

Guidebook Soka explains about life in Japan and about how society works in 8 languages. Choosing the information you need is easy with each topic introduced in a separate pamphlet. Guidebook Soka is available at the Registers Section and the Intercultural Information Corner in the City Hall and also at Service Centers.

Make use of this to fully enjoy your life in Soka.

ガイドブック草加は、日本語や日本での暮らし方や決まりなどを、各国語で説明するものです。テーマごとに1シートとなっています。必要なシートを選んで使ってください。(市役所(市民課、国際相談コーナー)、各サービスセンター)においてあります。また、各公共施設窓口に頼んで取り寄せることもできます。皆さんにとって草加が住みよいまちとなるよう役立ててください。

Intercultural Information Corner

Information and advice about life in Soka for foreign residents is available from the volunteer staff at the Intercultural Information Corner.

国際相談コーナー ボランティアスタッフが情報を提供したり、相談にのります。

Mon. Wed. Fri. 9:00am~5:00pm

City Hall, 2nd floor by the elevator

Tel. (048) 922-2970 (direct)

Fax. (048) 927-4955

E-mail soka-kokusai@juno.ocn.ne.jp

月・水・金 午前9時~午後5時

市役所西棟2階エレベーター前

(国際相談コーナーは草加市の事業補助により、市民の立場で「NPO Living in Japan」が運営しています。)

作成：草加市 協力：草加市国際相談コーナー

Produced by Soka City with cooperation from the Intercultural Information Corner

(令和元年度一部改訂)

こつもくいちらん

項目一覧

Guidebook Soka Topics

A-1	Visa Information	入国時の手続き
A-2	Foreign Resident Registration	住民登録
A-3	Family Register	戸籍制度
A-4	Seal (hanko) Registration	印鑑登録について
B-1-1	Housing	住宅
B-1-2	Moving & Resident Groups	引越しと町会
B-1-3	Gas, water, phone etc.	生活インフラ
B-1-4	Rubbish Disposal	ごみの出し方
B-2-1	Health Insurance	健康保険について
B-2-2	Nursing Care Ins.	介護保険制度について
B-3	Getting Married	結婚するには
B-4-1	Pregnancy & Childbirth	妊娠から出産
B-4-2	Child Health	子どもの健康
B-4-3	Parenting	子育て
B-5-1	Education	教育
B-5-2	Learning Japanese	日本語学習
B-6	Tax	日本の税金
B-7	Working in Japan	日本で働く
B-8	Pension Programs	国民年金と厚生年金
B-9-1	Drivers License	運転免許
B-9-2	Cars & Motorbikes	自動車・バイクを所有する
B-9-3	Bicycles	自転車にのる
B-10	Fun and Learning	楽しむ・学ぶ
B-11-1	Emergencies	緊急のときの対応
B-11-2	Disasters	自然災害に備えて
C-1	Local Facilities	草加市内の文化・運動施設
C-2	Where to ask for help	困ったときの相談窓口

ガイドブック草加
英語版

B-2-1 Health Insurance

Guidebook SOKA

B-2-1 Health Insurance

健康保険について

* このシリーズはやさしい日本語で書かれています。

* 草加市にお住まいの方の情報は。

B-2-1 Health Insurance

To fully enjoy life all members of your family need to be in good health and it is important that you prepare for a medical emergency. Enrolling in a health insurance program is essential and knowing what to do in a medical emergency is also a good idea.

1. The Japanese Medical Program

- (1) The purpose of this program is to "lessen the amount the individual has to pay when sick or hurt".
- (2) The Japanese program is a "universal care program" and a foreigner living in Japan for more than three months and complete resident registration must join one of the public medical insurance programs.
- (3) Those who are not enrolled in an insurance program at their place of work are covered by the National Health Insurance Program.

2. Health Insurance (other than the National Health Insurance Program)

(1) Joining

A person working in a company or group which has a health insurance program.

(2) Premiums

- ① The premium is calculated by multiplying your monthly salary by the premium rate.
- ② The employee and the employer each pay 1/2 of the premium.
- ③ In most cases the premium is deducted from the employee's salary.

- (3) For details of health certificate, coverage etc. ask your employer.

