép lưu trú), ③ Người lưu trú ngắn hạn, ④ Người đã gia nhập một loại bảo hiểm sức khỏe khác, ⑤ Người đang nhận trợ cấp an sinh xã hội (seikatsu hogo 生活保護)

- ※ Mọi thắc mắc: Xin liên lạc về cơ quan hành chính (yaku-sho) tại nơi đang sinh sống (bằng tiếng Nhật)  
(Xem trang số 27.)

### 2) **Bảo Hiểm Xã Hội (Shakai Hoken 社会保険) (gọi tắt là shaho 社保)**

Người có thể gia nhập vào loại bảo hiểm sức khỏe này là người đang làm tại hãng xưởng có quy chế Bảo Hiểm Xã Hội. Thủ tục gia nhập sẽ làm tại hãng. (Trường hợp hãng không có quy chế bảo hiểm này, quý vị sẽ phải gia nhập Bảo Hiểm Sức Khỏe Quốc Dân - Kokumin Kenko Hoken 国民健康保険). Và cũng giống như Bảo Hiểm Sức Khỏe Quốc Dân, quý vị cũng có thể nhận được các loại phụ cấp. Việc đóng tiền bảo hiểm này sẽ đồng thời đóng chung với tiền Bảo Hiểm Huu Bổng (Kosei Nenkin Hoken 厚生年金, là tiền hưu bổng bảo đảm sinh hoạt khi về già), cả hai sẽ được trích từ tiền lương hàng tháng của người gia nhập.

- ※ Mọi thắc mắc: Xin liên lạc về Văn phòng Bảo Hiểm Xã Hội (Shakai Hoken jimusho 社会保険事務所) (bằng tiếng Nhật)  
(Xem trang số 28.)

### 3) **Phạm vi không sử dụng được Bảo Hiểm Xã Hội**

Bảo Hiểm Xã Hội sẽ không sử dụng cho các trường hợp như: mang thai và sinh nở bình thường; phá thai (chu-zetsu) vì lý do kinh tế; khám sức khỏe (kenko shidan) hoặc khám sức khỏe toàn phần (ningen dokku); làm đẹp răng hoặc làm đều răng; bị thương khi đang làm việc hoặc tai nạn xe cộ; châm cứu - bấm bóp (trường hợp được chấp nhận là việc cần thiết cho việc điều trị bệnh tật, sẽ được xem là đối tượng sử dụng bảo hiểm này); giường bệnh giá đặc biệt; tiền ăn trong thời gian nhập viện; những xét nghiệm - phẫu thuật, trị liệu hoặc thuốc nằm ngoài phạm vi bảo hiểm.

#### 4) **Bảo Hiểm Chăm Sóc (dành cho người lớn tuổi cần được chăm sóc - Kaigo Hoken 介護保険)**

Quy chế Bảo Hiểm Chăm Sóc (Kaigo Hoken 介護保険) sẽ được dành cho người lớn tuổi hoặc bệnh tật cần được chăm sóc. Những người trên 40 tuổi và đang gia nhập một trong những loại bảo hiểm sức khỏe, sẽ phải đóng tiền bảo hiểm này coi như là 1 gói bảo hiểm (1 set).

● Những đối tượng được hưởng bảo hiểm này

- Những người từ 40 tuổi trở lên, và mắc một trong những bệnh tật dưới đây:

Một trong 15 thứ bệnh như: bệnh tật về mạch máu não (xuất huyết não - noshukketsu, nghẹt mạch máu não - nokosoku v.v...), bệnh tiểu đường (tonyubyo), phong thấp cơ mạn tính (mansei kansetsu ryumachi), bệnh lú lẫn (arutsu haima) ...

- Những người từ 65 tuổi trở lên, và cần phải được chăm sóc (không thể tự lo được cho bản thân)

● Chi phí cho việc phục vụ chăm sóc và việc phân định cấp độ cần chăm sóc

Để được phục vụ chăm sóc, trước hết sẽ được phân định cấp độ cần được chăm sóc. Dựa theo đó, ngoài phần đóng bảo hiểm sẽ phải trả tiền phục vụ (ít hay nhiều tùy theo độ nặng hay nhẹ).

※ Mọi thắc mắc: Xin liên lạc về cơ quan hành chính (yaku-sho) tại nơi đang sinh sống (bằng tiếng Nhật) (Xem trang số 27.)

#### 5) **Những loại Bảo Hiểm khác liên hệ đến Y-Tế**

● **Quỹ Hữu Bổng (Nenkin 年金)**

Có hai loại: Quỹ Hữu Bổng Quốc Dân (Kokumin Nenkin 国民年金) và Quỹ Hữu Bổng Xã Hội (Kosei Nenkin 厚生年金), dành để bảo đảm cuộc sống khi về già hoặc khi không thể làm việc vì bệnh tật hoặc thương tật.

Mọi thắc mắc:

Kokumin Nenkin: Xin liên lạc về cơ quan hành chính (yaku-sho 役所) tại nơi đang sinh sống (bằng tiếng Nhật) (Xem trang số 27.)

