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
市役所本庁舎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
Soạn thảo: Thành phố Soka cùng Phòng tư vấn quốc tế
（令和８年度一部改訂 Phiên bản Reiwa năm thứ 7）

項目一覧　Mục lục hướng dẫn Soka

A-1	Thủ tục khi nhập quốc	入国時の手続き
A-2	Đăng ký ngoại kiều	外国人登録
A-3	Đăng ký 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	Dọn nhà & phường khóm	引越しと町会
B-1-3	Ga, Nước, Điện thoại ..vv	生活インフラ
B-1-4	Cách phân loại rác & đổ rác	ごみの出し方
B-2-1	Bảo hiểm sức khỏe	健康保険について
B-2-2	Chế độ bảo hiểm dưỡng lão	介護保険制度について
B-3	Kết hôn	結婚するには
B-4-1	Mang thai & sinh con	妊娠から出産
B-4-2	Sức khỏe của trẻ em	子どもの健康
B-4-3	Nuôi dạy 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 ở Nhật	日本で働く
B-8	Lương hưu	国民年金と厚生年金
B-9-1	Bằng lái xe	運転免許
B-9-2	Sở hữu xe hơi & xe gắn máy	自動車･バイクを所有する
B-9-3	Đi xe đạp	自転車にのる
B-10	Vui thú & học tập	楽しむ･学ぶ
B-11-1	Đối ứng khi khẩn cấp	緊急のときの対応
B-11-2	Chuẩn bị khi thiên tai	自然災害に備えて
C-1	Cơ sở văn hóa, vận động của thị Soka	草加市内の文化･運動施設
C-2	Nơi hỏi khi cần giúp đỡ	困ったときの相談窓口

Sách hướng dẫn SOKA

B-4-1
Mang thai & Sinh con
妊娠から出産

＊　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-4-1 Từ khi mang thai đến khi sinh con

Có nhiều chế độ chi viện cho bạn để quản lý sức khỏe trong thời kỳ mang thai, chuẩn bị làm cha mẹ, sinh con và nuôi dưỡng con...

1. Bạn làm gì khi mang thai

(1) Sổ sức khỏe mẹ con

①"Sổ sức khỏe mẹ con" là sổ quan trọng ghi lại những kết quả kiểm tra trong thời kỳ mang thai và trạng thái sức khỏe của em bé. Khi em bé được sinh ra, sổ này cũng cần thiết để ghi chú những kết quả kiểm tra sức khỏe trong thời kỳ nhỏ (điều tra và kiểm tra về phát triển thể chất, kỹ năng) và tiêm chủng.

②Khi đã xác định rõ là bạn đang mang thai, hãy đến Trung tâm hỗ trợ nuôi dạy trẻ em "Phòng tư vấn mang thai và sinh sản POKAPOKA" để đăng ký nhận Sổ sức khỏe mẹ con (Miễn phí). Để nhận hỗ trợ tùy theo tình hình sẽ có buổi nói chuyện khi nhận sổ.

Vui lòng mang theo thẻ cư trú và giấy tờ xác nhận có thai.

※Sổ có đính kèm theo phiếu hỗ trợ và giấy khám sức khỏe cho người mẹ. Hãy trình cho bệnh viện khi đến khám. Tiền chi phí khám sức khỏe của người mẹ sẽ được thành phố hỗ trợ một phần.

③Bạn có thể nhận Sổ sức khỏe mẹ con (miễn phí) phiên bản song ngữ có tiếng nước ngoài (9 ngôn ngữ) và tiếng Nhật.

(2) Hỗ trợ sinh đẻ, nuôi dạy con (Trợ cấp lần thứ nhất)

Mỗi phụ nữ mang thai sinh nở sẽ nhận được 50,000 yên. Khi thông báo mang thai và tham gia cuộc trò chuyện, bạn sẽ nhận được mẫu đơn đăng ký. Bạn cần có giấy xác nhận tài khoản ngân hàng và giấy tờ xác nhận cá nhân.

