

外国籍市民のための生活情報誌

Living information magazine for a foreign family register citizen

Information Fujimino

2019年11,12月号

No. **236**

隔月発行

発行／埼玉県指定・認定NPO法人 ふじみの国際交流センター

あなたと家族を守る
「国民健康保険」

National Health
Insurance protects you
and your family

守护您与家人的
“国民健康保险”

당신과 가족을 지키는
「국민건강보험」

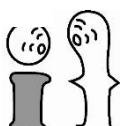
Seguro Nacional de Saúde
protege você e sua família

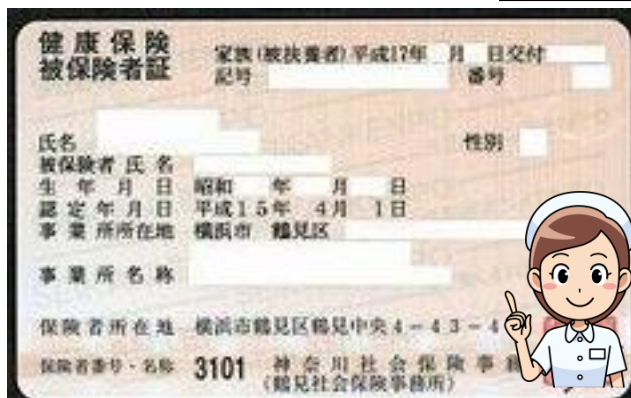
Seguro Nacional de
Salud: Protección para
tí y familias!

Proteksyon para sa iyo at
sa pamilya!
National Health
Insurance



この情報誌は「一食運動 いちじきうんどう」のみなさまの寄付により発行しています。





National Health Insurance protects you and your family

Foreigners who stay in Japan for more than three months should enter National Health Insurance and it is one of the points to judge to permit immigration control procedure.

There are “health insurance” and “national health insurance” in public medical insurance. Mainly, person who is working for a company takes out the “health insurance” and other people takes out the “national health insurance”. Here we explain about “national health insurance”.

Residence card or special permanent resident certificate is necessary for the entry procedure.

Procedure is performed at national health insurance section.

Certificate of participation of health insurance is issued (photo shown above) for the participant of national health insurance. The certificate of participation is sent to your house later.

When the contents are changed such as when moved in, moved, or when entered (or left) a health insurance of a company, you should notice to a government office within 14 days. When you have to quit the national health insurance due to returning home or others, or when a child is born, you should notice it.

Be sure to take your insurance card when you go to see a doctor at a hospital

You can have a medical examination with a fee of 30% for medical treatment if you show the insurance card. You have to pay whole expense of the fee for medical treatment if you don't have the insurance card.

People aged 40 to 74 may take specific medical checkup with 1000 yen once a year. Lump sum birth allowance when the participant has a baby and expenses for funerals in case of death is also supplied.

You should pay municipal health insurance tax according to the income in the previous calendar year or number of persons in the family covered by the insurance

National health insurance system is established to support each other so that anyone can have a medical examination when you get disease. Municipal health insurance tax is an important money resources to support this system. Notification for payment is sent to the householder. Be sure to pay it.

Insurance tax is calculated from the date when you moved in. Even if you are late to notify to admit insurance, payment duty of insurance tax is traced back to the date when you moved in. Nursing care on sickness insurance is added for persons 40 years or more to 65 years or less.

“The patient got ill and had a medical examination. As he did not enter national health insurance, medical expenses were expensive and he gave up medical treatment on the way. As the disease got worse, he went back to his home country but he was dead.” We heard such story. Japan leads the world in the field of medical technology. You should enter national health insurance so that not to lost your life to save a little money.

Good manners in the hospital

Please check your manner, to make sure

- While you are waiting for the medical check
 - Do not talk loudly in the waiting room
 - Set your smartphone in manner mode.
 - Do not talk with your smartphone other than a designated place.
 - If you are with your children, be careful to keep them quiet
 - Put on a mask if you cough or sneeze
- When going to the medical check
 - Do not eat or drink before the medical check
 - Wear clothes which is easy to take the medical check
 - Check what to tell or ask the doctor, beforehand

- When you take internal medicines
 - Keep the correct "time, amount, and method" when you take medicine
- When going to go visit in the hospital
 - Keep the visiting hours
 - Check if you can go visit in the hospital to the person staying in the hospital or the family
 - Do not visit the hospital in large numbers
 - Do not take children with you as far as possible



FICEC exchange meeting

Café FICEC



Exchange meeting is held every month in FICEC
Theme of the exchange meeting in November is "Philippine day"

Let's talk and dance eating cookies and drinking tea together.

- ◆ Place: Fujimino International Cultural Exchange Center
- ◆ Date & Time: November 24 (Sunday) 14:00-
- ◆ Participation fee: Free (take potluck if you like)
- ◆ Contact to Ms. An for participation application
Tel. 049-256-4290

Application for trash separating in Fujimi-shi for smartphone started distribution

Application to check household garbage separation and date of collection for smartphone for foreigners living in Fujimi-shi started distribution. English, Chinese and Korean languages are available.

Useful function such as calendar date of garbage collection, alertfunction and how to take out the garbage is available.



