

仙台多文化共生中心杂志

关于公共医疗保险

为让大家生病或受伤时无忧虑，安心得到医疗，在日本有所谓「公共医疗保险」制度。保险费如没有缴纳的话，有可能会影响您在留资格的更新。请务必缴纳。

本期就有关「公共医疗保险」的种类，生孩子或医疗费用高额时能拿到的补助金，保险费的减额或减免的相关内容做部分介绍。

公共医疗保险的种类

公共医疗保险分三种，您须加入其中的一种，加入什么样的保险，根据加入条件决定。

① 社会保险

- 就业，从公司领取工资的人加入社会保险。在公司不能加入社会保险的人，则加入②的「国民健康保险」。
- 公司为您办理加入社会保险的手续。
- 社会保险加入者的居住在日本的家属，也可以加入社会保险。具体请与公司确认。
- 保险费每月从工资里自动扣除。

② 国民健康保险

- 74 岁以下，没有加入①的人加入国民健康保险。
- 带上您的在留卡，护照和银行卡到区役所的保险年金课办理加入手续。
- 收到缴纳通知书后，请如期去缴纳。可以通过银行转账，也可以凭缴纳通知书到金融机构或区役所缴纳。

③ 后期高龄者医疗制度

- 75 岁以上的老人加入。
- 到自己所住区的区役所办理申请手续。

自己支付医疗费用的百分比

- ①和②根据年龄不同而异。所得收入高的人，这个百分比有变动的可能。

0 岁到 6 岁	20%
7 岁到 69 岁	30%
70 岁到 74 岁	20%

- ③ 一般为 10% 或 20%，所得收入高的人为 30%。

保险证的使用方法

- 受伤或生病到诊所或医院看病时，在前台受付处出示一下您的保险证。这样您自己只需支付医疗费的一部分，剩余则由加入的健康保险承担。保险证可在全国的诊所和医院使用。
- 如果没有加入保险，或虽加入了，但就诊时没带保险证的话，则需要支付全额医疗费。务必注意。

接下页 ➡

6 种语言宣传杂志

除中文外，还有日语 / にほんご、英语 / English、韩语 / 한국어、越南语 / Tiếng Việt 和尼泊尔语 / नेपाली。在主页上也能查看到。此外，在仙台多文化共生中心也可领取。



国民健康保险需注意事项

1. 有关保险证的有效期限
有效期限为每年的 9 月 30 日。9 月下旬，新的保险证会邮寄给您。旧保险证由您自己销毁处理，或交还到区役所窗口。
2. 保险费没有缴纳的情况
除了要缴纳未交的保险费外，还得缴纳「滞纳金」。继续不交的话，滞纳金会继续增长。缴纳有困难的人，尽早向区役所咨询。
3. 归国或搬到市外时
请将保险证交还到区役所窗口。有可能需要办理结算保险费的手续。
4. 加入公司的社会保险时
从公司领到新的保险证时，14 日内要到区役所提交国民健康保险资格丧失报告。 从加入公司的社会保险之日起，国民健康保险的保险证则不能再使用。
5. 退出公司的社会保险时
需要新加入国民健康保险。14 天以内到区役所办理手续。

有关公共医疗保险的各种制度

※ 申请时，请确认有关条件。

付不起保险费时：减额、减免制度

因特殊情况不能支付保险费时，可以向区役所咨询。

- 减额制度：以符合所定基准的人为对象。因公司方的原因失去工作的人，在一定期间也可以得到减额。
- 减免制度：即使得到了减额仍然支付有困难的人，受灾的人，失去工作的人，收入急剧减少造成生活困难的人，都可以申请。

当孩子出生时：生产育儿一次性补贴

- 作为生孩子的费用，一个孩子原则上可以领取 42 万日元（2023 年 4 月以后出生的为 50 万）。利用由保险直接向医院支付生产育儿一次性补贴制度的人，在医院办理申请。其他的人，如是社会保险加入者则在公司申请，而国民健康保险加入者则是和出生登记一起，在区役所的保险年金课办理申请手续。

- 加入国民健康保险的外国人，回国生孩子时也可以拿到生产育儿一次性补贴。事前请和区役所保险年金课咨询。加入社会保险的人请和公司确认。
- 另外，加入社会保险的人，因生孩子工作休息时，可以拿到生产补贴。

孩子到诊所或医院看病时：儿童医疗费助成制度

- 申请儿童医疗费助成后，0 岁到 6 岁孩子的医疗费可以免费。小学一年级到中学三年级的孩子，仅需在初诊时缴纳 500 日元，以后的医疗费也为免费。

受伤或生病工作休息时：伤病补贴

- 加入社会保险的人，因受伤或生病不能上班，休息期间的工资公司不能支付时，可以领取伤病补贴。
- 伤病补贴的发放原则为，连续休息三天后，对第四天起开始的休息日作为发放补贴对象。最长可到 1 年半。

