

がい こく じん い りょう じょう ほう
外国人のための医療情報
た げん ご ぼん
ハンドブック〈多言語版〉

Medical Handbook for Foreigners

针对外国人的医疗信息手册

Sổ tay thông tin y tế dành cho người nước ngoài

Medikal na Pampleto para sa mga Dayuhan

Guia de Informações Médicas para Estrangeiros

Manual de Información Médica para los Extranjeros

외국인을 위한 의료 정보 핸드북

विदेशीहरुको लागि चिकित्सा जानकारी पुस्तिका

หนังสือคู่มือข่าวสารการรักษาสำหรับชาวต่างชาติ



Tochigi Prefecture, Tochigi International Association

とちぎ けん とちぎ けん こく ざい こうりゅうきょうかい
栃木県・栃木県国際交流協会

がいこくじん いりょうじょうほう たげんごばん
外国人のための医療情報ハンドブック＜多言語版＞

もくじ

1	診療科一覧	100
2	病院での流れ	102
3	症状の伝え方	104
4	薬の求め方	112
5	健康保険制度	114
6	子どもの医療費	116
	「花粉症って何？」	116
	とちぎ外国人相談サポートセンター	118
	お役立ち情報	118

ハンドブックの内容については、2019年10月時点で確認できる資料、データに基づいて作成しており、その後変更されている場合があります。必要であれば、関係する機関に直接ご確認ください。P118に掲載している「とちぎ外国人相談サポートセンター」までお問い合わせください。

このハンドブックについてわからないことは、栃木県国際交流協会（TIA）までお問い合わせください。

こうえきざいだんほうじんたちぎけんこくさいこうりゅうきょうかい
公益財団法人栃木県国際交流協会

Tochigi International Association (TIA)

〒320-0033 栃木県宇都宮市本町9-14 とちぎ国際交流センター内

TEL 028-621-0777

FAX 028-621-0951

Eメール tia@tia21.or.jp

WEB http://tia21.or.jp

Guia de informações médicas para estrangeiros
＜edição multilíngue＞

Índice

1	Lista de especialidades	101
2	O Procedimento num Hospital	103
3	Como Dizer os Sintomas	104
4	Como adquirir Medicamentos	113
5	O Sistema do Seguro de Saúde	115
6	As despesas médicas para crianças	117
	O que é Febre do Feno ou Polinose “kahunsho” ?	117
	Centro de Consulta e Apoio de Tochigi para Residentes Estrangeiros	119
	Informações Úteis	119

O conteúdo do manual é baseado em materiais e dados obtidos em outubro de 2019, que podem terem sido alterados desde então. Se necessário, verifique diretamente com a instituição relacionada ou entre em contato com o “Centro de Consulta e Apoio de Tochigi para Residentes Estrangeiros” (página 119) .

Caso tenha alguma dúvida sobre este manual, entre em contato com a Associação Internacional de Tochigi (TIA).

Associação Internacional de Tochigi (TIA)

Centro Internacional de Tochigi

9-14 Honcho, Utsunomiya-shi, Tochigi-ken 320-0033

TEL 028-621-0777

FAX 028-621-0951

E-mail tia@tia21.or.jp

WEB http://tia21.or.jp

1 しんりょう か いちらん 診療科一覧

しょうじょう
症状によって、どの診療科の病院に行けばいいか、主な例です。
おお びょういん
大きな病院で、どの診療科かわからない時は、病院の受付で聞きましょう。

ぶ い 部位	しょうじょう 症状	しんりょう か 診療科
あたま 頭	づ つう 頭痛、めまい、しびれ	ない か のうしんけい げ か 内科、脳神経外科
むね 胸	むね いた どう き いき ぐ こうけつあつ 胸の痛み、動悸、息苦しい、高血圧	ない か じゅんかん き か こきゅう き ない か 内科、循環器科、呼吸器内科
はらなど 腹等	ふくつう いつう は き おうと 腹痛、胃痛、吐き気、嘔吐	ない か いちよう か さん ふ じん か 内科、胃腸科、産婦人科
	にょうで いた ちがま 尿が出るとき痛い、血が混じる	ひにょう き か 泌尿器科
	こうもん いた しゅつけつ 肛門が痛い、出血がある	げ か こうもん か 外科、肛門科
め 目	め いた み 目が痛い、見えにくい	がん か 眼科
みみ はな くち 耳・鼻・口	せき みみ いた はなみず 咳、耳の痛み、鼻水、めまい	ない か じ び いんこう か 内科、耳鼻咽喉科
は 歯	は いた くち えんしょう 歯の痛み、口の炎症	し か こうくう げ か 歯科、口腔外科
て あしなど 手・足等	こっせつ かんせつえん ようつう 骨折・関節炎、腰痛	せいけい げ か 整形外科
ぜんしん 全身	ケガ、切り傷、やけど、かゆみ	げ か けいせい げ か ひ ふ か 外科、形成外科、皮膚科
	ものわす 物忘れ、ふるえ、けいれん	しんけい ない か 神経内科
	にんしん しゅっさん ふ にん ふ せいしゅつけつ 妊娠、出産、不妊、不正出血	さん ふ じん か 産婦人科
	こ びょう き 子どもの病気	しょう に か 小児科
	ゆううつ、ふあん うつ、不安	せいしん か 精神科