Kosei Nenkin: Xin liên lạc về Văn phòng Bảo Hiểm Xã Hội (Shakai Hoken jimusho 社会保険事務所) (bằng tiếng Nhật) (Xem trang số 28.)

● **Bảo Hiểm Tai Nạn Lao Động (Rosai Hoken 労災保険)**

Khi bị thương tật hoặc bệnh tật do công việc,

#### 6) **Hệ Thống Tương Trợ Y-Tế do các Tổ Chức Dân Lập** (khi không thể gia nhập Bảo Hiểm Y-tế)

● **Hội Tương Trợ Y-tế Minato-machi (Minato-machi Kenko Gojo-kai / MF-MASH)**

Đây là một loại bảo hiểm y-tế dành cho các đối tượng không thể gia nhập Bảo Hiểm Xã Hội (Shakai Hoken 社会保険) hoặc Bảo Hiểm Sức Khỏe Quốc Dân (Kokumin hoken), cứ mỗi tháng nộp 2.000 yen hội phí thì sẽ trở thành hội viên (riêng khi gia nhập hội phải đóng 3 tháng hội phí, cho lần đầu). Người hội viên, nếu đi khám bệnh tại những phòng khám bệnh hoặc y viện có tham gia Hội Tương Trợ này, sẽ được khám và chữa bệnh với chi phí là 30% (so với tổng số y phí phải trả nếu không tham gia bảo hiểm y-tế). Giống như chế độ bảo hiểm y-tế khác, hội phí cần phải được nộp hàng tháng.

● Các Y Viện có tham gia MF-MASH

**Tên Y-Viện**

**Địa chỉ**

**Các loại ngôn ngữ sử dụng**

**Minato-machi Shinryo-sho**

Yokohama-shi, Kanagawa-ku, Kinko-cho 7-6  
TEL 045-453-3673

tiếng Anh : thứ Hai ~ thứ Bảy  
Tây-ban-nha : thứ Hai, thứ Ba (14:00~17:00)  
Ba-tử : thứ Tư, thứ Năm  
Bồ-đào-nha: thứ Hai (14:00~17:00)  
Pháp ngữ : buổi sáng thứ Ba của tuần lễ thứ 2 và thứ 4  
Phi-luật-tân : thứ Hai, thứ Ba và thứ Sáu

Mọi thắc mắc về MF-MASH, xin liên lạc về  
**Minato-machi Shinryo-sho**

**Isezaki Kurinikku**

Yokohama-shi, Isezaki-cho 3-107k  
Bldg Isezaki (lầu 2)  
TEL 045-251-8622

Tiếng Anh và tiếng Trung quốc

**Yokosuka Chuoh Shinryo-sho**

Yokosuka-shi, Wakamatsu-cho 1-16  
Suzuman Bldg (lầu 3)  
TEL 0468-23-8691

tiếng Anh và tiếng Tây-ban-nha

**Jujoh Tori Hn**

Yamato-shi, Minami Rinkan 8-23-8  
TEL 0462-74-5884

tiếng Anh và tiếng Đức



## 7) Về việc trợ cấp Y-Tế

Trường hợp gia nhập Bảo Hiểm Xã Hội (Shakai Hoken 社会保険) hoặc Bảo Hiểm Sức Khỏe Quốc Dân (Kokumin hoken), sẽ có nhiều quy chế được trợ cấp từ công quỹ (hành chính) như vấn đề y-phí v.v... Vì thế chúng ta cần phải thấu thập các thông tin về các loại quy chế, dùng các lợi điểm trong quy chế để bảo vệ sức khỏe của chính mình. Đặc biệt là các chứng bệnh như Lao, AIDS cần được khám nghiệm một cách định kỳ.

Mọi thắc mắc: Xin liên lạc về ty y-tế địa phương (hokens-sho) (trang 29 ) hoặc tại các phòng hoặc ban trách nhiệm (trang 27 ) trong cơ quan hành chính (yaku-sho) (bằng tiếng Nhật).

## 3 SỨC KHỎE CỦA EM BÉ VÀ CỦA NGƯỜI MẸ

### 1) Khi mang thai

#### ● Sổ tay Sức khỏe Bà mẹ và Em bé (Boshi Kenko techo 母子健康手帳)

Quyển Sổ tay Sức khỏe Bà mẹ và Em bé (gọi tắt là Boshi techo 母子手帳) sẽ được cấp phát tại cơ sở hành chính hoặc ty y-tế địa phương (hoken-sho 保健所) nơi đang sinh sống. (Hiện nay, đã có những bản dịch của quyển sổ tay này bằng các ngôn ngữ: Anh, Đại Hàn, Tây-ban-nha, Bồ-đào-nha v.v...). Đây là quyển sổ rất quan trọng ghi chép tình trạng sức khỏe của người mẹ và em bé, những lần tiêm chủng phòng bệnh v.v... Trong đó có kèm theo phiếu được miễn phí dành cho việc kiểm tra sức khỏe của người mẹ (2 lần) và của em bé, cũng như cho việc chủng ngừa. Đối với những bé sinh ra ở nước ngoài cũng có thể nhận sổ tay này tại cơ sở hành chính hoặc ty y-tế địa phương (hoken-sho 保健所).

