生活基础篇 / III. 健康管理 / 1. 健康检查

居住在仙台的市民可以接受仙台市进行的健康检查。

详情请参照：SenTIA 国际化事业部网页 [首页>外文信息>健康・医疗>健康体检](#)

(日、英、中、韩)

生活基础篇 / III. 健康管理 / 2. 医院

日本的医院分为设施完备的大医院(综合医院)和平常就诊的诊所或小医院。身体不适时,请先去附近的诊所或小医院就诊。

※ 有些综合医院,需要有介绍信才能就诊。

●去诊所或医院●

①首先给诊所或医院打电话(必要时进行预约)。

②携带健康保险证(※)去诊所或医院。把健康保险证交给前台。

※ 即使加入了健康保险,如果没有携带保险证,须支付全额医疗费。

※ 初次在该医疗机构就诊或是每月第一次就诊时,需要出示健康保险证。

③初次看门诊时,需要填写问诊表。填写完交给前台。

问诊表(問診票)…获知患者身体状况的问询表

下载各种语言版本的问诊表 → <https://www.kifjp.org/medical/>

(由神奈川国际交流财团和国际交流 HEARTY 港南台用 23 国语言编译制作)

④被叫到名字后,进入诊疗室接受诊疗。

⑤支付医疗费。如果需要服药,会拿到处方单。

⑥凭处方单去药店拿药,届时支付药费。

当您在寻找有会外语的医生和职员的医院及牙科医院,或在预约就诊方面需要帮助时,可以和

仙台多文化共生中心联系。(TEL: 022-224-1919 E-mail: tabunka@sentia-sendai.jp)

仙台多文化共生中心不提供医疗翻译的业务服务。

宫城县国际化协会,接受医疗机构的请求派遣「保健・医疗翻译支援者」。详情请咨询

公益财团法人宫城县国际化协会(MIA)。

TEL 022-275-3796 Email: mail@mia-miyagi.jp

●关于个人编号保险证或资格确认书/健康保险●

在日本居住，需加入以下保险中的一个。加入保险后，个人编号卡在注册登记保险证的利用后，便可作为保险证使用。个人编号卡如没有注册登记保险证的利用时，则发给资格确认书。

如果不加入保险，去医院时需自己负担全额医药费。（加入后只需负担 30%）

①**社会保险（被雇用者保险）**…有工作单位的人，由雇主办理手续。保险费将从你的工资里扣除。

②**国民健康保险**…没加入①的人须加入此保险。携带在留卡、护照及银行卡去各区政府服务窗口办理加入手续。

详情请查看 [SenTIA 国际化事业部网页](#) [首页](#)>[用外语提供信息](#)>[生活](#)>[税金·年金·支付](#)>[国民健康保险手册](#)（日、英、中、韩）

生活基础篇 / IV. 儿童 / 1. 怀孕·分娩·婴儿

●怀孕后●

去所居住的区保健福祉中心或各综合支所保健福祉课提交怀孕登记。

①**领取母子健康手册**（日、英、中、韩、越南、尼泊尔及其他 5 种语言）

·这是一本记录怀孕过程、婴儿发育等情况的手册。

②**领取附有孕妇体检补助票等的附册（孕产妇手册）**

·使用体检补助票，可到登记的医疗机关接受最多为 16 次的孕妇健康检查。

·产后可到登记的医疗机关接受最多为 2 次的产妇健康检查。

③**接受保健指导**

·保健福祉中心面向孕妇及其家属举办母亲/双亲学习班。

●分娩育儿一次性补助金●

加入国民健康保险的人，请在各区的保健福祉中心保健年金课，宫城综合支所保险年金课，秋保综合支所保健福祉课申请。加入社会保险的人，请在工作单位申请。

●助产制度●

因收入少，支付生孩子所需费用有困难的情况，根据您的收入可以减少您的支付额，帮助您解除后顾之忧，安心生产的制度。此制度的利用，对家庭的课税状况有一定条件要求。请向各区政府咨询。