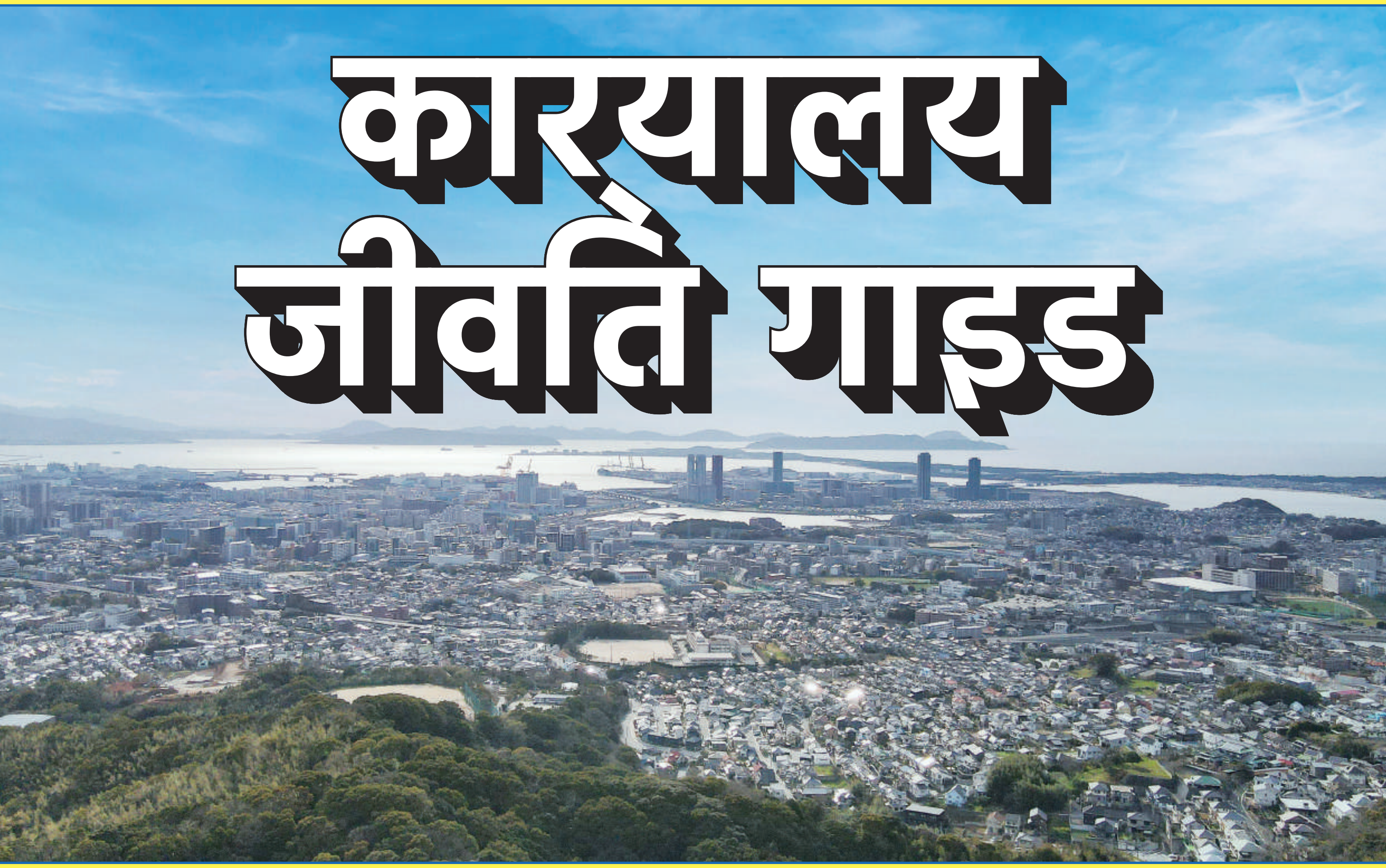
हिगासी वडा

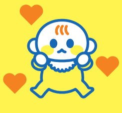
कार्यालय जीवति गाइड



1 जीवन जानकारी र नियमहरू

2 वडा कार्यालयमा पूरा गर्नुपर्ने प्रक्रियाहरू

3 शिशु सम्बन्धी कुरा



01 आफ्नै भाषामा परामर्श गर्नुहोस्।

1 फुकुओका सिटी विदेशी नागरिक समग्र परामर्श सेवा केन्द्र

- फुकुओकामा बसोबासको लागि आवश्यक सबै परामर्शहरू गर्न सकिन्छ।
- 21 भाषामा परामर्श गर्न सकिने
- व्यवस्थापन: फुकुओका योकातोपिया इन्टरनेशनल एक्सचेन्ज फाउन्डेसन

0120-66-1799

2 वडा कार्यालय टेलिफोन दोभाषे सेवा

- वडा कार्यालयको काम सम्बन्धी (बसाईसराई, बीमा, फोहोर आदि) सम्बन्धी कुराहरु बारेमा परामर्श गर्न सक्नुहुन्छ।
- दोभाषे सेन्टरमा नाम दर्ता गरेपछि, वडा कार्यालयमा सम्पर्क हुनेछ। तपाईंको ठेगाना र तपाईंको परामर्शको विवरण बताउनुहोस्।
- 18 भाषामा परामर्श गर्न सकिने

092-753-6113

3 काउन्टरमा अनुवाद・दोभाषेको अनुरोध गर्नुहोस्

- हगिासी वडा कार्यालयमा 18 भाषाहरूमा AI दोभाषे र टेलिफोन दोभाषे प्रदान गर्न सक्ने ट्याबलेटहरू छन्।
- दोभाषेको आवश्यक परेको खण्डमा कर्मचारीलाई भन्नुहोस्।

सम्पर्क | हिगासी वडा सामान्य प्रसासन विभाग

092-645-1007

काउन्टर नम्बर 45

02 वपिदको सूचना खोजन्होस्

1 फुकुओका सटीमा वपिदको समयमा वदिशीहरूको लागि टेलफिोन परामर्श

- वपिदको बेला स्थापना गरनि टेलफिोन परामर्श डेस्क हो।
- 21 भाषामा परामर्श गर्न सकनि
- व्यवस्थापन: फुकुओका योकातोपयि इन्टरनेशनल फाउन्डेसन

092-262-1799

2 कस्तो बेला आश्रय स्थल तरि जानुपरछ?

