

## 1

## Bảo hiểm sức khỏe quốc gia

Bảo hiểm sức khỏe quốc gia là hệ thống bảo hiểm sức khỏe do thành phố, quận, thị trấn, làng xã (ở đây là quận Ota) quản lý. Hệ thống này được quản lý với ý tưởng rằng những người tham gia bảo hiểm sẽ cùng san sẻ phí bảo hiểm và giúp đỡ lẫn nhau.

Những người có quốc tịch nước ngoài đã đăng ký cư trú và chưa tham gia bảo hiểm sức khỏe, v.v... ở nơi làm việc thì phải tham gia bảo hiểm sức khỏe quốc gia.

### ① Tự cách tham gia

Dưới đây là những người cần phải tham gia Bảo hiểm sức khỏe quốc gia.

- Người đang sinh sống và đăng ký cư trú tại quận Ota
- Người chưa tham gia các bảo hiểm y tế công khác
- Người chưa nhận hỗ trợ sinh hoạt
- Người không thuộc đối tượng của chế độ bảo hiểm y tế cho người cao tuổi từ 75 tuổi trở lên

### ② Khai báo Bảo hiểm sức khỏe quốc gia

[Nơi liên hệ] **Đơn vị chứng nhận điều kiện tham gia bảo hiểm sức khỏe quốc gia, Ban Trợ cấp và bảo hiểm sức khỏe quốc gia**  
**03-5744-1210**

Nếu bạn cần thực hiện các thủ tục có trong danh sách thủ tục dưới đây, vui lòng làm thủ tục tham gia trong vòng 14 ngày tại Đơn vị chứng nhận điều kiện tham gia bảo hiểm sức khỏe quốc gia thuộc Ban Trợ cấp và bảo hiểm sức khỏe quốc gia, hoặc tại các văn phòng chi nhánh đặc biệt (P12).

Giấy tờ cần thiết bao gồm thẻ “My Number” của chủ hộ và tất cả đối tượng tham gia, “giấy tờ xác minh nhân thân” của người đến làm thủ tục, v.v... Vui lòng liên hệ để biết thêm thông tin chi tiết.

\* Chủ hộ có nghĩa vụ khai báo. Ngay cả khi khai báo trễ, bạn sẽ tham gia và nộp phí bảo hiểm theo thời gian truy ngược lại trước đó. Ngoài ra, vui lòng lưu ý rằng bạn sẽ chịu trách nhiệm thanh toán toàn bộ chi phí y tế trong thời gian chậm trễ đó, trừ trường hợp có lý do khẩn cấp hoặc bất khả kháng khác.

### Danh sách thủ tục

Mục đích	Trường hợp cần làm thủ tục
Tham gia bảo hiểm sức khỏe quốc gia	Chuyển đến quận Ota
	Ngừng tham gia bảo hiểm sức khỏe ở nơi làm việc
	Sinh con
	Không còn được nhận hỗ trợ sinh hoạt
Ngừng tham gia bảo hiểm sức khỏe quốc gia	Chuyển đi khỏi quận Ota
	Đã tham gia bảo hiểm sức khỏe ở nơi làm việc
	Đã qua đời
	Bắt đầu được nhận hỗ trợ sinh hoạt
Khác	Thay đổi họ tên (kể cả thay đổi tên thường gọi, v.v... ghi trên thẻ bảo hiểm)
	Thay đổi chủ hộ
	Chia tách, sáp nhập hộ gia đình
	Chuyển đến nơi ở khác trong quận Ota
	Đã thay đổi tư cách lưu trú, thời gian lưu trú
	Được cấp lại thẻ bảo hiểm do bị mất, v.v...
	Rời khỏi quận Ota để đi học và cần thẻ bảo hiểm

### ③ Trợ cấp có thể nhận được

[Nơi liên hệ] **Đơn vị trợ cấp bảo hiểm sức khỏe quốc gia, Ban Trợ cấp và bảo hiểm sức khỏe quốc gia ☎ 03-5744-1211**

- Khi khám chữa bệnh hoặc nhập viện do bị bệnh hoặc bị thương tại các bệnh viện, phòng khám có tiếp nhận bảo hiểm sức khỏe quốc gia,  
Bạn có thể được khám chữa bệnh mà chỉ cần chi trả một phần chi phí y tế trong khoản chi phí khám chữa bệnh bảo hiểm bằng cách xuất trình thẻ bảo hiểm sức khỏe quốc gia.
- Khi được khám chữa bệnh mà không xuất trình thẻ bảo hiểm cho cơ sở y tế vì lý do khẩn cấp hoặc bất khả kháng khác như ốm đau đột ngột, v.v...