* 上の表にない症状で何科に行けばいいかわからないときは、かかりつけ医または、
下記の相談窓口にお問い合わせみてください。

< 県域医療安全相談センター > Tel 028-623-3900
日本語 月～金 9:00～16:30

< AMD A 国際医療情報センター > Tel 03-6233-9266
やさしい日本語 月～金 10:00～15:00
<https://www.amdamedicalcenter.com/> (9言語)



1 Lista de especialidades

Principais exemplos de especialidades a procurar, de acordo com os sintomas.

Em hospitais grandes, quando não souber qual especialidade, informe-se na recepção do hospital.

Partes	Sintomas	Especialidade (s)
Cabeça	Dor de cabeça, vertigem, dormência	Medicina Interna (naika), Neurocirurgia (noshinkei geka)
Tórax	Dor no peito, palpitação, dificuldade em respirar, pressão alta	Medicina Interna (naika), Angiologia (junkankika), Pneumologia (kokyuki naika)
Abdômen	Dor abdominal, dor estomacal, ânsia, vômito	Medicina Interna (naika), Gastroenterologia (ichoka), Ginecologia e Obstetrícia (sanfujinka)
	Dor ao urinar, juntamente com sangue	Urologia (hinyokika)
	Dor anal, com hemorragia	Cirurgia (geka), Coloproctologia (koumonka)
Olho	Dor no (s) olho (s), dificuldade na visão	Oftalmologia (ganka)
Ouvidos, nariz, boca	Tosse, dor de ouvido, coriza, vertigem	Medicina Interna (naika), Otorrinolaringologia (jibiinkoka)
Dente	Dor de dente, inflamação na boca	Odontologia (shika), Cirurgia Oral (kokugeka)
Mão, pé	Fratura/inflamação nas articulações, dor lombar	Ortopedia (seikeigeka)
Corpo inteiro	Ferimento, corte, queimadura, coceira	Cirurgia (geka), Cirurgia Plástica (keiseigeka), Dermatologia (hifuka)
	Falta de memória, tremedeira, epilepsia	Neurologia (shinkei naika)
	Gravidez, parto, infertilidade, sangramento anormal	Ginecologia e Obstetrícia (sanfujinka)
	Doenças de crianças	Pediatria (shonika)
	Depressão, ansiedade	Psiquiatria (seishinka)

* Havendo algum sintoma que não consta no quadro acima e não souber qual especialidade, informe-se com um médico ou nos balcões de informações abaixo:

< Ken Iki Iryou Anzen Soudan Center > Tel 028-623-3900
Japonês Seg. a Sex. 9:00-16:30

< AMD A Centro Internacional de Informação Médica > Tel 03-6233-9266
Japonês fácil Seg. a Sex. 10:00-15:00
<https://www.amdamedicalcenter.com/> (9 idiomas)



2 病院での流れ

病院の受付から診察、会計や薬の受け取りまでの具体的な流れです。
病院によって少し違います。

受付

保険証を提示する

保険証がない場合は、「保険証はありません」と伝えます。

症状を伝える (P104)

受付で症状を聞かれたら、簡単に伝えます。

問診票などに記入する

お役立ち情報 (P118) の「多言語医療問診票」のサイトを利用すると、症状をスムーズに伝えることができます。

待ち室

順番に名前が呼ばれるまで待つ

診察

いつから、どのような症状があるか、今までかかった病気について聞かれます。

必要な場合は、検査があります。

会計

名前を呼ばれたら窓口で現金で支払います。
(大きな病院では機械で支払う場合もあります)

薬の受け取り

薬が出る場合は、ここで薬を受け取るか、出された処方せんを持って薬局に行きます。

<もって行くもの>

保険証
身分証明書 (在留カードなど)
お薬手帳や飲んでいる薬
お金



2 Os procedimentos num hospital

São procedimentos específicos, desde a recepção até a consulta, do pagamento até o recebimento dos medicamentos.