- भूकम्प, सुनामी, आँधी, बाढी आदकिो अवस्थामा 「आश्रय सेल्टर तरि जान आदेश」 जारी गरनिछ।
- 「आश्रय स्थल तरि जान आदेश」 जारी भएमा सुरक्षति सेल्टर तरि आश्रय लनिुहोस्।

फुकुओका सटीको वपिदको सूचना धेरै भाषाहरूमा प्रसारति गरनिछ।

3 आश्रय लनि कहाँ जानुपरछ?

- स्थानीय प्राथमकि वद्यािलयहरू, सामुदायकि भवनहरू इत्यादलिाई 「आश्रय स्थल」 बनाइन्छ।
- सबैभन्दा नजकिको आश्रय स्थल कहाँ छ भनपिहलिै नै बुझीराखौं।

सम्पर्क | हिगासी वडा सामान्य प्रसासन विभाग

092-645-1007
काउन्टर नम्बर 45

03 प्रहरीलाई खबर गर्ने

1 कस्तो बेला प्रहरीलाई खबर गर्ने?

- कुनै घटना वा दुर्घटना भएमा तुरुन्तै फोन गरौं।
- जापानी भाषा बोल्न नसकेको खण्डमा, टेलिफोन दोभाषे प्रयोग गर्न सकिन्छ।

☎ 110

2 यस्ता बेलामा पनि प्रहरीसँग परामर्श लिनुहोस्।

केही सामान हरायो !

- पहिले सामान हराएको पसल・ठाउँमा सम्पर्क गरौं।
- यदि फेला परेन भने नजिकैको प्रहरी बुथमा「हराएको रिपोर्ट」निवेदन दिन सकिन्छ।

ठगी बाट सावधान रहनुहोस्

- अपरिचित व्यक्तिलाई बैंक खाताको सूचना दिनु हुदैन, बैंकको पासबुक वा क्यास कार्ड दिनु हुदैन।
- अरु व्यक्तिलाई मोबाइल फोन बिक्री गर्ने उद्देश्यले फोन लिने कार्य कानुन विपरीत हो।
- SNS आदिमा शंकास्पद मेसेज प्राप्त गर्नुभयो भने, आफ्नो सूचना दिने वा पैसा तिर्नु अघि प्रहरी सँग परामर्श गरौं।

3 वडा कार्यालयबाट आउने फोन बाट सावधान

- वडा कार्यालयका कर्मचारीहरू भनी बहाना गरेर कर・बीमा रकम फिर्ता वा लाभ रकमहरूको बारेमा सम्पर्क गर्ने ठगी धेरै बढिरहेको छ।
- वडा कार्यालयका कर्मचारीहरूले फोनमा तपाईंको बैंक खाताको सूचना सोध्ने गर्दैनन्। कुनै शंकास्पद फोन आएमा तुरुन्तै प्रहरीसँग परामर्श गर्नुहोस्।

सम्पर्क | हिगासी वडा
सामान्य प्रसासन विभाग

☎ 092-645-1007
काउन्टर नम्बर 45

04 दमकल बोलाउने

कस्तो बेला दमकल बोलाउने?

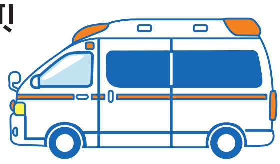
- आगलागीको बेला तुरुन्तै फोन गरौं।
- 「आगलागी हो」 भनेपछि आगलागीको स्थान, अवस्था र तपाईंको नाम बताउनुहोस्।
- जापानी भाषा बोल्न नसकेको खण्डमा, टेलिफोन दोभाषे प्रयोग गर्न सकिन्छ।

119

05 एम्बुलेन्स बोलाउने

कस्तो बेला एम्बुलेन्स बोलाउने?

- अचानक बिरामी वा चोट लागेमा तुरुन्तै फोन गरौं।
- 「आपतकालीन छ」 भनेपछि रोग वा चोटको स्थान, स्थिति र तपाईंको नाम बताउनुहोस्।
- जापानी भाषा बोल्न नसकेको खण्डमा, नजिकको जापानी नागरिकलाई बोल्न लगाउनुहोस्।



119

★ एम्बुलेन्स बोलाउने कि नबोलाउने भन्ने थाहा नभएको खण्डमा...

#7119

अवस्था र लक्षणहरू सोधेर तपाईंलाई एम्बुलेन्स चाहिन्छ वा चाहिंदैन बताउनेछन्।

सम्पर्क | हिगासी वडा
सामान्य प्रसासन विभाग

092-645-1007
काउन्टर नम्बर 45

06 अस्पताल कसरी जाने

1 फुकुओका इर्योउ ज्योउहोउ नेत्तो

- इन्टरनेटमा चिकित्सा संस्थानहरू खोज्न सक्नुहुन्छ।
- अंग्रेजीमा पनि उपलब्ध छ।

2 आपतकालीन चिकित्सा फोन परामर्श

- आकस्मिक रोग वा चोटपटकको बारेमा परामर्श लिन सक्नुहुन्छ।
- 24 सै घण्टा 365 दिन उपलब्ध

#7119

3 बाल आपतकालीन चिकित्सा फोन परामर्श

- बच्चाको आकस्मिक रोग वा चोटपटकको बारेमा परामर्श लिन सक्नुहुन्छ।
- परामर्श समय अफिस खुल्ने दिनको बेलुका र बिदाको दिन हो।

#8000

4 फुकुओका सिटी चिकित्सा दोभाषे कल सेन्टर

- अस्पताल र औषधि पसलहरूमा टेलिफोन दोभाषे प्रयोग गर्न सकिन्छ।
- 24 सै घण्टा 365 दिन उपलब्ध

092-733-5429

सम्पर्क | हिगासी वडा सरसफाई विभाग

092-645-1081

काउन्टर नम्बर 54

07 घरेलु फोहोर फाल्ने तरीका

1 फुकुओका सिटीमा फोहोर फाल्ने नियमहरू छन् (जथाभावी फोहोर फाल्न पाइदैन)

