Sổ tay hướng dẫn Soka giải thích về đời sống và cách sinh hoạt theo quy luật, điều lệ vv... ở Nhật bằng nhiều thứ ngôn ngữ. Mỗi chủ đề được giới thiệu thành từng trang riêng. Hãy chọn trang phù hợp khi cần thiết.

Sổ tay hướng dẫn này được để ở Cơ quan hành chính thành phố - Shiyakusho (Ban Thị Dân , Góc tư vấn Quốc tế), các trung tâm phục vụ. Hoặc có thể hỏi tìm ở quầy hướng dẫn của các cơ quan công cộng.

Mong rằng Soka sẽ trở nên là nơi sinh sống tốt và ích lợi đối với tất cả mọi người

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下さい。

Góc tư vấn Quốc tế

Các tình nguyện viên sẽ cung cấp và tư vấn các thông tin cho bạn.

Số Tel:(048) 922-2970 (trực tiếp) Số Fax: (048) 927-4955

E-mail：soka-kokusai@juno.ocn.ne.jp

Thứ: hai, tư, sáu 9:00 giờ sáng ~5:00 giờ chiều

Tầng 7, Tòa thị chính thành phố

Góc tư vấn quốc tế được vận hành bởi "NPO Living in Japan" với sự hỗ trợ của thành phố Soka.

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。

月・水・金　午前９時～午後５時

市役所本庁７階

（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８年度一部改訂）

項目一覧 Mục lục hướng dẫn

A-1 Thủ tục khi nhập cảnh	入国時の手続き
A-2 Đăng ký thị dân	住民登録
A-3 Chế độ hộ khẩu	戸籍制度
A-4 Đăng ký con dấu	印鑑登録について
B-1-1 Nhà ở	住宅
B-1-2 Chuyển nhà & Hiệp hội dân phố	引越しと町会
B-1-3 Ga, điện , nước…..	生活インフラ
B-1-4 Cách đổ rác	ごみの出し方
B-2-1 Bảo hiểm y tế	健康保険について
B-2-2 Chế độ bảo hiểm chăm sóc.	介護保険制度について
B-3 Kết hôn	結婚するには
B-4-1 Thai sản & Sinh con	妊娠から出産
B-4-2 **Sức khỏe trẻ em**	子どもの健康
B-4-3 Nuôi con	子育て
B-5-1 Giáo dục	教育
B-5-2 Học tiếng Nhật	日本語学習
B-6 Thuế	日本の税金
B-7 Làm việc tại Nhật	日本で働く
B-8 Chế độ lương hưu	国民年金と厚生年金
B-9-1 Bằng lái xe	運転免許
B-9-2 Ô tô & Xe máy	自動車・バイクを所有する
B-9-3 Xe đạp	自転車にのる
B-10 Chơi & Học	楽しむ・学ぶ
B-11-1 Xử lý tình huống khẩn cấp	緊急のときの対応
B-11-2 Trang bị khi thiên tai	自然災害に備えて
C-1 Các trung tâm văn hóa – thể thao trong TP. Soka	草加市内の文化・運動施設
C-2 Các địa điểm tư vấn khi gặp khó khăn	困ったときの相談窓口

Sổ tay hướng dẫn SOKA

B-4-2
Sức Khỏe Trẻ em

子どもの健康

＊このシリーズはやさしい日本語で書かれています。

＊Những tập này được viết bằng tiếng Việt dễ hiểu

＊草加市にお住いの方の情報です。

＊Về những thông tin dành cho người dân sống ở thị Soka.

B-4-2 Sức khỏe trẻ em

Trẻ em khi mới sinh ra cần được theo dõi về sự phát triển để đảm bảo sức khỏe. Vì vậy, việc thực hiện kiểm tra định kỳ của bác sỹ là hết sức quan trọng.Hơn nữa, để trẻ không bị mắc bệnh thì việc tiêm phòng cũng rất cần thiết.