- Khi được khám chữa bệnh trong thời gian đi nước ngoài (không bao gồm việc đi nước ngoài để chữa bệnh)
- Khi mua các thiết bị hỗ trợ như đai corset, v.v...
- Khi bác sĩ nhận thấy cần điều trị bằng xoa bóp, châm cứu
- Khi đến phòng khám nắn xương, phòng khám chỉnh hình
- Khi bệnh nhân đang nguy kịch vì bị bệnh nặng, bị thương nặng chuyển viện đến (phí chuyển viện)
- Khi chi phí y tế đã chi trả tại quầy của cơ sở y tế vượt quá một hạn mức nhất định
- Cấp giấy chứng nhận áp dụng mức tiền tối đa, hoặc giấy chứng nhận áp dụng mức tiền tối đa – giảm mức tự chi trả theo tiêu chuẩn
- Chi phí ăn uống trong thời gian nhập viện
- Khi gặp khó khăn trong việc chi trả chi phí y tế cho đến khi được chi trả theo dạng đối tượng đủ điều kiện được nhận trợ cấp chi phí điều trị y tế cao.
- Chi phí cao khi cộng gộp chi phí y tế với chi phí chăm sóc
- Khi đang được điều trị bệnh máu khó đông, bệnh suy thận mãn tính cần lọc máu nhân tạo hoặc nhiễm HIV do sử dụng các chế phẩm có yếu tố đông máu
- Tiền trợ cấp một lần cho thai sản và nuôi dưỡng con cái
- Người tham gia đã qua đời (chi phí tang lễ)
- Tiền trợ cấp y tế bệnh lao và tiền trợ cấp y tế bệnh tâm thần
- Khi gặp tai nạn giao thông hoặc bị thương
- Khi không thể chi trả chi phí y tế vì nhiều lý do như thảm họa, v.v...

- \* Trường hợp phải chi trả một khoản chi phí y tế lớn, bạn có thể xuất trình “Giấy chứng nhận áp dụng mức tiền tối đa” cho cơ sở y tế để được giảm số tiền chi trả tại quầy xuống mức tiền tối đa (Mỗi tháng, Mỗi cơ sở y tế, Bệnh nhân ngoại trú và nội trú, y khoa và nha khoa sẽ tính riêng). Nếu bạn cần giấy chứng nhận này, vui lòng đăng ký trước.
- \* Chi phí điều trị như thiết bị hỗ trợ, v.v..., chi phí điều trị y tế cao, tiền trợ cấp một lần cho thai sản và nuôi dưỡng con cái, chi phí tang lễ, v.v... sẽ được hỗ trợ thông qua đăng ký.
- \* Vui lòng liên hệ nếu bạn không sử dụng được thẻ bảo hiểm trong một số trường hợp như tai nạn giao thông, bị bệnh/bị thương khi làm việc, v.v...

#### ④ Về phí bảo hiểm

**[Nơi liên hệ] Đơn vị chứng nhận điều kiện tham gia bảo hiểm sức khỏe quốc gia, Ban Trợ cấp và bảo hiểm sức khỏe quốc gia**  
**☎ 03-5744-1210**

Người đang tham gia bảo hiểm sức khỏe quốc gia có “quyền lợi” được nhận trợ cấp y tế, đồng thời cũng có “nghĩa vụ” nộp phí bảo hiểm. Phí bảo hiểm là nguồn tài chính quan trọng để quản lý hệ thống bảo hiểm sức khỏe quốc gia. Hãy đảm bảo nộp phí bảo hiểm đúng thời hạn.