2 3 प्रकारका फोहोर झोलाहरू छन्।

- फाल्ने फोहोरको प्रकार अनुसार फोहोर झोला किनेर फोहोरलाई तोकिएको ठाउँमा फाल्नुहोस्।
  ※बसोबास रहेको ठाउँ अनुसार फोहोर फाल्ने दिन भिन्न हुन्छ।

जल्ने फोहोर

नजल्ने फोहोर

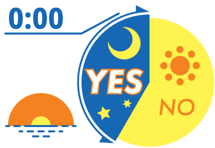
・प्लास्टिक बोतल
खाली सिसाको बोतल

3 फोहोर फाल्दा अपनाउने सावधानी

फाल्ने ठाउँ तोकिएको हुन्छ।

बसोबास रहेको ठाउँ अनुसार फोहोर फाल्ने दिन तोकिएको हुन्छ।

सूर्यास्त देखि राति 12 बजे सम्ममा फोहोर फाल्नुहोस्।



4 फोहोरको झोलामा हाल्न नमिल्ने ठूलो फोहोर कसरी फाल्ने (आवेदन आवश्यक)

- फोहोर फाल्ने झोलामा नअट्ने ठूलो फोहोर फाल्न चाहनुहुन्छ भने ठूलो फोहोर फाल्ने ठाउँको रिसेप्सन सेन्टरमा आवेदन दिनुहोस्, शुल्क, फाल्ने स्थान र फोहोर सङ्कलन मिति निश्चित गरेर फोहोर फाल्ने गर्नुहोस्।
  ठूलो फोहोर फाल्ने रिसेप्सन सेन्टर

ठूलो फोहोर फाल्ने रिसेप्सन सेन्टर 092-731-1153

5 फुकुओका सिटीको फोहोर फाल्ने तरिका बारे विस्तृत जानकारी दिइएको छ।

- फोहोर फाल्ने नियम बारे विस्तृत जानकारीको लागि QR कोड स्क्यान गर्नुहोस्।

सम्पर्क | हिगासी वडा
बसोबास वातावरण विभाग

092-645-1061
काउन्टर नम्बर 48

08 साइकलको नियम

1 आधारभूत नियम

नियम अनुसार मोटर बाटोको बायाँ पट्टि बाट चलाउने। सडकपेटीमा पैदलयात्रीलाई प्राथमिकता दिने
रातो ट्राफिक लाइटमा रोकिने। तोमारेको चिन्हमा रोकेर सुनिश्चित गर्नुहोस् कि यो सुरक्षित छ।
राती लाइट बाल्ने।
मादकपदार्थ सेवन गरेर नचलाउने।
सुरक्षाको लागि हेल्मेट लगाउने।
साइकल पार्किङ स्थलमा पार्किङ गर्ने।

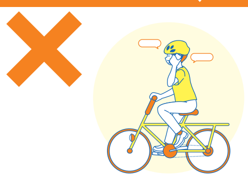
2 निषेध गरेको कुराहरु

समानान्तर सँगै चलाउन

दुइजना चढ्न

छाता ओढ्न

मोबाइल फोन प्रयोग गर्न



हेडफोन लगाएर चलाउन

3 बीमामा सामेल हुने बारे

- दुर्घटना गराएको खण्डमा साइकल क्षतिको बिमा अनिवार्य गराउनुपर्छ।

सम्पर्क | हिगासी वडा मर्मतसम्भार व्यवस्थापन विभाग

092-645-1062
काउन्टर नम्बर 48

09 स्थानीय टोल समतिीको गतबिधिहिरु

1 स्थानीय टोल समतिी भन्नाल?

- बसन् योग्य शहर बनाउन आपसमा मलिेर काम गररिहेको तपाईको सबैभन्दा नजकिको समुदाय हो। तपाइँहरुको सदस्यता शुल्क द्वारा गतविधिहिरु गररिहेको छ।
- सदस्यता शुल्क इभेन्ट, सरसफाइ गतविधिहिरू, सुरक्षा बत्तीहरूको बजिुलीको बलि आदकिा लागि प्रयोग गरनि्छ।

2 स्थानीय टोल समतिीले के काम गरछ?

- आपसी सम्बन्ध बढाउने अन्तरक्रयिाहरु चाडपर्वहरू जस्ता रमाइलो कार्यक्रमहरू आयोजना गरछ।
- सबै मलिेर टोल सफा गरनि्छ।
- सुरक्षति・ढुक्क जीवनयापनको लागि सुरक्षा बत्तीहरूको व्यवस्थापन, सुरक्षा गस्ती सञ्चालन गरदछौं। वपिद् रोकथाम अभ्यास पनगिरछौं।

स्थानीय टोल समतिकिो इभेन्ट वा टोल सरसफाईमा भाग लई केहि समस्या परेको खण्डमा एकअरकालाई मद्धत गर्ने समबन्ध बनाउनुहोस!

3 स्थानीय टोल समतिबिारे जान्न चाहेको खण्डमा

हगिासी वडा स्थानीय सहायता बभिाग

📞 092-645-1041

फुकुओका सटिीको स्थानीय गतविधिहिरुको सूचना हेर्न सकन्ुहुनछ।
फुकुओका सटिी स्थानीय समुदाय साइट

फुकुओका सटिी स्थानीय समुदाय साइट

10 माई नम्बर कार्ड (व्यक्तिगत नम्बर कार्ड)

1 माई नम्बर कार्डको लागि आवेदन ・प्राप्त गर्ने

- पहिलो पटक जापानमा प्रवेश गरेको व्यक्तिको हकमा माई नम्बर (व्यक्तिगत नम्बर) लेखिएको 「व्यक्तिगत नम्बर सूचना」 र 「व्यक्तिगत नम्बर कार्ड जारी गर्नको लागि आवेदन फाराम」 नविासी दर्ता गरेको लगभग 3 हप्ता पछि प्राप्त गर्नुहुनेछ। संलग्न रहेको फिर्ता खाम प्रयोग गरेर आवेदन फाराम हुलाक बाट पठाउने वा आवेदन फारामको तल दायाँमा रहेको QR कोड बाट अनलाइन आवेदन गर्नुहोस्।
- आवेदन दिएको 1 देखि 2 महिनापछि, वडा कार्यालयबाट 「व्यक्तिगत नम्बर कार्ड जारी गर्ने सूचना」 (पोष्टकार्ड) प्राप्त गर्नुहुनेछ, पोस्टकार्डमा लेखिएको आवश्यक कागजातहरू लिएर कार्ड लिन वडा कार्यालयमा आउनुहोस्।

आवेदनको बारेमा यहाँ

प्राप्त गर्नको लागि यहाँ

2 माई नम्बर कार्ड पुनर्लेखन गर्नुपरेमा

ठेगाना परिवर्तन भएमा (विस्तृत 10 पेजमा)

म्याद नवीकरण

माई नम्बर कार्डको म्याद समाप्त मिति आवासीय बसाई अवधि जति छ त्यति सम्म मात्रै हो। आवासीय कार्डमा बसाई अवधि नवीकरण गरेपछि माई नम्बर कार्डको म्याद सकिने मिति लम्ब्याउने प्रक्रियाको लागि आउनुहोस्।

माई नम्बर यति धेरै सुविधाजनक!

