

外国人のための医療情報ハンドブック〈多言語版〉

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
ハンドブック〈多言語版〉
たげんごほん

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 लागी चिकित्सा जानकारी पुस्तिका

หนังสือคู่มือข่าวสารการรักษาสำหรับชาวต่างชาติ



Tochigi Prefecture, Tochigi International Association

とちぎけん とちぎけんこくさ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	52
2	病院での流れ	54
3	症状の伝え方	56
4	薬の求め方	64
5	健康保険制度	66
6	子どもの医療費	68
	「花粉症って何？」	68
	とちぎ外国人相談サポートセンター	70
	お役立ち情報	70

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か、P70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

**Sổ tay thông tin y tế dành cho người nước ngoài
 < Bản đa ngôn ngữ >**

Mục lục

1	Danh sách các Khoa chẩn đoán	53
2	Các bước làm việc tại bệnh viện	55
3	Cách truyền đạt các triệu chứng	56
4	Cách lấy thuốc	65
5	Chế độ bảo hiểm y tế	67
6	Viện phí cho trẻ nhỏ	69
	Bệnh dị ứng phấn hoa là gì (Kahunsho) ?	69
	Trung tâm tư vấn và hỗ trợ người nước ngoài tỉnh Tochigi	71
	Thông tin hữu ích	71

Về nội dung của sổ tay được biên tập dựa trên các tài liệu và dữ liệu được xác nhận tại thời điểm tháng 10 năm 2019, nội dung có thể thay đổi ở khoảng thời gian sau đó. Nếu cần thiết, hãy liên hệ với “Trung tâm tư vấn và hỗ trợ người nước ngoài tỉnh Tochigi” được đăng trên Trang 71 hoặc liên hệ trực tiếp đến cơ quan liên quan.

Nếu bạn có bất kỳ vấn đề nào chưa hiểu về cuốn sổ tay này, vui lòng liên hệ đến Hiệp hội giao lưu quốc tế tỉnh Tochigi (TIA).

Hiệp Hội Giao Lưu Quốc Tế tỉnh Tochigi (TIA)

Tochigi International Association (TIA)

Trung tâm giao lưu quốc tế 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 診療科一覧

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。
 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。

部位	症状	診療科
頭	頭痛、めまい、しびれ	内科、脳神経外科
胸	胸の痛み、動悸、息苦しい、高血圧	内科、循環器科、呼吸器内科
腹等	腹痛、胃痛、吐き気、嘔吐	内科、胃腸科、産婦人科
	尿が出るとき痛い、血が混じる	泌尿器科
	肛門が痛い、出血がある	外科、肛門科
目	目が痛い、見えにくい	眼科
耳・鼻・口	咳、耳の痛み、鼻水、めまい	内科、耳鼻咽喉科
歯	歯の痛み、口の炎症	歯科、口腔外科
手・足等	骨折・関節炎、腰痛	整形外科
全身	ケガ、切り傷、やけど、かゆみ	外科、形成外科、皮膚科
	物忘れ、ふるえ、けいれん	神経内科
	妊娠、出産、不妊、不正出血	産婦人科
	子どもの病気	小児科
	ゆううつ、不安	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 Danh sách các khoa chẩn đoán

Dưới đây là những ví dụ, tùy vào bệnh trạng của bạn để đến khoa nào trong bệnh viện.

Tại bệnh viện lớn nếu không biết nên đi khoa nào để khám thì bạn có thể hỏi tại quầy lễ tân của bệnh viện