#### ● Nhập viện để sanh nở

Ở Nhật Bản, thời gian nhập viện để sanh nở là khoảng 1 tuần. Phí tổn sanh nở sẽ cần vào khoảng 300.000 ~ 500.000 yen. Sau khi sanh, hãy đến phòng Bảo Hiểm Sức Khỏe (kenko hoken 健康保険) trong tòa hành chính, để làm đơn xin phụ cấp sanh nở (shussan kyufu kin no shinsei 出産給付金の申請). Khoảng 1 đến 2 tháng sau, người mẹ sẽ nhận được số tiền phụ cấp sanh nở (shussan kyufu kin 出産給付金) là 300.000 yen.

#### ● Quy chế trợ giúp sản phụ

Khi thu nhập quá thấp, không đủ sức chi cho việc sanh nở, sẽ có các cơ sở (bệnh viện) để người mẹ an tâm sinh nở. Hãy đến Ban Bảo Hiểm Sức Khỏe và Phúc Lợi (hoken fukushi-ka 保健福祉課) để bàn thảo với người trách nhiệm về việc này.

### 2) Khi sanh em bé

#### ● Giấy khai sanh (shussei todoke 出生届)

Ở Nhật Bản, trong vòng 14 ngày sau khi sanh phải làm giấy khai sanh (shussei todoke / shussei shomei-sho 出生届・出生証明書) tại cơ quan hành chính địa phương (shi/sho/son yaku-sho 市町村役所), khi đi nộp đơn nhỏ đem theo Sổ tay Sức khỏe Bà mẹ và Em bé (Boshi techo 母子手帳) và thẻ Bảo Hiểm Y-tế (hoken-sho 保険証).

#### ● Việc phục vụ cho sức khỏe của trẻ sơ sinh

Ở Nhật Bản, theo sự phát triển của các trẻ sơ sinh, việc kiểm tra sức khỏe và hướng dẫn bảo vệ sức khỏe cho các em sẽ được phục vụ miễn phí. Về việc kiểm tra sức khỏe cho các em, xin liên lạc về Phòng Trách Nhiệm Sức Khỏe Cho Bà Mẹ và Em Bé (Boshi kenko tanto-ka 母子健康担当課) tại các cơ quan hành chính địa phương (shi/cho/son - yakusho 市町村役所); về việc giải đáp thắc mắc nuôi dưỡng hoặc theo dõi chữa trị cho trẻ sanh thiếu tháng, xin liên lạc về Phòng Trách Nhiệm Bảo Vệ Sức Khỏe Bà Mẹ và Em Bé (Boshi hoken tanto-ka 母子保健担当課) tại các Ty Y-tế địa phương (hoken-sho 保健所).

#### ● Chủng ngừa (Yobo sesshu 予防接種)

Việc chủng ngừa được áp dụng để đề phòng cho các em nhỏ khỏi bị mắc các thú bệnh. Các em có thể đến chủng ngừa tại ty y-tế địa phương (hoken-sho 保健所) hoặc tại các cơ sở y-tế (bệnh viện) hiệp tác trong việc chủng ngừa, khi đến chủng ngừa hãy sử dụng phiếu chủng ngừa miễn phí (yobo sesshu yoshin-hyo / sesshu-ken 予防接種予診票・接種券) đính kèm trong Sổ tay Sức khỏe Bà mẹ và Em bé (boshi techo 母子手帳). Tuy nhiên cũng có những loại chủng ngừa phải trả tiền.

Miễn phí	Chủng ngừa cá biệt (tại các bệnh viện hiệp tác chủng ngừa)	Hỗn hợp 3 loại (Bạch hầu / Ho gà / Uốn ván), Hỗn hợp 2 loại (Bạch hầu / Uốn ván), Ban đỏ (sởi Đứ), Sởi, Viêm não Nhật Bản
	Chủng ngừa tập thể (tại các ty y-tế địa phương)	Bại liệt trẻ em, xét nghiệm phản ứng bệnh Lao và chủng ngừa bệnh Lao (BCG)
Phải trả tiền	Việc chủng ngừa các bệnh như: bệnh quai bị, đậu mùa, chủng ngừa bệnh cúm sẽ được thực hiện tại các cơ sở y-tế (bệnh viện). Y phí cho việc chủng ngừa này sẽ trong khoảng từ 5000~8000yen	

### 3) Để có một thân thể và tinh thần khỏe mạnh

Ở Nhật Bản, để cho tất cả được khỏe mạnh trong đời sống hằng ngày, người ta thực hiện các việc bàn thảo, giải đáp thắc mắc, khám sức khỏe hoặc giáo dục về sức khỏe tại các ty y-tế địa phương.

#### ● Về sức khỏe

Việc hỏi thăm về phòng tránh bệnh tật, giữ sức khỏe được thực hiện miễn phí bằng tiếng Nhật. Việc kiểm tra sức khỏe cơ bản (kison kenko shinsa 基本健康診査) cho quý vị trên 40 tuổi sẽ được miễn phí (các mục đã được quy định kiểm tra bệnh người lớn). Tuy nhiên việc khám sức khỏe tổng quát (không thuộc quy định trên: kenshin-検診) sẽ phải trả khoảng 200~3000 yen, tùy nơi.