सम्बन्धित व्यक्ति+माई नम्बरको लागी एक पुष्टिकरण कागजात हुनेछ।
तपाईंले आफ्नो आवासीय प्रमाणपत्र आदि किन्भिनीयन्स स्टोर बाट निकाल्न सक्नुहुनेछ।
बिमा कार्डको रुपमा प्रयोग गर्न सकिन्छ।
माइना पोर्टल साइटमा बसाईसराई आवेदन र कर फिर्ती प्रक्रिया जस्ता प्रक्रियाहरू अनलाइन बाट गर्न सक्नुहुनछ।

0120-95-0178

सम्पर्क | हिगासी वडा सामान्य प्रसासन विभाग
092-645-1016
काउन्टर नम्बर 1〜10

11 ठेगाना परविर्तन (बसाईसराई गरेमा)

अर्काको तर्फबाट प्रोक्सी आवेदन गर्दै हुनुहुन्छ भने वडा कार्यालयमा सम्पर्क गर्नुहोस्।

1 वडा कार्यालयमा ठेगाना परविर्तन आवेदन दनिुहोस्।

बुझाउने कागजातहरु	आवेदन अवधि	आवेदन व्यक्ति	आवेदन दनिे ठाउँ
सथानान्तरण आवेदन (सटिी बाहरिबाट बसाईसराई गर्दै) *1	बसाईसराई गरिआएको 14 दनि भति्र	सव्यम् आफै वा घरमुली	बसाईसराई गरिआएको वडा कार्यालयको नागरकि बभिाग
सथानान्तरण आवेदन (सटिी बाहरि बसाईसराई गर्दै) *2	बसाईसराई भन्दा पहलिे		बसाईसराई गरिगिएको वडा कार्यालयको नागरकि बभिाग
ठाउँ परविर्तन आवेदन (सटिी भति्र एक वार्डबाट अर्को वार्ड बसाईसराई)	बसाईसराई गरिआएको 14 दनि भति्र		बसाईसराई गरिआएको वडा कार्यालयको नागरकि बभिाग
ठेगाना परविर्तनको सूचना (एउटै वार्ड भति्र सर्दा)	बसाईसराई गरिगिएको 14 दनि भति्र		बसाईसराई गरिगिएको वडा कार्यालयको नागरकि बभिाग

*1 माई नम्बर कार्ड प्रयोग गरेर आफ्नो बसाईसराई आवेदन प्रक्रयिा गर्नुभएको छैन भने अघलि्लो ठेगाना भएको ठाउँबाट जारी गरएिको 「सथानान्तरण प्रमाणपत्र」 को आवश्यकता पर्नेछ।

*2 माई नम्बर कार्डको लागि इलेक्ट्रोनकि हस्ताक्षर प्रमाणपत्र सेट अप गर्नुभएको छ भने नविास परविर्तनको अनलाइन बसाईसराई आवेदन पेश गर्न सक्नुहुन्छ। वडा कार्यालय जानु पर्दैन।

प्रक्रयिाको लागि आवश्यक कुरा

- आवासीय कार्ड(ठेगाना पुनर्लेखन गर्नुपर्छ)
- माई नम्बर कार्ड(भएको व्यक्ति)
- नागरकि स्वास्थ्य बीमा कार्ड, आदि।(भएको व्यक्ति)

2 माई नम्बर कार्डको ठेगाना परविर्तन

ठेगाना पुनर्लेखन गर्नुपर्ने भएकोले माई नम्बर कार्ड लएिर आउनुहोला।

- परविार सबैको माई नम्बर कार्ड
- 4 अक्षरको पासवर्ड नम्बर आवश्यक पर्छ।

सम्पर्क | हिगासी वार्ड नागरिक विभाग

092-645-1016

काउन्टर नम्बर 1〜10

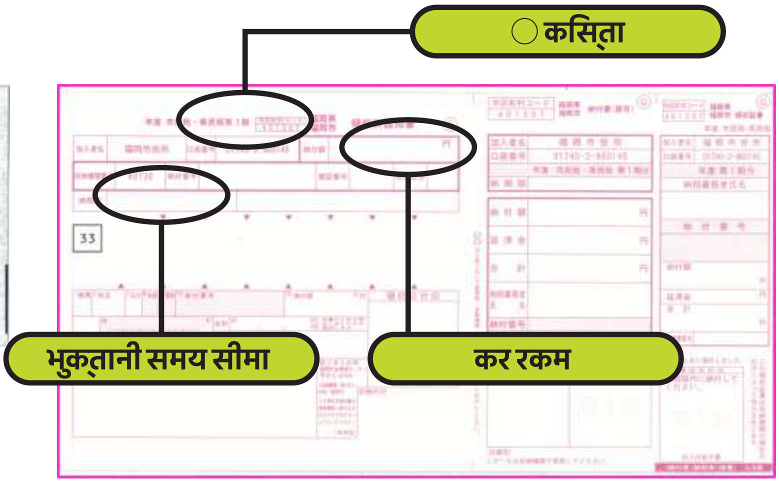
12 करको भुक्तानी

कर कन्भिनियिन्स स्टोरहरू, बैंकहरू, र स्मार्टफोन भुक्तानी एपहरू (PayPayआदि) बाट भुक्तानी गरन् सकनिछ। समय सीमा भतिर् भुक्तानी गरनुहोस्।