Vị trí	Triệu chứng	Khoa chẩn đoán
Đầu	Đau đầu, chóng mặt, tê liệt	Khoa nội, Thần kinh ngoại
Ngực	Đau ngực, tim đập nhanh, khó thở, huyết áp cao	Khoa nội, Khoa tuần hoàn khí, Khoa hô hấp khoa nội
Bụng	Đau bụng, đau dạ dày, buồn nôn, ói mửa	Khoa nội, Khoa dạ dày, Khoa sản
	Đau khi tiểu tiện, tiểu ra máu	Khoa tiết niệu
	Đau trĩ, trĩ ra máu	Khoa ngoại, Khoa trĩ
Mắt	Đau mắt, khó nhìn	Khoa mắt
Tai Mũi Họng	Ho, đau tai, sổ mũi, hoa mắt	Khoa nội, Khoa tai mũi họng
Răng	Đau răng, nhiệt miệng	Khoa răng, Khoa chỉnh hình răng
Tay chân	Gãy xương, viêm khớp, đau lưng	Khoa chỉnh hình ngoại
Toàn Thân	Bị thương, bị cắt, bỏng, ngứa	Ngoại khoa, Khoa chỉnh hình, Khoa da liễu
	Lãng trí, run rẩy, co giật	Khoa thần kinh nội
	Mang thai, sinh sản, vô sinh, xuất huyết bất thường	Khoa sản phụ
	Bệnh trẻ em	Khoa nhi
	Trầm uất, bất an	Khoa thần kinh

* Ngoài những tình trạng nói trên, nếu bạn vẫn không biết nên đi khoa nào thì bạn nên nhờ sự tư vấn của bác sĩ tư hoặc với các trung tâm bên dưới

< Trung tâm tư vấn an toàn y tế tỉnh > Tel : 028-623-3900
 Tiếng Nhật Thứ 2~ Thứ 6 9:00~16:30
 < Trung tâm thông tin quốc tế AMDA > Tel : 03-6233-9266
 Tiếng nhật dễ hiểu Thứ 2~ Thứ 6 10:00~15:00
<https://www.amdamedicalcenter.com/> (9 ngôn ngữ)



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 (P56)

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 (P70) 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。

< 持って行くもの >

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

待合室

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。



2 Các bước làm việc tại bệnh viện

Các bước cụ thể từ quầy lễ tân đến chẩn đoán, tính tiền và lấy thuốc.

Có sự khác biệt tùy theo từng bệnh viện.

< Đồ mang theo >

Thẻ bảo hiểm
Giấy tờ tùy thân (Tư cách lưu trú, v.v...)
Số tay thuốc hoặc thuốc đang uống
Tiền

Quầy Lễ Tân

Cho xem thẻ bảo hiểm

Thông báo khi không có thẻ bảo hiểm (Hokensho wakarimasen)

Truyền đạt bệnh trạng (P56)

Truyền đạt đơn giản về bệnh trạng nếu bị hỏi tại quầy lễ tân

Điền vào phiếu chẩn bệnh

Nếu bạn tham khảo trang “Phiếu chẩn đoán bệnh đa ngôn ngữ” ở phần “Thông tin hữu ích” (P71), bạn có thể truyền đạt bệnh trạng một cách lưu loát nhất.

Phòng chờ

Đợi đến khi được gọi tên theo thứ tự.

Chẩn đoán

Bạn sẽ bị hỏi: bệnh trạng hiện giờ thế nào, từ khi nào?

Đã mắc bệnh gì trong quá khứ chưa?

Nếu cần thiết sẽ phải xét nghiệm.

Thanh toán

Đến quầy lễ tân thanh toán bằng tiền mặt khi được gọi tên.

(Ở những bệnh viện lớn có thể thanh toán bằng máy)

Nhận thuốc

Khi phải lấy thuốc, bạn có thể nhận thuốc tại bệnh viện, hoặc cầm đơn thuốc ra mua thuốc ở các hiệu thuốc



3 Cách truyền đạt các triệu chứng

3 症状の伝え方



Cách truyền đạt các triệu chứng của bản thân tại cơ sở y tế

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。

Thời điểm bắt đầu triệu chứng 症状の始まり		
Thời điểm bắt đầu triệu chứng 症状の始まり	Mấy tiếng trước	～ 時間前 ～ <i>jikan mae</i>
	Mấy tuần trước	～ 週間前 ～ <i>shukan mae</i>
	Mấy ngày trước	～ 日前 ～ <i>nichi mae</i>
	Mấy tháng trước	～ か月前 ～ <i>kagetsu mae</i>
Tần suất của triệu chứng 症状の頻度	Lần đầu tiên	はじめてです <i>hajimete desu</i>
	Đã từng bị	以前にも ありました <i>izen nimo arimashita</i>
	Đột nhiên bị	突然 なります <i>totsuzen narimasu</i>
	Đôi khi bị	ときどき なります <i>tokidoki narimasu</i>
Triệu chứng của từng bộ phận Tiếng nước ngoài 部位ごとの症状		
Đầu 頭	Đau đầu	頭が 痛いです <i>atama ga itai desu</i>
	Cảm thấy nặng đầu	頭が 重く 感じます <i>atama ga omoku kanjimasu</i>
	Chóng mặt	めまいが します <i>memai ga shimasu</i>

