

■医療機関

医療機関で診察を受けるときは、健康保険証を必ず持っていきます。症状に応じた科のある医療機関に行きます。診察時間は医療機関によって異なりますので、前もって確認しておくとい良いでしょう。大きい病院ではかなり待たされることがあります。

医療機関では、まず、受付で健康保険証と診察券を提示します。次に、問診票が渡されますので、今の病気の状況や、今までかかった重い病気やアレルギーの有無などについて書きます。外国語で診察できる場所は限られていますので、注意してください。

◇診察時に役立つ多言語問診票

多言語で翻訳した問診票を下記のホームページで公表しています。質問用紙に記入し、病院に持って行ってください。

http://www.qq.pref.chiba.lg.jp/pb_medicalchecklist

◇ちば救急医療ネット

病院・診療所を受診する際に役立つ千葉県内の医療機関情報を、次のホームページで提供しています。外国語での対応ができる医療機関が検索できます。(日本語のみ)

<http://www.qq.pref.chiba.lg.jp/>

◇日本を安心して旅するために

一具合が悪くなったとき(観光庁)

外国人が病院に行ったときの基本的な応答、症状などを多言語で紹介しています。日本語、英語、中国語、韓国語

https://www.jnto.go.jp/emergency/jpn/mi_guide.html

■의료기관

의료기관에서 진찰을 받을 때는 건강보험증을 반드시 지참하십시오. 증상에 적합한 진료과목이 있는 의료기관에 갑니다. 진찰시간은 의료기관에 따라 다르므로 미리 확인해 두면 좋습니다. 큰 병원에서는 상당히 오래 기다릴 수 있습니다.

의료기관에서는, 먼저 접수에서 건강보험증과 진찰권을 제시합니다. 그 다음에 문진표를 받게 되므로 현재의 증상이나 과거에 걸린 중대한 병력, 알레르기의 유무 등을 기입합니다. 외국어로 진찰을 받을 수 있는 의료기관은 한정되어 있으므로 주의해 주십시오.

◇ 진찰을 받을 때 도움이 되는 다언어 문진표

다언어로 번역한 문진표를 하기의 홈페이지에서 공개하고 있습니다. 질문용지에 기입하고 병원에 지참하십시오.

http://www.qq.pref.chiba.lg.jp/pb_medicalchecklist

◇ 지바 구급의료 네트워크

병원·진료소에서 진료를 받을 때에 도움이 되는 지바현내의 의료기관의 정보를 다음 홈페이지에서 제공하고 있습니다.

외국어로 대응할 수 있는 의료 기관을 검색할 수 있습니다. (일본어만)

<http://www.qq.pref.chiba.lg.jp/>

◇일본에서 안심하고 여행하기 위해

-컨디션이 나빠질 때- (관광청)

외국인이 병원에 갔을 때의 기본적인 응답, 증상 등을 다언어로 소개하고 있습니다.

일본어, 영어, 중국어, 한국어

https://www.jnto.go.jp/emergency/jpn/mi_guide.html

◇「千葉県外国人相談」

(外国語で診察できる近くの病院を紹介してもらえます。)

電話043-297-2966

英語、中国語、スペイン語、タガログ語、ベトナム語、韓国語、ネパール語、タイ語、ポルトガル語、インドネシア語、ロシア語、ヒンディー語

月曜日～金曜日

午前9:00～12:00、午後1:00～4:00

(年末年始、祝日は休み)

◇ 「지바현 외국인 전화상담」

(을 통해 외국어로 진찰을 받을 수 있는 가까운 병원을 소개받을 수 있습니다.)

전화 043-297-2966

영어, 중국어, 스페인어, 타갈로그어, 베트남어, 한국어, 네팔어, 태국어, 포르투갈어, 인도네시아어, 러시아어, 힌디어

월요일～금요일

오전 9:00～12:00, 오후 1:00～4:00

(연말연시, 공휴일은 쉼)

◇手助けが必要な場合、ボランティアの通訳が必要なときは「日本赤十字社千葉県支部」に電話(043-241-7531)してください。言語や地域に限りがありますが、ボランティアの通訳を派遣しています。

◇ 도움이 필요할 때, 자원봉사 통역원이 필요할 때는 「일본적십자사 지바현지부」에 전화(043-241-7531)하십시오. 언어나 지역에 제한이 있기는 하지만 자원봉사 통역원을 파견하고 있습니다.