Android



iPhone iOS



Contact: Resource Recycling
Department, Environmental
Division Tel. 049-252-7100



Japanese food cooking class was held

Japanese food cooking class was held on September 17, mainly for the Japanese language class students. They made very good Japanese foods of maki-zushi (sushi roll) and atsuyakitamago (a thick omelet). Japanese lesson class is held every Thursday from 10:00 and season events are held sometimes. In November "autumn leaves tour" will be held and in December cooking class of "Toshikoshi-soba" is held.



守护您与家人的 “国民健康保险”

凡是在日滞留 3 个月以上的外国人，都有义务加入国民健康保险。办理入管手续时，是否已加入了国民保险，是签证批不批准的一个重要因素。

日本的社会医疗保险分为 2 大类，“健康保险”和“国民健康保险”。公司上班族需要加入“健康保险”，也称为“社会保险”。其他的人则需要加入“国民健康保险”。在此，我们详细介绍一下“国民健康保险”。

办理国民健康保险时，需要出示“在留卡”或“特别永住者证明书”。

在市役所的“国民健康保险课（国民健康保险科）”办理手续。

加入国民健康保险者，都可以领到一张“健康保险被保险者证”（如上图）。这张保险证将会通过邮局寄到您家里。

如您的住址、家庭成员、工作等情况发生变化，比如搬家住址变更，加入（或退出）工作单位的社会保险时，请 14 天以内去市役所办理变更手续。因为回国等想暂停“国民健康保险”时，孩子出生时，也都需要办理变更手续。

去医院看病时，请一定携带保险卡！

在医院看病时若持有保险卡，只需支付 30% 的医疗费，否则就得全额支付。请一定不要忘记携带保险卡。

40 岁到 74 岁为止的人，每年还可以享受一次 1000 日元的特定健诊（体检）服务。保险加入者生孩子时可以收到“生育育儿一时金”的补助，去世时会有丧礼费颁发。

根据前一年的收入、保险对象的人数，决定需要支付的“国民健康保险税”金额。

国民健康保险是以大家生病时，可以平等接受治疗为目的的社保制度。国民健康保险税是这个制度的重要财源。

纳税通知书会寄给户主（世帯主）。请一定不要忘记纳税。

税额是从入住日开始计算。即使您日后才申请加入保险，税额也是从入住日开始算起。

年龄在 40 岁以上 65 岁以下的，需要多缴纳一份介護保险。

有位朋友生病后去医院治疗，但是因为沒有加入国民健康保险，支付不起昂贵的医疗费，中途不得不放弃治疗，而导致病情恶化，回国后不幸离开了人世间。这是我们听到过的真实故事。从全球规模来看，日本的医疗水平是排在世界前位的。为了不让因为节省微薄的保险税而丧失性命的悲惨故事再次上演，请大家一定要加入“国民健康保险”。

医院里的基本礼仪常识

就算知道，也请再确认一遍！

●候诊时

- 请不要在候诊室里大声说话。
- 请打开手机的静音模式。只在可以使用电话的地方，使用电话。
- 带孩子一起去时，请注意不要让孩子乱跑与吵闹。
- 若您咳嗽或打喷嚏，请带好口罩。

●看病时

- 请不要在看病前饮食。
- 请穿上方便医生看病的服装。
- 请事先整理好想和医生说的话，想问医生的问题。



●喝药时

- 请遵守喝药的时间、剂量与方法。

●去医院探望病人时

- 请遵守探望（面会）时间。
- 请与病人或病人家属确认，“可否去医院探望”。
- 请不要一大群人同时去探望（面会）。
- 请尽量不要带孩子去医院。



FICEC 交流会

Café FICEC



FICEC, 每月都会举办交流会。
11 月的交流会将会是“菲律宾日”。
让我们一起喝茶、吃着点心、跳个舞吧！

◆地点 ふじみの国際交流センター

◆时间 11/24 (周日) 14:00~

◆费用 免费（欢迎大家带点心来）

◆报名、咨询处

安（アン）Tel. 049-256-4290

富士见市智能手机扔垃圾 APP 外文版已开始运作了！

在富士见市居住的外国朋友们，确认家庭垃圾的分类方法、收集日期的智能手机扔垃圾 APP 外文版已开始运作。

这个 APP 准备了英文版、中文版和韩文版。



具有垃圾收集日历、提醒、扔垃圾方法等便利功能。



Android



iPhone iOS



咨询处／环境課資源リサイクル係
Tel. 049-252-7100

举办了日本料理教室



9 月 17 日，我们举办了以在日语教室学习的学生们为中心的日语料理教室。

虽然“寿司卷、鸡蛋卷”是传统的日本家常料理，但是大家都做得非常棒。

我们的日语教室每周四从 10 点开课。有时会策划一些有趣的季节性课后活动。比如 11 月看红叶，12 月烹饪过年荞麦面等。到时欢迎大家一定来参加！



당신과 가족을 지키는 「국민건강보험」

일본 체류 3 개월 이상의 외국인은 국민건강보험 가입의무가 있고, 입국수속시에도 허가·불허의 큰 판단중 한가지로 되어 있습니다.

공적보험가입은 크게 나뉘어서 「건강보험」 과 「국민건강보험」 이 있습니다. 주로 「건강보험」 은 회사에 근무하는 사람들이 가입하는 보험 (사회보험이라고 함) 이고, 「국민건강보험」 은 사회보험이외의 사람이 가입하는 보험입니다. 여기서는 「국민건강보험」 에 대해 설명하겠습니다.