B-2-1 健康保険について

楽しい暮らしには、家族全員が健康であることが不可欠です。それには自ら万々に備えての準備が必要です。健康保険制度に加入しての備えはもちろん、緊急の場合の医療機関などをあらかじめ確認しておきましょう。

1. 日本の医療保険制度

- (1) 制度の目的は「病気やけがをした時に必要な医療費の自己負担を少しでも軽くしよう」ということです。
- (2) 日本では、「国民皆保険」を採用しているため、3か月を超える在留資格があり、住民登録をおこなった外国籍市民も公的な医療保険に加入しなければなりません。
- (3) 勤務先で「健康保険」に加入している人以外は、市の国民健康保険に加入することになります。

2. 勤務先の健康保険

- (1) 加入者
健康保険が適用されている会社や団体などで働く人が加入します。
- (2) 保険料
① 保険料は、本人の給料をもとに保険料率をかけて計算されます。
② 保険料は、本人と事業主とが半分ずつ支払います。
③ 保険料は普通、毎月の給料から差し引かれます。
- (3) 「被保険者証」・「給付内容」など詳しいことは保険者または事業主に聞いてください。

3. National Health Insurance

All the person except who join a health insurance program at your place of work, enroll the Post Elderly and Disabled Medical Insurance or receive Welfare Assistance Service, join the National Health Insurance Program at your city.

(1) Applications

The 'Head of the Household' applies for the insurance for all in the household.

Apply at the Health Insurance and Pension Section of the City Hall.

Tel. 048-922-1592

【What to bring】

- Residence Card
- Passport
- Individual Number (My Number) of the householder

* Individual Number (My Number) of the person who enrolls is also required

(2) Insurance Premiums (also called 'Insurance tax')

①Premiums

Premiums are based on income from the previous year & number of household members. This means that your premiums will change every year and you will be notified of the new amount by a tax invoice sent to the Head of the Household.

②Nursing Care Insurance Premiums

For those between the ages of 40 to 64 the Nursing Care Insurance premium is also included.

③Making Payments

Insurance premium payments are divided into 9 payments per year. (from June to Feb. of the next year) Payments can be made at the City Hall, banks, post offices and convenience stores.

※If you fail to pay your premiums, you may have to pay 100% of the medical fee. If you are having difficulty paying, please ask for assistance at the Tax Payment Section.

3. 国民健康保険

勤務先の「健康保険」に加入している人や、後期高齢者医療制度の対象の人、生活保護を受けている人など以外は住民登録をおこなった市の国民健康保険に加入することになります。

(1) 加入の申請

加入 世帯単位で加入し、世帯主が手続きをします。

窓口 市役所 保険年金課 電話 048-922-1592

【必要なもの】

- 在留カード ●パスポート
- 世帯主の個人番号（マイナンバー）

*加入する人の個人番号（マイナンバー）も必要です。

(2) 保険税について

①保険税の金額

前年の所得や世帯構成を基に計算されます。

従って、年度ごとに金額が変わり、支払う保険税は「納税通知書」で通知されます。

②介護納付金分の保険料

家族に40歳から64歳までの人がいる世帯では、「介護納付金分の保険料」が含まれます。

③支払い

保険税は、年間9回（6,7,8,9,10,11,12,1,2月）に分けて支払います。

市役所又は銀行・郵便局・コンビニで支払えます。

※特別の理由がないのに保険税を納めないと、医療費が全額自己負担になる場合があります。納めることが困難な場合には、納税課の窓口で相談してください。

(3) Insurance Certificate

- ①The Insurance Certificate shows that you are enrolled in the system and is issued to each enrolled person. Elderly Health Insurance certificate is issued for the person from 70 until 75 years.
- ②Contact the Health Insurance and Pension Section in the following cases.
 - When you enroll in or withdraw your company's health insurance program (also dependant's enrollment or withdrawal)
 - When you move in or out of Soka
 - When a new family member is born
 - When an enrolled person dies
 - When your address, Head of Household or name changes
 - If you lose your Health Insurance Certificate.
 - When you receive or stop receiving Public Welfare Assistance.

(4) Health Insurance benefits

①How much do I pay?

If you present your Health Certificate when you receive medical treatment, 70% is covered by the program and you pay 30%. The person from 70 until 75 years pay *20 %.(Those who have certain sum of income pay 30%). 20% for children until entering grade 1(You can also use Child Medical Expense Program.) See B-4-2-1

*10% for the person from 70 until 75 yrs. by the end of March, 2014.

②High Medical Expenses

If one person pays more than a certain amount (changes with age and income) to one medical facility within one calendar month, medical fees (for inpatients and outpatients) over this amount will be refunded several months later.

※High Medical Expense Certificate:

If you apply this certificate at City Hall in advance you pay only within a limited amount of medical expenses.

A person who paid insurance premiums is qualified for this certificate.