■医療保険

病気やけがをしたときに、医療費の負担を軽くするためには、日本では公的な医療保険に加入しなければなりません。公的医療保険には、勤務先で加入する健康保険と、市区町村役所で加入する国民健康保険の2種類があります。

この他、任意に加入できる保険として、民間の医療保険などもあります。

■의료보험

병을 앓거나 부상을 입었을 때, 의료비 부담을 경감하기 위해서 일본에서는 모든 사람이 공적인 의료보험에 가입하도록 되어 있습니다. 공적 의료보험에는, 근무처에서 가입하는 건강보험과, 시구청촌의 행정관서에서 가입하는 국민건강보험 등 2종류가 있습니다.

이 밖에, 임의로 가입할 수 있는 보험으로서 민간의 의료보험 등도 있습니다.

(1)健康保険

健康保険は、会社などの事業所で働き始めてから加入します。事業所から「被保険者証」(「保険証」といいます)を受け取ります。事業所が健康保険の適用を受けていない場合は、国民健康保険に加入します。

保険料は毎月の給料から差し引かれ、本人と事業主が50%ずつ負担します。

保険指定の病院で保険証を提示すると医療費の30%を払うだけで診療を受けることができます。

詳しいことは、お近くの年金事務所に問い合わせてください。

(1) 건강보험

건강보험은, 회사 등 사업소에서 일하기 시작한 다음에 가입합니다. 사업소에서 「피보험자증」(「보험증」이라고 합니다)을 교부받습니다. 사업소가 건강보험의 적용을 받지 않는 경우는 국민건강보험에 가입합니다.

보험료는 매월의 급여에서 공제되며, 본인과 사업주가 50%씩 부담합니다.

보험 지정 병원에서 보험증을 제시하면 의료비의 30%만을 지불하여 진료를 받을 수 있습니다.

자세한 내용은 가까운 연금사무소에서 문의해 주십시오.

- ◇千葉年金事務所
電話：043-242-6320
- ◇幕張年金事務所
電話：043-212-8621
- ◇船橋年金事務所
電話：047-424-8811
- ◇市川年金事務所
電話：047-704-1177
- ◇松戸年金事務所
電話：047-345-5517
- ◇木更津年金事務所
電話：0438-23-7616
- ◇佐原年金事務所
電話：0478-54-1442

(2) 国民健康保険

3か月を超えて在留する外国人の方で、健康保険に(P32)加入していない人は、国民健康保険の対象となります。

国民健康保険は、市区町村役所で在留カード又は特別永住者証明書を提示して申請します。

保険料は収入と扶養家族数で決まります。保険料は直接市区町村役所又は銀行、郵便局の窓口、コンビニエンスストア等で支払います。口座振替にすることもできます。

加入すると、世帯ごとに「被保険者証」(保険証といいます)が交付されます。保険医療機関で診察を受けるときに保険証を提示すれば医療費の30%を払うだけで診療を受けることができます。

子供が生まれたときには出産育児一時金が支給されます。

健康診断、予防接種、正常出産、美容整形、歯列矯正の費用などは保険の対象となりません。

また、自己の故意(わざと行った)の犯罪行為等で疾病又は負傷したときは、国民健康保険の対象となりません。

次のような場合には、14日以内に市区町村役所に届け出てください。

- ①住所や世帯主、氏名が変わったとき
- ②他の公的な健康保険に加入又は脱退したとき
- ③保険証をなくしたり、汚したりしたとき

◇지바 연금사무소

전화:043-242-6320

◇마쿠하리 연금사무소

전화:043-212-8621

◇후나바시 연금사무소

전화:047-424-8811

◇이치카와 연금사무소

전화: 047-704-1177

◇마츠도 연금사무소

전화:047-345-5517

◇기사라즈 연금사무소

전화:0438-23-7616

◇사하라 연금사무소

전화:0478-54-1442

(2) 국민건강보험

3개월 이상 체류하는 외국인으로 건강 보험(P32)에 가입하지 않은 사람은 국민건강보험에 가입해야 합니다.