Phí bảo hiểm hàng năm là tổng các khoản chi phí y tế, tiền hỗ trợ cho người cao tuổi từ 75 tuổi trở lên, chi phí chăm sóc điều dưỡng (cho người từ 40 tuổi ~ 64 tuổi), số tiền được tính theo thu nhập thực lĩnh (thu nhập) (số tiền theo tỷ lệ thu nhập thực lĩnh) và số

tiền cơ bản được tính từ số lượng người tham gia (số tiền theo tỷ lệ cân đối) của mỗi hộ gia đình.

Để tính toán phí bảo hiểm chính xác, tất cả thành viên trong hộ gia đình đều phải kê khai thu nhập thực lĩnh. Phí bảo hiểm được tính theo hộ gia đình, chủ hộ là người có nghĩa vụ nộp phí bảo hiểm. Thông báo về phí bảo hiểm sẽ được gửi đến chủ hộ.

## ⑤ Cách nộp phí bảo hiểm

**[Nơi liên hệ] Bộ phận phụ trách thu phí bảo hiểm sức khỏe quốc gia,  
Ban Trợ cấp và bảo hiểm sức khỏe quốc gia  
☎ 03-5744-1209**

Chủ hộ sẽ nộp phí bảo hiểm chung cho cả hộ.

Có 2 cách nộp phí bảo hiểm sau đây:

○ **Nộp phí qua chuyển khoản**

Đây là hệ thống tự động thanh toán phí từ một tài khoản tiền gửi (tiết kiệm) được chỉ định vào ngày đến hạn nộp phí do các tổ chức tài chính, v.v... thay mặt thực hiện.

**Đăng ký:**

- ① Mang theo giấy yêu cầu thanh toán chuyển khoản, sổ ngân hàng và con dấu đăng ký đến cơ quan tài chính nơi bạn có tài khoản tiền gửi (tiết kiệm)
- ② Mang theo sổ ngân hàng và con dấu đăng ký đến Ban Trợ cấp và bảo hiểm sức khỏe quốc gia

○ **Nộp phí bằng phiếu thanh toán**

Vui lòng sử dụng phiếu thanh toán do Tòa thị chính quận gửi đến qua bưu điện để nộp phí bảo hiểm tại các cơ quan tài chính (ngân hàng, quỹ tín dụng, hiệp hội tín dụng, hợp tác xã nông nghiệp, ngân hàng bưu điện Nhật Bản Yucho Ginko), cửa hàng tiện lợi, máy tính tiền di động, thẻ tín dụng di động, văn phòng chi nhánh đặc biệt (P12) ở gần bạn hoặc Tòa thị chính quận trước hạn nộp.



**Vui lòng xem cùng với sách này để biết thêm chi tiết về “Bảo hiểm sức khỏe quốc gia”.**

“Sách hướng dẫn bảo hiểm sức khỏe quốc gia quận Ota”

Ngôn ngữ: Tiếng Nhật, tiếng Anh, tiếng Trung, tiếng Hàn

Địa điểm phân phát chính: Quầy của Ban Trợ cấp và bảo hiểm sức khỏe quốc gia, các văn phòng chi nhánh đặc biệt

<https://www.city.ota.tokyo.jp/seikatsu/kokunen/kokuho/other/gaidobukku.html>

Phát hành: Ban Trợ cấp và bảo hiểm sức khỏe quốc gia, Phòng Cư dân, Quận Ota



## ⑥ Chăm sóc y tế cho người từ 70 tuổi đến dưới 75 tuổi (Thẻ chứng nhận người cao tuổi được hưởng trợ cấp)

[Nơi liên hệ] **Đơn vị chứng nhận điều kiện tham gia bảo hiểm sức khỏe quốc gia, Ban Trợ cấp và bảo hiểm sức khỏe quốc gia**  
☎ 03-5744-1210

Người từ 70 tuổi đến 74 tuổi sẽ được cấp "Thẻ chứng nhận người cao tuổi được hưởng trợ cấp bảo hiểm sức khỏe quốc gia". Đây là giấy chứng nhận y tế được sử dụng cùng với thẻ bảo hiểm kể từ ngày 1 tháng tiếp theo khi người sử dụng đủ 70 tuổi (hoặc ngày 1 tháng này nếu ngày sinh của người đó là ngày 1 tháng này) đến trước khi người sử dụng đủ 75 tuổi. Đối với những người thuộc đối tượng nêu trên, tỷ lệ tự chi trả chi phí y tế sẽ được xác định dựa theo thu nhập thực lĩnh của họ.

