

Ang Guide Book ng SOKA ay tungkol sa wika ng bansang Hapon at mga patakaran sa paninirahan sa Japan.

Ito ay nakasalin sa wika ng ibat-ibang mga bansa at isinulat sa magkakahiwalay na pahina ayon sa bawat TEMA .

Piliin ang Tema na kailangan at isagawa ito.

Matatagpuan ang Guide Book ng SOKA sa loob ng City Hall (SHIMIN KA at Kokusai Soudan Corner) at sa mga service centers at community centers ng Soka.

Ang Bayan Ng Soka ay umaasa na makatutulong para sa maayos na paninirahan dito.

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、各国語で説明したものです。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、各公共施設窓口で頼んで取り寄せることもできます。

草加が皆さんにとって住みよいまちとなるよう役立てて下さい。

Ang Tanggapan ng pang Kulturang Impormasyon ay makakakuha ng mga kailangang impormasyon at mga payo sa tulong ng mga volunteer workers dito.

国際相談コーナーでは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。

Oras ng Tanggapan: Mon & Wed & Fri 9:00 AM - 5:00 PM
City Hall 2nd floor (by the elevator)

Tel: 922-2970 (direct line)

Fax: 927-4955 / Email: 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法人 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

Ang Kokusai Soudan Corner ay naglilingkod ayon sa

layunin ng Soka City na tumulong sa mga mamamayan nito (平成 28 年度作成)

項目一覧 Mga Tema ng Guide Book ng Soka

A-1	Bisa Impormasyon	入国時の手続き
A-2	Rehistro Ng Dayuhang Residente	住民登録
A-3	Rehistro Pampamilya	戸籍制度
A-4	Selyadong Rehistro	印鑑登録について
B-1-1	Pambahay	住宅
B-1-2	Lilipat At Grupo Residente	引越しと町会
B-1-3	Gasolina. Tubig At telepono etc	生活インフラ
B-1-4	Pagtapon Ng Basura	ごみの出し方
B-2-1	Suliraning Pangkalusugan	健康保険について
B-2-2	Pag-aalaga	介護保険制度について
B-3	Magpakasal	結婚するには
B-4-1	Pagdadalangtao At Pagpapanganak	妊娠から出産
B-4-2	Kalusugan Ng Bata	子どもの健康
B-4-3	Pagpapalaki at Pag-kalinga ng Bata	子育て
B-5-1	Edukasyon	教育
B-5-2	Pag-Aral Ng Salitang Hapon	日本語学習
B-6	Buwis	日本の税金
B-7	Trabaho Sa Bansang Hapon	日本で働く
B-8	Pensyon Programa	国民年金と厚生年金
B-9-1	Lisensia Ng Pagmamaneho	運転免許
B-9-2	Kotse At Motorsiklo	自動車・バイクを所有する
B-9-3	Bisekleta	自転車にのる
B-10	Maglibang At Mag-Aral Aprender	楽しむ・学ぶ
B-11-1	Tumawag Sa Hospital At Pulisya	緊急のときの対応
B-11-2	Trahedya	自然災害に備えて
C-1	Lokal pasilidad	草加市内の文化・運動施設
C-2	Saan Ba Magtanong Para manghingi ng tulong?	困ったときの相談窓口

ガイドブック草加
タガログ語版

B-2-1 Suliraning Pangkalusugan

Gabay Na Aklat Sa Soka

B-2-1 Suliraning Pangkalusugan

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です。

B-2-1 Insurance para sa Kalusugan

Makakamit mo ang tunay na saya ng buhay kung ang bawat isa sa iyong pamilya ay nasa mabuting kalusugan kaya mahalaga na maging handa sa ano mang darating na pagpapagamot. Ang pag sali sa isang health insurance program ay mahalaga upang malaman ang mga nararapat gawin kung may biglaang pagpapagamot na mangyayari.