국민건강보험은 시구청촌 사무소에서 체류 카드 또는 특별 영주자 증명서를 제시하여 신청합니다.

보험료는 소득과 부양 가족수로 정해집니다. 보험료는 시구청촌 사무소 또는 은행, 우체국의 창구, 편의점 등에서 직접 지불합니다. 계좌이체를 이용하는 방법도 있습니다.

가입하면 세대별로 「피보험자증」(보험증이라고 합니다)이 교부됩니다. 보험 의료기관에서 진찰을 받을 때 보험증을 제시하면 의료비의 30%만을 지불하고 진료를 받을 수 있습니다.

아이가 태어났을 때는 출산육아일시금이 지급됩니다.

건강진단, 예방접종, 정상적 출산, 미용정형, 치열교정 등의 비용은 보험의 대상이 되지 않습니다만.

또한, 자신의 고의적인(일부러 저지른) 범죄행위 등으로 인한 질병 또는 부상은 국민건강보험의 대상이 되지 않습니다.

다음과 같은 경우에는 14일 이내에 시구청촌의 행정관서에 신고해 주십시오.

- ①주소나 세대주, 성명이 바뀌었을 때
- ②다른 공적인 건강보험에 가입 또는 탈퇴했을 때
- ③보험증을 분실하거나, 오염시켰을 때

■介護保険

寝たきりや認知症などで介護が必要になった時に、利用者の選択で、介護サービスを受けることができる制度です。65歳以上の人と40歳から64歳までの医療保険に加入している人は、介護保険に加入しなければなりません。

介護サービスを利用するには、居住地の市区町村役所へ申請をし、介護の必要度について認定を受けることが必要です。介護費用は、原則として全費用の1割が自己負担となります。サービスの内容、費用、保険料等については、市区町村役所の介護保険担当までお問い合わせください。

■検診

生活習慣病を防ぐには、食生活や運動不足などに注意するとともに、定期的に健康診断を受けることが大切です。

40歳以上の人は居住地の市区町村役所が行っている基本健康診査・がん検診を受けることができます(ただし、職場で受診している人は除きます)。費用や受診方法などは市区町村役所に問い合わせください。

■母子健康手帳

妊娠したときは、各市区町村役所の窓口で妊娠の届出をしてください。母子の健康を記録する「母子健康手帳」と健康診査受診票などの入った別冊が交付されます。この手帳は、各種健康診査や出産の際にも必要となります。詳しいことについては、各市町村役所にお問い合わせください。

◇公益財団法人母子衛生研究会

母子衛生研究会では英語・ハンブル・中国語・タイ語・タガログ語・ポルトガル語・インドネシア語・スペイン語・ベトナム語、ネパール語の10か国語版の母子健康手帳を販売しています。(一冊880円と送料)

東京都千代田区外神田2-18-7

電話: 03-4334-1188

月曜日～金曜日

午前9:00～午前12:00 午後1:00～午後5:00

https://www.ecur.co.jp/p/item-list/list/cate_id/1/

■개호(간호)보험

불거동이나 인지증 등으로 인해 개호를 요하게 되었을 때, 이용자의 선택에 따라 개호 서비스를 받을 수 있는 제도입니다.

65세 이상인 사람과 40세부터 64세까지의 공적의료보험 가입자는 개호보험에 가입하지 않으면 안됩니다.

개호 서비스를 이용하기 위해서는 거주지의 시구청촌 행정관서에 신청하여 개호 필요도에 대해 인정을 받을 필요가 있습니다. 개호 비용은 원칙적으로 모든 비용의 1할이 자기부담이 됩니다.

서비스 내용, 비용, 보험료 등에 대해서는 시구청촌의 행정관서의 개호보험 담당에 문의하여 주십시오.