가입수속에는 재류카드 또는 특별영주자 증명서가 필요합니다.

수속은 시야쿠쇼등의 「국민건강보험과」 에서 합니다.

「국민건강보험」 은 가입자 한명당 1 장의 「건강보험피보험자증」 (위의 사진) 이 발행됩니다. 이 「보험증」 은 후일、지택으로 우송됩니다.

전입했을 때、이사했을 때、회사의 건강보험에 가입 (또는 탈퇴) 했을 때등、내용에 변경이 있는 경우는 14 일 이내에 시야쿠쇼에 신고를 해주세요. 귀국등으로 「국민건강보험」 을 탈퇴하는 경우, 아기가 태어난 때도 수속을 해주세요

병원에서 진찰을 받을 때는 반드시 보험증을 갖고 갑시다

보험증을 제시하면 병원에서의 의료비 30%로 진찰을 받을 수 있습니다. 없는 경우는 전액을 지불해야 하니 조심하세요

또 40 세에서 74 세까지는 특정진진 (특정건강진단) 을 년 1 회 1000 엔으로 받을 수 있습니다. 가입자는 출산시의 출산육아일시금、사망시에 장례비가 지급되는 제도도 있습니다.

전년도 소득이나 보험대상 인수에 따라 「국민건강보험세」 가 들어갑니다

국민건강보험은、병이 걸렸을 때、모두가 평등하게 진찰을 받는 것을 목적으로 한 상호부조의 제도입니다. 국민건강보험세는 이 제도를 지탱하기 위한 중요한 재원입니다.

납세통지서는、세대주앞으로 송부됩니다. 잊지말고 납세합시다.

보험세액의 계산은 전입일로부터 시작되므로 전입신고가 늦은 경우에도、소급되어 보험세가 과세됩니다. 또、40 세이상、65 세미만의 분들에게는 개호보험이 추가됩니다.

「병이 걸려 진찰을 받았으나 국민건강보험에 가입하지 않았기 때문에 의료비가 비싸서、도중에 치료를 포기했습니다. 병이 악화되어 귀국했으나 사망했습니다.」 라는 얘기도 들립니다. 일본은 세계에서 유수의 의료대국입니다. 얼마 안되는 돈을 아끼느라 목숨을 잃지 않도록 꼭 「국민건강보험」 에 가입해 주세요

병원에서의 매너 「알고있지만, 한번 더 확인!!」

●진찰을 기다리고 있을 때

- 대합실에서는 큰 소리로 말하지 않는다.
- 스마트폰은 반드시 매너모드로 설정한다.
정해진 장소외에서는 통화하지 않는다
- 어린이를 데리고 갈 경우는 뛰어다니거나 떠들지않도록 주의한다
- 기침이나 재채기가 나올 때는 마스크를 쓴다

●진찰을 받을 때

- 진찰전에 식사를 하지 않는다
- 진찰을 받기쉬운 복장을 입고간다
- 의사에게 전하고 싶은 것, 묻고싶은 것은 사전에 정리해 둘 것

●먹는 약이 나왔을 때

- 약 먹을 때의 올바른 「시간·량·방법」을 지킨다



●문병을 갈 때

- 면회시간을 지킨다
- 입원해 있는 본인이나 가족에게 병문안을 가도 좋은지 확인한다
- 많은 사람이 한꺼번에 면회하지 않는다
- 가능한한 어린이는 데리고 가지 않는다



FICEC 교류회

Café FICEC



FICEC에서는 매일 교류회를 개최합니다
11월 교류회는 「필리핀의 날」입니다.
모두 차와 과자를 먹으면서 담소하거나, 춤을 추거나 하지 않겠습니까

- ◆장소 후지미노 국제교류센터
- ◆개최일과 장소 11/24(일) 14:00~
- ◆참가비 무료(과자등 각자 지참 대환영)
- ◆연락처·참가신청
安 (안) Tel. 049-256-4290

스마트폰대응「후지미시 쓰레기분별 어플」 배신 개시!

후지미시 거주 외국인향으로, 가정쓰레기의
분별방법·수집일정을 확인할 수 있는
스마트폰용 어플이 완성되었습니다.
영어, 중국어, 한국어에 대응합니다



수집일캘린더, 경고기능, 쓰레기
버리는 방법등 편리한 기능이
들어있습니다.



Androi



iPhone

문의/환경과 자원리싸이클게
Tel. 049-252-7100

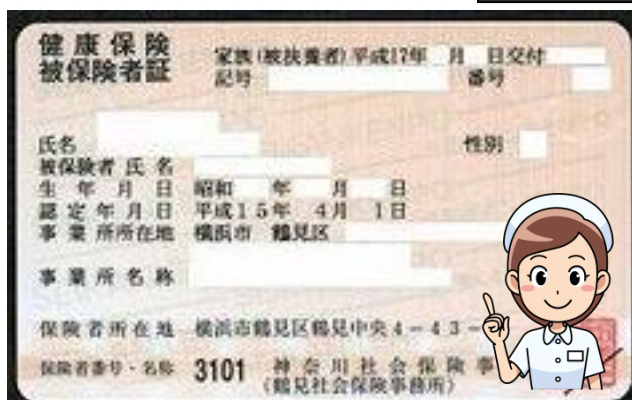
「와쇼쿠」요리교실을 실시했습니다.