Podem ser diferentes dependendo do hospital.

<Levar:>

Seguro de Saúde
Identidade (Zairyu Card)
Caderneta ou remédio
dinheiro

Recepção

Apresentar o cartão do seguro de saúde

Caso não tenha, diga "hokensho arimasen" (não tenho)

Diga os sintomas (página 104)

Se perguntarem os sintomas na recepção, diga resumidamente.

Preencha o formulário

Usando o site indicado no apêndice (página 119) "Questionário médico multilíngue" poderá transmitir os sintomas.

Sala de Espera

Espre até ser chamado pela sequência.

Consulta

Será perguntado quando, quais sintomas, e as doenças que teve até agora.

Caso necessário, haverá exame.

Caixa

Quando for chamado, dirija-se até o caixa e pague em dinheiro.
(em hospitais grandes, poderá ser pago em caixas eletrônicos)

Retirada de Medicamento

Caso haja prescrição, o remédio poderá ser entregue no local ou ser necessário levar a prescrição médica até uma farmácia.



3 Como dizer os sintomas

3 症状の伝え方

Apresentamos as principais expressões usadas em instituições médicas quando tiver que dizer os sintomas.

医療機関において、自分で症状を伝えるときの主な表現を紹介します。



Início dos sintomas 症状の始まり		
Início dos sintomas 症状の始まり	...horas antes	～ 時間前 ～ <i>jikan mae</i>
	...semanas antes	～ 週間前 ～ <i>shukan mae</i>
	...dias antes	～ 日前 ～ <i>nichi mae</i>
	...meses antes	～ か月前 ～ <i>kagetsu mae</i>
Frequência dos sintomas 症状の頻度	É a primeira vez	はじめてです <i>hajimete desu</i>
	Já tive antes	以前にも ありました <i>izen nimo arimashita</i>
	Vem de repente	突然 なります <i>totsuzen narimasu</i>
	Tenho de vez em quando	ときどき なります <i>tokidoki narimasu</i>
Sintomas em partes 部位ごとの症状		
Cabeça 頭	Dói a cabeça	頭が 痛いです <i>atama ga itai desu</i>
	Sinto um peso na cabeça	頭が 重く 感じます <i>atama ga omoku kanjimasu</i>
	Tenho vertigem	めまいが します <i>memai ga shimasu</i>

Cérebro/ nervos 脳・神経	Não lembro de coisas simples	簡単なことが 思い出せません <i>kantanna koto ga omoidasemasen</i>
	Não consigo falar direito	言葉が うまく 話せません <i>kotoba ga umaku hanasemasen</i>
	Dá tremedeira/epilepsia	けいれんが おきます <i>keiren ga okimasu</i>
	formigamento	しびれます <i>shibire masu</i>
PESCOÇO 首	Dói o pescoço	首が 痛いです <i>kubi ga itai desu</i>
	Não consigo girar o pescoço	首が 回れません <i>kubi ga mawarimasen</i>
	O pescoço está inchado	首が 腫れています <i>kubi ga hareteimasu</i>
Peito (coração) 胸 (心臓)	Dói o peito	胸が 痛いです <i>mune ga itai desu</i>
	Sinto pressão no peito	胸に 圧迫感が あります <i>mune ni appakukan ga arimasu</i>
	Tenho palpitações	動悸が します <i>douki ga shimasu</i>
(Brônquios/ pulmão) (気管支・肺)	Sinto falta de ar	息苦しいです <i>ikigurushii desu</i>
	Tenho tosse	咳が 出ます <i>seki ga demasu</i>
	Sai um som, quando respiro (sibilo, ronco, estridor)	息をすると 音が します (ヒューヒュー、ゼロゼロ、ゼーゼー) <i>iki o suruto oto ga shimasu (hyuhyu, zerozero, zeizei)</i>
	Sinto falta de ar	息切れが します <i>ikigire ga shimasu</i>
	Sai sangue ao tossir	咳をすると 血が 出ます <i>seki o suruto chi ga demasu</i>