#### —Khám sức khỏe dành cho người trên 40 tuổi—

Kiểm tra sức khỏe cơ bản      Hỏi bệnh, đo chiều cao, đo huyết áp, thử nước tiểu, xét điện tâm đồ, kiểm tra đáy mắt, kiểm tra thiếu máu, kiểm tra lượng đường trong máu v.v...

Kiểm tra ung thư (phải trả tiền)      xét nghiệm ung thư bao tử, xét nghiệm ung thư phổi, xét nghiệm ung thư đại tràng, xét nghiệm ung thư tử cung, xét nghiệm ung thư vú

#### ● Bàn thảo hỏi thăm về vấn đề bệnh tâm lý

Về các vấn đề liên hệ đến bệnh tâm lý, các nơi dưới đây có thể bàn thảo bằng các ngôn ngữ như: tiếng Anh, tiếng Tây-ban-nha, tiếng Bồ-đào-nha.

Ngôn ngữ	Danh xưng	Điện thoại	Giờ có thể đáp ứng v.v...
Anh ngữ	TELL ( Tokyo English Life Line)	03-3498-0246	24 tiếng đồng hồ (trơn ngày)
Tây-ban-nha	LAL (Linea de Apoyo al Latino)	045-336-2477 0120-66-2477	thứ Tư (10:00~14:00, 19:00~21:00) thứ Năm / thứ Sáu (19:00~21 : 00) thứ Bảy (12 : 00~21 : 00)
Bồ-đào-nha	LAL (Linha de Apoio aos Latinos)	045-336-2488 0120-66-2488	thứ Tư (10 : 00~21 : 00) thứ Bảy (12 : 00~21 : 00)

Ngoài ra, nếu biết tiếng Nhật, có thể đến Trung tâm Phúc lợi Bảo vệ Tinh thần thuộc tỉnh Kanagawa (Kenritsu seishin hoken fukushi senta 県立精神保健福祉センター), (TEL: 045-821-8822) hoặc ty y-tế địa phương (hoken-sho 保健所).

#### ● Bệnh ghiền rượu

Có thể đến bàn thảo với nhân viên phục vụ xã hội (Sosharu Waka ソーシャルワーカー) hoặc bác sĩ chuyên khoa thần kinh tại văn phòng Phúc lợi Bảo vệ Sức khỏe (hoken fukushi jimusho 保険福祉事務所). Việc giải đáp thắc mắc sẽ miễn phí.

### 4) Về các bệnh lây nhiễm

Ở Nhật Bản luật pháp đã quy định rằng: tùy theo loại bệnh lây nhiễm, người mắc bệnh có thể bị hạn chế việc làm, khuyến cáo phải nhập viện và chữa trị tại bệnh viện được chỉ định chuyên về bệnh lây nhiễm. Ngoài ra, nếu thấy cần thiết, sẽ thực hiện việc tẩy độc khử trùng nơi người bệnh sinh sống.

#### ● Phòng chống và kiểm tra bệnh Lao (kekaku 結核)

Khi một người có tình trạng giống như là bị cảm kéo dài khoảng 2 tuần, có ho và ra đàm liên tục, sốt nóng kéo dài và đàm có lẫn máu; người đó cần phải đi khám nghiệm bệnh Lao. Người ngoại quốc sinh sống trong tỉnh Kanagawa được quyền khám nghiệm bệnh Lao miễn phí. Xin liên lạc về các ty y-tế địa phương (hoken-sho 保健所) để biết thêm chi tiết.

#### ● Phòng chống và kiểm tra bệnh AIDS (Liệt kháng-Eizu エイズ)

AIDS (Hội chứng bị mất sức miễn dịch do mắc phải vi trùng) là bệnh xảy ra khi bị nhiễm vi trùng HIV. Có thể đi khám nghiệm tại các ty y-tế địa phương (hoken-sho 保健所/ miễn phí), hoặc tại bệnh viện (phải trả y phí). Người đi khám không cần khai tên, kết quả khám sẽ chỉ thông báo trực tiếp cho chính người đó, tất cả những thông tin về cá nhân sẽ được giữ bí mật..

#### Các Trung tâm Bảo vệ Sức Khỏe kiểm tra bệnh AIDS vào ban đêm.

Tên Trung Tâm	Ngày Thứ	Giờ khám	Cần lấy hẹn	Cách đi	Điện thoại
Hodogaya Hokenjo	Năm	18:00~19:30 h	Không	2 phút đi bộ từ ga Hoshikawa Station (Sotetsu -sen)	045-334-6344
Naka Hokenjo	Tứ	18:00~19:30 h	Không	7 phút đi bộ từ ga Ishikawa Station (JR).	045-224-8332
Kekkaku Yobo Kai - Chuo Kenko Soudanjo	Bảy	14:00~18:00 h	Không	7 phút đi bộ từ ga Bandobashi Station (xe điện ngầm).	045-251-2374
Yamato Hoken Fukushi Jimusho	Ba	17:00~20:00 h	Cần	5 phút đi bộ từ ga Yamato (Sotetsu, Odakyu -sen)	046-261-2948
Yokosuka-shi Hokenjo	Thứ Tư (tuần thứ 2)	16:00~19:30h	Cần	5 phút đi bộ từ ga Yokosuka St.JR	0468-22-4300

Có thể lấy hẹn qua điện thoại (dùng tiếng Nhật). Không nhận hẹn vào các ngày cuối và đầu năm (từ 28/12 ~ 3/1).

