

# Sách hướng dẫn chung về Bảo hiểm chăm sóc Thành phố Yokohama

Bản 2021

ベトナム語



Thành phố Yokohama



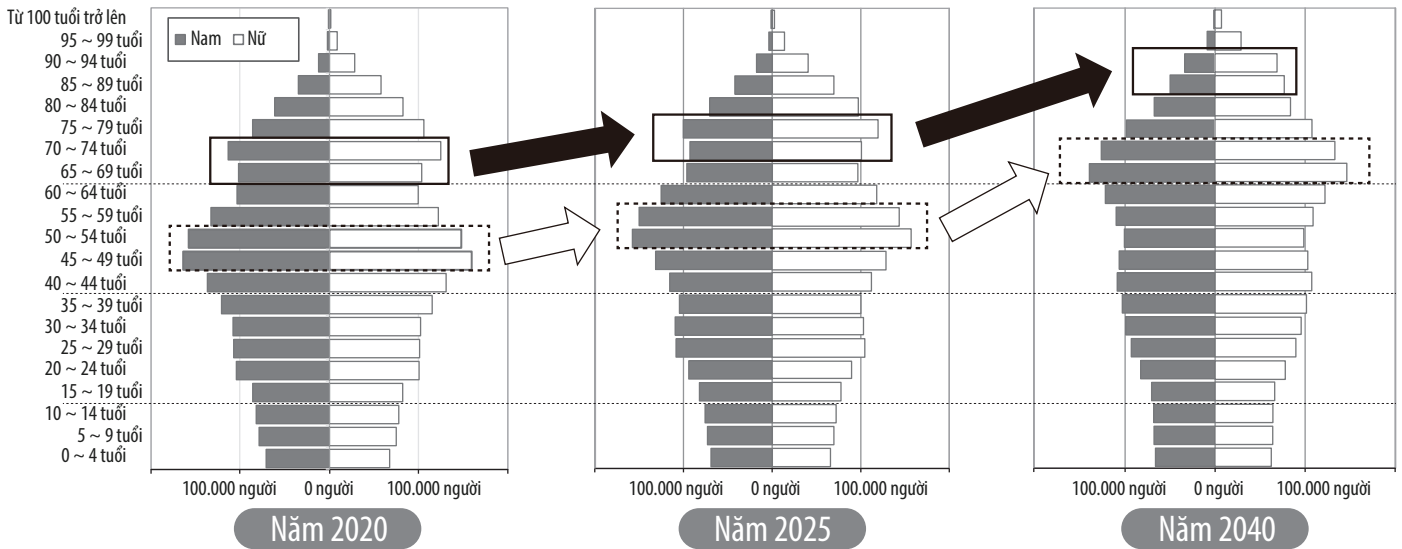
## Mục lục tổng hợp

Kế hoạch chăm sóc toàn diện địa phương Yokohama	3
Hệ thống chế độ bảo hiểm chăm sóc	5
Đối tượng được hưởng bảo hiểm chăm sóc	6
Về phí bảo hiểm	7
Quy trình sử dụng dịch vụ	11
Dịch vụ có thể sử dụng	17
Về phí sử dụng dịch vụ	30
Dịch vụ khác ngoài bảo hiểm chăm sóc	39
Tôi có thể nộp đơn khiếu nại ở đâu?	43
Liên hệ	44
Dịch vụ về chăm sóc dự phòng và tăng cường sức khỏe cho người cao tuổi	45

# Hệ thống chăm sóc toàn diện địa phương kiểu Yokohama, tầm nhìn tương lai đến năm 2025

## Tình hình người cao tuổi ở Yokohama trong tương lai

Đến năm 2025, những người thuộc thế hệ bùng nổ trẻ sơ sinh (baby boomer) sẽ bước sang giai đoạn người cao tuổi với độ tuổi từ 75 trở lên, và đến năm 2040, những người thuộc thế hệ bùng nổ trẻ sơ sinh sẽ bước sang giai đoạn người cao tuổi với độ tuổi từ 65 trở lên. Trước bối cảnh này, đến năm 2040 chúng ta sẽ bước vào kỷ nguyên mà cứ 3 người thì có 1 người cao tuổi.