1.Chế độ hỗ trợ y tế trẻ em

TP.Soka sẽ chi trả chi phí y tế (khám bệnh, nằm viện) trẻ em cho toàn bộ trẻ từ 0 tuổi đến năm thứ 3 cấp 3 (Từ sau sinh nhật tròn 18 tuổi đến hết 31 tháng 3 năm tiếp ngay sau) có đăng ký thị dân tại TP.Soka.Cụ thê tham khảo mục B-4-1 “ Thai sản & Sinh Con”

2. Kiểm tra sức khỏe

・Kiểm tra sức khỏe trẻ 1 tháng tuổi (sau sinh 27 ngày đến 5 tuần 6 ngày)
・Kiểm tra sức khỏe trẻ 4 tháng tuổi　(trẻ từ 3 tháng tuổi đến dưới 5 tháng tuổi)
・Kiểm tra sức khỏe trẻ 10 tháng tuổi　(trẻ từ 9 tháng tuổi đến dưới 11 tháng tuổi)
※ Kiểm tra sức khỏe tại các cơ quan y tế do thành phố chỉ định. Phiếu khám sức khỏe và phiếu tiêm phòng sẽ được gửi bưu điện hoặc được phát khi nhân viên Trung Tâm Y tế tới thăm hỏi trẻ sơ sinh theo chương trình KONNICHIWA AKACHAN trong thời gian sau khi sinh đến khi 2 tháng tuổi.

・Kiểm tra sức khỏe trẻ 1 tuổi 7 tháng
・Kiểm tra sức khỏe trẻ 3 tuổi 3 tháng
・Kiểm tra sức khỏe trẻ 5 tuổi

※Nơi kiểm tra sức khỏe là các Trung Tâm Y tế (Nếu kiểm tra ở Phòng khám thì sẽ phải tự trả chi phí) Những trẻ thuộc đối tượng kiểm tra sức khỏe theo tháng nêu trên sẽ được gửi thông báo tới nhà vào cuối tháng trước của tháng đủ tuổi khám theo quy định.
Trong trường hợp không sắp xếp được lịch khám thì thông báo cho Trung tâm Y tế để trẻ được khám miễn phí cho tới trước ngày tròn 2 tuổi và 4 tuổi. Trong trường hợp không nhận được thông báo thì cũng liên hệ cho Trung tâm Y tế.

B-4-2　子どもの健康

生まれてすぐの赤ちゃんは、発育状態を知り健康を守る必要があります。そのために、定期的に医師などの健診を受けることが大切です。また、大きな病気にかからないようにするために、予防接種を受ける必要があります。

1.こども医療費支給制度

草加市に住民登録している０歳から高校３年生まで（１５歳の誕生日後の最初の３月３１日まで）の子どもの医療費（通院、入院）を市が支払います。詳しくはB-4-1「妊娠から出産」を見てください。

2.健康診査

・１か月児健康診査　　（生後２７日～５週６日まで）
・4か月児健康診査　　（生後３か月～５か月未満）
・１０か月児健康診査　　（生後９か月～１１か月未満）
※市内指定医療機関での健診となります。受診票と予防接種の予診票は生後２か月までに「こんにちは赤ちゃん訪問員」が訪問して配布または郵送します。
・１歳７か月児健康診査
・３歳３か月児健康診査
・５歳児健康診査

※会場は保健センター（医療機関では実費）です。あてはまる子には対象月の前月末に個別通知されます。日程が合わない場合はそれぞれ２歳、４歳になる前日まで無料で受けることができますので、日程等は問合せてください。また、通知がない場合は事前に問合わせてください

3. Lớp học- Tư vấn

・Lớp học ăn dặm (Tư vấn, ăn thử đồ ăn dặm)

①　Kỳ đầu (4-6 tháng tuổi)　②Kỳ giữa (6-8 tháng tuổi)　③Kỳ cuối (8-14 tháng tuổi)

Địa điểm : Trung tâm Y tế　Mỗi tháng 1 lần　Gọi điện hoặc dùng đơn điện tử (Qua trang web của thành phố Soka) để đăng ký.