Não Thần kinh 脳・神経	Không nhớ ra dù là việc đơn giản	簡単なことが 思い出せません <i>kantanna koto ga omoidasemasen</i>
	Không truyền đạt tốt bằng ngôn ngữ	言葉が うまく 話せません <i>kotoba ga umaku hanasemasen</i>
	Bị co giật	けいれんが おきます <i>keiren ga okimasu</i>
	Bị tê liệt	しびれます <i>shibire masu</i>
Cổ 首	Đau cổ	首が 痛いです <i>kubi ga itai desu</i>
	Không thể quay cổ	首が 回りません <i>kubi ga mawarimasen</i>
	Bị sưng cổ	首が 腫れています <i>kubi ga hareteimasu</i>
Ngực (Tim mạch) 胸 (心臓)	Đau ngực	胸が 痛いです <i>mune ga itai desu</i>
	Có cảm giác ngực bị đè nặng	胸に 圧迫感が あります <i>mune ni appakukan ga arimasu</i>
	Tim đập mạnh	動悸が します <i>douki ga shimasu</i>
(Khí quản Phổi) 気管支・肺	Khó thở	息苦しいです <i>ikigurushii desu</i>
	Ho	咳が 出ます <i>seki ga demasu</i>
	Khi thở gây ra tiếng (hỗn hển.....)	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>
	Thở dốc,ngán hơi	息切れが します <i>ikigire ga shimasu</i>
	Ho ra máu	咳をすると 血が 出ます <i>seki o suruto chi ga demasu</i>

Lưng Thắt lưng <small>せなか こしなど</small> 背中・腰等	Đau lưng	<small>せなか</small> が <small>いた</small> いです <i>senaka ga itai desu</i>
	Đau khớp xương	<small>かんせつ</small> が <small>いた</small> いです <i>kansetsu ga itai desu</i>
	Đau thắt lưng	<small>こし</small> が <small>いた</small> いです <i>koshi ga itai desu</i>
Cơ quan tiêu hóa Dạ dày <small>いちじょう しょうか き</small> 胃腸・消化器	Đau dạ dày	<small>い</small> が <small>いた</small> いです <i>i ga itai desu</i>
	Đau bụng	<small>なか</small> が <small>いた</small> いです <i>onaka ga itai desu</i>
	Buồn nôn	<small>はきげ</small> が します <i>hakike ga shimasu</i>
	Đầy hơi	<small>むね</small> やけが します <i>muneyake ga shimasu</i>
	Bị ra phân đen/ trắng	<small>しろ</small> 便/ <small>くろ</small> 便が 出ました <i>shiroi ben / kuroi ben ga demashita</i>
	Bụng căng cứng	<small>なか</small> が 張っています <i>onaka ga hatte imasu</i>
	Ăn bị nôn	<small>たべもの</small> を 吐きました <i>tabemono o hakimashita</i>
	Bị tiêu chảy	<small>げり</small> を しています <i>geri o shiteimasu</i>
	Bị táo bón	<small>べんぴ</small> を しています <i>bempi o shite imasu</i>
	Chứng chán ăn	<small>しょくよく</small> が ありません <i>shokuyoku ga arimasen</i>
Cơ quan tiết niệu <small>ひじょうき</small> 泌尿器	Lượng nước tiểu giảm	<small>にょう</small> の量 <small>りょう</small> が 減りました <i>nyo no ryo ga herimashita</i>
	Khó tiểu tiện	<small>にょう</small> が 出にくいです <i>nyo ga denikui desu</i>
	Tiểu lẫn ra máu	<small>にょう</small> に 血 <small>ち</small> が 混 <small>ま</small> ざっています <i>nyo ni chi ga mazatte imasu</i>