Khi đi đến điều trị hoặc nhập viện tại các bệnh viện, phòng khám, v.v..., bạn cần thông báo về "Thẻ chứng nhận người cao tuổi được hưởng trợ cấp bảo hiểm sức khỏe quốc gia" và "Thẻ bảo hiểm".

## 2 Chế độ trợ cấp

### (1) Chế độ trợ cấp của Nhật Bản (Trợ cấp quốc gia)

Trợ cấp quốc gia là chế độ trợ cấp do chính phủ quản lý nhằm hỗ trợ sinh hoạt cho người cao tuổi, người khuyết tật và gia quyến của những người đã mất. Theo quy định pháp luật, tất cả những người từ 20 tuổi đến dưới 60 tuổi đang sống (đăng ký cư trú) ở Nhật Bản phải tham gia trợ cấp quốc gia (tham gia bắt buộc).

Người tham gia được chia thành 3 loại.

- Người được bảo hiểm loại 1: Người làm nghề tự do hoặc làm thêm, sinh viên, người thất nghiệp, v.v...
- Người được bảo hiểm loại 2: Người đang tham gia bảo hiểm hưu trí phúc lợi
- Người được bảo hiểm loại 3: Vợ/chồng đang phụ thuộc vào người được bảo hiểm loại 2

### ① Cách thực hiện thủ tục

[Nơi liên hệ] **Đơn vị trợ cấp quốc gia, Ban Trợ cấp và bảo hiểm sức khỏe quốc gia** ☎ 03-5744-1214

Bạn cần khai báo tham gia tại quầy của quận, thành phố, thị trấn, làng xã nơi đăng ký cư trú (ở đây là quận Ota).

Ngoài ra, nếu đang làm việc tại một công ty Nhật Bản, bạn phải tham gia bảo hiểm hưu trí phúc lợi, thủ tục tham gia, v.v... sẽ được thực hiện ngay tại công ty nơi bạn làm việc, nên sẽ không cần đến Tòa thị chính quận để làm thủ tục.

Trường hợp	Nơi khai báo
Khi từ nước ngoài đến Nhật Bản và đăng ký cư trú	Đơn vị Trợ cấp và bảo hiểm sức khỏe quốc gia, Ban Trợ cấp và bảo hiểm sức khỏe quốc gia

Khi đã nghỉ việc ở công ty	Đơn vị Trợ cấp quốc gia thuộc Ban Trợ cấp và bảo hiểm sức khỏe quốc gia, Văn phòng chi nhánh đặc biệt (P12)
Khi phụ thuộc vào vợ/chồng (Người tham gia Bảo hiểm ưu trí phúc lợi)	Nơi làm việc của vợ/chồng
Khi không còn phụ thuộc vào vợ/chồng (Người tham gia Bảo hiểm ưu trí phúc lợi)	Đơn vị Trợ cấp quốc gia thuộc Ban Trợ cấp và bảo hiểm sức khỏe quốc gia, Văn phòng chi nhánh đặc biệt (P12)
Khi công ty của vợ/chồng thay đổi	Nơi làm việc của vợ/chồng
Khi mất sổ tay nhận trợ cấp	Người được bảo hiểm loại 1: Đơn vị trợ cấp quốc gia thuộc Ban Trợ cấp và bảo hiểm sức khỏe quốc gia, Văn phòng chi nhánh đặc biệt (P12) Người được bảo hiểm loại 2: Nơi làm việc Người được bảo hiểm loại 3: Nơi làm việc của vợ/chồng
Liên quan đến phiếu thanh toán phí bảo hiểm	Văn phòng ưu trí Ota, Cơ quan ưu trí Nhật Bản
Làm đơn xin miễn trừ phí bảo hiểm	Đơn vị trợ cấp quốc gia, Ban Trợ cấp và bảo hiểm sức khỏe quốc gia
Làm đơn xin đóng phí đặc biệt dành cho sinh viên đối với phí bảo hiểm	Đơn vị trợ cấp quốc gia, Ban Trợ cấp và bảo hiểm sức khỏe quốc gia
Làm thủ tục tham gia tự nguyện cho người cao tuổi	Đơn vị trợ cấp quốc gia, Ban Trợ cấp và bảo hiểm sức khỏe quốc gia