1 सटिी कर・प्रफिकेच्रल कर

- अघलिलो वरष आम्दानी (जनवरी देखि डिसिम्बर) मा 10 लाख येन भन्दा बढी छ भने सटिी कर・प्रफिकेच्रल कर भुक्तानी गरनुपरने सम्भावना हुनछ।
- भुक्तानी वरषमा चार कसितामा गरनिछ।

जुन 15 को वरपिर आइपुगछ

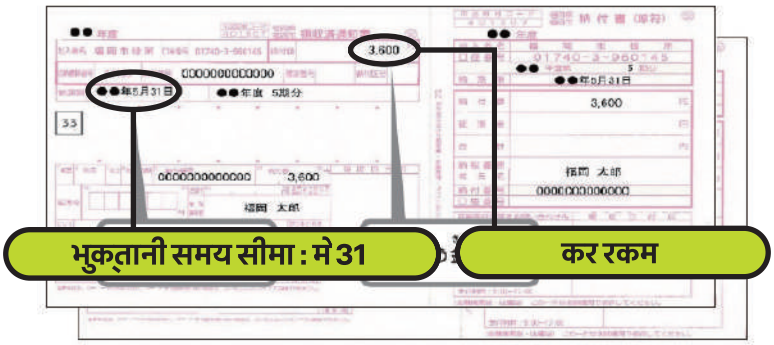


भुक्तानी समय	पहिलो कसिता	दोसरो कसिता	तेसरो कसिता	चौथो कसिता
	जुन 30	अगसट 31	अक्टोबर 31	जनवरी 31

2 हलुका सवारी साधन कर

अप्रलि 1 मा सटिभितिर् मुख्य राख्ने ठाउँ भएको मोपेड वा हलुका सवारी साधन आदिभएका व्यक्तहिरूलाई कर लगाइनेछ।

मे 10 को वरपिर आइपुगछ



सम्पर्क

हिगासी वार्ड कर विभाग
(सिटी कर・प्रिफेक्चरल कर)
092-645-1026 काउनटर नम्बर 40

वित्तीय ब्यूरो सम्पत्ति कर विभाग
(हलुका सवारी कर)
092-292-1604

13 कर प्रमाणपत्र [बसाई अवधि निबकिरणको लागि, इत्यादि]

बसाइ अवधि निबकिरण गर्ने बेला अध्यागमन ब्यूरोले 「व्यक्तिगत सिटी प्रफिक्चरल कर・कर छूट प्रमाणपत्र (आय प्रमाणपत्र)」 वा 「कर भुक्तानी प्रमाणपत्र」 पेश गर्न

1 व्यक्तिगत सिटी प्रफिक्चरल कर ・ कर छूट प्रमाणपत्र (आय प्रमाणपत्र)

- व्यक्तिगत सिटी प्रफिक्चरल कर वा आयको रकम प्रमाणित।
- निम्न अवस्थामा आफ्नो आम्दानीको घोषणा गर्नुपर्छ।
  - ①काम गर्ने कम्पनीले सिटीमा तलब भुक्तानी रिपोर्ट पेश गरेको छैन भने
  - ②आम्दानी नभएको खण्डमा

2 कर भुक्तानी प्रमाणपत्र

- सिटी करको कर रकम आदि प्रमाणित।
- भुक्तानी गर्नुभएन भने भुक्तानी नगरिएको रकम अंकित प्रमाणपत्र मात्र प्राप्त गर्न सक्नुहुनेछ।

14 भुक्तानी नगरेमा कारबाही

1 भुक्तानी गर्न नसकेको खण्डमा

- छिटो परामर्श गर्नुहोस्!
- भुक्तानी वा परामर्श गर्नुभएन भने तपाईंको सम्पत्ति खोजी र कब्जा हुन सक्छ।

2 भुक्तानी समय सिमा भित्र भुक्तानी गरेन भने

- आवासीय अवधि निबकिरणको बेला आवश्यक कर भुक्तानी प्रमाणपत्र प्राप्त गर्न सकिदैन।
- ढिलो भएबापतको जरिवाना लाग्छ।
- बैंकको बचत रकम र पारिश्रमिक रकम जफत हुन सक्छ।

सिटी कर होमपेज (विदेशीको लागि)

सम्पर्क | हिगासी वार्ड कर विभाग

092-645-1022

काउन्टर नम्बर 42

15 राष्ट्रयि स्वास्थ्य बमिा

1 राष्ट्रयि स्वास्थ्य बीमामा सामेल हुनुहोस्

- 3 महिना भन्दा बढी समयदेखि जापानमा बसेका, फुकुओका सटिीमा बासनि्दाको रूपमा दर्ता भएका वदिेशी नागरकि (अन्तर्राष्ट्रयि वद्यिार्थीहरू सहति) हरु जो कार्यस्थलको स्वास्थ्य बीमामा समाहति छैन तनिीहरुले स्वास्थ्य बीमाको लागि आवेदन दनि आवश्यक छ। (अपवाद छ)

समाहति हुने प्रक्रयिा पूरा गरेपछि रासट्रयि स्वास्थ्य बीमा कार्ड लगभग 1 हप्तामा तपाईंको घरमा आइपुग्नेछ।

भवषि्यमा बीमा कार्ड बाट माई नम्बर कार्डमा एकीकृत गरनिेछ।

2 रासट्रयि स्वास्थ्य बीमा कार्डको प्रयोग वधिि

- बरिामी वा चोटपटकको कारण असपताल जाँदा रासट्रयि स्वास्थ्य बीमा कार्ड देखाउनुहोस्।
- असपतालमा लाग्ने चकिति्सा खर्चको 30% (प्रतशित उमेर अनुसार फरक हुन सकछ) मातर् तरि पुग्छ।

3 राष्ट्रयि स्वास्थ्य बीमा भुक्तानी

- समाहति हुने प्रक्रयिा गरेको अर्को महनिाको मध्य तरि राष्ट्रयि स्वास्थ्य बीमा रकम भुक्तानी गर्ने सूचना पतर् आउछ।
- राष्ट्रयि स्वास्थ्य बीमा रकम वतित्तीय संस्था, कन्भनियिन्स स्टोर वा बैंक खाता मार्फत तरि्नुहोस्।