Lưu ý: Các trường hợp sảy thai hoặc thai không phát triển cũng là đối tượng nhận trợ cấp.

《Liên hệ tới》"Phòng tư vấn mang thai và sinh sản POKAPOKA" ĐT: 048-953-9887

(3) Chuẩn bị cho việc sinh con (Có hỗ trợ và các lớp học)

- Lớp học cho cặp vợ chồng (Lớp học cho cả bố và mẹ)
- Phòng trà cho phụ nữ mang thai (Học về chăm sóc ăn uống và nha khoa)
- Kiểm tra nha khoa cho phụ nữ mang thai, 500 yên (Kiểm tra sức khỏe và hướng dẫn cách đánh răng)
- Tiêm phòng virus RS (Virus hợp bào hô hấp) miễn phí (Thời gian áp dụng): từ 28 tuần 0 ngày đến 36 tuần 6 ngày của thai kỳ)

《Thông tin liên hệ》Trung tâm bảo hiểm sức khỏe　Điện thoại 048-922-0200

B-4-1　妊娠から出産

赤ちゃんを産んで育てるために、妊娠中の健康管理や親になる準備など、さまざまな支援制度があります。

1．妊娠したら

（1）母子健康手帳

①「母子健康手帳」は妊娠中の診断結果や赤ちゃんの健康状態を書きとめておく大切な手帳です。子どもが生まれてからの乳幼児健康診査（発育・発達を調べる検査)や予防接種のときにも必要です。

②妊娠が確かめられたら、子育て支援センター「にんしん出産相談室ぽかぽか」で「母子健康手帳」(無料)を申請してください。状況に応じた支援のため、受け取るときに面談があります。

妊娠が分かるものと在留カードを持って来て下さい。

＊妊婦健康診査・助成券が入っていますので、受診するときに病院に提出してください。妊婦健康診査の受診料の一部を市が負担します。

③外国語版の母子健康手帳

各国語（９カ国語）と日本語が両方書いてある母子健康手帳を受け取ることもできます。(無料)

（2）妊婦のための支援給付（1回目）

妊婦１人に対して５万円が給付されます。妊娠を届け、面談を受けると申請書類が渡されます。銀行口座確認書類と本人確認書類が必要です。

＊流産や死産の場合も対象です。

《問い合わせ先》「にんしん出産相談室ぽかぽか」電話　048-953-9887

（3）出産に備えて（助成や講座などがあります）

マタニティクラス（両親学級）　マタニティサロン（食事や歯のケアを学ぶ）

妊婦歯科検診　500円（健診やブラッシングの指導）

RS ウィルス予防接種　無料　（対象期間：妊娠28週0日から36週6日）

《問い合わせ先》　保健センター　電話　048-922-0200

2.Bạn sẽ làm gì sau khi sinh con

(1) Đăng ký khai sinh

①Sau khi sinh con trong vòng 14 ngày kể cả ngày sinh, hãy đến tòa hành chính, Phòng Thị Dân hoặc Trung tâm phục vụ trình giấy chứng sinh để làm khai sinh cho con bạn, sau đó con bạn sẽ được đăng ký vào sổ hộ khẩu và sẽ nhận được số My number. Giữa cha hoặc mẹ nếu có 1 người mang quốc tịch Nhật, thì con của bạn có thể mang quốc tịch Nhật.

【Cần mang theo】●Giấy chứng nhận đã sinh con do bệnh viện cấp　●Con dấu　●Sổ sức khỏe mẹ con　●Thẻ ngoại kiều của cha mẹ

②Trường hợp em bé không thể mang quốc tịch Nhật, Sau khi được sinh ra trong vòng 30 ngày, hãy đến Cục xuất nhập cảnh để xin thị thực tư cách cư trú cho con bạn.

