विदेशी बासिन्दाहरूका लागि／ जो हालसालै जापान आउनु भएको छ

राष्ट्रिय स्वास्थ्य बीमा (NHI): जापानमा स्वास्थ्य सेवाको मेरुदण्डको रूपमा काम गर्ने प्रणाली

तपाईं र तपाईंको परिवारको सदस्य बिरामी भएको वा चोटपटक लागेको अवस्थामा यो प्रणालीले स्वास्थ्य सेवामा पहुँच सुनिश्चित गर्दछ।

जापानमा बसोबास गर्ने जो कोही पनि, राष्ट्रियता जुनसुकै भए पनि, सार्वजनिक स्वास्थ्य बीमा प्रणालीमा आबद्ध हुन अनिवार्य छ। बीमा अन्तर्गतको सुविधा प्राप्त गर्नको लागि बीमा शुल्क (प्रीमियम)को तिर्नु अनिवार्य भएतापनि, यो प्रणालीले तपाईं र तपाईंको परिवार बिरामी भएमा वा चोटपटक लागेमा, कम आर्थिक बोझसहित चिकित्सा सेवामा पहुँच सुनिश्चित गर्दछ।

सार्वजनिक स्वास्थ्य बीमाका फाइदाहरू

- तपाईं अस्पताल वा क्लिनिकमा जानुपर्दा, तपाईंले सामान्यतया कुल चिकित्सा खर्चको 30% मात्र तिर्नुहुन्छ। बाँकी 70% बीमाले व्यहोर्ने भएकोले, तपाईं आफैँले व्यहोर्नुपर्ने चिकित्सा खर्चमा उल्लेखनीय कमी आउँछ।
- बीमाले तपाईंको दैनिक जीवनलाई सुरक्षित राख्न, उच्च चिकित्सा खर्च लागेका अवस्थामा आर्थिक सहायता प्रदान गर्ने लगायतका थप कार्यक्रमहरू उपलब्ध गराउँछ।

तपाईंको पेसा र उमेर अनुसार सार्वजनिक स्वास्थ्य बीमाका प्रकारहरू फरक हुन्छन्। राष्ट्रिय स्वास्थ्य बीमा मुख्यतया कर्मचारीहरूको स्वास्थ्य बीमा वा 75 वर्ष वा माथिका व्यक्तिहरूको लागि लागू हुने चिकित्सा प्रणालीअन्तर्गत नपर्ने व्यक्तिहरूका लागि हो। स्वरोजगारमा संलग्न व्यक्तिहरू, विद्यार्थी, बेरोजगार व्यक्तिहरू तथा जापानमा तीन महिनाभन्दा बढी बसोबास गर्ने विदेशी बासिन्दाहरू लगायत यस बीमाका लागि योग्य व्यक्तिहरूले यो बीमामा अनिवार्य रूपमा आबद्ध हुनु आवश्यक छ।

राष्ट्रिय स्वास्थ्य बीमामा सामेल हुन कसलाई आवश्यक छ?

यदि तपाईं जापानमा बसोबास गर्नुहुन्छ र तल उल्लिखित मध्ये कुनै एक श्रेणीमा पर्नुहुन्छ भने तपाईंले राष्ट्रिय स्वास्थ्य बीमामा आबद्ध हुनु आवश्यक छ।

स्वरोजगारमा संलग्न व्यक्तिहरू, किसानहरू, मछुवाहरू , विद्यार्थी वा बेरोजगार व्यक्तिहरू

जापानमा तीन महिनाभन्दा बढी समय बस्ने विदेशी बासिन्दाहरू

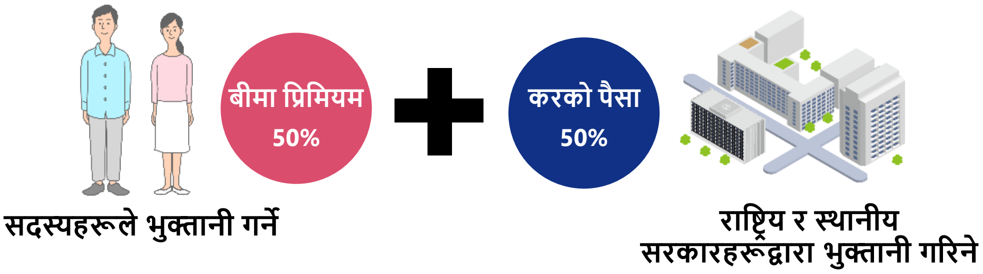
सेवानिवृत्त भएका र आफ्नो कर्मचारी स्वास्थ्य बीमामा आबद्ध नरहेका व्यक्तिहरू

कर्मचारी स्वास्थ्य बीमा वा 75 वर्ष वा सोभन्दा माथिका व्यक्तिहरूका लागि लागू हुने चिकित्सा प्रणालीमा आबद्ध नभएका व्यक्तिहरू

राष्ट्रिय स्वास्थ्य बीमाको वित्तीय व्यवस्था कसरी गरिन्छ?

चिकित्सा खर्च कसरी व्यहोरिन्छ?