4 भुक्तानी नगरेमा कारबाही

- भुक्तानी समय सीमा भतिर् भुक्तानी गर्न नसकेमा परामर्श गरनुहोस्।
- राष्ट्रयि स्वास्थ्य बीमा रकम भुक्तानी नगरदा, नमि्न अवस्थामा हुन सकछ।
  - ◆ स्वास्थ्य बीमा कार्ड प्रयोग गर्न नमलि्ने।
  - ◆ सम्पत्ति छानबनि वा कब्जा हुनछ।
  - ◆ आवासीय अवधि नबिकिरण गर्दा आवश्यक प्रमाणपतर् प्राप्त गर्न सकदिैन।

राष्ट्रयि स्वास्थ्य बीमा रकम भुक्तानी पतर्

सम्पर्क
हिगासी वार्ड
बीमा र पेन्सन विभाग बीमा खण्ड
092-645-1102 काउन्टर नम्बर 32~35

हिगासी वार्ड बीमा र पेन्सन विभाग भण्डारण
・भुक्तानी नगरिएको हेर्ने विभाग
092-645-1103 काउन्टर नम्बर 26~30

16 राष्ट्रयि पेन्सन

1 राष्ट्रयि पेन्सनमा समाहति हुने

- बासनि्दाको रूपमा दर्ता भएका 20 देखि 60 वर्षको बीचका वदिशीहरूले पनि 「कल्याणकारी पेन्सन बीमा(※)」 मा समाहति नभएको हरुले 「राष्ट्रयि पेन्सन」 मा समाहति हुनुपर्दछ।

※「कल्याणकारी पेन्सन बीमा」 कम्पनीका कर्मचारी र नजिामती कर्मचारी हरु समाहति हुन्छन र बीमा रकम तलबबाट काटनिछ।

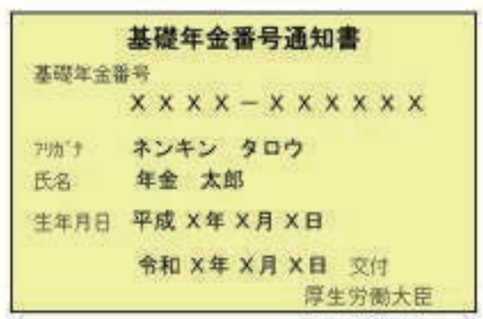
2 राष्ट्रयि पेन्सन बीमा रकम भुक्तानी

- प्रत्येक महनिा तोकएिको बीमा रकम भुक्तानी गर्नुहोस्।
- वदि्यार्थी हुनुहुन्छ वा कम तलब भएको कारणले बीमा रकम भुक्तानी गर्न नसकेको खण्डमा परामर्श गर्नुहोस्।

3 पेन्सन आदि प्राप्त गर्न सकनि अवस्था

- एकमुष्ट नकिासी भुक्तानी
  वदिेशी नागरकि आफ्नो देश फर्कनि बेला 6 महनिा भन्दा बढी बीमा रकम भुक्तानी गरेको आदि केहि सिर्त पुरा गरेको खण्डमा प्राप्त गर्न सकनिछ।
  ※जापान छोड्नु भन्दा पहलिा पेन्सन कार्यालयमा परामर्श गर्नुहोस्।
- केही सर्तहरू पूरा गर्नुभयो भने वृद्धावस्था पेन्सन वा असक्षमता पेन्सन आदि प्राप्त गर्न सक्नुहुन्छ।

【आधारभूत पेन्सन नम्बर सूचनापत्र】


基礎年金番号通知書
基礎年金番号
XXXX－XXXXXX
フリガナ　ネンキン　タロウ
氏名　年金　太郎
生年月日　平成 X年 X月 X日
令和 X年 X月 X日　交付
厚生労働大臣

पहिलो पटक राष्ट्रयि पेन्सन समाहति हुँदा जारी गरनि भएकोले सुरक्षति तरकिाले राखनुहोस्!

सम्पर्क

हिगासी वार्ड
बीमा पेन्सन विभाग राष्ट्रिय पेन्सन खण्ड
092-645-1104 काउन्टर नम्बर 24,25

हिगासी फुकुओका पेन्सन कार्यालय
092-651-7967

शिशु सम्बन्धी कुरा

1 गर्भवती हुनुभयो भने अस्पताल (प्रसूति तथा स्त्री रोग विभाग) जानुहोस् — **P.16**

2 शिशु जन्मिएपछि विभिन्न प्रक्रिया गरौँ — **P.17 ▸ 19**

- ① शिशु जन्म एकमुष्ट भत्ताको लागि आवेदन — P.17
- ② बाल चिकित्सा प्रमाणपत्रको लागि आवेदन — P.18
- ③ बाल भत्ता लागि आवेदन — P.19

3 खोप लगाउनुहोस् — **P.20**

4 शिशुको स्वास्थ्य परीक्षण गरौं — **P.20**

5 शिशुको स्वास्थ्य बारे परामर्श गर्न सकिन्छ — **P.21**

6 बच्चालाई बाल हेरचाह चाहिन्छ भने नर्सरी स्कूलमा भर्नाको लागि आवेदन दिन सकनुहुनछ। — **P.21**

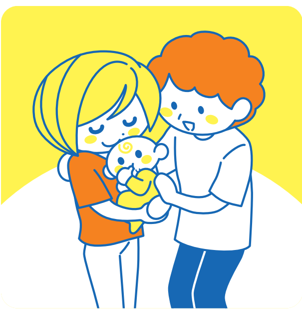
1 गरभ्वती हुनुभयो भने अस्पताल (प्रसूतितथा स्त्री रोग विभाग) जानुहोस्

- प्रत्येक वारड्को स्वास्थ्य कल्याण केन्द्रको स्वास्थ्य शाखामा अस्पतालबाट प्राप्त गरेको गरभ्ावस्था सूचना बुझाउनुहोस्।

- मातृ बाल स्वास्थ्य पुस्तकिा र गरभ्वती स्वास्थ्य जाँच गरदा छुट पाइने टकिट दनिछौं।
- आमा र शशिुको लागि स्वास्थ्य र दैनकि जीवनका सावधानीहरू, स्वास्थ्य जाँच कसरी गरने, खोपहरूबारे बयान गरनेछौं।