9월 17일, 일본어교실 학습자 중심으로 와쇼쿠요리
교실을 개최했습니다.

「마키즈시, 아쯔야키다마고」는 일본특유의 요리
지만 모든 잘 만들었습니다.

일본어교실에서는 매주 목요일 10시부터의 학습후
때때로, 계절이벤트를 기획하고 있습니다. 11월
「단풍보러가기」, 12월 「년말소바」 등, 기대하세요



Seguro Nacional de Saúde protege você e sua família

O estrangeiro c/mais de 3 meses de estada no Japão deve se inscrever no Seg.Nac.de Saúde,um dos fatores de concessão do visto.

No seguro médico público há seguro de saúde e seguro nacional de saúde.No seguro de saúde estão cadastrados os assalariados das empresas(chamado também de seguro social),no seguro nacional de saúde os trabalhadores autônomos .Aqui tratamos do seguro nacional de saúde.

Para se inscrever precisa de cartão de residente ou cartão especial de permanente.

Para se inscrever, o interessado deve ir à seção do seguro nacional de saúde da prefeitura No seguro nacional de saúde é editado um cartão do seguro de saúde para cada pessoa inscrita (foto supra).Posteriormente, será expedido pelo correio.

Caso se mude de endereço,se inscreveu no seguro saúde para os assalariados(ou saiu), o cadastro também deve ser alterado na prefeitura no prazo de 14 dias. Deve notificar quando vai cancelar o seguro devido ao retorno ao país de origem e nascimento do filho também.

Para fazer uma consulta médica no hospital deve levar sem falta o cartão do seguro de saúde.

Apresentando o cartão do seguro de saúde conseguirá fazer uma consulta médica pagando 30% da despesa. Se não o tiver pagará o custo total da despesa.

Por outro lado, as pessoas de 40~74 aos de idade podem fazer o exame específico de saúde uma vez por ano pagando ¥1000.Há sistema de pagamento para parto e criação à parturiente inscrita e pagamento do funeral quando falece.

O valor do seguro saúde é calculado baseado na renda do ano anterior e nº de dependentes.

O seguro nacional de saúde é um sistema de ajuda mútua para que todas as pessoas possam fazer consulta médica no caso de doença.De modo que seu valor é importante fonte de recurso que apóia esse sistema.A notificação de pagamento será enviada ao chefe de família. Não deixa de pagar.O valor do seguro é calculado a partir do dia que se mudou. Mesmo no caso de atraso no registro,será taxado retroativamente.Além disso, para as pessoas de 40~65 anos de idade, será adicionado o seguro para tratamento de pessoas idosas.

Ouvi seguinte estória:Adoeceu e fez consulta médica. Como não inscreveu no seguro nacional de saúde teve que pagar uma elevada despesa médica. Desistiu de fazer o tratamento.Piorou a doença, retornou ao país de origem e faleceu.Japão é um país que dispõe de elevado nível de assistência médica do mundo.Inscreva no seguro nacional de saúde e leve uma vida tranquila.

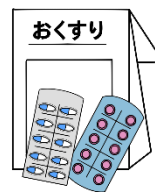
Observe a etiqueta no hospital. Cheque de novo mesmo sabendo.

● Quando está na sala de espera

- Não deve conversar em voz alta.
- Deixar o celular no recado. Só deve fazer chamada no lugar permitido
- Quando está acompanhado de filho deve cuidar para não correr e fazer barulho.
- Usar máscara quando tem tosse e espirro.

● Para fazer o exame médico

- Não deve comer e beber antes da consulta.
- Usar traje que facilite a consulta.
- Deixar ordenado previamente as perguntas e o que quer transmitir ao médico.



● Quando o médico receitou o remédio

- Observar a hora, quantidade e modo certo.

● Na hora da visita

- Respeitar o tempo.
- Confirmar antes se pode fazer visita ou não com próprio doente ou a família.
- Não deve ir em grupo.
- Procure não levar a criança.



Encontro no FICEC Café FICEC



FICEC promove mensalmente o encontro, Encontro de novembro é “Filipias Day” Que tal conversar, dançar tomando chá e doce todos juntos.

◆ Local: Fujimino Kokusai Koryu Center

◆ Dia/hora: 24/11 (sáb.) 14:00~

◆ Despesa: Franca (Pode trazer doces!!)

◆ Informação • Inscrição

Sra. AN Tel. 049-256-4290

Aplicação de classificação do lixo para Smartphone-Fujimi-shi-

Está pronta a aplicação de classificação do lixo, modo de jogar, dia de coleta a ser usado no smartphone para estrangeiro residente de Fujimi-shi em inglês, chinês, coreano.



Consta calendário de coleta, função de alertar tipo de lixo, modo de jogar o lixo.