Costas/ coluna せなか こしなど 背中・腰等	Dói as costas	せなか が いた いです <i>senaka ga itai desu</i>
	Dói as articulações	かんせつ が いた いです <i>kansetsu ga itai desu</i>
	Dói a coluna	こし が いた いです <i>koshi ga itai desu</i>
Gastroentero Sistema digestório いちよう しょう か き 胃腸・消化器	Dói o estômago	い が いた いです <i>i ga itai desu</i>
	Dói a barriga	お腹 が いた いです <i>onaka ga itai desu</i>
	Sinto ânsia de vômito	吐き気 が します <i>hakike ga shimasu</i>
	Sinto queimação	胸やけ が します <i>muneyake ga shimasu</i>
	Sai fezes brancas/pretas	しろ べん / くろ べん が 出 ました <i>shiroi ben / kuroi ben ga demashita</i>
	Estou com a barriga inchada	お腹 が 張 っています <i>onaka ga hatte imasu</i>
	Vomitei a comida	た べ も の を 吐 きました <i>tabemono o hakimashita</i>
	Estou com diarreia	げ り を して います <i>geri o shiteimasu</i>
	Estou com prisão de ventre	べん び を して います <i>bempi o shite imasu</i>
	Não tenho apetite	しょくよく が あり ません <i>shokuyoku ga arimasen</i>
Sistema urinário ひにょう き 泌尿器	Diminui a quantidade de urina	にょう りょう が 減 り ました <i>nyo no ryo ga herimashita</i>
	É difícil urinar	にょう が 出 に くい です <i>nyo ga denikui desu</i>
	Tem sangue na urina	にょう に ち が 混 ざ っています <i>nyo ni chi ga mazatte imasu</i>

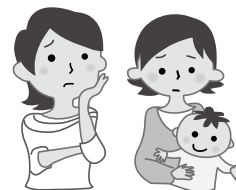
Sistema urinário ひにょう き 泌尿器	Tenho incontinência urinária	にょう を も ら します <i>nyo o morashimasu</i>
	Vou ao banheiro diversas vezes	トイレ に なん 回 も 行 きます <i>toire ni nankaimo ikimasu</i>
	Dói ao urinar	にょう を すると いた い です <i>nyo o suruto itai desu</i>
	Sinto que sobra urina	ざんにょうかん が あり ます <i>zannyokan ga arimasu</i>
Ânus こうもん 肛門	Dói ao defecar	はい べん の とき に いた い です <i>haiben no tokini itai desu</i>
	Sai sangue nas fezes	はい べん の とき に ち が 出 ます <i>haiben no tokini chi ga demasu</i>
	Sai pus	うみ が 出 ました <i>umi ga demashita</i>
Olhos め 目	Coça o olho	め が かゆい です <i>me ga kayui desu</i>
	Dói o olho	め が いた い です <i>me ga itai desu</i>
	Não consigo ver direito	もの が よく み え ません <i>mono ga yoku miemasen</i>
	É ofuscante	まぶしい です <i>mabushii desu</i>
	Vejo duplamente as coisas	もの が 二重 に み え ます <i>mono ga niju ni miemasu</i>
	Lacrimajo	なみだ が 流 れ ます <i>namida ga nagaremasu</i>
	Vejo um ponto preto na minha frente	め の 前 に 黒い 点 が み え ます <i>menomae ni kuroiten ga miemasu</i>
	Dói o ouvido	みみ が いた い です <i>mimi ga itai desu</i>
	Tenho zumbido	みみ な 耳 鳴 り が します <i>miminari ga shimasu</i>

Ouvido みみ 耳	Não ouço bem	耳が よく 聞こえません <i>mimi ga yoku kikoemasen</i>
	Entrou algo no ouvido	耳に 何かが 入りました <i>mimi ni nanikaga hairimashita</i>
Nariz はな 鼻	Tenho coriza	鼻水が 出ます <i>hanamizu ga demasu</i>
	Tenho hemorragia nasal	鼻血が 出ます <i>hanaji ga demasu</i>
	Estou com o nariz congestionado	鼻が 詰まります <i>hana ga tsumarimasu</i>
	Solto espirros	くしゃみが 出ます <i>kushami ga demasu</i>
	Sofro de ronco	いびきで 困っています <i>ibiki de komatte imasu</i>
Garganta のど 喉	Dói a garganta	喉が 痛いです <i>nodo ga itai desu</i>
	Tenho catarro	痰が 出ます <i>tan ga demasu</i>
	Dói quando engulo	飲み込むときに 痛いです <i>nomikomu toki ni itai desu</i>
	Não sai voz	声が でません <i>koe ga demasen</i>
	Seca a garganta	喉が 渴きます <i>nodo ga kawakimasu</i>
Boca/ dentes くち は 口・歯	Seca dentro da boca	口の中が 乾きます <i>kuchi no naka ga kawakimasu</i>
	Estou com afta	口内炎が できました <i>konaïen ga dekimashita</i>
	É difícil abrir a boca	口が 開けづらいです <i>kuchi ga akezurai desu</i>
	Meu paladar está esquisito	味覚が おかしいです <i>mikaku ga okashii desu</i>