मातृ बाल स्वास्थ्य पुस्तकिा

गरभ्वती स्वास्थ्य जाँच अनुदान टकिट



म्याटरनटि मार्क कहिोलड्र

सम्परक | हिगासी वार्ड स्वास्थ्य शाखा

092-645-1077

काउन्टर नम्बर 55

2 शशिु जन्मएपिछ बिभिन्नि प्रक्रयिा गरौं

वडा कार्यालयमा गर्न सकनिे प्रक्रयिाहरु

1 「जन्मदरता」को प्रक्रयिा ——— नागरकि वभिाग(हगिासी वडा कार्यालय पहलिो तल्ला)

2 राष्ट्रयि स्वास्थ्य बीमामा समाहति हुने प्रक्रयिा ——— P.13 मा

3 शशिु जन्म एकमुष्ट भत्ता आवेदन प्रक्रयिा ——— P.17 मा

※2 र 3 राष्ट्रयि स्वास्थ्य बीमामा समाहतिले मात्रै वडा कार्यालयमा गर्न सक्नेछन।

4 बाल चकित्सिा प्रमाणपत्रको आवेदन प्रक्रयिा ——— P.18 मा

5 बाल भत्ता प्राप्तको लागि आवेदन प्रक्रयिा ——— P.19 मा

※अवस्था अनुसार यस बाहेक अन्य प्रक्रयिाहरू आवश्यक हुन सकछ।

1 शशिु जन्म एकमुष्ट भत्ताको लागि आवेदन

सामाजकि बीमा (कार्यस्थलको स्वास्थ्य बीमा) वा राष्ट्रयि स्वास्थ्य बीमामा समाहति भएको व्यक्तलिे बच्चा जन्माउँदा, एकमुष्ट जन्म र बाल हेरचाह भत्ता भुक्तानी गरनिछ।

भुक्तानी रकम 500,000 येन （प्रतबिच्चा）

राष्ट्रयि स्वास्थ्य बीमामा समाहति भएको व्यक्तकिो आवेदन प्रक्रयिा

- राष्ट्रयि स्वास्थ्य बीमामा समाहति भएको व्यक्तलिे तलको कोड प्रयोग गरी ब्रसि्तति जाँच गर्नुहोस, आवश्यक कागजातहरू तयार गरबिीमा पेन्सन वभिागमा प्रक्रयिाहरू गर्नुहोस्।

※राष्ट्रयि स्वास्थ्य बीमामा समाहति भएको 6 महनिा भतिर् बच्चा जन्माउनुभयो भने सामाजकि बीमा बाट आवेदन दनि सकनिे पनि हुनसकछ।

※सामाजकि बीमामा समाहति हुनुभएको व्यक्तलिे तपाइँको स्वास्थ्य बीमा कार्डमा लेखएिको सम्पर्क स्थानमा सम्पर्क गर्नुहोस्।

सम्पर्क | हिगासी वार्ड बीमा पेन्सन विभाग बीमा खण्ड (आवेदनको बारेमा)
092-645-1102
काउन्टर नम्बर 32～35

2 बाल चकित्सा प्रमाणपत्रको लागि आवेदन

- फुकुओका सिटीको बासिन्दाका रूपमा दर्ता भएका र स्वास्थ्य बीमामा समाहित भएका हाईस्कूलका विद्यार्थी उमेर सम्मको लागि चिकित्सा रकमको स्व-भुक्तानी रकम कम गर्ने प्रणाली हो।

- अस्पताल जाँदा बच्चाको राष्ट्रिय स्वास्थ्य बीमा कार्ड र चिकित्सा कार्ड देखाउनुहोस्।

बच्चाको चकित्सा कार्ड

वर्गीकरण	लक्षित उमेर वर्ग	स्व-भुक्तानी रकम
अस्पताल जाने आउने	लक्षित उमेर वर्ग	स्व-भुक्तानी पर्दैन
	3 वर्ष मुनिका	प्रति महिना 500 येन सम्म (प्रति चिकित्सा संस्था)
अस्पताल भर्ना	3 वर्षको उमेरदेखि हाई सकूल उमेर सम्म	स्व-भुक्तानी पर्दैन
फार्मेसीमा स्व-भुक्तानी	हाई सकूल उमेर सम्म	स्व-भुक्तानी पर्दैन

आवेदन प्रक्रियाको लागि आवश्यक कुराहरु　बच्चाको स्वास्थ्य बीमा कार्ड

- जन्म・सिटी बाहिर बाट बसाईसराई गरेको फुकुओका सिटीमा पहिलोपल्ट बच्चाको चिकित्सा कार्ड आवेदन गर्ने व्यक्तिले अनलाइन बाट पनि आवेदन दिन सकन्छन्।

- फुकुओका सिटी भन्दा बाहिरको अस्पताल वा फार्मेसीमा चिकित्सा कार्ड प्रयोग हुदैन।

※सम्बन्धित काउन्टरमा फिर्ताको लागि आवेदन दिन आवश्यक भएकोले वडा कार्यालयमा सम्पर्क गर्नुहोस्।

सम्पर्क | हिगासी वार्ड बीमा पेन्सन विभाग बीमा खण्ड
092-645-1102
काउन्टर नम्बर 32〜35

3 बाल भत्ता लागि आवेदन

- बाल भत्ता प्राप्त गर्ने व्यक्ति
  जुनियर हाईस्कूल उमेर सम्मका बच्चाहरू परिवारमा छ भने तलको सम्पर्क स्थानमा सम्पर्क गर्नुहोस्।

- भुक्तानीको अनुमानित रकम

बच्चाको उमेर	बाल भत्ताको रकम (प्रति व्यक्ति मासिक रकम)
3 बर्ष मुनिको	एकनास 15.000 येन
3 बर्ष माथि देखि प्राइमरी स्कुलको बिद्यार्थी	10,000 येन (तेस्रो बच्चा देखि 15,000 येन)
जुनियर हाइस्कुल बिद्यार्थी	एकनास 10,000 येन

प्रत्येक बर्ष जुन、 अक्टोबर、 फेब्रुअरी त्यस महिनाको अघिल्लो महिनाको भाग समेटेर भत्ता भुक्तानी गरिन्छ।
→भुक्तानी गर्ने दिन भुक्तानी महिनाको 10 तारिख।