\* Vui lòng liên hệ để biết về các giấy tờ cần thiết, v.v...

## ② Trợ cấp có thể nhận được

### [Nơi liên hệ] Đơn vị Trợ cấp quốc gia, Ban Trợ cấp và bảo hiểm sức khỏe quốc gia ☎ 03-5744-1214

Người đã đóng tiền trợ cấp quốc gia từ 10 năm trở lên sẽ được hưởng trợ cấp cơ bản dành cho người cao tuổi từ 65 tuổi, ngoài ra, khi bị khuyết tật hoặc trở về nước thì cũng có thể nhận được các khoản trợ cấp sau đây:

(Dưới đây là một ví dụ.)

#### ○ Trợ cấp cơ bản dành cho người khuyết tật

Khi trở thành người khuyết tật do bị bệnh hoặc bị thương, v.v... trong thời gian tham gia trợ cấp quốc gia, bạn sẽ nhận được trợ cấp cơ bản dành cho người khuyết tật, với điều kiện là bạn phải đóng phí bảo hiểm.

#### ○ Tiền trợ cấp cơ bản dành cho gia quyến

Trường hợp người tham gia không may qua đời, vợ/chồng và con cái còn sống sẽ nhận được tiền trợ cấp cơ bản dành cho gia quyến, với điều kiện là người tham gia phải đóng phí bảo hiểm.

#### ○ Tiền thanh toán một lần khi ngừng tham gia

Để nhận được tiền trợ cấp cơ bản dành cho người cao tuổi, trợ cấp cơ bản

dành cho người khuyết tật, trợ cấp cơ bản dành cho gia quyến, người tham gia phải nộp phí bảo hiểm trong một khoảng thời gian nhất định, tuy nhiên, người nước ngoài lưu trú ngắn hạn và trở về nước mà không đáp ứng đủ thời gian cần thiết để nhận trợ cấp trên thì sẽ nhận được tiền thanh toán một lần khi ngừng tham gia. Những người đã nộp phí bảo hiểm từ 6 tháng trở lên và yêu cầu thanh toán trong vòng 2 năm sau khi trở về nước sẽ nhận được tiền thanh toán một lần khi ngừng tham gia.

### ③ Phí bảo hiểm tiền trợ cấp quốc gia

[Nơi liên hệ] Ban Trợ cấp quốc gia, Văn phòng hưu trí Ota, Cơ quan hưu trí Nhật Bản ☎ 03-3733-4141

Số tiền thay đổi mỗi năm tài chính (tháng 4 ~ tháng 3 năm sau).

\* Nếu bạn đang tham gia bảo hiểm hưu trí phúc lợi, một nửa tiền phí tương ứng với thu nhập thực lĩnh sẽ bị khấu trừ vào lương của bạn (nửa còn lại sẽ do nơi làm việc chi trả).

### ④ Cách nộp phí bảo hiểm trợ cấp quốc gia

[Nơi liên hệ] Ban Trợ cấp quốc gia, Văn phòng hưu trí Ota, Cơ quan hưu trí Nhật Bản ☎ 03-3733-4141

Khi bạn khai báo tại quầy tiếp nhận của quận, thành phố, thị trấn, làng xã nơi đăng ký cư trú (ở đây là quận Ota), văn phòng hưu trí địa phương sẽ gửi cho bạn sổ tay nhận trợ cấp và phiếu thanh toán phí bảo hiểm. Vui lòng nộp bằng phiếu thanh toán tại các cơ quan tài chính (ngân hàng, quỹ tín dụng, hiệp hội tín dụng, hợp tác xã nông nghiệp), bưu điện (ngân hàng bưu điện Nhật Bản Yucho Ginko) hoặc cửa hàng tiện lợi ở gần bạn trước hạn nộp.