राष्ट्रिय स्वास्थ्य बीमा अन्तर्गतको चिकित्सा खर्चको व्यवस्था यसका सदस्यहरूले तिरेको बीमा शुल्क (प्रीमियम) र कर राजस्व सहितका सार्वजनिक कोषबाट गरिन्छ। राष्ट्रिय स्वास्थ्य बीमा प्रणाली अन्तर्गतको कुल चिकित्सा खर्चको करिब आधा (50%) हिस्सा सार्वजनिक कोषबाट व्यहोरिन्छ।



यस बीमाले एउटा यस्तो प्रणालीको व्यवस्था गर्दछ, जसमा समग्र समाजले स्वास्थ्य सेवामा सहायता पुऱ्याउँदै व्यक्तिहरूमा पर्ने भार कम गर्छन्।

राष्ट्रिय स्वास्थ्य बीमाद्वारा प्रदान गरिएका लाभहरू र चिकित्सा सेवा प्राप्त गर्ने प्रक्रिया

यदि तपाईं राष्ट्रिय स्वास्थ्य बीमामा आबद्ध हुनुहुन्छ भने, चिकित्सा संस्थाहरूमा बिरामी वा चोटपटकको लागि चिकित्सा उपचार प्राप्त गर्दा स्वागत कक्ष(रिसेप्सन डेस्क)मा आफ्नो माइ नम्बर कार्ड वा स्वास्थ्य बीमा योग्यता प्रमाणपत्र देखाउनुहोस्। तपाईंले सामान्यतया चिकित्सा खर्चको एक भाग (सामान्यतया 30%) मात्र तिर्नुपर्ने हुन्छ।

राष्ट्रिय स्वास्थ्य बीमा अन्तर्गत, तपाईंले निम्न लाभहरू प्राप्त गर्न सक्नुहुन्छ।

- चिकित्सा संस्थाहरूमा प्रदान गरिने परामर्श, उपचार तथा औषधि प्रिस्क्रिप्शन जस्ता चिकित्सा सेवाहरू
- अस्पतालमा भर्ना हुँदा लाग्ने भोजन खर्च
- उच्च चिकित्सा खर्च सहायता सुविधा: यदि तपाईंले आफैं व्यहोर्नुपर्ने चिकित्सा खर्चहरू अत्यधिक हुन पुगेमा, निर्धारित सीमाभन्दा माथिको रकम फिर्ता पाइन्छ।

राष्ट्रिय स्वास्थ्य बीमाका सदस्यहरूले बीमा प्रीमियम तिर्नुपर्छ।

बीमा शुल्क(प्रीमियम) तपाईंको अघिल्लो वर्षको आम्दानी र घरायसी परिस्थितिको आधारमा गणना गरिन्छ।
प्रीमियमको रकम र यसको गणना विधि नगरपालिकाअनुसार फरक हुन्छ।

यदि तपाईंले आफ्नो प्रीमियमहरू भुक्तानी गर्नुभएको छैन भने, सम्बन्धित नगरपालिकाले तपाईंलाई तिर्नको लागि सम्झाउँदै सूचना पठाउनेछ।

यदि तपाईंले लामो समयसम्म रकम भुक्तानी गर्नुभएन भने, तपाईंले निम्न बेफाइदाहरू सामना गर्नुपर्ने हुनसक्छ।

- तपाईंको सम्पत्ति जफत हुन सक्छ।
- तपाईंले प्राप्त गर्ने लाभहरू सीमित हुन सक्छन्। चिकित्सा संस्थामा आफैले सम्पूर्ण चिकित्सा खर्च तिर्नुपर्ने हुन सक्छ। यस अवस्थामा, केही सर्तहरू पूरा गर्नुभयो भने तपाईंले खर्च फिर्ता प्राप्त गर्न सक्नुहुनेछ।
- जापानमा आफ्नो बसोबासको अवधि नवीकरण गर्दा वा आफ्नो बसोबासको योग्यता (भिसा) परिवर्तन गर्दा तपाईंले बीमा शुल्क (प्रीमियम) भुक्तानीको अवस्थालाई विचार गरिनेछ।

कृपया तोकिएको मिति भित्र आफ्नो प्रीमियम तिर्नुहोस्।

प्रश्नोत्तर

प्रश्न 1. म जापानसँग सामाजिक सुरक्षा सम्झौता भएको देशबाट जापान आएको हुँ। के मैले राष्ट्रिय स्वास्थ्य बीमामा आबद्ध हुन आवश्यक छ?

केही अवस्थामा, तपाईंले राष्ट्रिय स्वास्थ्य बीमामा आबद्ध हुन आवश्यक नहुन सक्छ। कृपया आफ्नो नगरपालिकाको राष्ट्रिय स्वास्थ्य बीमा कार्यालयमा सम्पर्क गर्नुहोस् र भर्ना हुनु पर्छ कि पर्दैन भनेर सोध्नुहोस्।

प्रश्न 2. मैले कामबाट अवकाश लिएर कर्मचारी स्वास्थ्य बीमा छोडेपछि राष्ट्रिय स्वास्थ्य बीमामा आबद्ध हुने म्याद कहिलेसम्म हुन्छ?

कृपया 14 दिन भित्र तपाईंको नगरपालिकाको राष्ट्रिय स्वास्थ्य बीमा कार्यालयमा आवश्यक प्रक्रिया पूरा गर्नुहोस्।

प्रश्न 3. मेरो बीमा प्रीमियम तिर्न गाह्रो हुँदा मैले के गर्नुपर्छ?

यदि तपाईंलाई आर्थिक कारणले गर्दा बीमा शुल्क (प्रिमियम) तिर्न वा आफैले व्यहोर्नुपर्ने चिकित्सा खर्च तिर्न कठिनाइ भइरहेको छ भने, तपाईंले छुट प्राप्त गर्न वा किस्ताबन्दीमा भुक्तानी गर्न सक्नुहुन्छ। यस्तो अवस्थामा, कृपया सकेसम्म चाँडो आफ्नो स्थानीय नगरपालिका कार्यालयसँग परामर्श गर्नुहोस्।

सम्पर्क जानकारी

तपाईंको नगरपालिकाको राष्ट्रिय स्वास्थ्य बीमा कार्यालय

【नगरपालिकाको नाम】
【कार्यालयको फोन नम्बर】
【कार्यालय रहेको स्थान】

ひと、くらし、みらいのために
厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare