राष्ट्रिय स्वास्थ्य बीमा प्रणाली

राष्ट्रिय स्वास्थ्य बीमा (कोकुहो) भनेको बिरामी वा चोटपटकको तयारीको लागि बीमा गरिएका व्यक्तिहरू सबैले बीमा कर तिरे वापत, अस्पताल र फार्मेसीहरूमा तिर्नु पर्ने रकम घटाईने प्रणाली हो। विदेशी नागरिकहरूको हकमा पनि, तीन महिना वा बढी बसाइको अवधि भएमा, राष्ट्रिय स्वास्थ्य बीमामा अनिवार्य सामेल हुनुपर्दछ। (उपचार तथा पर्यटकीय उद्देश्य बाहेक)

सामेल हुँदा, **प्रत्येक व्यक्तिलाई एउटा** बीमा कार्ड दिइनेछ। आफ्नो देश फर्कने बेलामा नगरपालिका कार्यालयमा फिर्ता गर्नुहोस्।

बीमाका लाभहरू

1. बिरामी भई वा चोटपटक लागी अस्पताल जाँदा अथवा भर्ना हुँदा बीमा कार्ड देखाएमा, उपचार खर्चको 30% मात्र आफुले बेहोर्नु पर्दछ ।
2. उच्च लागत चिकित्सा खर्च: तपाईँले तिर्नु पर्ने उपचार खर्च, तपाईंको हकमा तोकिएको पूर्व निर्धारित रकम भन्दा बढी हुन गएमा, अतिरिक्त रकम फिर्ता गरिन्छ।
3. प्रसुती तथा बाल हेरचाहको एकमुष्ट भत्ता र अन्त्येष्टि खर्चको भुक्तानी: राष्ट्रिय स्वास्थ्य बीमाको सदस्यले बच्चा जन्माएमा वा सदस्यको मृत्युको समयमा भुक्तानी गरिन्छ। **जापान बाहिर बच्चा जन्माउने योजना भएमा अग्रिम सल्लाह गर्नुहोस्।**

अनिवार्य पुरा गर्नुपर्ने प्रक्रियाहरू

राष्ट्रिय स्वास्थ्य बीमामा सामेल हुने

कहिले ? **हिगाशिहिरोशिमामा बसाईं सर्दा** कहाँ? **नगरपालिका**

जुनसुकै मितीमा सूचना पेश गरे पनि, सामेल हुने मिति (*) बसाई सरेर आएको मितीबाट शुरु हुन्छ। सामेल भएको महिना देखि बीमा कर तिर्नु पर्दछ। सामेल हुने आवेदन ढिलो पेश गरे पनि, अगाडी देखिको बीमा कर तिर्नु पर्दछ।

*कार्यस्थलको स्वास्थ्य बीमाबाट राष्ट्रिय स्वास्थ्य बीमामा सर्दा सामेल हुने मिति कार्यस्थलको स्वास्थ्य बीमा छोडेको मिति बाट शुरु हुन्छ।

बसाईं सरेर आँउदा, हुलाक कार्यालयमा ठेगाना परिवर्तनको सूचना पेश गर्नुहोस्। अनलाइनमा पनि प्रक्रिया पूरा गर्न सकिन्छ।

राष्ट्रिय स्वास्थ्य बीमा छोड्ने

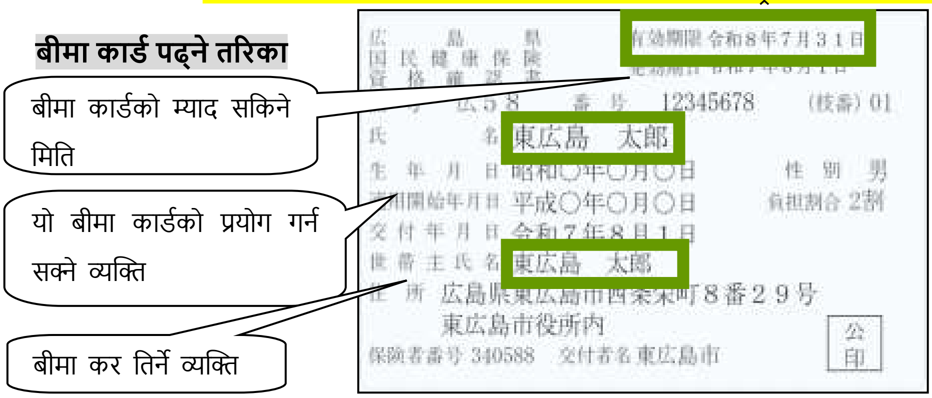
कहिले ? **हिगाशिहिरोशिमाबाट बाहिर सर्दा वा देश फर्कदा** कहाँ? **नगरपालिका**

हिगाशिहिरोशिमा नगरपालिकाबाट बाहिर सर्दा वा जापान फर्किंदा, सकेसम्म चाँडो काउन्टरमा गएर प्रक्रियाहरू पूरा गर्नुहोस्। बसाईं सर्ने (आफ्नो देश फर्कने) महिना भन्दा पछिको बिमा कर पहिले नै तिरी सक्नु भएको छ भने, बीमा कर फिर्ता नपाउने संभावना छ। साथै, प्रक्रियाहरू पूरा नगरेमा बीमा कर लागिरहन्छ।

ल्याउनु पर्ने कुराहरु:
- **काउन्टरमा आउने व्यक्तिको जाइर्‌यु कार्ड**
- **घरमूली र बसाईं सर्ने वा आफ्नो देश फर्कने व्यक्तिको माई नम्बर कार्ड**
- **बसाईं सर्ने वा आफ्नो देश फर्कने व्यक्तिको राष्ट्रिय स्वास्थ्य बीमा कार्ड**

साथै, सामाजिक बीमामा सामेल भएको अवस्थामा पनि राष्ट्रिय स्वास्थ्य बीमा छोड्ने प्रक्रिया पूरा गर्न आवश्यक छ।

बीमा कार्ड पढ्ने तरिका



तपाईंको बीमा कार्डको म्याद सकिने मिति तपाईंको बसाइको अवधि पछिको अर्को दिन हुन सक्छ। आफ्नो बसाइको अवधि नवीकरण गरेपछि, आफ्नो जाइर्‌यु कार्ड लिएर नगरपालिकामा आउनुहोस्।

जापान बसाईंको योग्यता「विशिष्ट गतिविधि」भएको व्यक्तिलाई「विशेष विवरण」सहितको राहदानीको आवश्यकता पर्दछ।

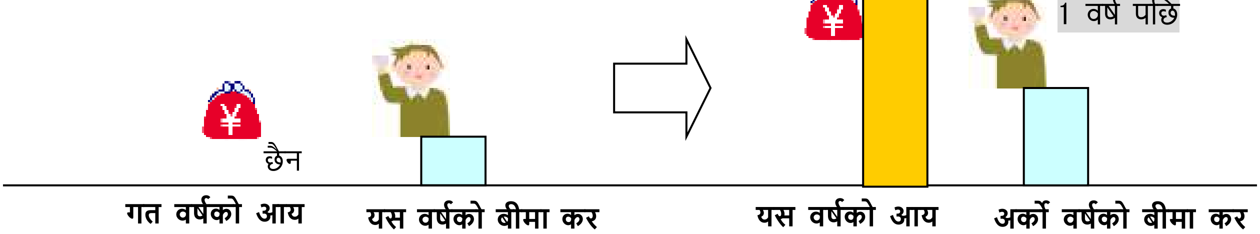
बीमा करको रकम निर्धारण गरिने तरिका

बीमा करको रकम, बिमामा सामेल भएको सदस्यले गत वर्ष जापानमा कमाएको आयको आधारमा हिसाब गरिन्छ।

तसर्थ, आय बढेमा अर्को वर्षको बीमा करको रकम पनि बढ्दछ।

साथै, घरमा सदस्य संख्या बढेमा बीमा करको रकम पनि बढ्दछ।

आय नभए पनि अथवा विद्यार्थी भए पनि, राष्ट्रिय स्वास्थ्य बीमा कर अनिवार्य तिर्नु पर्दछ।