③Ngoài ra hãy đến Đại sứ quán hay Lãnh sự quán nước bạn để làm thủ tục cần thiết như đơn xin cấp hộ chiếu cho con bạn, nếu con bạn sẽ mang quốc tịch nước bạn,

※Khi đăng ký khai sinh cho con bạn ở Tòa hành chính Phòng Thị Dân nên xin 2 bản chứng nhận khai sinh để tiện làm thủ tục (dùng cho Đại Sứ Quán, và dùng cho Cục xuất nhập cảnh) . Ngoài ra bạn cũng nên xin thêm giấy đã thụ lý khai sinh và giấy chứng nhận hộ khẩu (công dân) thì tốt hơn.

(2) Làm bảo hiểm sức khỏe

①Làm thủ tục bảo hiểm sức khỏe cho con bạn, thêm tên em bé vào theo phụ dưỡng gia đình.

②Nếu bạn vào bảo hiểm sức khỏe Quốc Dân thì làm thủ tục ở Phòng Bảo Hiểm Sức khỏe của Tòa hành chính. Nếu không phải bảo hiểm sức khỏe Quốc Dân hãy làm thủ tục tại Công ty bạn đang làm việc.

【Cần mang theo】●Thẻ bảo hiểm sức khỏe của cha hoặc mẹ
●Thẻ ngoại kiều của cha hoặc mẹ

２．子どもが生まれたら

（１）出生届

①生まれた日を含めて14日以内に、市役所市民課又はサービスセンターで出生届を出します。出生届を出すと、住民票に登録され、個人番号（マイナンバー）も付与されます。両親のうち片方が日本国籍を持っていれば、子どもは日本国籍を得ることができます。

【必要な物】　●病院で発行された出生証明書　●印鑑
●母子健康手帳　●親の在留カード

②子どもが日本国籍にならない場合は、生まれてから30日以内に出入国在留管理局で在留資格の申請をしてください。

③子どもが自分の国の国籍を取るときや子どもの旅券の申請は、大使館または領事館で手続きをしてください。

※出生届を出した時に「記載事項証明書」を２通（大使館用、入管用）、その他に受理証明書、住民票を取っておくと便利です。

（２）　保険証の作成

①健康保険の手続きをして、扶養家族として赤ちゃんの名前を入れます。

②国民健康保険に入っている人は市役所 保険年金課で、職場の健康保険に入っている人は勤務先で手続きします。

【必要な物】　●親の健康保険証
●親の在留カード

(3) Chế độ trợ cấp chi phí điều trị cho trẻ con

Thành phố sẽ chi trả tiền chi phí điều trị, thuốc men (ngoại trú, nội trú) cho trẻ em là công dân của thành phố Soka kể từ 0 tuổi đến năm thứ 3 cấp 3 (Cho đến tháng 3 ngày 31 đầu tiên, sau sinh nhật 18 tuổi). Không hạn chế theo thu nhập.

Người gia nhập bảo hiểm Quốc Dân hay bảo hiểm khác cũng đều được áp dụng theo chế độ này

Trước hết hãy đến tòa hành chính Phòng chính sách trẻ em, để đăng ký thông tin và nhận giấy chứng nhận là người nhận tiền chi phí điều trị của con bạn.

【Cần mang theo】 ●Thẻ bảo hiểm có ghi tên con bạn.
●Sổ ngân hàng của người cha hoặc mẹ (người có tham gia bảo hiểm).
●My number

・Khi đưa con đi khám ở những cơ sở y tế thuộc trong phạm vi thành phố, bạn trình thẻ bảo hiểm sức khỏe và giấy chứng nhận là người thừa kế nhận tiền chi phí điều trị màu hồng có hình những chấm tròn. thì bạn không cần phải trả tiền

(4) Chế độ trợ cấp tiền sinh con và nuôi con

Cơ quan bảo hiểm sức khỏe thành phố Soka hoặc bảo hiểm sức khỏe của công ty nơi bạn làm việc sẽ chi trả trực tiếp cho bệnh viện nơi bạn sinh con, nên bạn không cần phải dự bị số tiền lớn để sinh con. Tuy nhiên chế độ chi trả này không thích ứng với 1 số bệnh viện nơi bạn sinh con ở đó, hoặc tiền chi phí sinh con rẻ hơn tiền trợ cấp thì người được bảo hiểm cần phải làm đơn để xin.