1. Ang Programang IRYO KENKO HOKEN

- (1) Ang layunin ng programang ito ay upang mabawasan ang kabayaran gagastusin ng isang tao kung siya ay magpapagamot kung siya ay may sakit o kaya ay nasugatan..
- (2) Sa bansang Hapon, ang programang ito ay para sa lahat. Ang mga dayuhan na nakatira dito ng mahigit sa 3 buwan at nakarehistro na isang mamamayan dito ay nararapat na sumali sa programang ito.
- (3) Para sa mga taong hindi nakasali sa insurance program sa kanikanilang pinapasukang trabaho, ang mga ito ay dapat sumali sa KOKUMIN KENKO HOKEN sa Munisipal ng SOKA .

2. Pangkalusugang Insurance sa pinapasukang trabaho

- (1) Sino ang mga dapat sumali
Ang isang taong pumapasok sa isang kompanya na nakasapi sa KENKO HOKEN.
- (2) Kabayaran sa hulog
 - ① Ang kabayaran paghuhulog ng isang kasapi ay isinusunod sa pagdoble ng rate ng hoken ryo sa buwanang sweldo nito. .
 - ② Ang hulog ng isang kasapi at ang employer nito ay maghahati sa pagbabyad . ibinabase sa kinikitang sweldo nito.
 - ③ Ang hulog sa Insurance ay binabawas mula sa buwanang sweldo ng isang kasapi.
- (3) Para sa mga iba pang kaalaman tungkol sa health certificate at mga nilalaman ng insurance, kumunsulta sa pinuno ng inyong pinapasukan.

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. Kokumin Kenko Hoken

Ang sinuman na nakarehistrong mamamayan ay magiging kasapi ng KOKUMIN KENKO HOKEN sa inyong munisipal.,maliban sa mga taong sumusunod: mga taong nakasapi sa pangkalusugang Insurance ng pinapasukang kumpanya at mga taong nakasali sa KOUKI KOUREISHA IRYOU SEIDO (Programang pagpapagamot para sa mga matatanda at may mga kapansanan),at mga taong tumatanggap ng suportang pangkabuhayan .

(1)Pagsapi

Ang puno ng isang pamahayan ang dapat mag apply para sa pagsapi
Mag apply sa KOKUMIN KENKO HOKEN sa inyong munisipal.
Tel: 048-922-1592

【Magdala ng】

- Residence Card ●Passport
- Pansariling Number card (My Number Card) ng Householder
- * Pansariling Number card (My Number Card) din ng

mag-aapply

ay kinakailangan

(2)Tax ng Insurance

①Halaga ng tax ng insurance

Ibinabase sa halaga ng sweldo ng nakaraang taon at bilang ng miyembro ng pamilya.Bawat taon ay magkakaiba ang halaga ng iyong insurance tax na ipapadala sa pinuno ng pamilya.

②Halaga ng hulog sa Insurance para sa Pagpapaalaga sa pagtanda.

Para sa mga taong nasa 40 taong gulang hanggang 64 taong gulang,ang pagsali sa pagpapaalaga para sa pagtanda ay kailangan.

③ Paraan ng pag babayad

Ang pagbabayad ay 9 na beses sa loob ng 1 taon.(Simula Hunyo hanggang Pebrero ng susunod na taon) ito ay hahatiin dito at babayaran.. Magagamit sa pagbabayad ang City Hall, Banko,Post Office,at mga convenience stores.

※Magkakahalaga ng 100 % ng babayaran sa pagpapagamot kung ang isang kasapi ay hindi makatupad sa paghuhulog.Marapat na sumangguni sa NOUZEI KA may kahirapan ang pagbabayad sa pag hulog.

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

- ① Ang Katibayang ito ay nag papatunay na ang isang tao ay kasapi sa Insurance system na ibinibigay sa bawat isa sa lahat ng mga kasapi dito. Para sa mga kasapi na may edad simula 70 taong gulang hanggang 75 taong gulang, ang KOU REI JU KYU SHA sa SHOU ay matatanggap.
- ② Kumunsulta sa SOKA SHI HOKEN NENKIN KA para sa mga sumusunod
 - Kapag lumipat sa ibang pam publikong Insurance
 - Kapag lumipat ng bahay na hindi sakop ng Soka.
 - Kapag isinilang ang bagong miyembro ng pamilya
 - Kapag ang isang kasapi ay namatay .
 - Kapag nagkaroon ng pagbabago sa address ng tirahan, pinuno ng pamilya at pagbabago sa pangalan.
 - Sa pagkawala ng Health Insurance Certificate.
 - Kapag nakatanggap o huminto sa pagtanggap ng tulong sa pangkabuhayan.