Android



iPhone iOS

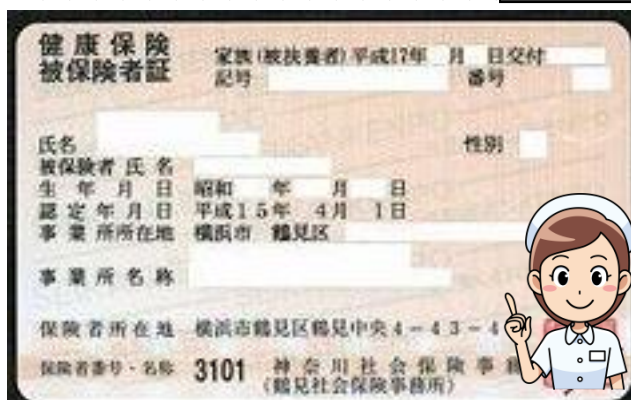
Informação / Kankyo-ka Shigen

Risaikuru-kakari Tel. 049-252-7100

「Washoku」 Aula de culinária



No dia 17/9. teve aula de culinária para estudantes da classe de japonês. Prepararam “Maquizushi” e “Atsuyakitamago” que são pratos típicos japoneses. Conseguiram preparar bem. Na classe de japonês, todas as quintas-feiras, após as aulas, vem programando evento sazonal. De novembro “Vamos apreciar kooyoo” / De dezembro “Toshikoshisoba. Divirta-se!



Seguro Nacional de Salud: Protección para tí y familias!

Los extranjeros que se queden en Japón por más de tres meses, deben adquirir este Seguro Nacional de Salud que además sirve como un parámetro para permitir la inmigración.

En seguro médico público existen el “Seguro de Salud” y el “Seguro Nacional de Salud”. La persona principal que trabaja para una compañía, toma el “Seguro de Salud” y las demás personas toman el “Seguro Nacional de Salud”. Aquí explicamos acerca del “Seguro Nacional de Salud.”

Para tramitarlo, se necesita la tarjeta de residente o certificado de residencia permanente.

El trámite se realiza en la sección del Seguro Nacional de Salud. El certificado del seguro de salud (la foto se muestra arriba) es emitido por el participante del Seguro Nacional de Salud. El certificado de seguro de salud le es enviado a su casa después. Cuando hay un cambio en términos del seguro tales como cambiarse de casa, adquirir o dejar el seguro de salud de su compañía, debe notificar a la oficina de gobierno dentro de 14 días. También, si tiene que dejar el Seguro Nacional de Salud debido a que regresa a su país u otra razón, o si nace un nuevo bebé, debe notificarlo.

Asegúrese de llevar su tarjeta del seguro de salud cuando vaya al doctor o al hospital

Puede tener una examinación médica pagando el 30% del tratamiento médico si muestra la tarjeta del seguro. Tendrá que pagar el 100 por ciento de los costos si no tiene la tarjeta del seguro médico.

Las personas de 40 a 74 años pueden hacerse un chequeo médico específico pagando 1000 yenes una vez al año. Si tiene seguro médico, recibirá cierta cantidad de dinero cuando tenga un bebé y le cubrirán los gastos del funeral en caso de muerte.

Deberá pagar el impuesto municipal de seguro de salud de acuerdo a su salario en el calendario del año anterior o el número de personas en la familia cubiertas por el seguro.

El Sistema del Seguro Nacional de Salud ha sido establecido para apoyarse mutuamente y todos puedan tener atención médica cuando estén enfermos. El impuesto municipal al seguro de salud es un recurso monetario importante para apoyar este sistema. La notificación de pago de este impuesto le es enviado al jefe de la familia. Asegúrese de pagarlo por favor. El impuesto sobre este seguro se calcula desde la fecha en que lo adquirió. Aún si usted se tarda en notificar que lo adquirió, el pago del impuesto se remonta a la fecha en que lo adquirió. Seguro de enfermedad de cuidado de enfermería es agregado para personas de 40 años o más a 65 años o menos.

Oímos esta historia: “Un paciente enfermó y tuvo una examinación médica. Como no tenía Seguro Nacional de Salud y los gastos médicos eran altos, renunció al tratamiento médico sin haberlo completado. Como su enfermedad empeoró se regresó a su país pero murió.”

Japón es líder mundial en el campo de la tecnología médica. Usted debería adquirir el Seguro de Salud Nacional para que no pierda su vida y para que ahorre un poco de dinero.

Buenos Modales en el hospital. Conserve sus buenos modales por favor.

- Cuando esté esperando por su examinación:
 - No hable en voz alta en la sala de espera.
 - Ponga su teléfono celular en modo silencioso.
 - No hable con su celular en áreas que no sean designadas para eso.
 - Si está con niños, cuide que estén callados.
 - Póngase una máscara si tose o estornuda.
- Cuando vaya a ir a una examinación médica:
 - No coma o beba antes de la examinación.
 - Use ropa con la que sea fácil que le hagan la examinación.
 - Verifique de antemano lo que le va a decir o preguntar al doctor.

- Cuando tome medicinas.
 - Siga “el tiempo, la cantidad y el método” indicados cuando tome medicinas.
- Cuando vaya de visita al hospital:
 - Respete las horas de visita.
 - Pregunte a la persona que está hospitalizada o a la familia si puede ir de visita al hospital.
 - No visite con mucha gente con usted.
 - Tanto como le sea posible, no visite el hospital acompañada de niños.



Reunión de *intercambio de FICEC*

Café FICEC



Hay una reunión de intercambio de FICEC mensualmente/

El tema de la reunión de noviembre es “Día de Filipinas”

Charlemos, cantemos comamos galletas y tomemos té juntos.

◆ Lugar: Centro Internacional de Intercambio Cultural Fujimino (FICEC)

◆ Fecha y hora: Noviembre 24 (domingo) 14:00

◆ Entrada: Gratis (lleve algo si usted quiere).