Vui lòng lưu ý rằng Tòa thị chính quận và Văn phòng chi nhánh đặc biệt (P12) không thể xử lý việc này.

Bạn cũng có thể thanh toán bằng chuyển khoản hoặc thẻ tín dụng.

### ⑤ Miễn giảm phí bảo hiểm, v.v...

[Nơi liên hệ] Đơn vị trợ cấp quốc gia, Ban Trợ cấp và bảo hiểm sức khỏe quốc gia ☎ 03-5744-1214

Ban Trợ cấp quốc gia, Văn phòng hưu trí Ota, Cơ quan hưu trí Nhật Bản ☎ 03-3733-4141

Trường hợp thu nhập thực lĩnh năm trước của bạn dưới một mức nhất định, hoặc gặp khó khăn trong việc nộp phí bảo hiểm do thất nghiệp, v.v..., bạn sẽ được miễn toàn bộ hoặc một phần phí bảo hiểm nếu đăng ký và được phê duyệt.

Ngoài ra, còn có “Chế độ đóng phí đặc biệt dành cho sinh viên” và “Chế độ hoãn đóng phí”.

## (2) Tổng thời gian tham gia trợ cấp quốc gia

[Nơi liên hệ] Ban Trợ cấp quốc gia, Văn phòng hữu trí Ota, Cơ quan hữu trí Nhật Bản ☎ 03-3733-4141  
**Cơ quan hữu trí Nhật Bản** <http://www.nenkin.go.jp/>

Người có thời gian tham gia trợ cấp quốc gia tại một quốc gia đối tác có thỏa thuận tính tổng trợ cấp với Nhật Bản thì có thể nhận được trợ cấp quốc gia của cả Nhật Bản và quốc gia đối tác đó, nếu tính theo tổng thời gian tham gia trợ cấp quốc gia khi đủ điều kiện nhất định.



Ngoài ra, nếu bạn đã nhận được tiền thanh toán một lần khi ngừng tham gia, thời gian tương ứng đó sẽ không được tính là thời gian tham gia trợ cấp quốc gia. Vui lòng liên hệ để biết thêm chi tiết.

### 3

## Chế độ bảo hiểm y tế cho người cao tuổi từ 75 tuổi trở lên

Người từ 75 tuổi trở lên sẽ được chăm sóc y tế theo “Chế độ bảo hiểm y tế cho người cao tuổi từ 75 tuổi trở lên” thay cho bảo hiểm sức khỏe quốc gia.

Người từ 65 tuổi đến 74 tuổi bị khuyết tật nhất định có thể ngừng tham gia bảo hiểm sức khỏe quốc gia và tham gia chế độ bảo hiểm y tế cho người cao tuổi từ 75 tuổi trở lên. Vui lòng liên hệ với Đơn vị chứng nhận điều kiện tham gia bảo hiểm y tế cho người cao tuổi từ 75 tuổi trở lên.

Ngoài ra, vui lòng liên hệ với bộ phận phụ trách bên dưới để biết tư cách tham gia, trợ cấp có thể nhận được, v.v... đối với người nước ngoài.

**[Nơi liên hệ] Bộ phận phụ trách bảo hiểm y tế cho người cao tuổi từ 75 tuổi trở lên, Ban Trợ cấp và bảo hiểm sức khỏe quốc gia**

① **Tư cách tham gia, Thanh toán phí bảo hiểm ☎ 03-5744-1608**

② **Trợ cấp có thể nhận được ☎ 03-5744-1254**

- Khi chi phí y tế cao
- Chi phí ăn uống trong thời gian nhập viện
- Khi tiếp tục điều trị chi phí cao trong thời gian dài

V.V...

③ **Cách nộp phí bảo hiểm ☎ 03-5744-1647**