(3) 「被保険者証」について

①被保険者証は、保険に加入していることを証明するもので、加入者一人ひとりに交付されます。また、70歳以上75歳未満の方には高齢受給者証が交付されます。

②次の様な場合には、草加市の保険年金課に届出をしてください。

- 職場の健康保険に加入またはやめたとき（扶養の人も同じ）
- 転出や転入をしたとき
- 子どもが生まれたとき
- 被保険者が死亡したとき
- 住所や世帯主、氏名が変わったとき
- 被保険者証をなくしたとき
- 生活保護を受ける又は受けなくなったとき

(4) 国民健康保険の「給付内容」について

①医療費

国民健康保険の被保険者証を持参して診療を受けたとき、医療費の7割は保険で支払われ、残り3割を自分で支払います。自己負担の割合は、70歳以上75歳未満の方（現役並み所得者は3割）と義務教育就学前の子どもが2割（こども医療費でさらに負担減）です。子どもの医療費については詳しくはB4-2子どもの健康を見てください。

②高額療養費

高額な医療費（入院・外来）がかかったときには、自己負担限度額を超えた額が申請により数か月後に払い戻されます。1か月の限度額は年齢、所得により異なります。

※限度額適用認定証

あらかじめ手続きを行うことで高額医療費の支払いを自己負担限度額までにすることができます。

そのためには限度額適用認定証が必要です。（保険税を滞納していると交付されません）

③Childbirth lump sum

When an enrolled person gives birth at the hospital or clinic enrolled in Obstetrics Medical Compensation System, 420,000 yen will be paid. For the childbirth at non-enroll hospital or clinic, 404,000 yen will be paid.

*Basically Soka City pays childbirth expenses directly to your medical facility, so you don't need to prepare in advance.

④Funeral expenses

When an enrolled person dies, 50,000 yen will be paid.

※ Medical procedures not covered by the program.

Checkups, vaccinations, cosmetic surgery, teeth straightening (braces), childbirth without complications, other treatments not covered by Health Insurance (implant, special room's charge of hospital), work related injuries or illnesses, injuries by drunkenness or crimes on purpose etc.

(5) Expense Support for Health Improving

①Health Checkup

Soka City carries out Specific Health Checkup for the citizen between the ages of 40 and 74 who are enroll in National Health Insurance and Post Elderly and Disabled Health Checkup for the citizens who are enrolled in Post and Disabled Medical Insurance.

②If you are over 35 years and enrolled in National Health Insurance more than a year and pay health insurance tax fully, your expenses for physical or brain check-up (dock) up to 20,000 yen or 70% of the expenses are covered.

③Medical examinations by Health Center

a. Cancer screening ・ Group or individual examination for the eligible persons under the required conditions.

Apply to the Hoken Center by visiting or a post card.

*No need of application for lung cancer examination and viral hepatitis test.

b. Free medical examinations of colorectal, breast and cervical cancers for the citizens of specified ages by the coupons sent from Soka City.

- ・ colorectal, breast: ages of 40, 45, 50, 55, 60
- ・ cervical cancers: ages of 20, 25, 30, 35, 40

※Please see the details on “Soka City Newspaper” (5th edition of every month). You can see the English version of HOKEN CENTER from “Latest News” on the website of Soka City (click the “English” of top page).

③出産育児一時金

産科医療補償制度に加入している分娩機関で出産した場合42万円が支給されます。加入していない分娩機関の場合40.4万円です。

*原則として出産費用を草加市国保が直接分娩機関へ払います。

④葬祭費

被保険者が死亡したとき、5万円が支給されます。

※「給付対象外」のもの

健康診断・予防接種・美容整形・歯列矯正・正常出産の費用・保険適用以外のもの（インプラント・差額ベッド）・仕事上のけがや病気・けんかや泥酔、故意の犯罪によるけがなど。

(5) 健康づくりの補助

①健診（健康診断）

40歳以上75歳未満の人には「特定健診」、75歳以上の後期高齢者医療制度の加入者は「後期高齢者健診」を実施しています。

②草加市国民健康保険に1年以上加入している35歳以上の人で、保険税を完納している世帯の人は、人間ドック・脳ドック受診料を助成します。補助額は受診費用の7割とし、2万円を限度とします。

③その他保健センターでは

ア) がん検診・集団検診と個別検診があり、対象者の条件があります。保健センターの窓口、はがきで申し込んで検診を受けることができます。

*肺がん・結核検診は申し込みが要りません。

イ) 特定年齢者を対象に大腸がん、乳がん、子宮頸がんの無料検診クーポン券を送付しています。

・ 大腸がん/ 乳がん 40,45,50,55,60歳
・ 子宮頸がん 20,25,30,35,40歳

※詳しくは広報そうか毎月5日号にある、保健センターのお知らせを見て下さい。市のHPで保健センターのお知らせを英語で見ることができます。

c. Dental examination for adults ・ ・ Consultation Notice Vote is sent to the citizens of specified ages. (Fee: 500 yen)

(6) What to do when you are involved in a traffic accident.