Dưới đây là một số cơ sở yểm trợ về mặt tinh thần cho người bị nhiễm HIV và gia đình của người ấy.

Tiếng Anh  
Tây-ban-nha  
Bồ-đào-nha  
tiếng Nhật

TELL ( Tokyo English Life Line)  
CRIATIVOS  
Eizu Netto Waku Yokohama

03-3498-0246  
045-360-2094  
03-3369-7110  
045-262-8811

24 tiếng đồng hồ (trọn ngày)  
thứ Tư (18 : 00~21 : 00)  
thứ Bảy (15 : 00~18 : 00)

## **4 NẾU CÓ THẮC MẮC THÌ HỎI Ở ĐÂU ?**

(Xin lưu ý: những thông tin dưới đây có thể bị thay đổi, do đó cần liên lạc hỏi rõ trước khi đi đến.)

### **1) Khi muốn bàn thảo bằng các loại ngôn ngữ hoặc khi muốn nhờ thông dịch v.v... (Tại các văn phòng giải đáp thắc mắc và bàn thảo dành cho người ngoại quốc)**

Danh xưng	Nội dung bàn thảo	Ngôn ngữ	Ngày bàn thảo	Giờ	TEL
Kanagawa Kenmin Center Kenmin-no-koe Soudanshitsu	Bàn thảo dành cho tỵ nạn Đông Dương	Nhật ngữ (có thông dịch)	thứ Ba~thứ Năm	9:00~16:00	(045)410-3131
Izumi Kuyakusho Kumin Soudanshitsu	Giải đáp thắc mắc tổng quát	Việt	thứ Sáu	9:00~16:00	(045)800-2334
	Bàn thảo dành cho tỵ nạn Đông Dương	Nhật ngữ (có thông dịch)	thứ Sáu	9:00~16:00	(045)801-3738
Hodogaya-ku Kokusai Koryu Comer	Giải đáp thắc mắc tổng quát	Việt	thứ Hai	10:00~14:00	(045)337-0012

### **2) Muốn hỏi về các quy chế (các nơi dưới đây sẽ sử dụng Nhật ngữ để đối đáp, vì thế khi muốn hỏi hãy nhờ qua người biết tiếng Nhật)**

#### **A) Về Bảo Hiểm Sức Khỏe Quốc Dân (Kokumin Kenko Hoken), Bảo Hiểm Chăm Sóc (Kaigo hoken), Quỹ Hữu Bổng Quốc Dân (Kosei Nenkin) v.v... (tại cơ quan hành chính địa phương)**

Danh xưng	TEL	Danh xưng	TEL	Danh xưng	TEL
Kanagawa Kencho	045-210-1111	Kawasaki-ku Kuyakusho	044-201-3113	Zama Shiyakusho	046-255-1111
Yokohama Shiyakusho	045-671-2121	// Saiwai Kuyakusho	044-556-6666	Minami Ashigara Shiyakusho	0465-74-2111
// Tsurumi Kuyakusho	045-510-1818	// Nakahara Kuyakusho	044-744-3113	Ayase Shiyakusho	0467-77-1111
// Kanagawa Kuyakusho	045-411-7111	// Takatsu Kuyakusho	044-861-3113	Hayama Shiyakusho	0468-76-1111
// Nishi Kuyakusho	045-320-8484	// Miyamae Kuyakusho	044-856-3113	Samukawa Machi Yakuba	0467-74-1111
// Naka Kuyakusho	045-224-8181	// Tama Kuyakusho	044-935-3113	Ooiso Machi Yakuba	0463-61-4100
// Minami Kuyakusho	045-743-8282	// Asao Kuyakusho	044-965-5100	Ninomiya Machi Yakuba	0463-71-3111
// Kounan Kuyakusho	045-847-8484	Yokosuka Shiyakusho	0468-22-4000	Nakai Machi Yakuba	0465-81-1111
// dogaya Kuyakusho	045-334-6262	Hiratsuka Shiyakusho	0463-23-1111	Ooi Machi Yakuba	0465-83-1311
// Asahi Kuyakusho	045-954-6161	Kamakura Shiyakusho	0467-23-3000	Matsuda Machi Yakuba	0465-83-1221
// Isogo Kuyakusho	045-750-2323	Fujisawa Shiyakusho	0466-25-1111	Yamakita Machi Yakuba	0465-75-1122
// Kanazawa Kuyakusho	045-788-7878	Odawara Shiyakusho	0465-33-1302	Kaisei Machi Yakuba	0465-83-2331
// Kouhoku Kuyakusho	045-540-2323	Chigasaki Shiyakusho	0467-82-1111	Hakone Machi Yakuba	0460-5-7111
// Midori Kuyakusho	045-930-2323	Zushi Shiyakusho	0468-73-1111	Manazuru Machi Yakuba	0465-68-1131
// Totsuka Kuyakusho	045-866-8484	Sagamihara Shiyakusho	042-754-1111	Yugawara Machi Yakuba	0465-63-2111
// Sakae Kuyakusho	045-894-8181	Miura Shiyakusho	0468-82-1111	Aikawa Machi Yakuba	046-285-2111
// Izumi Kuyakusho	045-800-2323	Hadano Shiyakusho	0463-82-5111	Kiyokawa Mura Yakuba	046-288-1211
// Seya Kuyakusho	045-367-5656	Atsugi Shiyakusho	046-223-1511	Shiroyama Machi Yakuba	042-782-1111
// Aoba Kuyakusho	045-978-2323	Yamato Shiyakusho	046-263-1111	Tsukui Machi Yakuba	042-784-1141
// Tsuzuki Kuyakusho	045-948-2323	Isehara Shiyakusho	0463-94-4711	Sagamiko Machi Yakuba	0426-84-3211
Kawasaki Shiyakusho	044-200-2111	Ebina Shiyakusho	046-231-2111	Fujino Machi Yakuba	0426-87-2111