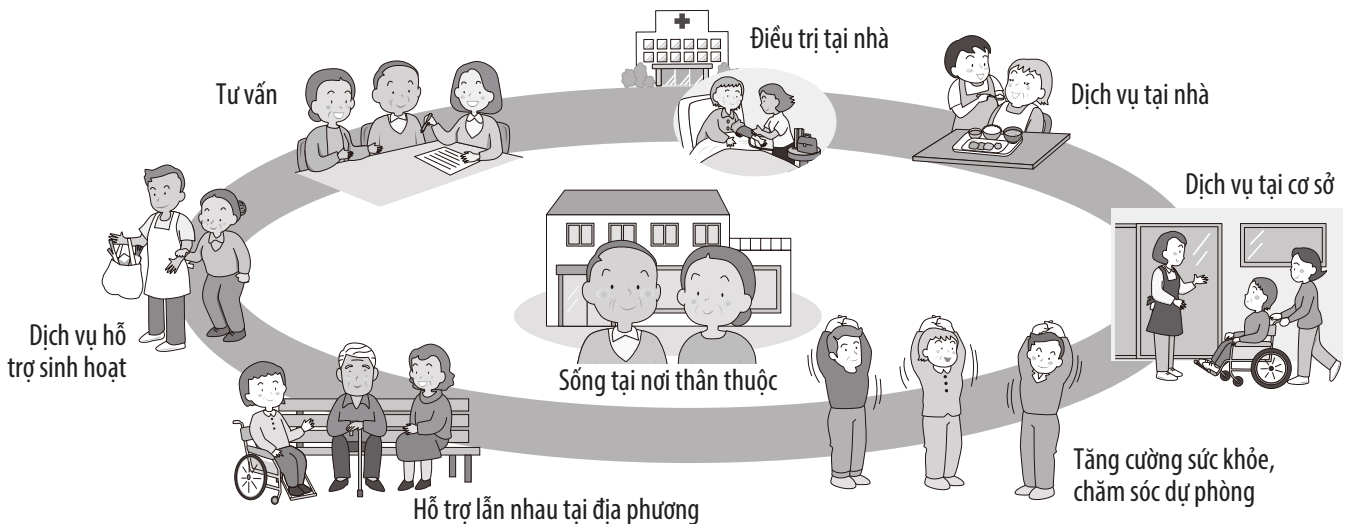


## Hướng đến mục tiêu xây dựng hệ thống chăm sóc toàn diện địa phương kiểu Yokohama

### ● Tầm nhìn tương lai đến năm 2025 của thành phố Yokohama ●

**Người dân hỗ trợ lẫn nhau tại địa phương, đồng thời có thể yên tâm sinh hoạt ngay cả khi cần chăm sóc và y tế, người cao tuổi có thể sống theo cách riêng và theo ý muốn của chính mình.**

Thành phố đang triển khai xây dựng hệ thống chăm sóc toàn diện địa phương kiểu Yokohama cho năm 2025 nhằm mục đích giải quyết sự gia tăng đáng kể về nhu cầu chăm sóc và y tế do tỷ lệ già hóa dân số đang tăng lên nhanh chóng cùng nhiều vấn đề khác. Thông qua việc tạo ra một khu vực hỗ trợ lẫn nhau và tăng cường sự hợp tác của các chuyên gia y tế, chăm sóc, chúng tôi mong muốn biến “nỗi lo lắng” của tuổi già thành “sự an tâm”, và hướng mục tiêu trở thành khu vực nơi tất cả người cao tuổi có thể sống theo cách riêng và theo ý muốn của chính mình.



### ~ ~ ~ ~ ~ Hệ thống chăm sóc toàn diện địa phương kiểu Yokohama là gì? ~ ~ ~ ~ ~

Đây là hệ thống cung cấp dịch vụ và hỗ trợ toàn diện, bao gồm cung cấp tổng hợp “chăm sóc, y tế, chăm sóc dự phòng, hỗ trợ sinh hoạt, chỗ ở” tại khu vực thành phố Yokohama. Cụ thể là:

- (1) Thúc đẩy ở từng khu vực sinh hoạt hàng ngày, chủ yếu tập trung tại “Trung tâm chăm sóc địa phương”.
- (2) Phối hợp với các hoạt động sôi nổi của người dân thành phố.
- (3) Đẩy mạnh toàn diện các mặt “chăm sóc dự phòng và tăng cường sức khỏe”, “tham gia xã hội” và “hỗ trợ sinh hoạt” giúp kéo dài tuổi thọ khỏe mạnh của người cao tuổi.
- (4) Tăng cường hợp tác giữa nhiều ngành nghề chẳng hạn như hợp tác giữa chăm sóc và y tế, v.v...
- (5) Thúc đẩy hoàn thiện môi trường mà người cao tuổi có thể hoạt động tích cực trong vai trò là “người hỗ trợ cho khu vực”, đồng thời nỗ lực đảm bảo, đào tạo và phát triển nguồn nhân lực trong lĩnh vực y tế và chăm sóc, v.v...

# Kế hoạch chăm sóc toàn diện địa phương Yokohama

## Kế hoạch chăm sóc toàn diện địa phương Yokohama

(Giai đoạn kế hoạch: Năm tài chính 2021 ~ Năm tài chính 2023)

Kế hoạch phúc lợi và chăm sóc sức khỏe người cao tuổi thành phố Yokohama / Kế hoạch chương trình bảo hiểm chăm sóc / Kế hoạch thúc đẩy biện pháp hỗ trợ người mắc bệnh sa sút trí tuệ (Kế hoạch lần thứ 8)



Kế hoạch này được lập ra 3 năm một lần, là kế hoạch tổng hợp liên quan đến việc thực hiện suôn sẻ chương trình phúc lợi và chăm sóc sức khỏe cũng như chế độ bảo hiểm chăm sóc cho người cao tuổi. Kế hoạch được lập ra nhằm mục đích thúc đẩy các chính sách phúc lợi cho người cao tuổi hướng đến năm 2025, khi tất cả những người thuộc thế hệ bùng nổ trẻ sơ sinh sẽ bước vào độ tuổi từ 75 tuổi trở lên, và năm 2040, khi những người thuộc thế hệ bùng nổ trẻ sơ sinh lần hai sẽ bước vào độ tuổi từ 65 tuổi trở lên.

### Mục tiêu cơ bản

## Hệ thống chính sách của kế hoạch

### Lão hóa năng động

~ ~ ~ ~ ~ Tạo nên một "Hệ thống chăm sóc toàn diện địa phương kiểu Yokohama" trong toàn xã hội, cho phép tất cả mọi người luôn luôn và bất cứ khi nào cũng đều được là chính mình. ~ ~ ~ ~ ~

Kế hoạch phúc lợi và chăm sóc sức khỏe người cao tuổi / Kế hoạch chương trình bảo hiểm chăm sóc

### I. Nhằm mục đích xây dựng khu vực hướng tới hiện thực hóa xã hội cộng sinh trong khu vực

Thông qua việc hợp tác với cộng đồng địa phương, thành phố sẽ đẩy mạnh toàn diện các mặt như chăm sóc dự phòng, tăng cường sức khỏe, tham gia xã hội và hỗ trợ sinh hoạt để tạo ra khu vực nơi mỗi người đều cảm nhận ý nghĩa cuộc sống và vai trò riêng của bản thân, được gắn kết và hỗ trợ lẫn nhau.

### II. Nhằm mục đích nâng cao dịch vụ và tăng cường hợp tác hiệu quả để hỗ trợ sinh hoạt trong khu vực

Kế hoạch này nhằm mục đích tăng cường hệ thống y tế, chăm sóc, sức khỏe và phúc lợi hỗ trợ sinh hoạt tại nhà để người dân có thể tiếp tục yên tâm sống trong khu vực ngay cả khi họ cần chăm sóc và y tế.

### III. Nhằm mục đích trang bị cơ sở vật chất và chỗ ở phù hợp với nhu cầu và tình trạng của mỗi người

Trang bị cơ sở vật chất và chỗ ở cần thiết để người dân có thể lựa chọn tùy theo tình trạng của từng cá nhân, ngay cả khi họ cần hỗ trợ và giúp đỡ trong sinh hoạt hàng ngày.

### IV. Nhằm cung cấp dịch vụ chăm sóc đáng tin cậy

Để đáp ứng nhu cầu cần chăm sóc ngày càng tăng và cung cấp các dịch vụ chất lượng cao một cách ổn định, thành phố sẽ nỗ lực toàn diện tập trung vào 3 trọng tâm là (1) đảm bảo nguồn nhân lực chăm sóc mới, (2) hỗ trợ duy trì nguồn nhân lực chăm sóc và (3) nâng cao tính chuyên môn.

### V. Nhằm thực hiện chăm sóc toàn diện địa phương

Thành phố nỗ lực tăng cường hệ thống chăm sóc toàn diện địa phương kiểu Yokohama bằng cách phổ biến thông tin một cách dễ hiểu về dịch vụ chăm sóc, đồng thời đảm bảo số lượng dịch vụ phù hợp và nâng cao chất lượng dịch vụ.

### VI. Các biện pháp phòng chống thảm họa thiên nhiên và bệnh truyền nhiễm

Tiến hành đào tạo, v.v... các biện pháp phòng chống thảm họa và bệnh truyền nhiễm cho các cơ sở chăm sóc, v.v..., để ứng phó với sự tăng cao rủi ro đến môi trường sống tại các khu vực và cơ sở, chẳng hạn như động đất, thảm họa do gió mạnh và mưa lớn, cũng như bệnh truyền nhiễm, v.v...

Kế hoạch thúc đẩy biện pháp hỗ trợ người mắc bệnh sa sút trí tuệ

### Cùng chung sống

Hướng đến mục tiêu xây dựng xã hội, trong đó mọi người sẽ xem căn bệnh sa sút trí tuệ như là chuyện của mình, với sự hiểu biết và hợp tác của mọi người xung quanh và của cộng đồng để giúp đỡ những người mắc bệnh sa sút trí tuệ có thể mang hy vọng và tận dụng khả năng của mình hướng về phía trước, từ đó có thể tiếp tục giữ sự tôn nghiêm và sống theo cách riêng của mình trong khu vực thân thuộc của họ.

Tập trung vào các biện pháp để thúc đẩy sự chuẩn bị sẵn sàng những kiến thức về bệnh sa sút trí tuệ ở càng nhiều người càng tốt, chẳng hạn như sự hiểu biết về bệnh sa sút trí tuệ từ trước khi khởi phát, nhận biết triệu chứng khởi phát và điều trị y tế, chăm sóc thích hợp, đồng thời kết nối xã hội liên tục và theo dõi cộng đồng, v.v...

Hướng đến mục tiêu xây dựng xã hội nơi mọi người có thể sống theo cách riêng của bản thân thông qua việc xây dựng hệ thống y tế và chăm sóc, v.v..., và cung cấp một cách phù hợp với mỗi cá nhân cho dù cuộc sống tự lập sẽ trở nên khó khăn.

### Trang bị

### An tâm

Ước tính số lượng dịch vụ chăm sóc và thiết lập phí bảo hiểm

Kế hoạch chăm sóc toàn diện địa phương Yokohama

## Nguyên tắc cơ bản của chế độ bảo hiểm chăm sóc là "Giữ sự tôn nghiêm" và "Hỗ trợ tự lập"

Chế độ bảo hiểm chăm sóc dựa trên nguyên tắc cơ bản là giữ sự tôn nghiêm của người cần chăm sóc, v.v..., và hỗ trợ để họ có thể tự lập trong sinh hoạt hàng ngày theo khả năng của mình.

Theo đó, dịch vụ bảo hiểm chăm sóc sẽ giúp mọi người tự lập trong sinh hoạt hàng ngày theo khả năng ngay tại nhà nhiều nhất có thể, ngay cả khi người đó đang cần được chăm sóc, đồng thời có thể sử dụng dịch vụ phúc lợi và dịch vụ y tế chăm sóc sức khỏe như phục hồi chức năng, v.v..., để duy trì và cải thiện khả năng mà họ đang có.

Dựa trên những triết lý này, thành phố Yokohama với vai trò là bên bảo hiểm, sẽ lập kế hoạch chương trình bảo hiểm chăm sóc, thực hiện các công việc như thu phí bảo hiểm, chứng nhận cần chăm sóc, trợ cấp bảo hiểm, v.v..., và quản lý chế độ.



# Đối tượng được hưởng bảo hiểm chăm sóc

## Người từ 65 tuổi trở lên (Người được bảo hiểm số 1)

Khi người dân đủ 65 tuổi (vào ngày trước ngày sinh nhật), người đó sẽ thuộc đối tượng Người được bảo hiểm số 1. Nếu người dân cần chăm sóc, bất kể nguyên nhân gì, thì có thể sử dụng dịch vụ bảo hiểm chăm sóc sau khi được chứng nhận cần chăm sóc (hỗ trợ), v.v...

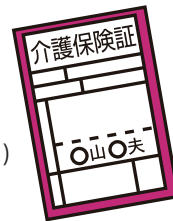
### Cấp thẻ chứng nhận người được hưởng bảo hiểm chăm sóc

Thẻ được cấp cho tất cả mọi người. Thẻ chứng nhận người được hưởng bảo hiểm chăm sóc (thẻ bảo hiểm chăm sóc) sẽ được gửi cho mọi người trước ngày sinh nhật lần thứ 65.

### Khai báo

Những người thuộc trường hợp dưới đây vui lòng đến khai báo tại Ban bảo hiểm và trợ cấp của Tòa thị chính quận.

- Khi chuyển đến từ thành phố, thị trấn, làng xã khác hoặc khi chuyển đến thành phố, thị trấn, làng xã khác
- Khi thay đổi địa chỉ hoặc họ tên, v.v...
- Khi thẻ bảo hiểm chăm sóc bị mất hoặc bị bẩn
- Khi người được bảo hiểm qua đời
- Khi nhận (hoặc ngừng nhận) hỗ trợ sinh hoạt, v.v...
- Khi thay đổi địa chỉ do chuyển vào (chuyển vào sinh sống) cơ sở bảo hiểm chăm sóc, v.v... bên ngoài thành phố (\*1)



### \*1: Các trường hợp đặc biệt dành cho người chuyển vào (chuyển vào sinh sống) cơ sở bảo hiểm chăm sóc, v.v... (trường hợp đặc biệt về nơi cư trú)

Trường hợp người đang tham gia bảo hiểm chăm sóc (người được bảo hiểm) ở thành phố Yokohama thay đổi địa chỉ do chuyển vào (chuyển vào sinh sống) các cơ sở dưới đây, v.v... được đặt tại thành phố, thị trấn, làng xã khác thì người đó sẽ tiếp tục thuộc đối tượng được bảo hiểm của thành phố Yokohama, không phải thành phố, thị trấn, làng xã nơi đặt cơ sở đó, v.v...