- ①If you are injured in a traffic accident by a third party, the third party should pay the medical costs.
- ②If you are going to use the Health Insurance Program for your medical treatment, you must first do the necessary paperwork at the Health Insurance and Pension Section.
- ③If you settle 'out of court' with the third party, you are not able to use the Health Insurance program.

《Enquiries》 Health Insurance and Pension Section Tel. 048-922-1592

4. Post Elderly and Disabled Medical Insurance

This insurance system is only for those over 75 years (except person who receive Welfare Assistance Service) and the person with disabilities from 65 until 75 years.

(1) Insurance Certificate

Card-type Insurance Certificate is sent to each enrolled person by mail.

(2) How much do I pay?

You pay 15% or 20% of medical expenses according to your income. Those who have certain sum of income pay 30%.

(3) Premiums

The premium is calculated with per capita amount and income basis amount for each person. You can choose how to pay; deduction from your pension or bank account of you or your family of same living.

ウ) 成人歯科 ・ ・ ・ 特定年齢者を対象に受診通知票を送付しています。
(受診料500 円)

(6) 交通事故にあった場合の注意

- ①交通事故などの第三者行為によってけがをした場合、その医療費は本来加害者が負担すべきものです。
- ②国民健康保険で治療を受ける場合には、事前に必ず保険者（保険年金課）に届けて必要な手続きをしてください。
- ③「示談」などで加害者から治療費を受け取ると国民健康保険は使えません。

《問い合わせ先》 保険年金課 電話 048-922-1592

4. 後期高齢者医療制度

75 歳以上（生活保護受給者等を除く）の高齢者（後期高齢者）を対象として独立させた医療制度です。ただし、65 歳以上 75 歳未満で一定の障がいがあると認定された方も被保険者となります。

(1) 被保険者証

被保険者一人ひとりにカード型の保険証が郵送されます。

(2) 医療機関等窓口での自己負担

自己負担の割合は、かかった医療費の 15%か 20%です。ただし、一定以上の所得がある人（現役並み所得者）は、自己負担の割合は 30%です。

(3) 保険料

均等割額と所得割額を個人ごとに計算されます。払いは年金からの天引きか、自分または生計を共にする家族の銀行口座からの引き落としかを選びます。

(4) Benefits (This health program subsidizes part of the following expenses.)

- ①When you receive medical treatment
- ②When your medical expenses over a certain amount
- ③When you buy corset or assistant equipment
- ④When you receive home-visit nursing service
- ⑤Meal fee while you are hospitalized
- ⑥When you receive physical or brain checkup(dock)
- ⑦Funerals expenses

(5) Adding up of Medical Expenses & Nursing expenses

If the total sum of medical expenses & nursing expenses is over a certain amount, this program covers exceeded expenses.

(6) Health Examination

Health examination is held for improving your health and early detection of lifestyle relate diseases.

(7) Injury in a traffic accident by a third party

If you are going to use the Post Elderly and Disabled Medical Insurance, you must first do the necessary paperwork at the Disabled Medical Insurance office.

《Enquiries》

Post Elderly and Disabled Medical Insurance Office
Tel. 048-922-1367

(4) 受けられる主な給付(すべての給付について、一部の支給となります)

- ①病気やけがの治療を受けたとき
- ②高額療養費
- ③コルセットなどの補装具を作ったとき
- ④訪問看護サービスを受けた時の費用
- ⑤入院した時の食事代
- ⑥人間ドック・脳ドック検査料の助成
- ⑦葬祭費

(5) 高額医療・高額介護合算制度

1年間に払った医療費の自己負担額と介護保険サービスの利用料を合算し、限度額を超えた分を支給します。

(6) 健康診査の実施

生活習慣病の早期発見など、健康増進を図る目的で実施しています。

(7) 交通事故などの第三者行為によってけがをした場合

後期高齢者医療保険で治療を受ける場合には、事前に必ず後期高齢者・重心医療室に届けて必要な手続きをしてください。

《問い合わせ先》

市役所 後期高齢者・重心医療室 電話 048-922-1367