बीमा कर तिर्ने तरिका

बीमा कर घरमूलीले तिर्नु पर्दछ।

प्रत्येक वर्षको जुलाईमा, सो वर्षको बीमा कर रकमको सूचना र अगस्टदेखि प्रयोग गर्न सकिने नयाँ बीमा कार्ड, घरमूलीको नाममा हुलाक मार्फत पठाईन्छ। आई नपुगेको अवस्थामा नगरपालिकामा सम्पर्क गर्नुहोस्।

सो वर्षको अप्रिलदेखि अर्को वर्षको मार्च सम्मको (12 महिनाको) बीमा करलाई 8 किस्तामा विभाजन गरी, तोकिएको वित्तीय संस्था वा जापान पोष्ट बैंकको काउन्टर, अथवा कन्भिनिएन्स स्टोर (कोन्बिनी) मा सीधै भुक्तानी गरी अथवा बैंक ट्रान्स्फर गरेर पनि भुक्तानी गर्न सकिन्छ।

2026 अप्रिल देखी 2027 मार्च सम्म (12 महिनाको)

किस्ता	भुक्तानी गर्ने म्याद	कर रकम
पहिलो	2026 जुलाई 31 (शुक्रबार)	
दोस्रो	अगस्ट 31 (सोमबार)	
तेस्रो	सेप्टेम्बर 30 (बुधबार)	
चौथों	नोभेम्बर 2 (सोमबार)	
पाचौं	नोभेम्बर 30 (सोमबार)	
छैठौं	डिसेम्बर 25 (शुक्रबार)	
सातौं	2027 फेब्रुअरी 1 (सोमबार)	
आठौं	मार्च 1 (सोमबार)	
कुल		

12 महिनालाई 8 किस्तामा विभाजित गरिएको हुनाले प्रत्येक किस्ता लगभग 1.5 महिना बराबरको हुन्छ (भुक्तानी गर्न नपर्ने अवधी 4 वटा महिनामा हुन्छ।

कृपया आफ्नो खाता दर्ता गर्नुहोस्!

राष्ट्रिय स्वास्थ्य बीमा करको भुक्तानी, सामान्य नियम अनुसार, बैंक ट्रान्स्फर द्वारा गरिन्छ।

आवश्यक कुराहरु: ● पासबुक वा ATM कार्ड ● खाता खोल्दा प्रयोग गरेको इन्कान

नगरपालिका वा हिगाशिहिरोशिमाको कुनै पनि वित्तीय संस्थामा प्रक्रिया गर्न सकिन्छ।

ATM कार्ड मात्रले पनि प्रक्रिया गर्न मिल्ने अवस्था हुन सक्छ।

गत वर्षको आयको विवरण पेश गर्ने

कहिले? **हरेक वर्ष फेब्रुअरी अथवा मे महिनामा**

राष्ट्रिय स्वास्थ्य बीमा कर, बीमामा सामेल भएको सदस्यको गत वर्षको आयको आधारमा हिसाब गरिन्छ।

आय एक निश्चित रकम भन्दा कम भएको अवस्थामा बीमा कर घटाईने प्रणाली रहेको छ, तर आयको विवरण पेश नगरिएको खण्डमा यो लागू नहुने भएकोले आय भए पनि नभए पनि विवरण पेश गर्नुहोस्।

आयको विवरण पेश गर्न आवश्यक व्यक्तिहरूलाई प्रत्येक वर्षको फेब्रुअरी वा मे महिनामा विवरण पेश गर्ने फारम पठाईने भएकोले, फारम भरेर संगै संलग्न गरिएको फिर्ती खाममा राखेर पठाउनुहोस्।

सम्पर्क जानकारी: हिगाशिहिरोशिमा नगरपालिका, राष्ट्रिय स्वास्थ्य बीमा तथा पेन्सन विभाग
(फोन) ０８２-４２０-０９３３ (फ्याक्स) ０８２-４２２-０３３４