#### <Cơ sở, v.v... thuộc trường hợp đặc biệt về nơi cư trú>

- Viện dưỡng lão chăm sóc đặc biệt, Cơ sở chăm sóc sức khỏe cho người cao tuổi cần chăm sóc, Cơ sở điều trị và phục hồi chức năng cho người cao tuổi cần chăm sóc, Viện chăm sóc điều dưỡng
- Viện dưỡng lão có trả phí · Viện dưỡng lão phí thấp · Viện dưỡng lão chăm sóc
- Các cơ sở tương ứng với viện dưỡng lão có trả phí trong số các nhà ở dành cho người cao tuổi có kèm dịch vụ

## Người tham gia bảo hiểm y tế từ 40 - 64 tuổi (người được bảo hiểm số 2)

Những người từ 40 - 64 tuổi đang tham gia bảo hiểm y tế thuộc đối tượng người được bảo hiểm số 2.

Chỉ khi người đó đang trong tình trạng cần chăm sóc mà nguyên nhân là do mắc các căn bệnh theo tuổi tác (\*2) thì mới có thể sử dụng dịch vụ bảo hiểm chăm sóc sau khi được chứng nhận là cần chăm sóc (hỗ trợ).

### Cấp thẻ bảo hiểm chăm sóc

Thẻ bảo hiểm chăm sóc sẽ được cấp cho người đã được chứng nhận cần chăm sóc (hỗ trợ) và người muốn được cấp thẻ.

### \*2: Các bệnh đặc thù mà người được bảo hiểm số 2 có thể sử dụng dịch vụ bảo hiểm chăm sóc

Dưới đây là 16 căn bệnh đặc thù do Chính phủ quy định.

- |                                   |   |  |  |
|-----------------------------------|---|--|--|
| 1. Ung thư (*)                    | 6. Sa sút trí tuệ khởi phát sớm (bệnh Alzheimer, sa sút trí tuệ não mạch, v.v...)                                 | 10. Lão hóa sớm (Hội chứng Werner, v.v...)   | 15. Bệnh phổi tắc nghẽn mãn tính (khí phế thũng, viêm phế quản mãn tính, v.v...) |
| 2. Viêm khớp dạng thấp            | 7. Liệt trên nhân tiến triển, thoái hoá vỏ não hạch đáy và bệnh Parkinson (các bệnh liên quan đến bệnh Parkinson) | 11. Bệnh teo đa hệ thống   | 16. Viêm khớp biến dạng rõ rệt với sự biến dạng ở cả khớp gối hoặc khớp háng     |
| 3. Xơ cứng teo cơ một bên         | 8. Bệnh thoái hóa tiểu não  | 12. Biến chứng thần kinh do tiểu đường, bệnh thận do tiểu đường, bệnh vông mạc do tiểu đường |  |
| 4. Vôi hoá dây chằng dọc sacrum   | 9. Bệnh hẹp ống sống  | 13. Bệnh mạch máu não (xuất huyết não, nhồi máu não, v.v...)                                 |  |
| 5. Loãng xương kèm theo gãy xương |   | 14. Viêm tắc động mạch lớn do xơ hoá   |  |

\* Chỉ trong trường hợp được bác sĩ đánh giá rằng bệnh nhân đã đến tình trạng khó có khả năng hồi phục, dựa trên kiến thức y khoa được công nhận chung.

### Về các cơ sở không áp dụng bảo hiểm chăm sóc

Những người chuyển vào (nhập viện) các cơ sở sau đây có thể không thuộc đối tượng người được bảo hiểm của bảo hiểm chăm sóc trong khoảng thời gian chuyển vào (nhập viện).

Để biết thêm thông tin chi tiết, vui lòng liên hệ với Ban hỗ trợ người cao tuổi và người khuyết tật của Tòa thị chính quận hoặc Ban bảo hiểm và trợ cấp của Tòa thị chính quận.