प्रक्रियाको लागि आवश्यक कुराहरु

- अनुरोधकर्ताको नाममा वित्तीय संस्था खाताको पहिचान खुल्ने चिज
  उदाहरण） बैंकको पासबुक वा क्यास कारड

- अनुरोधकर्ताको पहिचान खुले कागजात
  उदाहरण） पासपोर्ट、 स्वास्थ्य बीमा कारड आदि

यसका अतिरिक्त आवस्यकता अनुसार बुझाउनुपर्ने कागजातहरू छन्।
बिस्तृतिको लागि तलको सम्पर्क गर्ने ठाउँमा सम्पर्क गर्नुहोस्।

बाल भत्ता अनलाइन बाट पनि आवेदन दिन सकिन्छ

फुकुओका सिटी बाल भत्ता इलेक्ट्रोनिक आवेदन

द्वारा खोज्ने

सम्पर्क | हिगासी वार्ड
बाल हेरचाह सहायता विभाग

092-645-1068
काउन्टर नम्बर 50

3 खोप लगाउनुहोस्

- संक्रामक रोगहरूको फैलावट रोक्न र रोग लागेमा गम्भीर हुन बाट रोक्न खोप लगाइन्छ।
- खोप सही रूपमा बुझेर बच्चाको स्वास्थ्य स्थिति राम्रो भएको बेला छनोट गरेर लगाउनु महत्वपुर्ण छ।

जन्मेको करबि 2 महनिापछि「खोप नोटबुक」 घरमा पठाइनेछ।
खोप लगाउने तरकिा, खोप लगाउदा भर्ने फारम, आवेदन फारम खोप फाराम राम्ररी पढ्नुहोस्, सधैं जाँच्ने डाक्टरसँग परामर्श गरि बच्चाको लागि उपयुक्त खोप तालकिा बनाउनुहोस्।

खोप नोटबुक

4 शशिुको स्वास्थ्य परीक्षण गरौं

- 4 महनिा, 10 महनिा, 1 बरष 6 महनिा र 3 वरष 1 महनिाका बालबालकिाहरुको लागि स्विास्थ्य परकि्षण गरनिछ। ※ नि: शुल्क हो।
- सम्बन्धति व्यक्तहिरूलाई व्यक्तगित रूपमा स्वास्थ्य परकि्षणको सूचना सूचति गरनिछ।
- बसाईसराई गरेर आएको तुरुन्तै योग्य उमेर पुगेको खण्डमा समयमै सूचति गरन समय अपुग हुन सक्ने भएकोले वारड स्वास्थ्य कल्याण केन्द्रको स्वास्थ्य वभिागलाई सम्परक गरनुहोस्।

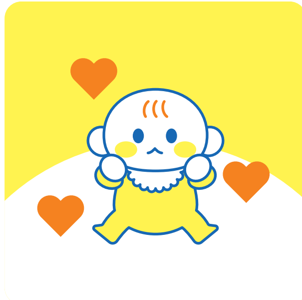
स्वास्थ्य जाँच	योग्य	स्वास्थ्य जाँच स्थल
4 महनि शशिु स्वास्थ्य जाँच	पुरा 4 महनिा पुगेको शशिु	जमि्मेवार चकिति्सा संस्था
10 महनि शशिु स्वास्थ्य जाँच	पुरा10महनिा पुगेको शशिु	जमि्मेवार चकितिसा संस्था
1 बरष 6 महनि शशिु स्वास्थ्य जाँच	1 बरष 6 महनिा ～2 बरष नपुगेको	गिासी वारड स्वास्थ्य कल्याण केन्द्र, आदि (गाइडमा लेखएिको छ)
3 बरषे शशिु स्वास्थ्य जाँच	3 बरष 1 महनिा ～4 बरष नपुगेको	हगिासी वारड स्वास्थ्य कल्याण केन्द्र, आदि (गाइडमा लेखएिको छ)

सम्परक | हिगासी वार्ड स्वास्थ्य शाखा

092-645-1077
काउन्टर नम्बर 55

5 शिशुको स्वास्थ्य बारे परामर्श गर्न सकिन्छ

- प्राथमिक विद्यालय एरिया अनुसार सामुदायिक स्वास्थ्य नर्स छन्।
- कोड रिड गरेमा परामर्श काउन्टर वा इभेन्ट, प्रणाली र सेवाहरू चेक गर्न सक्नुहुन्छ।



सम्पर्क | हिगासी वार्ड
सामुदायिक स्वास्थ्य कल्याण विभाग

092-645-1088
काउन्टर नम्बर 45

6 बच्चालाई बाल हेरचाह चाहिन्छ भने नर्सरी स्कूलमा भर्नाको लागि आवेदन दिन सक्नुहुन्छ।

- नर्सरी स्कूल प्रयोग गर्ने विचार गर्दै हुनुहुन्छ तलको सम्पर्क स्थानमा सम्पर्क गर्नुहोस्।

नर्सरी स्कूल प्रयोगको लागि आवेदन दिन सक्ने व्यक्तिहरू

1. जन्मेर 3 महिना पुरा भएको बच्चा
2. बच्चा र अभिभावकको फुकुओका सिटीमा आवासीय प्रमाणपत्र भएको
3. बाल हेरचाहको आवश्यकता भएको

नर्सरी स्कूल प्रयोग गर्न सकिने दिन र समय
सोमबार देखि शनिबार (अधिकतम बिहान 7 बजे बाट बेलुका 6 बजे सम्म)

आवेदनको लागि आवश्यक कागजात

- ☐ शिक्षा・बाल हेरचाह लाभ प्रमाणीकरण आवेदन फारम
- ☐ प्रयोग आवेदन स्थिति पुष्टिकरण फारम
- ☐ माई नम्बर आवेदन फारम
- ☐ बाल हेरचाहको आवश्यकता देखाउने कागजातहरू

बाल हेरचाह प्रयोगका सर्तहरू बाल हेरचाह गर्ने ठाउँ अनुसार फरक पर्ने हुनाले तलको सम्पर्क स्थानमा सम्पर्क गर्नुहोस्।

सम्पर्क | हिगासी वार्ड
बाल हेरचाह सहायता विभाग

092-645-1068
काउन्टर नम्बर 50

福岡市東区役所
2024年3月

हगिासी वडा