・Tư vấn trẻ nhỏ (Trẻ nhỏ trước khi đi học)

Địa điểm : Trung tâm Y tế　Mỗi tháng 1 lần　Gọi điện hoặc dùng đơn điện tử　để đăng ký.

・Tư vấn Thai Sản Phụ, Thăm hỏi trẻ sơ sinh

(Tư vấn cho mẹ thời gian mang thai và giai đoạn ngay sau khi sinh đến sau sinh 3 tháng)

Nhân viên có kiến thức chuyên môn sẽ tới nhà thăm hỏi và tư vấn cho các mẹ mà có lo lắng hoặc bất an. Có thể gọi điện đến "Phòng tư vấn mang thai và sinh nở (Poka Poka)" (Số TEL　48-953-9887) hoặc gửi phiếu đề nghị thăm hỏi được đính kèm trong Sổ Mẹ Con (Boshitecho).

・Tư vấn trẻ Sinh non (Tư vấn thăm hỏi)

Đối với các trường hợp có đăng ký chăm sóc y tế cho trẻ sinh non thì Trung Tâm Y tế sẽ liên hệ trực tiếp và tới thăm.

・Tư vấn nuôi trẻ qua điện thoại

Hoken Center (Trung Tâm Y tế)　Tel 048-927-1929 (Tư vấn nuôi trẻ)

048-922-0200 (Tư vấn chung)

Kosodate Shien Center (Trung tâm hỗ trợ nuôi dạy con)

Tel 048-944-0621

※Ngoài ra còn có thể tư vấn các nội dung khác- tham khảo mục C-2

４.Chương trình thăm hỏi "KONNICHIWA AKACHAN"

"Konnichiwa Akachan" là chương trình thăm hỏi của nhân viên dưới sự ủy thác của Thị tới thăm hỏi gia đình có trẻ sơ sinh trong thời gian sau sinh đến 2 tháng tuổi.

【Nội dung thăm hỏi】

・Lắng nghe những lo lắng hay bất an trong việc nuôi con.

・Thăm dò ý kiến trong việc nuôi con.

・Cung cấp phiếu khám sức khỏe cho trẻ 4 tháng tuổi, 10 tháng tuổi,tập các liên phiếu thăm khám tiêm chủng.

・Cấp đơn xin hỗ trợ sinh đẻ, nuôi dạy con (Trợ cấp lần thứ hai)

３.教室・相談

・離乳食講習（離乳食の試食、相談）

①初期（4～6か月児）②中期（6～8か月児）③後期（8～1才2か月児）

会場は保健センター　それぞれ毎月１回

電話申し込みまたは電子申請（草加市ホームページから申込）

・乳幼児相談（就学前の乳幼児）

会場は保健センター　毎月１回　電話申し込みまたは電子申請制

・妊産婦・新生児訪問相談

（妊娠中または産後まもない母親、生後３か月ごろまで）不安や悩みのある方には専門の知識を持ったスタッフが自宅に来てくれます。

「にんしん出産相談室ぽかぽか」に電話（048-953-9887）するか、母子手帳に付いていたハガキに訪問希望と書いて送ります。

・未熟児に関する相談（訪問相談）

未熟児養育医療を申請した人には保健センターから連絡して訪問します。

・育児電話相談　保健センター　電話　048-927-1929　（育児相談）

048-922-0200　（一般）

子育て支援センター　電話　048-944-0621（子育てなんでもダイヤル）

※他にも相談できるところがあります。Ｃ－２を見てください。

４.「こんにちは赤ちゃん訪問」

生後２か月までの乳児がいる家庭に、市の委嘱を受けた「こんにちは赤ちゃん訪問員」が直接訪問します。

【訪問内容】

・子育ての不安や悩みの聴取

・子育てに関するアンケート

・４か月児１０か月児健康診査の受診票、予防接種の予診票つづり、予防接種の予診票も配布

・妊婦のための支援給付2回目の申請書を配布

５. Tiêm phòng

①Trẻ tiêm phòng theo bảng hướng dẫn bên dưới.