#### <Cơ sở áp dụng>

- Cơ sở nội trú dành cho trẻ khuyết tật
- Cơ sở y tế chỉ định (Cơ sở chỉ định để hỗ trợ phát triển trẻ em)
- Trung tâm Quốc gia hỗ trợ toàn diện cho người thiếu năng trí tuệ mức độ nặng Nozominosono
- Cơ sở điều dưỡng bệnh phong
- Cơ sở phúc lợi cứu trợ
- Cơ sở được quy định trong Luật bảo hiểm bồi thường tai nạn lao động
- Cơ sở hỗ trợ người khuyết tật (chẳng hạn như người đã nhận được quyết định cung cấp dịch vụ chăm sóc sinh hoạt và hỗ trợ chuyển vào lưu trú tại cơ sở dựa trên Luật hỗ trợ toàn diện cho người khuyết tật, v.v...)
- Các bệnh viện cung cấp dịch vụ chăm sóc điều trị dựa trên Luật hỗ trợ toàn diện cho người khuyết tật (chỉ dành cho người nhập viện nhận hỗ trợ từ việc chăm sóc điều trị)

# Về phí bảo hiểm

## Phí bảo hiểm đối với người từ 65 tuổi trở lên (Người được bảo hiểm số 1)

- Phí bảo hiểm đối với người từ 65 tuổi trở lên sẽ được thành phố Yokohama tính toán dựa trên ước tính khoản tiền trợ cấp dịch vụ bảo hiểm chăm sóc, v.v... trong 3 năm (năm tài chính 2021 - năm tài chính 2023), và được xác định theo quy định của các điều luật, v.v...
- Số tiền bảo hiểm được phân thành các mức dựa trên tình trạng thuế của cá nhân người đóng và hộ gia đình trên giấy đăng ký cư trú (\*1), tổng thu nhập của bản thân người đóng trong năm trước (\*2), v.v..., và được tính cho từng cá nhân. Số tiền bảo hiểm của mỗi năm (tháng 4 - tháng 3 năm sau) sẽ được quyết định vào tháng 6 của năm đó. Nếu có lý do thay đổi số tiền bảo hiểm sau khi đã được xác định, thì số tiền bảo hiểm sẽ được tính lại.

Mức tiêu chuẩn: **78.000 yên/năm** (quy đổi ra 6.500 yên/tháng): Đây là số tiền bảo hiểm của mức 6.

Năm tài chính 2021 - Năm tài chính 2023 (số tiền mỗi năm)

Mức phí bảo hiểm	Đối tượng đủ điều kiện		Tỷ lệ	Số tiền bảo hiểm mỗi năm
<b>Mức 1</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Người nhận trợ cấp hỗ trợ sinh hoạt hoặc hỗ trợ cho người Nhật còn ở lại Trung Quốc, v.v...</li> <li>Hộ gia đình được miễn thuế cư dân thành phố và những người nhận trợ cấp phúc lợi cho người cao tuổi</li> </ul>		Mức tiêu chuẩn x 0,25	19.500 yên <sup>(*5)</sup>
<b>Mức 2</b>	Người được bảo hiểm được miễn thuế cư dân thành phố	Người có tổng thu nhập gồm "thu nhập từ trợ cấp công, v.v..." (*3) và "tổng thu nhập khác" (*4) từ 800.000 yên trở xuống mỗi năm	Mức tiêu chuẩn X 0.25	19.500 yên <sup>(*5)</sup>
<b>Mức 3</b>		Người có tổng thu nhập gồm "thu nhập từ trợ cấp công, v.v..." và "tổng thu nhập khác" từ 1.200.000 yên trở xuống mỗi năm và không thuộc mức 2.	Mức tiêu chuẩn X 0.35	27,300 yên <sup>(*6)</sup>
<b>Mức 4</b>		Người không thuộc đối tượng nêu trên	Mức tiêu chuẩn X 0.60	46,800 yên <sup>(*7)</sup>
<b>Mức 5</b>		Người có thành viên trong gia đình là người chịu thuế cư dân thành phố	Người có tổng thu nhập gồm "thu nhập từ trợ cấp công, v.v..." và "tổng thu nhập khác" là từ 800.000 yên trở xuống mỗi năm	Mức tiêu chuẩn X 0.90
<b>Mức 6</b> <Mức tiêu chuẩn>		Người không thuộc đối tượng nêu trên	Mức tiêu chuẩn X 1.00	<b>78,000 yên</b> <Mức tiêu chuẩn>
<b>Mức 7</b>		Người có tổng thu nhập của bản thân dưới 1.200.000 yên	Mức tiêu chuẩn X 1.07	83,460 yên
<b>Mức 8</b>		Người có tổng thu nhập của bản thân từ 1.200.000 yên đến dưới 1.600.000 yên	Mức tiêu chuẩn 1.10	85,800 yên
<b>Mức 9</b>		Người có tổng thu nhập của bản thân từ 1.600.000 yên đến dưới 2.500.000 yên	Mức tiêu chuẩn 1.27	99,060 yên
<b>Mức 10</b>		Người có tổng thu nhập của bản thân từ 2.500.000 yên đến dưới 3.500.000 yên	Mức tiêu chuẩn X 1.55	120,900 yên
<b>Mức 11</b>	Người chịu thuế cư dân thành phố	Người có tổng thu nhập của bản thân từ 3.500.000 yên đến dưới 5.000.000 yên	Mức tiêu chuẩn X 1.69	131,820 yên
<b>Mức 12</b>		Người có tổng thu nhập của bản thân từ 5.000.000 yên đến dưới 7.900.000 yên	Mức tiêu chuẩn X 1.96	152,880 yên
<b>Mức 13</b>		Người có tổng thu nhập của bản thân từ 7.000.000 yên đến dưới 10.000.000 yên	Mức tiêu chuẩn X 2.28	177,840 yên
<b>Mức 14</b>		Người có tổng thu nhập của bản thân từ 10.000.000 yên đến dưới 15.000.000 yên	Mức tiêu chuẩn X 2.60	202,800 yên
<b>Mức 15</b>		Người có tổng thu nhập của bản thân từ 15.000.000 yên đến dưới 20.000.000 yên	Mức tiêu chuẩn X 2.80	218,400 yên
<b>Mức 16</b>		Người có tổng thu nhập của bản thân từ 20.000.000 yên trở lên	Mức tiêu chuẩn X 3.00	234,000 yên