Cơ quan tiết niệu <small>ひじょうき</small> 泌尿器	Tiểu dầm	<small>にょう</small> を もらします <i>nyo o morashimasu</i>
	Đi vệ sinh nhiều lần	<small>トイレ</small> に 何 <small>なん</small> 回 <small>かい</small> も 行 <small>い</small> きます <i>toire ni nankaimo ikimasu</i>
	Đau khi đi tiểu	<small>にょう</small> を すると <small>いた</small> いです <i>nyo o suruto itai desu</i>
	Đi tiểu không hết	<small>ざん</small> 尿 <small>にょう</small> 感 <small>かん</small> が あります <i>zannyokan ga arimasu</i>
Hậu môn <small>こうもん</small> 肛門	Bị đau khi đại tiện	<small>はい</small> 便 <small>べん</small> の <small>とき</small> に <small>いた</small> いです <i>haiben no tokini itai desu</i>
	Bị ra máu khi đại tiện	<small>はい</small> 便 <small>べん</small> の <small>とき</small> に 血 <small>ち</small> が 出 <small>で</small> ます <i>haiben no tokini chi ga demasu</i>
	Bị xung mủ	<small>うみ</small> が 出 <small>で</small> ました <i>umi ga demashita</i>
Mắt <small>め</small> 目	Bị ngứa mắt	<small>め</small> が かゆいです <i>me ga kayui desu</i>
	Bị đau mắt	<small>め</small> が <small>いた</small> いです <i>me ga itai desu</i>
	Không nhìn rõ vật	<small>もの</small> が よく 見 <small>み</small> えません <i>mono ga yoku miemasen</i>
	Bị chói mắt	<small>まぶ</small> しい です <i>mabushii desu</i>
	Bị thấy 2 bóng	<small>もの</small> が 二 <small>に</small> 重 <small>じゅう</small> に 見 <small>み</small> えます <i>mono ga niju ni miemasu</i>
	Bị chảy nước mắt	<small>なみだ</small> が <small>なが</small> れます <i>namida ga nagaremasu</i>
	Thấy điểm đen trước mắt	<small>め</small> の <small>まえ</small> に 黒 <small>くろ</small> い <small>てん</small> 点 <small>てん</small> が 見 <small>み</small> えます <i>menomae ni kuroiten ga miemasu</i>
Tai <small>みみ</small> 耳	Đau tai	<small>みみ</small> が <small>いた</small> いです <i>mimi ga itai desu</i>
	Bị ù tai	<small>みみ</small> 鳴 <small>な</small> りが します <i>miminari ga shimasu</i>

Tai みみ 耳	Không nghe rõ	耳が よく 聞こえません <i>mimi ga yoku kikoemasen</i>
	Có vật gì đó trong tai	耳に 何かが 入りました <i>mimi ni nanikaga hairimashita</i>
Mũi はな 鼻	Bị chảy nước mũi	鼻水が 出ます <i>hanamizu ga demasu</i>
	Bị chảy máu mũi	鼻血が 出ます <i>hanaji ga demasu</i>
	Bị nghẹt mũi	鼻が 詰まります <i>hana ga tsumarimasu</i>
	Bị nháy mũi (Hắt xì)	くしゃみが 出ます <i>kushami ga demasu</i>
	Thấy khó chịu với tiếng ngáy	いびきで 困っています <i>ibiki de komatte imasu</i>
Họng のど 喉	Bị đau họng	喉が 痛いです <i>nodo ga itai desu</i>
	Bị đờm	痰が 出ます <i>tan ga demasu</i>
	Bị đau khi uống	飲み込むときに 痛いです <i>nomikomu toki ni itai desu</i>
	Nói không ra tiếng	声が 出ません <i>koe ga demasen</i>
	Bị khô cổ họng	喉が 渴きます <i>nodo ga kawakimasu</i>
Răng Miệng くち は 口・歯	Miệng bị khô	口の中が 乾きます <i>kuchi no naka ga kawakimasu</i>
	Bị nhiệt miệng	口内炎が できました <i>konaiken ga dekimashita</i>
	Khó mở miệng	口が 開けづらいです <i>kuchi ga akezurai desu</i>
	Khó cảm giác được vị	味覚が おかしいです <i>mikaku ga okashii desu</i>