◆ Contacte Ms. An para solicitud de participación. Tel. 049-256-4290

Aplicación de celular sobre como tirar la basura del hogar en Fujimi-shi

Aplicación para celulares sobre como tirar la basura del hogar y las fechas de recolección de ésta, es distribuida a extranjeros que viven en Fujimi-Shi. Está disponible en inglés, chino y coreano.

Útil información tal como el calendario de fechas de recolección, función de alerta y como tirar la basura, ya está disponible.



Android



iPhone iOS



Contacte: Reciclaje de Recursos
División del Departamento
Ambiental Tel. 049-252-7100



Hubo una clase de cocina de comida japonesa

Hubo una clase de comida de cocina japonesa el 17 de septiembre principalmente para los estudiantes de la clase de japonés. Hicieron delicioso maki-sushi (rollo de sushi) y atsuyaki tamago (omelet gordo). La clase de japonés es cada jueves a las 10:00 y algunas veces hay eventos de temporada. En noviembre habrá un “Tour de hojas de otoño” y en diciembre es la clase de cocina de “Toshikoshi-soba”.



Proteksyon para sa iyo at sa pamilya! National Health Insurance

Mga dayuhang may resident status ng 3 buwan pataas ay inu-obligahang kumuha ng national health insurance. Mahalaga ito sa proseso ng visa extension.

May 2 klase ng health insurance, National Health Insurance at Employee Health Insurance/Social Health Insurance. Ang Employee health insurance ay para sa mga empleado ng kumpanya at ang National Health Insurance ay para sa iba pang mga tao. Tatalakayin natin dito ang tungkol sa National Health Insurance.

Sa pag-aply para sa national health insurance ay kailangan ang resident card o special resident cert.

Mag-aply sa National Health Insurance Section ng city hall.

Sa pag-aply ay iisyuhan ang kada miyembro ng sariling health insurance card (tingnan ang litrato sa itaas). Ang card ay ipapadala sa koreo sa inyong tirahan pagkalipas ng ilang araw.

Kung kayo ay lumipat ng tirahan o ipinasok kayo sa health insurance ng kumpanya (o tumigil) at iba pa, ipaalam sa city hall. Gayundin kung babalik na sa sariling bansa at nais itong ipatigil, o kaya kung may bagong panganak na sanggol sa pamilya, at iba pang pagbabago ay ipaalam sa city hall.

Dalhin ang inyong Health Insurance Card sa pagpapagamot sa ospital o klinika

Kung may Health Insurance Card, ang babayaran sa pagpapagamot ay 30% ng buong halaga ng singil. Pero kung wala ay buong halaga ang kailangang bayaran kung kaya't mag ingat na huwag kalimutan. Magagamit din ito sa taunang specific medical checkup para sa may edad na 40~74 taong gulang at ang babayaran ay 1000 yen lamang. Makakakuha din ng lump sum sa panganganak at pagpapalaki ng bata. Gayundin para sa gastusin sa pagpapalibing.

Ang babayaran sa National Health Insurance tax ay ibabase sa kita noong nakaraang taon at ang bilang ng miyembro ng pamilya na nakapasok sa insurance.

Ang National Health Insurance ay isang sistema na itinaguyod para magkaroon ng suporta ang lahat ng mga tao sa kanilang pagpapagamot sakaling sila ay magkasakit. Ang national health insurance tax ay isa sa pinagkukuhanan ng pundo para masuportahan ang sistemang ito. Ang notisya ng pagbayad ng buwis ay ipinapadala sa householder. Huwag kaligtaang bayaran ang buwis. Ang pagkalkula ng babayaranang buwis ay mula sa petsa ng paglipat at kahit mahuli sa pagpa rehistro ay kabilang na sa pagkalkula ng buwis. Ang buwis para sa pangangalaga ng matanda ay ipapataw sa mga may edad mula 40 ~ wala pang 65 taong gulang.

May nakapag-balita na kagaya ng [Nagkasakit kaya nagpunta sa ospital. Pero dahil sa walang health insurance at malaki ang babayaran ay itinigil ang pagpapagamot. Lumala ang sakit kung kaya't umuwi na lang sa sariling bansa. Hindi nagtagal at binawian ng buhay. Ang Japan ay isa sa mga bansang mataas ang larangan sa medisina. Huwag tayong manghinayang sa konting halaga kung ang kapalit naman ay ating buhay. Sumapi tayo sa national health insurance!]

Mabuting asal sa ospital

「Siguraduhin at alaming mabuti」

● Habang nag-aantay para sa konsultasyon

- Huwag makipagdaldalan sa malaking boses.
- Ilagay sa silent mode ang cellphone. Makipag-usap gamit ang cellphone sa takdang lugar lamang.
- Kung may kasamang bata huwag silang hayaang mag-iingay.
- Gumamit ng mask kung inuubo o humahatsing



● Sa pagpa-kunsulta

- Huwag uminom o kumain bago magpa-kunsulta.
- Magsuot ng komportableng damit.
- Mga nais sabihin o itatanong sa duktur ay isipin na bago ang konsultasyon.