### \*1: Hộ gia đình

Về nguyên tắc là hộ gia đình trên giấy đăng ký cư trú tính đến ngày 1/4. Tuy nhiên, nếu người đó chuyển đến từ nơi khác ngoài thành phố từ ngày 2/4 trở đi hoặc nếu người đó đã đủ 65 tuổi (người được bảo hiểm số 1) vào giữa năm tài chính, thời gian của hộ gia đình trên giấy đăng ký cư trú sẽ được tính lần lượt dựa trên ngày chuyển đến và ngày trước ngày sinh nhật của hộ gia đình.

### \*2: Tổng thu nhập

là số tiền được tính bằng cách lấy tổng thu nhập theo luật thuế (số tiền được tính bằng cách lấy số tiền thu nhập của năm trước trừ đi số tiền tương đương với chi phí cần thiết, v.v... và cũng là số tiền trước khi thực hiện các khoản khấu trừ thu nhập khác nhau theo luật thuế hoặc các khoản khấu trừ chuyển tiếp liên quan đến thừa lỗ do chuyển nhượng cổ phiếu niêm yết, v.v...) trừ đi số tiền khấu trừ đặc biệt của thu nhập chuyển nhượng ngắn hạn và dài hạn liên quan đến việc bán đất và tòa nhà, có tính đến ảnh hưởng của sửa đổi số tiền khấu trừ, v.v... trợ cấp công, v.v... Ngoài ra, nếu kết quả số tiền sau khi tính là số âm, thì sẽ được tính là 0 yên.

### \*3: Thu nhập từ trợ cấp công, v.v...

Thu nhập từ trợ cấp công, v.v... thuộc đối tượng chịu thuế theo luật thuế (tiền trợ cấp quốc gia, lương hưu phúc lợi, v.v...), không bao gồm tiền trợ cấp được miễn thuế (trợ cấp cho người khuyết tật, trợ cấp tuất, v.v...).

### \*4: Tổng thu nhập khác

là số tiền được tính bằng cách lấy số tiền từ tổng thu nhập (\*2) trừ đi thu nhập linh tinh liên quan đến trợ cấp công, v.v... (số tiền thu nhập từ trợ cấp công, v.v... sau khi trừ các khoản khấu trừ trợ cấp công, v.v...). Ngoài ra, nếu kết quả số tiền sau khi tính là số âm, thì sẽ được tính là 0 yên.

\*5: Thành phố sẽ duy động ngân sách Chính phủ từ thuế tiêu thụ để giảm phí bảo hiểm hàng năm cho mức 1 ~ mức 2 từ 35.100 yên xuống còn 19.500 yên.

\*6: Thành phố sẽ duy động ngân sách nhà nước từ thuế tiêu thụ để giảm phí bảo hiểm hàng năm cho mức 3 từ 46.800 yên xuống còn 27.300 yên.

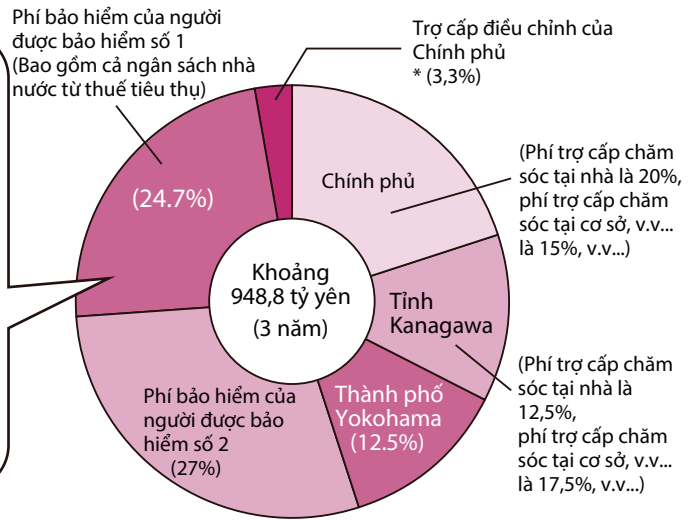
\*7: Thành phố sẽ duy động ngân sách nhà nước từ thuế tiêu thụ để giảm phí bảo hiểm hàng năm cho mức 4 từ 50.700 yên xuống còn 46.800 yên.