(4) Mga benepisyo ng Insurance

- ① Halaga ng ibabayad sa pagpapagamot.
Kung ang isang kasapi ay magpapakita ng Health Certificate kung siya ay magpapagamot, 70 %ng kabayaran ay sasagutin ng programa at 30 % ang babayaran ng isang kasapi .Ang isang kasapi na may edad na 70 hanggang 75 na taong gulang ay magbabayad ng 20 %.(30 % kung siya ay may kumikita sa isang buwan).20 % para sa mga bata na may edad bago pumasok sa Grade1.(Kumunsulta sa KODOMO IRYOU HI Program) Para sa pagpapagamot ng bata tingnan sa a kabayaran ng B-4-2-1
- ② Kogaku ryoyou hi(High medical expenses)
Kapag ang isang kasapi ay may binayaran sa ospital na mas higit sa dapat bayaran (may pag babago sa halaga dahil sa edad at sweldo ng kasapi), ang sobrang halagang ibinayad ng mga inpatients o outpatients ay maibabalik pagkaraan ng mga ilang buwan.
※Gendou Gaku Tekiyou NinTei Sho (High Medical Expense Certificate)
Kung mag aaply nito sa Cityhall ng mas maaga,ang kabayaran sa pagpapagamot ay magiging mas mababa. Ang mga kasapi na nagbayad ng hulog sa insurance ang may karapatan na mabigyan ng benepisyo nito
- ③ Pag tanggap ng Lump sum pag kapanganak

(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 (子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)

Sanka Iryou hoshou Seido(Obstetrics Medical Compensation system)
Kapak nakasapi sa programang ito,ang isang manganganak sa ospital o klinika, ¥420,000 ay babayaran ng programa.Para sa mga hindi nakasapi dito ¥404,000 ang matatanggap.

※May programa na ang kabayaran sa panganganak ay babayaran ng Soka City .

④Soushiki(paglilibing)

Kung ang isang kasapi ay namatay ¥50,000 ay babayaran ng programa.

※Ang mga sumusunod ay hindi sasagutin ng programa

Mga ckeck up,bakuna,cosmetic surgery,pag pa brace ng ngipin,pangananak na walang komplikasyon,(implant,at bukod na serbisyo sa ospital), mga sakit o sugat na sanhi ng trabaho,sugat dahil sa pagkalasing o sanhi ng krimen .

(5)Suporta para sa pagpapaganda ng kalusugan

①Check up pang kalusugan

Ang Tokutei Kenshin ay pag papacheck up na ipinasasagawa ng Soka CityHall para sa mga taong kasapi na may 40 taong gulang at sa mga wala pang 75 taong gulang .para sa mga nasa 75 taong gulang na kasapi sa Kouki Koureisha Iryouseido,ipinasasagawa ang Kouki Koureisha Kenshin.

②Kung ang isang kasapi sa Kokumin Kenko Hoken ng Soka sa loob ng may 1 taon, may edad na mahigit sa35 taong gulang,at tapos na ang paghuhulog sa insurance tax

Ang check up sa pisikal at brain check up(dock) hanggang ¥20,000 o kaya ay 70 %ng magagastos ay babayaran ng programa.

③Mga iba pang check up sa Hoken Center

a) Pagsusuri sa kanser ,mag apply sa Hoken Center

*hindi kailangang mag-apply para sa lung cancer examinations at tuberculosis check-ups

b) Libreng pag papa suri ng Taichogan (colorectal cancer, breast and cervical cancer para sa mga mamamayan na may tamang edad,may matatanggap na kupon galing sa Soka City.