① Nguyên tắc nếu gia đình có sinh con đã gia nhập bảo hiểm sức khỏe từ 6 tháng trở lên thì sẽ được trợ cấp.
② Nếu bạn thuộc bảo hiểm sức khỏe Quốc Dân thì làm thủ tục ở Hoken Ka (Phòng bảo hiểm sức khỏe) Tòa thị chính, Nếu bạn thuộc bảo hiểm sức khỏe nơi làm việc, thì làm thủ tục ở công ty.

【Cần mang theo】
・Trường hợp sinh con tại Nhật Bản:
●Thẻ bảo hiểm sức khỏe
●Sổ ngân hàng của người chủ hộ
●Biên lai hoặc hóa đơn của bệnh viện nơi sinh con
●Giấy xác nhận việc sử dụng hệ thống thanh toán trực tiếp (Loại thanh toán mà bảo hiểm sẽ trả viện phí trực tiếp cho bệnh viện nơi con bạn sinh)
・Trường hợp sinh con tại nước ngoài:
●Thẻ bảo hiểm sức khỏe ●Sổ ngân hàng của người chủ hộ
●Giấy chứng nhận sinh sản và bản dịch kèm theo

（3） 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(１８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。所得による制限はありません。初めにこども政策課で資格登録をして、「こども医療費受給者証」をもらいます。

【必要な物】●子どもの名前の入っている保険証
●保険に入っている親の通帳 ●個人番号（マイナンバー）

・市内の医療機関にかかるときは健康保険証とピンクの水玉模様の「こども医療費受給者証」を見せると、支払いはしなくて良いです。

（4） 出産育児一時金の支給申請

分娩機関へ草加市国保、または職場の保険が直接支給するようになり、まとまった出産費用を事前に用意しなくても済みます。ただし、この支払制度が適応されない一部分娩機関でのお産、一時金より出産費用が安かった場合などは、被保険者からの申請が必要です。

①原則、6ヶ月以上健康保険に入っている家族に子どもが生まれたら、支給されます。
②国民健康保険に入っている人は市役所 保険年金課で、職場の保険に入っている人は職場で手続きをします。

【必要な物】
・日本国内で出産した場合
●保険証 ●世帯主の通帳 ●分娩機関からの領収証・明細書など
●直接支払制度利用確認書

・海外で出産した場合
●保険証 ●世帯主の通帳 ●出産証明書とその訳文

(5) Hỗ trợ sinh đẻ, nuôi dạy con (Trợ cấp lần thứ hai)
Mỗi đứa trẻ được sinh ra sẽ nhận được 50,000 yên.

Bạn có thể nhận đơn đăng ký nhận tiền này cùng với giấy tiêm chủng khi chúng tôi đến thăm bé theo chương trình “Xin chào bé’” hoặc thăm trẻ sơ sinh của thành phố. Bạn cần có giấy tờ xác nhận tài khoản ngân hàng và điền vào bản khảo sát.

※Trường hợp sẩy thai hoặc thai chết lưu cũng được áp dụng (sau khi báo cáo số lượng thai nhi).

《Liên hệ tới》"Phòng tư vấn mang thai và sinh sản POKAPOKA" ĐT: 048-953-9887

(6) Xin trợ cấp cho trẻ em

Chế độ trợ cấp cho người có con từ 0 tuổi đến năm thứ 3 cấp 3
(Người ngoại quốc có tư cách cư trú cũng được nhận trợ cấp).

【Cần mang theo 】●Con dấu ●Sổ ngân hàng của người xin đơn ●Thẻ ngoại kiều
●Thẻ bảo hiểm sức khỏe (Những người gia nhập bảo hiểm lương hưu...vv)
●My number

Nộp đơn ở Tòa thị chính Phòng chi viện nuôi dưỡng con.