②Mang theo phiếu tiêm phòng tương ứng với 「Thời gian tiêm phòng tiêu chuẩn」 trong bảng hướng dẫn bên dưới để cho trẻ tiêm phòng tại các phòng khám chỉ định. (Trường hợp có đăng ký cư dân thì Tiêm phòng được miễn phí)

③Liên hệ trực tiếp với các phòng khám để đăng ký tiêm phòng
Bản đồ các phòng khám và lịch tiêm chủng tập trung được ghi trong 「Trang Navi Trung tâm Y tế」.
Trang này được để sẵn ở quầy thông tin của Thị chính, Trung tâm Y tế hay các Service Center của Thị chính.

④Khi cho trẻ đi tiêm phòng, để Bác sỹ nắm được tình trạng sức khỏe của trẻ, cần điền và mang theo 「Phiếu thăm khám」. Góc tư vấn Quốc tế, Trung tâm Sức Khỏe có Phiếu thăm khám bằng ngôn ngữ các nước. Nếu cần xin liên hệ.

⑤Sổ tay 「Tiêm phòng và sức khỏe của trẻ」 được phát cùng phiếu thông báo lần đầu. Trong sổ tay có hướng dẫn chi tiết về việc tiêm phòng và bệnh tật. Trường hợp muốn đọc bằng ngôn ngữ của nước mình xin hãy liên hệ với Góc Tư vấn Quốc tế để nhận bản dịch.

⑥Khi bạn mới chuyển đến sống ở Nhật Bản và không biết cần phải tiêm phòng gì thì hãy liên hệ với Góc Tư vấn Quốc tế hoặc Trung Tâm Y tế và mang theo sổ theo dõi tiêm chủng đã có từ trước tới nay. Có thể nhận Sổ tay sức khỏe Mẹ Con (BOSHITECHO) ở Trung tâm Y tế.

*** Sổ tay sức khỏe Mẹ Con (BOSHITECHO) phiên bản điện tử Mobile Service ngoài việc theo dõi sức khỏe và sự phát triển của trẻ còn có thể quản lý, thông báo lịch tiêm phòng. Có 12 ngôn ngữ các nước khác nhau. Có thể lựa chọn ngôn ngữ theo đường link hướng dẫn dưới đây. https://soka.city-hc.jp/registering**

《Thông tin liên hệ》
- Ban Nâng Cao Sức Khỏe　Tel 048-922-0200　Địa chỉ: 1-1-8 Chuo, Soka-shi
- Góc tư vấn Quốc tế　Tel 048-922-2970 (Thứ Hai, Thứ Tư, Thứ Sáu)

５．予防接種

①下の表の通りの予防接種を受けることになっています。

②表の中の「標準接種時期」に該当する予診票を持って、決められた医院で受けられます。（無料　＊住民登録がある場合）

③いつ接種を受けられるかは各医院に問い合わせてください。
医院の地図は市役所情報コーナー、保健センター、各サービスセンターなどにある「保健センターなび」に載っています。

④接種を受けるとき、子どもの健康状態を医師に知らせるために「予診票」を書きます。保健センター、国際相談コーナーには各国語の予診票があります。必要な人は連絡してください。

⑤初めての通知と一緒に、冊子「予防接種と子どもの健康」が配布されます。予防接種や病気の詳しい説明が書いてあります。各国語で読みたい場合は、国際相談コーナーに連絡してください。訳があります。

⑥外国から引越してきて何の接種が必要かわからない場合は保健センターか国際相談コーナーに相談してください。今までの接種の記録を持ってきてください。保健センターで日本の母子健康手帳がもらえます。