● Pag ni-resetahan ng gamot

- Sundin ang tamang oras, bilang at paraan ng pag-inom ng gamot



● Pagbisita sa maysakit sa ospital

- Sundin ang tamang oras ng pagbisita
- Alamin at magpaalam sa kapamilya ng maysakit kung maaring dalawin ang maysakit.
- Huwag dadalaw sa ospital na maraming kasama.
- Kung maari ay huwag magsama ng bata sa ospital.



FICEC Cultural Event Café FICEC



Mga pangkulturang ebento ay itinatanghal sa FICEC kada buwan. Ngayong Nov. ay Philippines' day. Magkuwentuhan, kumain ng merienda at sumayaw tayo ng Filipino dance.

- ◆ Saan : Fujimino Int'l Cultural Center (FICEC)
- ◆ Kailan : Nov. 24 (Linggo) 14:00~
- ◆ Libre ang pagsali (Maaring magdala ng snacks)
- ◆ Tumawag at magpalista : Ms. An (tagapamahala)
Tel. 049-256-4290

App para sa tamang paghihiwalay ng basura sa Fujimi-shi ay maari nang i-download!

Para sa mga dayuhang naninirahan sa Fujimi-shi ay ginawa ang app (smart phone users) para ma-check ang tamang paghihiwalay ng basura at iskedyl ng pagkolekta. Ito ay mababasa din sa English, Chinese at Korean. Matitingnan din ang kalendaryo ng iskedyl ng pagkolekta at tamang pagtapon ng basura, alert at emergency notices.



Android



iPhone

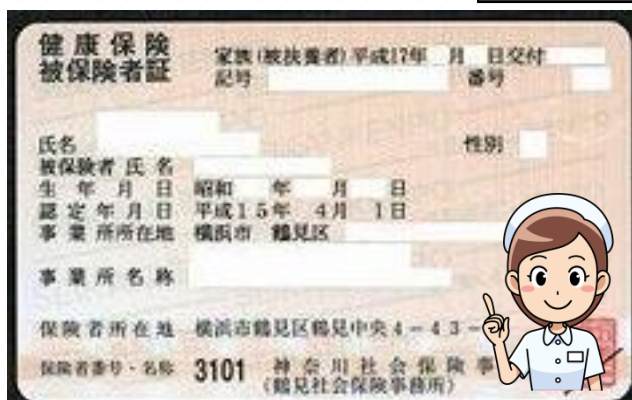


Tumawag sa : Resource Recycling
Enviro Dept. Environmental Division
Tel. 049-252-7100

Pagluluto ng Japanese Food



Noong nakaraang Sept.17 ay nagkaroon ng pagluluto ng Japanese food ang mga mag-aaral ng Nihongo. Itinuro sa kanila ang paggawa ng makisushi at atsuyaki tamago. Masaya ang lahat at madali din nilang natutunan. Ang Nihongo Class ay tuwing Huwebes mula 10 am. Nagkakaroon din ng iba pang mga ebento. Sa Nov. ay pamamasyal para makita ang namumulang mga dahon ng taglagas. Sa Dec. ay paggawa ng soba para sa bagong taon. Halina at sumali tayo!



あなたと家族を守る 「国民健康保険」

日本滞在3カ月以上の外国人は、国民健康保険への加入義務があり、入管手続きの際にも、許可・不許可の大きな判断のひとつとなっています。

公的医療保険は大きく分けて「健康保険」と「国民健康保険」があります。主に「健康保険」は会社に勤めている人が入る保険（社会保険とも言う）で、「国民健康保険」はそれ以外の人が入る保険です。ここでは「国民健康保険」について説明します。

加入手続きには、在留カードまたは特別永住者証明書が必要です

手続きは市役所などの「国民健康保険課」で行います。

「国民健康保険」は加入者一人ひとりに1枚の「健康保険被保険者証」（上の写真）が発行されます。この「保険証」は後日、自宅に郵送されます。

転入したとき、引越しをしたとき、会社の健康保険に加入（または脱退）したときなど、内容に変更があった場合は14日以内に役所に届け出をしてください。帰国などで「国民健康保険」を止める時、子どもが生まれた時も手続きをします。

病院で診察を受ける時は必ず保険証を持っていきましょう

保険証を提示すれば病院での医療費の30%で診察を受けられます。無い場合は全額を払うことになるので気を付けましょう。

また40歳から74歳までの人は特定健診（特定健康診査）を年1回1000円で受けることができます。加入者が出産したときの出産育児一時金、死亡した時の葬祭費が支給される制度もあります。

前年の所得や保険対象の人数により「国民健康保険税」の金額が決まります

国民健康保険は、病気にかかった時、みんなが平等に診察を受けることを目的とした支え合いの制度です。国民健康保険税はこの制度を支えるための大切な財源となっています。

納税通知書は、世帯主あてに送付されます。忘れずに納付しましょう。

保険税額の計算は転入日から始まるので加入の届出が遅れた場合でも、さかのぼって保険税が課税されます。

また、40歳以上、65歳未満の方には介護保険がプラスされます。

「病気になって診察を受けました。国民健康保険に入っていなかったため医療費が高く、途中で治療をあきらめました。病気は悪化し帰国しましたが亡くなってしまいました」という話も聞きます。日本は世界でも有数の医療大国です。わずかなお金を惜しんで命を落とさないためにも、「国民健康保険」に入ってください。