Boca/ dentes くち は 口・歯	Dói a língua	舌が 痛いです <i>shita ga itai desu</i>
	Dói o dente	歯が 痛いです <i>ha ga itai desu</i>
	A gengiva sangra	歯茎から 血が 出ます <i>haguki kara chi ga demasu</i>
Ferimento けが	A ferida dói	傷が 痛いです <i>kizu ga itai desu</i>
	Queimei	やけど しました <i>yakedo shimashita</i>
	Distendi	ねんざ しました <i>nenza shimashita</i>
Corpo inteiro ぜんしん 全身	Tenho febre	熱が あります <i>netsu ga arimasu</i>
	Sinto calafrio	寒気が します <i>samuke ga shimasu</i>
	Sinto fadiga	身体が だるいです <i>karada ga darui desu</i>
	Me sinto mal	気分が 悪いです <i>kibun ga warui desu</i>
	Não tenho apetite	食欲が ありません <i>shokuyoku ga arimasen</i>
	Engordei/emagreci de repente	体重が 急に〔減りました／ 増えました〕 <i>taiju ga kyu ni [herimashita/ fuemashita]</i>
	Dói o corpo inteiro	全身が 痛いです <i>zenshin ga itai desu</i>
Pele ひ ふ 皮膚	Algo irritou a minha pele	何かに かぶれました <i>nanikani kaburemashita</i>
	Coça	かゆいです <i>kayui desu</i>
	Apareceram erupções	発疹が できました <i>hosshin ga demashita</i>

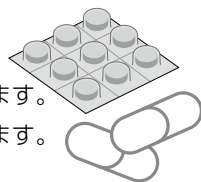
Pele ひ ぶ 皮膚	Sofro de micose/verruca/olho de peixe	みずむし／いぼ／魚の目 で悩んでいます [mizumushi / ibo / uonome] de nayande imasu
Mulher じよせい 女性	Não menstruo	げっけい 月経が ありません gekkei ga arimasen
	A menstruação está irregular	げっけい ふじゆん 月経が 不順です gekkei ga fujun desu
	Tenho cólica menstrual fortíssima	げっけいつう 月経痛が ひどいです gekkeitsu ga hidoi desu
	Estou grávida	にんしん 妊娠しています ninshin shite imasu
	Queria saber se estou grávida	にんしん 妊娠しているか 調べてください ninshin shiteiruka shirabete kudasai
	Tenho muito enjôo	つわりが ひどいです tsuwari ga hidoi desu
Criança こども 子供	Não toma leite	ミルクを 飲みません miruku o nomimasen
	A febre não cede	ねつ 熱が 下がりません netsu ga sagarimasen
	Não tem apetite	しょくよく 食欲が ありません shokuyoku ga arimasen
	Bebeu/comeupor engano	まちが 間違っ て ～を [飲 みました ／ 食 べました] machigatte ～o [nomimashita ／ tabemashita]
	Está mau humorada	きげん 機嫌が 悪いです kigen ga warui desu
Mental せいしん 精神	Não consigo dormir	ねむ 眠れません nemuremasen
	Não tenho ânimo	やるきが 出 ません yaruki ga demasen

Mental せいしん 精神	Fico irritado	いらいら します iraira shimasu
	Estou deprimido	お 落ち込んで います ochikonde imasu



4 薬の求め方

病院での診察後、薬が出る場合は「処方せん」*が発行されます。
病院によって異なりますが、大きくわけて二つの方法があります。



院外処方 病院外の薬局に行って、処方せんを提出して代金を支払い、薬を受け取る

院内処方 病院の会計窓口で受け取る
(会計と薬の窓口が違う場合もあります)

* 処方せんとは

患者に薬が必要な場合に、薬の種類や量、飲み方や使い方などについて医師が書いた書類のことです。院外処方の場合などに、窓口で処方せんを受け取ります。

ポイント① 有効期限は4日間

(4日を過ぎてしまうと、また診察を受けなければなりません。処方せんを受け取ったら、すぐに薬局に行きましょう!)