医疗费高额时：高额疗养费制度

- 一个月期间在医疗机构及药房支付的医疗费超过了一定的上限额度时，可以拿回其超过的金额部分。其具体金额，根据年龄及收入不同而异。

去世的时候：殡葬费用

- 加入了公共医疗保险的人，去世时可以得到 5 万日元的埋葬费。

想要咨询时

有关国民健康保险，可以向各区役所的保险年金课咨询。有关社会保险，请向公司的有关人员咨询。

用日语咨询有困难的人，可以利用仙台多文化共生中心的「口译支援电话」（022-224-1919）。我们可以为您提供语言上的帮助。

通知

- ① 如在生活中遇到困惑的事，可以查看『仙台生活便利手册』。

『仙台生活便利手册』是为居住在仙台的外国人编写的有关生活中有用信息的小册子。由公益财团法人仙台观光国际协会以多语种制作・编写，仙台市发行。

应对语种：日语，英语，中文，韩语，越南语，尼泊尔语，乌克兰语，俄语。

可打开以下网页阅读。

<https://int.sentia-sendai.jp/foreigner/>



多文化共生中心有英语，中文，韩语，越南语，尼泊尔语（并有日语）版小册子的发放。

如不知手续怎么办理，想得到信息时可以参考。

- ② 外国人支援会 OASIS 是咨询和同行志愿者组织。

外国人支援会 OASIS 是以仙台多文化共生中心为活动据点的团体。

除了窗口咨询外，还以「陪同志愿者」陪同外国人到行政和教育机构，驾照中心等帮助交流沟通。应对语种为日语，英语，中文。

如您对以日语沟通没有信心，或对仙台的生活还没有习惯等的时候，可以利用。

需要事先预约。详情请查看网页或直接电话询问。

<https://int.sentia->

[sendai.jp/c/exchange/counter.html](https://int.sentia-sendai.jp/c/exchange/counter.html)



咨询员专栏 「对公共医疗保险的看法」

在本专栏里，配合每期的主题，由咨询员介绍各自的体验和感想。

公共医疗保险（社会保险或国民健康保险）顾名思义是一种保险。没有健康问题，用不着时可能会觉得这钱花的有点冤枉，可万一生病或受伤等时，如果没有公共医疗保险，将会给您造成很大的经济负担，所以加入医疗保险是很有必要的，在日本，几乎所有人都要加入公共医疗保险。

公共医疗保险的种类，支付的保险费金额因人而异，所以当有什么疑问时，与其问周边的朋友，不如直接咨询所在的区役所的保险年金课或自己上班的公司更为确切。

基于日本的医疗制度，几乎所有人都加入了公共医疗保险，所以不会有因付不起医疗费而无奈放弃治疗的情况发生。如果医疗费超出了自己所能支付的能力，还有高额疗养费制度可以利用。

生病时，虽然公共医疗保险可以让我们没有后顾之忧安心治疗，平时注意健康预防疾病也很重要。记得定期体检。加入了公共医疗保险的人可以享受免费的市民体检。

（咨询员 I）

在每期的语言版本中，每个咨询员都写了一篇“咨询员专栏”。

在我们的博客上可以看到每个日语翻译。请看一下！

仙台多文化共生中心

せんだいたぶんかきょうせい

仙台多文化共生センター



开放时间：每日 上午 9 点 ~ 下午 5 点（新年期间及每月一两天的闭馆日除外）

地址：〒980-0856 仙台市青叶区青叶山无番地 仙台国际中心 会议栋 1 楼

电话：(022) 265-2471

传真：(022) 265-2472

电子邮件网址：tabunka@sentia-sendai.jp

网站：<https://int.sentia-sendai.jp/c/exchange/>



■ 外语咨询

如果在生活上感到困惑或遇到问题时，可以用外语进行咨询。

口译辅助电话：(022) 224-1919

对应的语种：英语、中文、韩语、越南语、尼泊尔语、他加禄语、泰语、葡萄牙语、西班牙语、俄语、印度尼西亚语、意大利语、法语、德语、马来语、高棉语、缅甸语、蒙古语、僧伽罗语、印地语、孟加拉语和乌克兰语。

■ 其他服务

有研修室、儿童室和交流告示栏，出借图书。另外，还为市民进行活动和交流提供相关信息以及活动的场所。

为外国人举办专家咨询会

我们定期举办律师和行政书士等的「专家咨询会」。

在仙台生活中，如果有什么困惑，欢迎咨询。

严守秘密。每人 30 分。

咨询时间：下午 1 点 ~ 下午 4 点

咨询会日期，请查阅下面的网页。

<https://int.sentia-sendai.jp/c/exchange/consultation.html>



行政书士



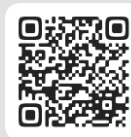
律师



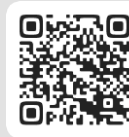
劳动局



出入国在留管理局



税理士



编辑和发行：仙台观光国际协会(SenTIA) 国际化事业部

仙台多文化共生中心受仙台市政府的委托，由（公财）仙台观光国际协会运营。

2023 年 3 月发行