B) Về Bảo Hiểm Xã Hội (ShakaiHoken) (tại Hãng Bảo Hiểm Xã Hội: đối thoại bằng tiếng Nhật)

Hãng Bảo Hiểm Xã Hội	TEL	Hãng Bảo Hiểm Xã Hội	TEL
Tsurumi Shakai Hoken Jimusho	045-521-2641	Hiratsuka Shakai Hoken Jimusho	0463-22-1515
Kouhoku Shakai Hoken Jimusho	045-546-8888	Atsugi Shakai Hoken Jimusho	046-223-7171
Naka Shakai Hoken Jimusho	045-641-7501	Sagamihara Shakai Hoken Jimusho	042-745-8101
Hodogaya Sakai Hoken Jimusho	045-335-7111	Yokosuka Shakai Hoken Jimusho	0468-27-1251
Minami Shakai Hoken Jimusho	045-742-5511	Fujisawa Shakai Hoken Jimusho	0466-50-1151
Kawasaki Shakai Hoken Jimusho	044-233-0181	Kanagawa Shakai Hoken Jimukyoku	0465-22-1391
Takatsu Shakai Hoken Jimusho	044-888-0111	Odawara Jimusho	

C) Về Bảo Hiểm Tai Nạn Lao Động (tại Sở Giám Sát Bảo Vệ Người Lao Động/ Rodo Kijun Kantoku-sho: đối thoại bằng tiếng Nhật)

Danh xưng	TEL	Danh xưng	TEL
Kanagawa Rodo Kijun Kantoku-sho	045-211-7350	Yokosuka Rodo Kijun Kantoku-sho	0468-23-0858
Yokohama Minami Rodo Kijun Kantoku-sho	045-211-7350	Hiratsuka Rodo Kijun Kantoku	0463-32-4600
Yokohama Kita Rodo Kijun Kantoku-sho	045-474-1251	Fujisawa Rodo Kijun Kantoku-sho	0466-23-6753
Yokohama Nishi Rodo Kijun Kantoku-sho	045-892-3141	Odawara Rodo Kijun Kantoku-sho	0465-22-7151
Tsurumi Rodo Kijun Kantoku-sho	045-501-4968	Atsugi Rodo Kijun Kantoku-sho	0462-28-1331
Kawasaki Minami Rodo Kijun Kantoku-sho	044-244-1271	Sagamihara Rodo Kijun Kantoku-sho	0427-52-2051
Kawasaki Kita Rodo Kijun Kantoku-sho	044-411-3181		

D) Về khám sức khỏe (kenko shindan) của người mẹ và con, hoặc về trợ giúp y phí (Iryohi no enjo) v.v... (Ty y-tế địa phương / hokenjo; các trung tâm phúc lợi và bảo vệ sức khỏe / Fukushi hoken senta, Hoken fukushi jimusho)