＊電子母子健康手帳モバイルサービスでは成長記録や健診記録のほかに予防接種のスケジュール管理・通知ができます。12言語に対応しています。
次のアドレスのページから言語（タガログ語、英語、韓国語、中国語）を選択できます。　https://soka.city-hc.jp/registering

《問い合わせ先》
- 保健センター　電話048-922-0200 草加市中央1-1-8（市役所第２庁舎）
- 国際相談コーナー　電話　048-922-2970　（月曜、水曜、金曜日）

Danh sách mục tiêm phòng		Độ tuổi tiêm phòng tiêu chuẩn		Số lần	Lúc thông báo
Vi rút Rota	*Chọn1 trong 2 loại ở cột bên phải	① Vắc xin Rotarix	Sau sinh từ 2 tháng tuổi tới sau ngày tròn 14 tuần và 6 ngày, tiêm các mũi cách nhau từ 27 ngày trở lên. (1)đúng đến 24 tuần (2) đúng đến 32 tuần	2	Được phát cùng giấy ờ khi thăm hỏi KONNICHIWA AKACHAN. Trường hợp không tiến hành thăm hỏi thì sẽ gửi bưu điện.
		② Vắc xin Rota Teq		3	
Viêm phổi phế cầu khuẩn trẻ em	Lần đầu	Sau sinh 2 tháng đến ngày trước ngày tròn 7 tháng tuổi (tiêm 3 mũi mỗi mũi cách nhau từ 27 ngày trở lên) ※Nếu mũi tiêm lần đầu bắt đầu từ quá 7 tháng tuổi thì số lần tiêm sẽ ít đi		3	
	Nhắc lại	(60 ngày trở lên từ sau khi tiêm đủ 3 mũi của lần đầu, tiêm 1 mũi khi trẻ từ 12 tháng tuổi trở lên)		1	
Mũi Tiêm hỗn hợp 5 loại (Bạch hầu, Ho gà, Uốn ván, Bại liệt, Hib)	Lần đầu	Sau sinh từ 2 tháng tuổi đến ngày trước ngày tròn 7 tháng tuổi (Tiêm 3 mũi mỗi mũi cách nhau từ 20 đến 56 ngày)		3	
	Nhắc lại	(Sau khi tiêm đủ 3 mũi của Lần đầu, tiêm thêm 1 mũi trong thời gian trẻ từ 6 đến 18 tháng tuổi)		1	
Viêm gan B	Tiêm mũi 1 và mũi 2 cách nhau 27 ngày trở lên, mũi 3 tiêm cách từ 139 ngày trở lên			3	
BCG	Trong thời gian trẻ từ 5 tháng tuổi đến 8 tháng tuổi			1	
MR (Sởi-Rubella)	Kỳ 1	Trong thời gian trẻ từ 12 tháng tuổi đến trước ngày tròn 24 tháng tuổi		1	
	Kỳ 2	1 năm trước khi trẻ đủ tuổi vào lớp 1 (1 năm được tính là giai đoạn từ tháng 4 đến cuối tháng 3 năm kế tiếp)		1	
Thủy đậu	Lần 1	Trong thời gian trẻ từ 12 đến 15 tháng tuổi		1	
	Lần 2	Sau khi đã tiêm Lần 1, tiêm thêm lần 2 cách lần 1 từ 6 tháng tới 12 tháng		1	
Viêm não Nhật Bản kỳ I	Lần đầu	3 tuổi đến 4 tuổi (Tiêm 2 mũi cách nhau từ 6 ngày đến 28 ngày)		2	
	Nhắc lại	Khoảng 1 năm sau khi đã tiêm đủ 2 mũi của Lần đầu		1	