ポイント② 日本全国の薬局で利用可能

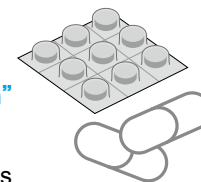
(病院の近くの薬局でも、家や会社の近くなど行きやすい薬局でもいいです。)

ポイント③ 処方せんを受け付けている薬局は、「処方せん受付」「保険調剤」などの表示があります。

4 Como adquirir medicamentos

Após a consulta no hospital, será impresso um “shohosen” (prescrição médica) * se um medicamento for necessário.

Dependendo do hospital, a forma de adquirir medicamentos pode diferir, mas basicamente existem duas formas:



- Prescrição externa** Dirija-se até a farmácia externa do hospital, entregue a prescrição, pague o valor, e receba o medicamento.
- Prescrição interna** Receba o medicamento no caixa do hospital.
(há casos em que o balcão do caixa e o balcão de medicamentos situam-se em lugares diferentes.)

* O que é “shohosen”

É um documento prescrito pelo médico no qual consta o tipo de medicamento, a quantidade e a forma de uso caso o paciente necessite. No caso de prescrição externa, a receita será entregue no balcão.

- Observação ①** A validade da prescrição é de 4 dias
(ao passar os 4 dias, é necessário consultar novamente o médico.
Quando receber a prescrição, dirija-se à farmácia imediatamente!)
- Observação ②** A prescrição pode ser usada em todas as farmácias do Japão.
(Pode ser uma farmácia perto do hospital, da casa, do trabalho, qualquer uma de fácil acesso.)
- Observação ③** As farmácias que aceitam prescrição médica, estão indicadas com estes sinais: 「処方せん受付Recepção de prescrição médica」 「保険調剤Preparação de medicamentos com seguro de saúde」

5 健康保険制度

日本では、公的な健康保険に加入しなければなりません。外国人も3か月を超えて日本に住んでいる人は加入します。保険料は毎月払いますが、病院に行ったときに医療費は約30%になります。健康保険に加入しないと、医療費を全部払うことになります。健康保険に加入するとメリットは大きく、いざというときに安心です。健康保険には下の表のとおり主に2種類あります。

項目	健康保険	国民健康保険
加入する人	会社に勤務している人とその被扶養者。(会社で「健康保険」に加入できない人は「国民健康保険」に加入)	「健康保険」に加入していない人全員。外国人は在留資格が3か月を超えている人
手続き	会社で手続きする	住んでいる市町の役所で手続きする
保険証	手続き後、保険証が一人1枚ずつ発行される 病院の受付で、必ず提示する	発行される
保険料	本人の給料を基に計算され、事業主と加入者と半分ずつ払う	前年の所得や世帯の人数を基に計算される
保険料の払い方	給料から天引き	納付書や口座振替
医療費の負担割合	0才～未就学児 20% 小学生～69才 30% 70才～74才 20%	0才～未就学児 20% 小学生～69才 30% 70才～74才 20% (所得による)
給付制度	- 出産育児一時金 (42万円) の給付 - 妊産婦医療費助成制度 (妊娠中の健診料が無料になるなど) - 健康診査や各種がん検診などが一部負担金で受診できる	

5 O sistema de seguro de saúde

No Japão, é obrigatório inscrever-se num seguro de saúde público. Os estrangeiros que residem por mais de 3 meses, também deverão se inscrever. O seguro é pago mensalmente, mas a despesa médica será de 30%. Se não tiver um seguro, deverá pagar as despesas médicas integralmente. O mérito ter um seguro de saúde é grande, e traz segurança em caso de emergência.

Existem dois tipos de seguro de saúde, conforme a tabela abaixo.

Item	Kenko Hoken (Seguro de Saúde)	Kokumin Kenko Hoken (Seguro Nacional de Saúde)
Quem deverá obter	Trabalhadores de empresas e seus dependentes. (Quem não tem o “kenko hoken”, entra no “kokumin kenko hoken”)	Todos que não tem o “kenko hoken”. Estrangeiros com permissão de residência para mais de 3 meses.
Trâmites	Trâmites na empresa.	Trâmites na prefeitura.
Cartão do seguro	Após os trâmites, será emitido 1 cartão por pessoa. Em hospitais, sempre apresente o cartão.	
Taxa	É calculado com base no salário, sendo que a empresa e o assegurado pagam a metade do valor.	Calculado com base na renda anual anterior e número de pessoas na casa.
Como pagar	Descontado no salário.	Boleto ou transferência bancária.
Percentagem que deverá arcar	0 ano a pré-escolar 20% Escolar até 69 anos 30% 70 a 74 anos 20%	0 ano a pré-escolar 20% Escolar até 69 anos 30% 70 a 74 anos 20% (depende da renda)
Benefícios	- Auxílio-parto (420.000 ienes). - Subsídio de Despesas Médicas de Gestantes (consultas gratuitas durante a gestação etc.). - Exames médicos e exames para câncer com encargo parcial.	