Răng Miệng くち は 口・歯	Bị đau lưỡi	舌が 痛いです <i>shita ga itai desu</i>
	Bị đau răng	歯が 痛いです <i>ha ga itai desu</i>
	Lợi bị ra máu	歯茎から 血が 出ます <i>haguki kara chi ga demasu</i>
Vết thương けが	Vết thương bị đau	傷が 痛いです <i>kizu ga itai desu</i>
	Bị bỏng	やけど しました <i>yakedo shimashita</i>
	Bị bong gân	ねんざ しました <i>nenza shimashita</i>
Toàn thân ぜんしん 全身	Bị sốt	熱が あります <i>netsu ga arimasu</i>
	Bị lạnh người	寒気が します <i>samuke ga shimasu</i>
	Mệt mỏi	身体が だるいです <i>karada ga darui desu</i>
	Nôn nao, khó chịu	気分が 悪いです <i>kibun ga warui desu</i>
	Không muốn ăn	食欲が ありません <i>shokuyoku ga arimasen</i>
	Tăng cân, giảm cân đột ngột	体重が 急に [減りました / 増えました] <i>taiju ga kyu ni (herimashita / fuemashita)</i>
	Đau toàn thân	全身が 痛いです <i>zenshin ga itai desu</i>
	Da liễu ひふ 皮膚	Bị dị ứng vì thứ gì đó
Bị ngứa	かゆいです <i>kayui desu</i>	

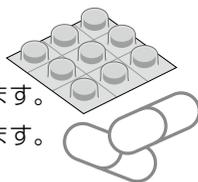
Da liễu ひふ 皮膚	Bị mụn, phát ban	ほっしん 発疹が でした <i>hosshin ga demashita</i>
	Lo lắng về ghẻ nước, mụn cóc, cục chai sần	みずむし / いぼ / うおのめ で悩んでいます (mizumushi / ibo / uonome) <i>de nayande imasu</i>
Phụ nữ じよせい 女性	Không có kinh nguyệt	げっけい 月経が ありません <i>gekkei ga arimasen</i>
	Kinh nguyệt không đều	げっけい ふじゆん 月経が 不順です <i>gekkei ga fujun desu</i>
	Đau bất thường khi có kinh nguyệt	げっけいつう 月経痛が ひどいです <i>gekkeitsu ga hidoi desu</i>
	Đang mang thai	にんしん 妊娠しています <i>ninshin shite imasu</i>
	Xin kiểm tra xem có đang mang thai không	にんしん 妊娠しているか 調べてください <i>ninshin shiteiruka shirabete kudasai</i>
	Ôm nghén dữ dội	つわりが ひどいです <i>tsuwari ga hidoi desu</i>
Trẻ nhỏ こども	Không uống sữa	ミルクを 飲みません <i>miruku o nomimasen</i>
	Không hạ sốt	なつ 熱が 下がりません <i>netsu ga sagarimasen</i>
	Không muốn ăn	しょくよく 食欲が ありません <i>shokuyoku ga arimasen</i>
	Uống nhầm, ăn nhầm thứ gì đó	まちが 間違っ て ~を [飲みました / 食べました] <i>machigatte ~o [nomimashita / tabemashita]</i>
	Sắc mặt, tâm trạng không tốt	まげん 機嫌が 悪いです <i>kigen ga warui desu</i>
Tinh thần せいしん 精神	Không ngủ được	ねむ 眠れません <i>nemuremasen</i>

Tinh thần せいしん 精神	Không năng động	やる気が 出ません <i>yaruki ga demasen</i>
	Tức giận, khó chịu	いらいら します <i>iraira shimasu</i>
	Buồn bã, suy sụp	おちこんで います <i>ochikonde imasu</i>



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、薬を受け取ること

院内処方 病院の会計窓口で受け取ること
(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!)

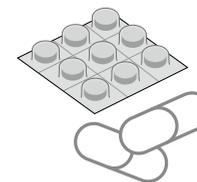
ポイント② 日本全国の薬局で利用可能
(病院の近くの薬局でも、家や会社の近くなど行きやすい薬局でもいいです。)

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 Cách lấy thuốc

Sau khi khám bệnh tại bệnh viện, nếu có thuốc sẽ được cung cấp * "Đơn Thuốc"

Có sự khác nhau tùy theo bệnh viện, với 2 cách chủ yếu sau.