※Để nhận tiền trợ cấp, mỗi năm 1 lần cần phải viết vào bản báo cáo hiện trạng (tiếng Nhật gọi là "Genkyo Todoke") sẽ được gửi đến nhà bạn, bạn phải cần điền vào và nộp lại .

（５）妊婦のための支援給付（２回目）

生まれた子ども１人に対して５万円が給付されます。

「こんにちは赤ちゃん訪問」か新生児訪問で予防接種予診票と一緒に申請書類がもらえます。銀行口座確認書類、アンケートへの協力が必要です。

＊流産や死産の場合も対象です（胎児の数の届け出後）。

《問い合わせ先》「にんしん出産相談室ぽかぽか」電話　048-953-9887

（６）児童手当の申請

０歳～高校３年生の子どもを持っている人に手当が支給される制度です。（在留資格のある外国人も手当が受けられます。）

【必要な物】

●印鑑　●申請者（親）の通帳　●在留カード
●保険証（厚生年金等に加入している人）　●個人番号（マイナンバー）

申請は市役所 こども政策課です。

※手当を受け取るために、１年に１回 送られてくる現況届に記入して提出する必要があります。

《Thông tin liên hệ》

・Tòa hành chính thành phố (Soukashi Takasago 1-1-1)
Số điện thoại　048-922-0151
Phòng Thị Dân　Số điện thoại 048-922-1542
Phòng chính sách trẻ em. Số điện thoại 048-922-1476
Phòng bảo hiểm sức khỏe và lương Hưu　Số điện thoại 048-922-1593

・Trung tâm bảo hiểm ý tế (Soukashi Chuuou 1-1-8　Số điện thoại 048-922-0200,
・Phòng Tư vấn mang thai và sinh sản POKAPOKA (Soukashi Matsubara 1-3-1
Số điện thoại 048-953-9887

・Cục xuất nhập cảnh Tokyo　Information Center　Số điện thoại 03-5796-7111
5-5-30 Konan Minato-ku, Tokyo,
Đến cửa đông của ga Shinagawa, lên xe buýt ở trạm số 8 (xe đi Shinagawa Futo Junkan) và xuống xe ở trạm ngừng 'Tokyo Nyukoku Kanrikyoku-mae'.
Hoặc đi xe điện Tokyo Monorail, đường Tokyo Rinkai đến ga Tennozu-ilse đi bộ 15 phút.

・Cục xuất nhập cảnh Tokyo　Chi nhánh văn phòng ở Saitama Số Đ.T 048-851-9671
Tầng 1. Saitama Dai-ni Houmu Sogo Chosha.
5-12-1 Shimoochiai Chuo-ku, Saitama-shi, Saitama
Số điện thoại. 048-851-9671
Đi bộ từ ga Yono-honmachi khoảng 10 phút, tuyến JR Saikyo,

《問い合わせ先》

・市役所　（草加市 高砂1-1-1）代表電話 048-922-0151
市民課　電話 048-922-1542
こども政策課　電話 048-922-1476
保険年金課　電話 048-922-1593
・保健センター（草加市 中央1-1-8）　電話 048-922-0200
・「にんしん出産相談室ぽかぽか」　（草加市 松原1-3-1）
電話 048-953-9887

・東京出入国在留管理局　インフォメーションセンター
東京都港区港南5-5-30　電話　03-5796-7111
ＪＲ品川駅東口から都バス⑧乗り場「品川埠頭循環」で「東京入国管理局前下車」又は東京モノレールりんかい線「天王洲アイル駅」から徒歩１５分

・東京出入国在留管理局　さいたま出張所　電話　048-851-9671
埼玉県さいたま市中央区下落合5-12-1
さいたま第２法務総合庁舎１階
ＪＲ埼京線「与野本町駅」徒歩１0分