6 こ 子どもの医療費

子どもは医療費が無料です。「子ども医療費助成制度」により、子どもは医療費の負担が助成されるので、かかりません（薬の容器代や予防接種などは除きます）。

子どもが生まれたとき、引っ越したときは、市町の役所や地区市民センターなどで手続きをしてください。子どもの健康保険証が必要です。

自治体により助成方法が異なります。

子どもの対象年齢：0才～中学校3年生

* 18才までのところもあります。住んでいる市町の役所に確認してください。

かふんしょう なに 花粉症って何？



グエン コウさん、「花粉症」って知ってる？

コウ 「花粉症」？

グエン 植物の花粉が原因のアレルギー症状のことだよ。鼻水、鼻づまり、そして目がかゆくなる人が多いよ。

コウ じゃあ、僕も「花粉症」かな？

グエン 一度、病院に行ったら検査してもらったほうがいいよ。もし花粉症なら、どの花粉のせいかわかるんだ。花粉もいろいろあるからね。あと、先生がコウさんに合った、治療方法を教えてくれるよ。

コウ わかった、行ってみる！もう、我慢できない！

グエン マスク持ってる？花粉症なら、花粉を吸わないように、マスクするといいよ。

コウ マスクをしたことないんだ。周りの日本人はマスクをしている人多いね。

ところでグエンさん、花粉症に詳しいね！

グエン うん、僕、花粉症だから。でも、ちゃんと病院に行ったら、薬を飲んでいて、だいぶ楽だよ。

6 As despesas médicas para crianças

As despesas médicas para crianças são gratuitas. Com o “Sistema de Subsídio de Despesas Médicas de Crianças”, crianças não pagam, pois as despesas médicas são subsidiadas (exceção para vasilhames de remédios e vacinas) .

Ao nascer uma criança, ao mudar de endereço, faça os devidos trâmites na prefeitura ou centro comunitário. É necessário o seguro de saúde da criança.

A concessão do subsídio difere conforme o município.

Crianças qualificadas : Zero ano a 3º ano do ensino fundamental (chugaku)

* Há lugares que oferecem até os 18 anos

Confirme com a prefeitura da residência.

O que é Febre do Feno ou Polinose (kahunsho) ?



Guen Sr. Kou, conhece o a febre do feno ou polinose “Kahunsho”

Kou “Febre do feno” (Kahunsho) ?

Guen É um sintoma alérgico causado pelo pólen das plantas. Há muita pessoas com o nariz escorrendo, nariz entupido e coceira nos olhos.

Kou Então, será que eu também estou com a febre do feno?

Guen É melhor ir ao hospital uma vez e fazer os exames. Se for febre do feno, saberá qual pólen é a causa da alergia. Existem muitos tipos de pólen. E o médico mostrará qual o tratamento adequado ao Sr. Kou.

Kou Entendi, eu vou! Não suporto mais!

Guen Você tem máscara? Se for febre do feno, deve usá-la para que você não inale pólen.

Kou Nunca usei máscara. Há vários japoneses ao meu redor usando máscaras. A propósito, Sr. Guen, você está muito familiarizado com a febre do feno!

Guen Sim, eu tenho febre do feno. Mas como vou regularmente ao hospital e tomo minha medicação, meus sintomas são mais leves.