Hiệu thuốc ngoài bệnh viện Khi đến hiệu thuốc ngoài bệnh viện, các bạn cung cấp đơn thuốc, trả tiền rồi nhận thuốc

Hiệu thuốc trong bệnh viện Các bạn nhận thuốc tại quầy tính tiền của bệnh viện (Cũng có trường hợp quầy tính tiền và quầy nhận thuốc khác nhau)

* Định nghĩa đơn thuốc

Là tài liệu được bác sĩ viết về chủng loại, số lượng, các uống thuốc trong trường hợp bệnh nhân cần thuốc. Trường hợp hiệu thuốc ngoài bệnh viện, các bạn sẽ được nhận đơn thuốc tại quầy.

Lưu ý ① Có hiệu lực trong 4 ngày
(Nếu quá 4 ngày, các bạn phải đi khám lại. Vì vậy khi nhận đơn thuốc hãy đến hiệu thuốc ngay!)

Lưu ý ② Sử dụng được mọi hiệu thuốc trong nước Nhật
(Hiệu thuốc gần bệnh viện, nhà hay công ty đều được)

Lưu ý ③ Hiệu thuốc tiếp nhận đơn thuốc có ghi rõ
"Nơi tiếp nhận đơn thuốc", "Bảo hiểm bốc thuốc"

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	<ul style="list-style-type: none"> 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 Chế độ bảo hiểm y tế

Tại Nhật, các bạn bắt buộc phải tham gia bảo hiểm y tế. Người nước ngoài sống trên 3 tháng tại Nhật cũng phải tham gia. Tiền bảo hiểm sẽ đóng hàng tháng, tuy nhiên khi đến bệnh viện chỉ phải đóng khoảng 30% viện phí. Khi không tham gia bảo hiểm y tế, các bạn phải chi trả toàn bộ viện phí. Lợi ích khi tham gia bảo hiểm y tế là rất lớn, nên khi gặp tình trạng khẩn cấp các bạn cũng có thể hoàn toàn yên tâm.

Bảo hiểm y tế được chia làm 2 loại chính sau.

Hạng mục	Bảo hiểm y tế	Bảo hiểm y tế quốc dân												
Người gia nhập	Người đang làm việc ở công ty và người được phụ dưỡng (Người không được vào bảo hiểm y tế của công ty thì tham gia vào bảo hiểm y tế quốc dân)	Mọi người chưa tham gia bảo hiểm y tế. Người nước ngoài có tư cách lưu trú trên 3 tháng												
Thủ tục	Làm thủ tục ở công ty.	Làm thủ tục ở cơ quan hành chính nơi đang sinh sống.												
Thẻ bảo hiểm	Sau khi hoàn tất thủ tục mỗi 1 người sẽ được cấp 1 thẻ bảo hiểm. Bạn nhất định phải trình thẻ bảo hiểm tại quầy lễ tân bệnh viện													
Phí bảo hiểm	Được tính dựa theo mức lương từng người. Người gia nhập và chủ doanh nghiệp mỗi bên trả 1 nửa.	Được tính dựa vào số người trong gia đình và thu nhập của năm trước												
Cách đóng bảo hiểm	Trừ vào tiền lương	Giấy đóng, chuyển khoản												
Tỷ lệ chi phí y tế	<table border="0"> <tr> <td>0 tuổi ~ trẻ mẫu giáo</td> <td>20%</td> </tr> <tr> <td>Học sinh tiểu học ~ 69 tuổi</td> <td>30%</td> </tr> <tr> <td>70 ~ 74 tuổi</td> <td>20%</td> </tr> </table>	0 tuổi ~ trẻ mẫu giáo	20%	Học sinh tiểu học ~ 69 tuổi	30%	70 ~ 74 tuổi	20%	<table border="0"> <tr> <td>0 tuổi ~ trẻ mẫu giáo</td> <td>20%</td> </tr> <tr> <td>Học sinh tiểu học ~ 69 tuổi</td> <td>30%</td> </tr> <tr> <td>70 ~ 74 tuổi</td> <td>20%</td> </tr> </table> <p>(Tùy vào thu nhập)</p>	0 tuổi ~ trẻ mẫu giáo	20%	Học sinh tiểu học ~ 69 tuổi	30%	70 ~ 74 tuổi	20%
0 tuổi ~ trẻ mẫu giáo	20%													
Học sinh tiểu học ~ 69 tuổi	30%													
70 ~ 74 tuổi	20%													
0 tuổi ~ trẻ mẫu giáo	20%													
Học sinh tiểu học ~ 69 tuổi	30%													
70 ~ 74 tuổi	20%													
Chế độ trợ cấp	<ul style="list-style-type: none"> Trợ cấp nuôi con sinh sản một lần (420.000 yên) Chế độ hỗ trợ phí y tế sản phụ (Miễn phí khám bệnh khi mang thai) Chỉ phải chịu 1 phần phí khi khám sức khỏe hay các loại ung thư 													