	Khu vực	TEL	Khu vực	TEL	
Yokohama-shi Fukushi Hoken center	Tsurumi-ku	045-510-1768	Kawasaki-city	Kawasaki-ku	044-201-3111
	Kanagawa-ku	045-411-7097		Saiwai-ku	044-522-7315
	Nishi-ku	045-320-8401		Nakahara-ku	044-599-1131
	Naka-ku	045-224-8161		Takatsu-ku	044-744-3111
	Minami-ku	045-743-8213		Miyamae-ku	044-861-3111
	Kounan-ku	045-847-8454		Tama-ku	044-856-3111
	Hodogaya-ku	045-334-6381		Asao-ku	044-953-3111
	Asahi-ku	045-954-6115		Yokosuka-shi	0468-22-4300
	Isogo-ku	045-750-2491	Sagamihara-shi	042-754-1111	
	Kanazawa-ku	045-788-7773	Hiratsuka , Naka-gun (Hiratsuka Hoken Fukushi Jimusho)	0463-32-0130	
	Kouhoku-ku	045-540-2317	Kamakura-shi, Zushi-shi, Miura-gun (Kamakura Hoken Fukushi Jimusho)	0467-24-3900	
	Midori-ku	045-930-2308	Fujisawa-shi (Fujisawa Hoken Fukushi Jimusho)	0466-26-2111	
	Aoba-ku	045-978-2341	Odawara-shi, Minami Ashigara-gun (Odawara Hoken Fukushi Jimusho)	0465-22-3135	
	Tsuzuki-ku	045-948-2301	Chigasaki-shi, Kouza-gun (Chigasaki Hoken Fukushi Jimusho)	0467-85-1171	
	Totsuka-ku	045-866-8429	Miura-shi (Misaki Hoken Fukushi Jimusho)	0468-82-6811	
	Sakae-ku	045-894-8409	Hadano-shi, Isehara-shi (Hadano Hoken Fukushi Jimusho)	0463-82-1428	
	Izumi-ku	045-800-2430	Atsugi, Ebina, Zama-shi, Aiko-gun (Atsugi Hoken Fukushi Jimusho)	046-224-1111	
	Seya-ku	045-367-5713	Yamato-shi, Ayase-shi (Yamato Hoken Fukushi Jimusho)	046-261-2948	
			Minami Ashigara-shi, Ashigara Kamigun (Ashigara Kamigun Hoken Fukushi Jimusho)	0465-83-5111	
			Tsukui-gun (Tsukui Hoken Fukushi Jimusho)	042-784-1111	

### 3) Các Phòng Khám Bệnh Khẩn trong Ngày lễ / nghỉ

Danh xưng		TEL	Danh xưng		TEL
Yokohama-shi Yakan Kyubyo Center	Ban đêm	045-212-3535	Yokosuka-shi Kyukyū Iryo Center	Ngày lễ / nghỉ và Ban đêm	0468-24-3001
Tsurumi-ku Kyujitsu Kyukan Shinryojo	Ngày lễ / nghỉ	045-503-3851	Hiratsuka-shi Kyujitsu Yakan Kyukan Shinryojo	Ngày lễ / nghỉ và Ban đêm	0463-34-0311
Kanagawa-ku Kyujitsu Kyukan Shinryojo	Ngày lễ / nghỉ	045-317-5454	Kamakura-shi Ishi-kai Kyujitsu Yakan Kyukan Shinryojo	Ngày lễ / nghỉ và Ban đêm	0467-22-7888
Nishi-ku Kyujitsu Kyukan Shinryojo	Ngày lễ / nghỉ	045-322-5715	Fujisawa-shi Ishi-kai Kyujitsu Yakan Kyubyo Shinryojo	Ngày lễ / nghỉ và Ban đêm	0466-23-5000
Naka-ku Kyujitsu Kyukan Shinryojo	Ngày lễ / nghỉ	045-622-6372	Fujisawa-shi Ishikai Kita Kyujitsu Yakan Kyubyo Shinryojo	Ngày lễ / nghỉ và Ban đêm	0466-88-7301
Minami-ku Kyujitsu Kyukan Shinryojo	Ngày lễ / nghỉ	045-731-2416	Odawara-shi Kyujitsu Yakan Kyukan Shinryojo	Ngày lễ / nghỉ và Ban đêm	0465-47-0823
Kounan-ku Kyujitsu Kyukan Shinryojo	Ngày lễ / nghỉ	045-842-8806	Chigasaki-shi Kyujitsu Kyukan Center	Ngày lễ / nghỉ và Ban đêm	0467-52-1611
Hodogaya-ku Kyujitsu Kyukan Shinryojo	Ngày lễ / nghỉ	045-335-5975	Suwa Ciiki Iryo Center	Ngày lễ / nghỉ và Ban đêm	0468-73-7752
Asahi-ku Kyujitsu Kyukan Shinryojo	Ngày lễ / nghỉ	045-363-2020	Sagamihara Medical Center Kyubyo Shinryojo	Ngày lễ / nghỉ và Ban đêm	042-756-9000
Isogo-ku Kyujitsu Kyukan Shinryojo	Ngày lễ / nghỉ	045-753-6011	Sagamihara Minami Medical Center Kyubyo Shinryojo	Ngày lễ / nghỉ và Ban đêm	042-749-2101
Kanazawa-ku Kyujitsu Kyukan Shinryojo	Ngày lễ / nghỉ	045-782-8785	Hadano-shi Kyujitsu Shinryojo	Ngày lễ / nghỉ và Ban đêm	0463-81-5019
Kouhoku-ku Kyujitsu Kyukan Shinryojo	Ngày lễ / nghỉ	045-433-2311	Atsugi-shi Kyujitsu Yakan Shinryojo	Ngày lễ / nghỉ và Ban đêm	046-222-1259
Midori-ku Kyujitsu Kyukan Shinryojo	Ngày lễ / nghỉ	045-937-2300	Yamato-shi Chiiki Iryo Center Kyujitsu Yakan Kyukan Shinryojo	Ngày lễ / nghỉ và Ban đêm	046-263-3171
Totsuka-ku Kyujitsu Kyukan Shinryojo	Ngày lễ / nghỉ	045-852-6221	Isehara-shi Yakan Shinryojo	Ngày lễ / nghỉ và Ban đêm	0463-93-5019
Sakae-ku Kyujitsu Kyukan Shinryojo	Ngày lễ / nghỉ	045-893-2999	Ebina-shi Kyujitsu Kyukan Shinryojo	Ngày lễ / nghỉ và Ban đêm	046-231-1912
Izumi-ku Kyujitsu Kyukan Shinryojo	Ngày lễ / nghỉ	045-801-2280	Zama-shi Kyujitsu Kyukan Center	Ngày lễ / nghỉ và Ban đêm	046-252-9090
Seya-ku Kyujitsu Kyukan Shinryojo	Ngày lễ / nghỉ	045-302-5115	Zama Ayase Ishi-kai Ayase Kyujitsu Shinryojo	Ngày lễ / nghỉ và Ban đêm	0467-77-5315
Aoba-ku Kyujitsu Kyukan Shinryojo	Ngày lễ / nghỉ	045-973-2707	Tsukui-gun Kyubyo Shinryojo	Ngày lễ / nghỉ và Ban đêm	042-784-5199
Tsuzuki-ku Kyujitsu Kyukan Shinryojo	Ngày lễ / nghỉ và Ban đêm	045-911-0088	Ashigara Kami Chiiku Kyujitsu Kyukan Shinryojo	Ngày lễ / nghỉ	0465-83-1800
Kawasaki-shi, Kawasaki Kyujitsu Kyukan Shinryojo	Ngày lễ / nghỉ	044-211-6555			
Saiwai Kyujitsu Kyukan Shinryojo	Ngày lễ / nghỉ	044-555-0885			
Nakahara Kyujitsu Kyukan Shinryojo	Ngày lễ / nghỉ	044-722-7870			
Takatsu Kyujitsu Kyukan Shinryojo	Ngày lễ / nghỉ	044-811-9300			
Miyamae Kyujitsu Kyukan Shinryojo	Ngày lễ / nghỉ	044-853-2133			
Tama Kyujitsu Kyukan Shinryojo	Ngày lễ / nghỉ và Ban đêm	044-933-1120			
Asao Kyujitsu Kyukan Shinryojo	Ngày lễ / nghỉ	044-366-2133			