病院でのマナー

「分っていても、もう一度チェック!」

●診察を待っているとき

- ・待合室では大声でお喋りしない。
- ・スマホは必ずマナーモードに設定する。決まった場所以外での通話はしない。
- ・子どもを連れて行く場合は走り回ったり、騒がないよう注意する。
- ・咳やくしゃみの出るときはマスクをつける。

●診察を受けるとき

- ・診察前に飲食しない。
- ・診察を受けやすい服装を選ぶ。
- ・医師に伝えたいこと、聞きたいことを前もってまとめておく。



●のみ薬が出たとき

- ・のむときの正しい「時間・量・方法」を守る

●お見舞いに行くとき

- ・面会時間を守る。
- ・入院している本人やご家族にお見舞いに行っていていいかを確認する。
- ・大人数では面会しない。
- ・できるだけ子どもは連れていかない。



FICEC 交流会

Café FICEC



FICEC では毎月交流会を開催しています。

11月の交流会は「フィリピンデー」

みなでお茶とお菓子を囲んでおしゃべりしたり、ダンスをしたりしませんか。

◆場所 ふじみの国際交流センター

◆開催日と時間 11/24(日) 14:00～

◆参加費 無料(お菓子などの持ち寄り大歓迎)

◆連絡先・参加申込

安(アン) Tel. 049-256-4290

スマホ対応「富士見市ごみ分別アプリ」 配信スタート!

富士見市にお住まいの外国人向けに、家庭ごみの分別方法・収集日程を確認できるスマートフォンアプリができました。英語、中国語、韓国語に対応します。



収集日カレンダー、アラート機能、ごみの出し方など便利な機能がっています。



Android



iPhone iOS

お問い合わせ／環境課資源リサイクル係
Tel. 049-252-7100

「和食」料理教室を実施しました



9月17日、日本語教室の学習者を中心に和食の料理教室を開催しました。

「巻きずしや厚焼きたまご」は日本ならではの料理ですが、みんな上手にできあがりました。

日本語教室では毎週木曜日 10 時からの学習の後にととき、季節のイベントを企画しています。11月「紅葉を見に行こう」、12月「年越しそば」など、お楽しみに。

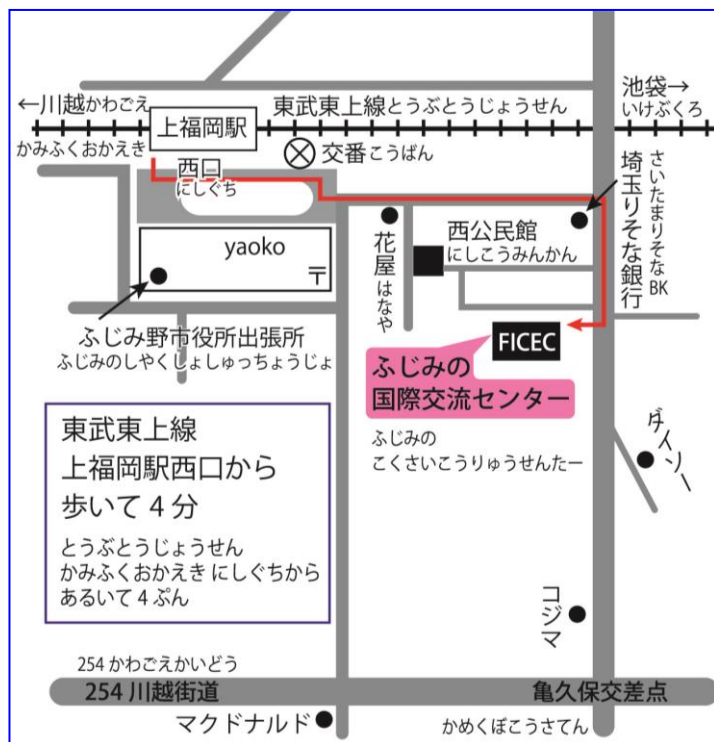
Foreign resident advisory center

049-269-6450

げつようび きんようび
Monday - Friday 10:00 - 16:00

にほんご きょうしつ Japanese Language Class

もくようび
Thursday 10:00 - 12:00



• 生活相談

月曜日～金曜日 10:00 - 16:00

• 日本語教室

木曜日 10:00 - 12:00

• 外国人生活咨询

星期一—星期五 10:00 - 16:00

• 日本語教室

每个星期四 10:00 - 12:00

• Foreign resident advisory center

Lunes - Biyernes 10:00 - 16:00

• Japanese Language Class

Huwebes 10:00 - 12:00

• Consulta p/estrangeiros sobre cotidiano

Segunda - Sexta 10:00 - 16:00

• Quinta-feira Aula de Japonês

quintas-feiras 10:00 - 12:00

• Centro de Consulta a Extranjeros

Lunes - Viernes 10:00 - 16:00

• Clases de Japonés los jueves en el

Los jueves de 10:00 - 12:00

• 외국인 생활상담

월요일 - 금요일 10:00 - 16:00

• 후지미노국제교류센터 일본어교실

매주목요일 10:00 - 12:00



埼玉県指定・認定 NPO 法人 ふじみの国際交流センター

(FUJIMINO INTERNATIONAL CULTURAL EXCHANGE CENTER)

理事長 石井ナナエ

〒356-0004 埼玉県ふじみ野市上福岡 5-4-25

TEL: 049-256-4290・049-269-6450 FAX: 049-256-4291

ficec

検索