6 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。

花粉症って何？



Ken コウさん、「花粉症」って知ってる？

Kou 「花粉症」？

Ken 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。

Kou じゃあ、僕も「花粉症」かな？

Ken 一度、病院に行って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。

Kou わかった、行ってみる！もう、我慢できない！

Ken 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。

Kou 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。

ところでケンさん、花粉症に詳しいね！

Ken うん、僕、花粉症だから。でも、ちゃんと病院に行って、薬を飲んでるから、だいぶ楽だよ。

6 Viện phí cho trẻ nhỏ

Trẻ em được miễn hoàn toàn viện phí

Theo “Chế độ hỗ trợ viện phí cho trẻ nhỏ”, trẻ em được hỗ trợ chi phí hoàn toàn nên không tốn viện phí (Ngoại trừ lọ, dụng cụ đựng thuốc hay tiêm phòng dịch) Khi sinh con, khi chuyển nhà các bạn hãy làm thủ tục tại các cơ quan hành chính địa phương. Trẻ em cũng cần thẻ bảo hiểm y tế.

Tùy theo từng chính quyền địa phương, cách hỗ trợ sẽ khác nhau.

Độ tuổi của trẻ em : Từ 0 tuổi ~Học sinh lớp 9

*Có nơi đến 18 tuổi. Các bạn nên kiểm tra lại thông tin tại cơ quan hành chính địa phương đang sinh sống.

Bệnh dị ứng phấn hoa là gì (Kahunsho) ?



Nguyen Anh Kou có biết về bệnh dị ứng phấn hoa không ?

Kou Bệnh dị ứng phấn hoa ??

Nguyen Là bệnh dị ứng gây ra bởi phấn hoa thực vật. Rất nhiều người bị sổ mũi, ngạt mũi và bị ngứa mắt.

Kou Thế chắc tôi bị dị ứng phấn hoa cũng nên !

Nguyen Anh nên đến bệnh viện để khám qua 1 lần. Nếu là bị dị ứng phấn hoa thì cũng biết được mình bị dị ứng với phấn hoa của loại hoa nào. Phấn hoa cũng có rất nhiều loại . Sau đó bác sỹ sẽ tư vấn phương pháp trị liệu sao cho phù hợp với anh Kou.

Kou Tôi biết rồi, tôi sẽ đi khám thử ! Tôi không thể chịu đựng thêm được nữa rồi.

Nguyen Anh có khẩu trang không ? Nếu bị dị ứng phấn hoa, để không hít phải phấn hoa thì anh nên đeo khẩu trang vào nhé .

Kou Tôi chưa đeo khẩu trang bao giờ. Những người Nhật xung quanh có rất nhiều người đeo khẩu trang nhỉ ! Mà này, anh Nguyen biết rõ về bệnh dị ứng phấn hoa nhỉ !

Nguyen Uh, tôi bị dị ứng phấn hoa mà . Nhưng tôi đã đến bệnh viện và sau khi uống thuốc thì đã đỡ hơn rất nhiều đấy.