- Colorectal , breast: sa may mga edad na 40,45,50,55,60 taong gulang
- Cervical cancers:sa may mga edad na 20,25,30,35,40 taong gulang.

※Sumanguni sa Soka Shinbun (pang 5 edition ng buwan)

May English version ang Hoken Center from Latest News sa website ng soka City(I click lng ang”English” sa taas ng page.)

c) Pagsusuri ng ngipin para sa mga adults.

Ang consultation notification slip ay ipapadala sa mga mamamayang

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、保険料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不要です。

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。

may specific na edad (bayad: 500 yen)

(6) Mga dapat ingatan kung nasangkot sa isang traffic accident

- ① Kung nasugatan sa aksidente na ang may dahilan ay ang third party, ang mga kabayaran sa pagpapagamot ay dapat sagutin ng third party.
- ② Kung gagamitin ang Kokumin Kenko Hoken sa pagpapagamot, marapat na kumunsulta sa Hoken Nen Kin Ka para sa mga papeles na dapat ihanda at gagamitin sa pagpapagamot.
- ③ Kung magkakaayos ang mga nasangkot sa sakuna para malutas ang usapan, hindi magagamit ang Kokumin Kenko Hoken sa oras ng pagpapagamot.

《Para sa iba pang katanungan》

Kumunsulta sa Hoken Nen Kin Ka sa City Hall. Tel.; 048-922-1592

4. Kouki Koreisha Iryou Seido (Programa para sa insurance sa pagpapagamot ng mga matatanda ay may kapansanan)

Ang programang ito ay para sa mga taong may edad na mahigit sa 75 taong gulang. At sa mga taong may mga kapansanan na may edad mula 65 taong gulang hanggang 75 taong gulang. (Ang mga taong tumatanggap ng suportang Seikatsu Hogo ay hindi kasama dito.)

(1) Hi Hoken Sha Shou (Insurance Certificate)

Ito ay isang card-type na ipinapadala sa lahat ng mga kasapi.

(2) Magkano ang babayaran kung magpapagamot?

90% ang sagot ng programa at 10% lang ang babayaran ng isang kasapi. Para sa mga taong kumikita ng mas higit sa iba ay aabot sa 30% ang babayaran.

(3) Magkano ang hulog? (Hoken Ryou)

Ang hulog ay ibinabase sa natatanggap na kita ng bawat kasapi.

Ang pagbabayad ay maaaring mamili kung ibabawas sa pension o kaya ay ibawas sa Banko ng isang kasapi o sa sino sa mga kasambahay nito.

(4) Mga benepisyong (matatanggap ng 1 beses na biglaan sa mga sumusunod)

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1割です。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3割です。

(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べます。

- ①Kapag nag pagamot.
 - ② Kapag ang babayaran sa pagpapagamot ay tumaas .
 - ③Kung bumili ng corset at iba pang gamit na pang gamit na pangtulong sa pag papagaling.
 - ④Kung tatanggap ng serbisyo ng pag bisita ng nurse sa iyong bahay
 - ⑤Kabayaran sa mga pagkain habang naka confine sa ospital.
 - ⑥ Kung mag papa physical check up o kaya ay brain check up(dock)
 - ⑦Mga gastos sa pagpapalibing.
- (5) Pag total ng mga naibayad sa pagpapagamot at pag papaalaga
Magagamit ang benipisyo ng programang ito sa pagbabalik ng mga sobrang nagastos kung sa loob ng isang taon ay sobra ang naibayad sa pagpapagamot o pag papaalaga.
- (6) Ang pag pa pa check up ng kalusugan
Sa pag papa check up ng kalusugan,,ang mga karamdaman ay mabilis na nalulunasan..
- (7) Kung nasugatan sa traffic accident sanhi ng third party.
Kung gagamitin ang Kouki Koureisha Iryou Hoken sa pag papagamot,,marapat lang na ayusin muna ang mga kailangang papeles ng ,KouKi KouRei Sha at dalhin sa Jushin Iryou Shitsu sa City hall.

《Para sa iba pang katanungan》

Shi Yaku Sho KouKi KouRei Sha • Jyushin Iryou Shitsu 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