がいこくじんそうだん
■とちぎ外国人相談サポートセンター
<http://tia21.or.jp/hello.html>



栃木県に住んでいる外国人のために、相談や情報提供をしています。

毎日の生活で、悩んでいること、わからないことがあれば、電話してください！

無料です。秘密は守ります。

言語：英語、中国語、ベトナム語、タガログ語、ポルトガル語、スペイン語、ネパール語、タイ語、シンハラ語、タミル語、インドネシア語など

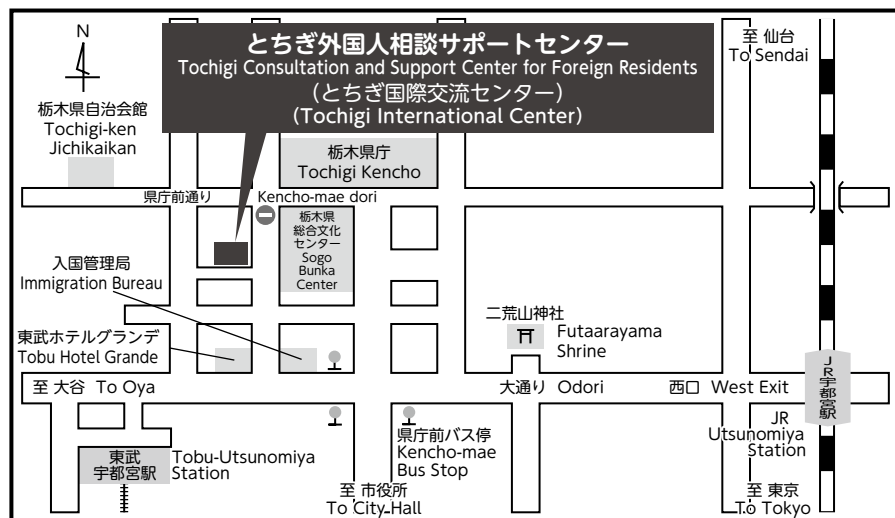
※ほかの言葉の人には、やさしい日本語や翻訳機で対応します。

TEL 028-627-3399

時間 9:00～16:00 (火曜日～土曜日)

場所 とちぎ国際交流センター内 (栃木県宇都宮市本町9-14)

※県庁前バス停から歩いて5分／東武宇都宮駅から歩いて8分



やくだ じょうほう
■お役立ち情報
たげん ごいりょうもんしんひょう げんご
多言語医療問診票 (18言語)

(制作 NPO法人国際交流ハーティ港南台／公益財団法人かながわ国際交流財団)

<http://www.kifjp.org/medical/>

内科や整形外科など11の診療科目の問診票が見られます。



■Centro de Consulta e Apoio de Tochigi para Residentes Estrangeiros
<http://tia21.or.jp/hello.html>



Fornecemos consultoria e informações para estrangeiros que vivem na província de Tochigi. Ligue-nos se você tiver alguma dúvida ou preocupação em sua vida diária! É gratuito. Guardamos sigilo.

*Idiomas: inglês, chinês, vietnamita, tagalo, português, espanhol, nepalês, tailandês, cingalês, tâmil, indonésio etc.

* Para outras línguas, utilizaremos o idioma japonês simplificado "yasashii nihongo" ou o aparelho tradutor.

TEL: 028-627-3399

Horário: 9:00 às 16:00 horas (de terça-feira a sábado)

Local: Centro Internacional de Tochigi (9-14 Honcho, Utsunomiya-shi, Tochigi-ken)

※5 min a pé do ponto de ônibus "Kencho-mae" ou 8 min a pé da estação Tobu Utsunomiya



■Informações úteis
Questionário médico multilíngue (18 idiomas)

(Produzido pela International Exchange Hearty Konandai / Fundação Internacional Kanagawa)

"<http://www.kifjp.org/medical/>" <http://www.kifjp.org/medical/>

Você pode ver questionários para 11 assuntos médicos, como clínica geral, ortopedia, etc.



Guia de informações médicas para estrangeiros < edição multilíngue >

Publicado em março, 2020

Publicação

Divisão Internacional do Departamento da Indústria,
Trabalho e Turismo da Província de Tochigi
1-1-20 Hanawada, Utsunomiya-shi, Tochigi-ken 320-8501
TEL 028-623-2198
E-mail kokusai@pref.tochigi.lg.jp

Projeto / Edição

Associação Internacional de Tochigi
Centro Internacional de Tochigi
9-14 Honcho, Utsunomiya-shi, Tochigi-ken 320-0033
TEL 028-621-0777
E-mail tia@tia21.or.jp

がいこくじん いりょうじょうほう たげんごばん
外国人のための医療情報ハンドブック<多言語版>

ねん がつはっこう
2020年3月発行

はっ ころ とちぎ けんさんぎょうろうどうかんこう ぶ こくさい か
発 行／栃木県産業労働観光部国際課
とちぎ けん うつのみや しはなだ
〒320-8501 栃木県宇都宮市塙田1-1-20
TEL 028-623-2198
Eメール kokusai@pref.tochigi.lg.jp

き かく へんしゅう こうえきざいだんほうじん とちぎ けんこくさいこうりゅうきょうかい
企画・編集／公益財団法人栃木県国際交流協会
とちぎ けん うつのみや しはなだ
〒320-0033 栃木県宇都宮市本町9-14
とちぎ国際交流センター内
TEL 028-621-0777
Eメール tia@tia21.or.jp