■검진

생활습관병을 막기 위해서는 식생활이나 운동부족 등에 주의함과 동시에, 정기적으로 건강진단을 받는 것이 중요합니다.

40세 이상인 사람은 거주지의 시구청촌 행정관서가 실시하는 기본 건강진단·암검진을 받을 수 있습니다(다만, 직장에서 수진하고 있는 사람은 제외합니다).

비용이나 수진방법 등은 시구청촌의 행정관서에 문의해 주십시오.

■모자건강수첩

임신했을 때는 각 시구청촌의 행정관서의 창구에 임신신고를 제출해 주십시오. 모자의 건강을 기록하는 「모자건강수첩」과 건강진단 수진표 등이 포함된 책자가 교부됩니다. 이 수첩은 각종 건강진단과 출산시에 필요합니다.

자세한 것에 대해서는 각 시구청촌 행정관서에 문의해 주십시오.

◇공익재단법인 모자위생연구원

또한, 모자보건사업단에서는 영어, 한글, 중국어, 태국어, 타갈로그어, 포르투갈어, 인도네시아어, 스페인어, 베트남어, 네팔어 10개국어판의 모자건강수첩을 판매하고 있습니다.(1권 880엔과 우송료)

도쿄도 지요다구 소토칸다 2-18-7

전화: 03-4334-1188

월요일～금요일의 오전 9:00～오전 12:00 와

오후 1:00～오후 5:00

<https://www.mcfh.co.jp/faq/purchase/en>

■ 예방접종

(1) 子どものための予防接種

子どものための予防接種は、日本では無料で受けることができます。病気ごとに定められた接種期間があるので、期間内に忘れずに接種しましょう。

日本の予防接種は、外国と違う場合がありますので、日本に来た時や、本国に戻る時は母子健康手帳などの記録をみて、各市区町村役所か小児科のある病院に相談しましょう。

(2) 外国旅行の前の予防接種

海外で感染症にかかることを防ぐため、外国へ旅行する場合、予防接種を受けることが必要となる場合があります。

厚生労働省検疫所FORTH または各大使館で必要な情報を確認してください。

千葉県では、公益財団法人ちば県民保健予防財団などで予防接種を受けることができます。

◇ 公益財団法人ちば県民保健予防財団

千葉県美浜区新港32-14

電話: 043-246-8664

(予約受付時間 月~金 午前9:00~午後4:00)

◇ 厚生労働省検疫所 FORTH

海外の感染症の最新状況や、予防方法等を掲載しています。

<https://www.forth.go.jp>

◇ 成田空港検疫所

成田市古込字古込1-1 (第2旅客ターミナルビル)

電話: 0476-34-2310

■ 예방접종

(1) 아이를 위한 예방접종

아이를 위한 예방접종은 일본에서는 무료로 맞을 수 있습니다. 질병마다 정해진 접종 기간이 있으므로 기간 내에 잊어버리지 말고 접종합시다.

일본의 예방접종은 외국의 경우와 다를 수도 있으므로, 일본에 입국했을 때나 본국에 귀국할 때는 모자건강수첩 등의 기록을 확인하여 각 시구청촌의 행정관서 혹은 소아과가 있는 병원에서 상담하십시오.

(2) 외국여행 출발전의 예방접종

해외에서 감염증에 걸리는 것을 막기 위해, 외국에 여행할 경우 예방접종이 의무화되어 있는 경우가 있습니다.

후생노동성 검역소 FORTH 및 각 대사관에서 필요한 정보를 확인해 주십시오.

지바현에서는, 공익재단법인 지바현민 보건예방재단 등에서 예방접종을 맞을 수 있습니다.

◇ 익재단법인 지바현민 보건예방재단

지바시 미하마구 신미나토 32-14

전화: 043-246-8664

(예약 접수시간 월~금오전 9:00~오후 4:00)

◇ 후생노동성 검역소 FORTH

해외 감염증의 최신상황 및 예방방법 등을 게재하고 있습니다. <https://www.forth.go.jp>

◇ 나리타공항 검역소

나리타시 후루고메 아자 후루고메 1-1

(제 2 여객터미널 빌딩)

전화: 0476-34-2310