予防接種名		標準接種年齢		回数	通知時期
ロタウィルス	＊右のどちらか	(1) ロタリックス	生後2か月から 14週6日後までに27日以上の間隔をあける	2回	※こんにちは赤ちゃん訪問にて配布 訪問できなかった人にはさまに郵送されます。
		(2) ロタテック	(1)24週0日まで (2)32週0日まで	3回	
小児用肺炎球菌	初回	生後2か月~生後7か月になる前日まで（27日以上あけて3回接種） ※初回接種が生後7か月を過ぎた場合、接種回数が少なくなります。		3回	
	追加	（初回3回接種後60日以上おいて生後12か月を過ぎてから1回接種）		1回	
五種混合 (ｼﾞﾌﾃﾘｱ/破傷風/百日咳/ﾎﾟﾘｵ/ヒブ)	初回	生後2か月~7か月になる前日まで（20日~56日の間隔をおいて3回接種）		3回	
	追加	（初回3回接種後、6~18か月の間に1回接種）		1回	
B型肝炎	初回接種後27日以上あけて2回目初回接種後139日以上あけて3回目			3回	
ＢＣＧ	生後5か月~8か月の間			1回	
MR(麻しん・風しん混合)	1期	生後12か月~24か月になる前日まで		1回	
	2期	小学校に入る前の年度中に（4月から3月末）		1回	
水痘	初回	生後12か月~15か月の間		1回	
	2回目	初回接種後、6か月から12か月の間隔をあけて1回接種		1回	
日本脳炎１期	初回	3歳～4歳（6日~28日の間隔をおいて2回接種）		2回	
	追加	初回2回接種後、概ね1年後に接種		1回	

Tiêm phòng (Dành cho trẻ từ 9 tuổi trở lên)

＊Vào thời điểm là đối tượng tiêm chủng, phiếu khám sẽ được gửi qua bưu điện từ Trung tâm Y tế.

○Viêm não Nhật Bản kỳ II　　9 tuổi đến dưới 13 tuổi　1 mũi

○Mũi tiêm 2 trong 1 (Bạch hầu-Uốn ván)　11 tuổi đến dưới 13 tuổi　1 mũi

○Vắc xin phòng chống Ung thư cổ tử cung　Nữ　Lớp 6 cấp I ~ Năm 1 cấp III (Lớp 10)

* Tiêm phòng sau khi đã đọc và hiểu về tính hiệu quả và tính an toàn của việc tiêm phòng được ghi trên tờ rơi (Leaflet) của Bộ Y Tế Lao Động và Phúc lợi.
Trường hợp muốn tiêm phòng có thể gọi điện tới Ban Nâng Cao Sức Khỏe (Kenko-zukuri-ka) để nghe thông tin hướng dẫn và để được gửi phiếu Tiêm phòng.

Vắc xin Cervarix : Tiêm 3 mũi　Mũi 2 tiêm cách mũi 1 một tháng
Mũi 3 tiêm cách mũi 1 sáu tháng

Vắc xin Gardasil : Tiêm 3 mũi　Mũi 2 tiêm cách mũi 1 hai tháng
Mũi 3 tiêm cách mũi 1 sáu tháng

Silguard 9 (chú ý*) : Tiêm 3 mũi Mũi 2 tiêm sau 2 tháng từ mũi 1,
Mũi 3 tiêm sau 6 tháng từ mũi 1
(chú ý*: Nếu tiêm mũi 1 trước 14 tuổi, sẽ hoàn thành tiêm trong 2 lần với khoảng cách 6 tháng.)

予防接種（9歳以上の子ども）

＊接種対象時期に保健センターから予診票が郵送されます。

○日本脳炎２期　　9歳から 13歳未満　１回

○二種混合（ジフテリア・破傷風）　　11歳から 13歳未満　１回

○子宮頸がん予防ワクチン　小学６年～高校1年の女子

・サーバリックス：3回　1回目接種から１か月後に 2回目、1回目から６か月後に3回目を接種

・ガーダシル：3回　1回目接種から２か月後に 2回目、1回目から６か月後に3回目を接種

・シルガード９*：3回　1回目接種から２か月後に 2回目、1回目から６か月後に3回目を接種

（*14才までに 1回目を接種した場合、６か月の間隔で、2回で完了となります。）