

※ Nếu chậm nộp tiền Bảo hiểm hưu trí thì có thể bạn sẽ không đổi được tư cách lưu trú

※ Tiền trợ cấp lương hưu trả một lần

Trường hợp đã đóng tiền Bảo hiểm hưu trí từ 6 tháng trở lên nhưng không nhận lương hưu mà về nước, bạn có thể được chi trả một khoản tiền. Nhận hồ sơ yêu cầu chi trả tiền từ Văn phòng Bảo hiểm hưu trí tại khu vực hoặc tài từ trang chủ của Quỹ hưu trí Nhật Bản và nộp hồ sơ trong vòng 2 năm sau khi về nước. Chi tiết về tài liệu đính kèm và những điều cần lưu ý, v.v. vui lòng xem thêm tại trang chủ của Quỹ hưu trí Nhật Bản.

“Tiền trợ cấp lương hưu trả một lần” cho người nước ngoài cư trú ngắn hạn

(Anh - Trung - Hàn - Việt - Bồ Đào Nha - Tây Ban Nha và 8 ngôn ngữ khác):

[https://www.nenkin.go.jp/international/japanese-](https://www.nenkin.go.jp/international/japanese-system/withdrawalpayment/payment.html)

[system/withdrawalpayment/payment.html](https://www.nenkin.go.jp/international/japanese-system/withdrawalpayment/payment.html) (Có thể chọn ngôn ngữ từ trang này)

●Các dịch vụ phúc lợi●

Có các dịch vụ phúc lợi sức khỏe dành cho người khuyết tật như người khuyết tật thân thể, người khuyết tật trí tuệ, người khuyết tật tinh thần hay người bị bệnh hiểm nghèo hay dịch vụ phúc lợi sức khỏe người già dành cho người cao tuổi. Thông tin chi tiết vui lòng liên hệ Ban hỗ trợ người khuyết tật, người cao tuổi (障害高齢課) tại các Quận.

***Trung tâm đa văn hóa Sendai “Điện thoại hỗ trợ thông dịch” (TEL: 022-224-1919) ***

SINH HOẠT CƠ BẢN / III. QUẢN LÝ SỨC KHỎE / 1. Kiểm tra sức khỏe

Tất cả cư dân sống tại Sendai đều có thể tham gia kiểm tra sức khỏe do Thành phố tổ chức. Xem chi tiết tại: trang chủ của Bộ phận quốc tế hóa của SenTIA

SINH HOẠT CƠ BẢN / III. QUẢN LÝ SỨC KHỎE / 2. Bệnh viện

Tại Nhật có các bệnh viện trung ương lớn với đầy đủ các trang thiết bị và các bệnh viện nhỏ hoặc phòng khám bệnh thân thuộc thường ngày ở gần nơi sinh sống. Khi không khỏe trước tiên hãy đi đến các bệnh viện nhỏ hoặc phòng khám gần nhà.

※ Tại bệnh viện tổng hợp nếu không có thư giới thiệu bạn có thể không được khám.

●Đi phòng khám/ bệnh viện●

① Trước tiên gọi điện đến phòng khám/ bệnh viện (nếu cần thiết thì phải đặt lịch trước)

② Mang theo Thẻ bảo hiểm y tế tới cơ sở y tế, bệnh viện (※). Xuất trình Thẻ bảo hiểm y tế tại quầy tiếp tân.

※ Dù có tham gia bảo hiểm nhưng nếu không mang theo Thẻ bảo hiểm y tế thì vẫn phải trả toàn bộ chi phí

※ Xuất trình Thẻ bảo hiểm y tế ở lần khám đầu tiên hoặc lần khám đầu tiên trong tháng

※ Kể từ ngày 2/12/2025, Thẻ bảo hiểm y tế đã được đổi sang Thẻ bảo hiểm y tế tích hợp trong thẻ My number hoặc Giấy xác nhận tư cách bảo hiểm. Chi tiết xin vui lòng xem ở trang tiếp theo.

- ③ Trường hợp lần đầu khám bệnh sẽ phải điền thông tin vào phiếu khám bệnh sau đó nộp cho tiếp tân.

Phiếu khám bệnh...Phiếu gồm các câu hỏi để biết về tình trạng cơ thể và sức khỏe của bạn

Download “Phiếu khám bệnh” đa ngôn ngữ → <https://www.kifjp.org/medical/>

(Hội giao lưu quốc tế Kanagawa và Hati Konandai đã dịch sang 23 ngôn ngữ)

- ④ Bước vào phòng khám để khám khi được gọi tên
- ⑤ Trả tiền khám bệnh. Trường hợp cần thuốc sẽ nhận được đơn thuốc.
- ⑥ Khi nhận được đơn thuốc thì mang đến nhà thuốc để nhận thuốc và trả tiền thuốc.

Những người cần sự giúp đỡ để tìm kiếm thông tin về các bệnh viện hoặc nha sĩ có bác sĩ hay nhân viên có thể nói ngoại ngữ, **vui lòng liên hệ Trung tâm đa văn hóa Sendai (TEL: 022-224-1919, E-mail: tabunka@sentia-sendai.jp).**

Tại Trung tâm đa văn hóa Sendai, không có dịch vụ thông dịch y tế. Hiệp hội quốc tế hóa tỉnh Miyagi có dịch vụ cử người hỗ trợ thông dịch y tế và bảo vệ sức khỏe theo yêu cầu của các cơ sở y tế. Vui lòng liên hệ để biết thêm chi tiết.

Hiệp hội quốc tế hóa tỉnh Miyagi (MIA)

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

●Về Thẻ bảo hiểm My Number hoặc Giấy xác nhận tư cách/ Bảo hiểm y tế●

Khi sống ở Nhật, bạn cần phải tham gia một trong hai loại bảo hiểm dưới đây. Nếu đăng ký sử dụng thẻ bảo hiểm tích hợp trong thẻ My Number, bạn có thể sử dụng thẻ bảo hiểm My Number. Nếu không đăng ký, bạn sẽ nhận được giấy xác nhận đủ điều kiện. Nếu không tham gia bảo hiểm, bạn sẽ phải tự trả toàn bộ chi phí khi đi bệnh viện. (Trong trường hợp có bảo hiểm chỉ phải trả 30% chi phí)

- ① **Bảo hiểm xã hội (Bảo hiểm cho người lao động)**...Trường hợp đang đi làm, thì chủ thuê lao động sẽ làm thủ tục. Tiền bảo hiểm của bạn sẽ được trừ từ lương.
- ② **Bảo hiểm y tế quốc dân**...Phải tham gia nếu chưa tham gia mục ①. Mang Thẻ lưu trú cùng hộ chiếu và thẻ rút tiền ngân hàng đến đăng ký tại các Ủy ban Quận.

Xem chi tiết tại trang chủ của Bộ phận quốc tế hóa của SenTIA.