**5. NHỮNG TÀI LIỆU NÊN GIỮ TRONG TAY ĐỂ TIỆN DỤNG (TUY NHIÊN CÓ THỂ MỘT VÀI TÀI LIỆU ĐÃ PHÁT HẾT, DO ĐÓ XIN LIÊN LẠC VỚI NƠI LIÊN HỆ ĐỂ XÁC NHẬN CÒN HAY KHÔNG)**

<b>Khu vực</b>	<b>Tên tài liệu (dịch qua tiếng Việt Nam)</b>	<b>Nơi liên lạc</b>
Kanagawa	Về việc chủng ngừa cho trẻ em (kodomo no yobo sessyu ni tsuite - こどもの予防接種について)	Kanagawa-ken Eisei-bu Hoken Yobo-ka Tel: 045-201-1111
Hiratsuka-shi	Sổ tay Hướng dẫn Đời sống Thị dân (shimin seikatsu gaido book - 市民生活ガイドブック)	Hiratsuka Shiyakusho Tel: 0463-23-1111
Sagamihara-shi	Cách sử dụng các quy chế về thăm khám bệnh khẩn (kyubyo shinryo seido no riyō no shikata - 急病診療制度の利用の仕方) Bảng đánh giá xét nghiệm bệnh Lao / Phiếu dự chẩn chủng ngừa Lao (BCG) (tsuberukurin han-no hantei hyo BCG sesshu yoshin hyo - ツベルクリン反応判定表・BCG接種余診票)	Sagamihara Shiyakusho tel:042-754-1111
Ebina-shi	Giải thích việc chủng ngừa bằng tiếng ngoại quốc (gaikokugo ni yoru yobo sesshu no kaisetsu - 外国語による予防接種の解説) [Bản lược giải: kan-i ban - 簡易版] - Bản dịch các văn bản thông báo gửi đến phụ huynh (hogosha e-no tsuchi bun no hon yaku - 保護者への通知文の翻訳) - Chủng ngừa, văn thư thông báo về xét nghiệm bệnh Lao (yobo sesshu, tsuberukurin han no kensa to no tsuchi bunsho - 予防接種, ツベルクリン反応検査等の通知文書)	Ebina Shiyakusho Tel: 046-231-2111
Ngoài những khu vực trên	Tập ngữ vựng y-liệu chuyên dụng (iryō yogo syū - 医療用語集)	(財) Ajia Fukushi Kyoiku Zaidan / Nanmin Jigyo Honbu Tel: 03-3449-7011
	Bảng trợ giúp trong việc khám và chữa bệnh (shinsatsu hojō hyō - 診察補助表)	AMDA Kokusai Iryo Joho Center Tel: 03-5285-8088