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

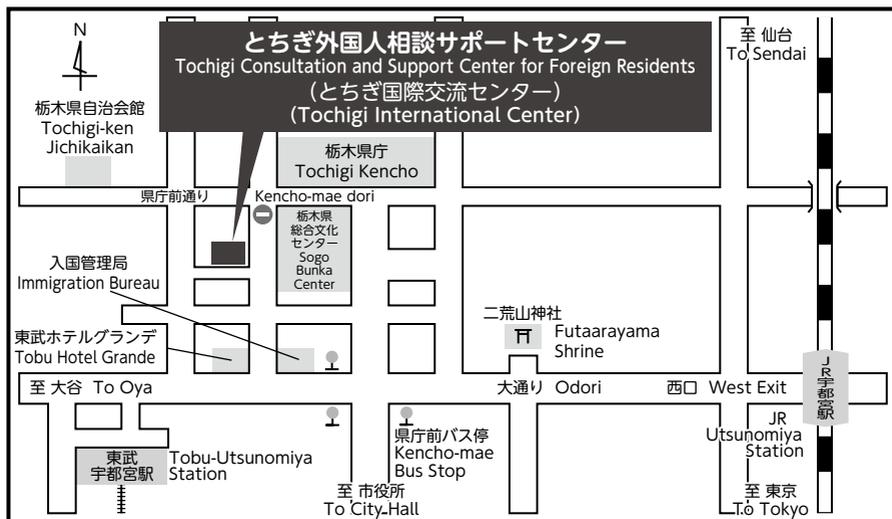
※ほかの言葉の人には、やさしい日本語や翻訳機で対応します。

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



お役立ち情報
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。



Trung tâm tư vấn và hỗ trợ người nước ngoài tỉnh Tochigi
<http://tia21.or.jp/hello.html>



Chúng tôi cung cấp thông tin và tư vấn cho người nước ngoài đang sinh sống ở tỉnh Tochigi.

Hãy gọi cho chúng tôi nếu bạn có câu hỏi hay lo lắng trong cuộc sống hàng ngày. Tất cả đều miễn phí. Chúng tôi sẽ bảo vệ bí mật của bạn.

Ngôn ngữ: tiếng Anh, tiếng Trung, tiếng Việt, tiếng Tagalog, tiếng Bồ Đào Nha, tiếng Tây Ban Nha, tiếng Nepal, tiếng Thái, tiếng Sinhala, tiếng Tamil, tiếng Indonesia, v.v...

※Đối với những người nói ngôn ngữ khác, chúng tôi sẽ dùng tiếng Nhật đơn giản hoặc giao tiếp bằng máy thông dịch.

Điện thoại : 028-627-3399

Thời gian : 9:00 ~ 16:00 (Từ thứ 3 đến thứ 7)

Địa chỉ : Trung tâm giao lưu quốc tế Tochigi (9-14 Honcho, Utsunomiya-shi, Tochigi-ken)

※Đi bộ 5 phút từ điểm dừng xe buýt "Kenchomae" hoặc 8 phút từ ga tàu điện Tobu-Utsunomiya.



Thông tin hữu ích
Phiếu chẩn đoán bệnh đa ngôn ngữ (18 ngôn ngữ)

（Được sản xuất bởi Trung tâm giao lưu quốc tế Hearty Konandai /

Tổ chức giao lưu quốc tế Kanagawa）

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

Bạn có thể xem phiếu chẩn đoán bệnh cho 11 khoa như nội khoa, chỉnh hình, v.v...



Sổ tay thông tin y tế dành cho người nước ngoài < Bản đa ngôn ngữ >

Phát hành tháng 3 năm 2020

Phát hành : Phòng quốc tế, bộ phận Du lịch, Lao động,
Công nghiệp tỉnh Tochigi
1-1-20 Hanawada, Utsunomiya-shi, Tochigi-ken 320-8501
Phone: 028-623-2198
E-mail: kokusai@pref.tochigi.lg.jp

Biên tập, kế hoạch: Hiệp Hội Giao Lưu Quốc Tế tỉnh Tochigi (TIA)
Trung tâm giao lưu quốc tế Tochigi
9-14 Honcho, Utsunomiya-shi, Tochigi-ken 320-0033
Phone: 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 ねんごう
2020年3月発行

はっ こう とちぎ けんさんぎや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
〒320-8501 とちぎ けん うつのみやし はわだ
栃木県宇都宮市埴田1-1-20
TEL 028-623-2198
Eメール kokusai@pref.tochigi.lg.jp

まかく 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
〒320-0033 とちぎ けん うつのみやしほんちやう
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