Phương pháp thanh toán phí bảo hiểm được phân theo 2 cách là **trung thu đặc biệt** và **trung thu thông thường**.

◆ Vui lòng hiểu và thông cảm vì cả hai phương pháp thanh toán đều do pháp luật, v.v... quy định và người được bảo hiểm không thể lựa chọn phương pháp thanh toán.

## Nguồn tài chính cho dịch vụ bảo hiểm chăm sóc ở thành phố Yokohama (Dự kiến cho năm tài chính 2021 - Năm tài chính 2023)



### Trung thu đặc biệt

Người có trợ cấp hàng năm từ 180.000 yên trở lên, phí bảo hiểm sẽ được khấu trừ vào trợ cấp quốc gia

- Số tiền phí bảo hiểm sẽ được chia ra thành 6 đợt/năm và khấu trừ trong tháng trả trợ cấp quốc gia

#### Loại trợ cấp thuộc đối tượng khấu trừ

- Trợ cấp cho người cao tuổi (thời việc)
- Trợ cấp tuất
- Trợ cấp cho người khuyết tật

\*Trợ cấp phúc lợi cho người cao tuổi không thuộc đối tượng khấu trừ.

### Trung thu thông thường

Người có trợ cấp hàng năm dưới 180.000 yên, v.v..., và không thuộc đối tượng thanh toán theo phương pháp trung thu đặc biệt, thì sẽ thanh toán bằng cách chuyển khoản hoặc phiếu thanh toán.

## Point

### Phí bảo hiểm chăm sóc được sử dụng để làm gì?

Phí bảo hiểm chăm sóc được sử dụng để trang trải chi phí, v.v... của dịch vụ bảo hiểm chăm sóc cho những người cần chăm sóc.

### \*Trợ cấp điều chỉnh của Chính phủ

Càng nhiều người cao tuổi từ 75 tuổi trở lên thì khả năng cần được chăm sóc sẽ càng cao, và mức thu nhập của người được bảo hiểm số 1 càng thấp thì mức tiêu chuẩn của phí bảo hiểm cho người được bảo hiểm số 1 càng cao. Các khoản trợ cấp điều chỉnh được Chính phủ cấp cho thành phố, thị trấn, làng xã để điều chỉnh sự chênh lệch về phí bảo hiểm của người được bảo hiểm số 1 vốn là vấn đề không thể giải quyết bằng nỗ lực của thành phố, thị trấn, làng xã.

Thời hạn đóng phí bảo hiểm	Trung thu đặc biệt	Khấu trừ vào tiền trợ cấp	Phí bảo hiểm sẽ được khấu trừ vào trợ cấp vào ngày chi trả trợ cấp của tháng chẵn.
	Trung thu thông thường	Thanh toán bằng cách chuyển khoản	Ngày chuyển khoản là ngày 29 mỗi tháng. (Đối với tháng 2, ngày chuyển khoản là ngày cuối cùng của tháng) Nếu ngày chuyển tài khoản trùng vào ngày nghỉ của tổ chức tài chính, thì ngày chuyển khoản sẽ là ngày làm việc trước đó.
	Thanh toán bằng phiếu thanh toán	Thời hạn nộp phí bảo hiểm là ngày cuối cùng mỗi tháng. Nếu thời hạn đóng phí bảo hiểm trùng vào ngày nghỉ của tổ chức tài chính, thì thời hạn đóng phí sẽ là ngày làm việc tiếp theo.	

### Thanh toán bằng cách chuyển khoản

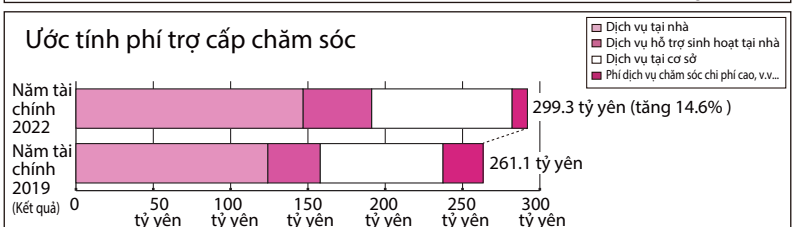
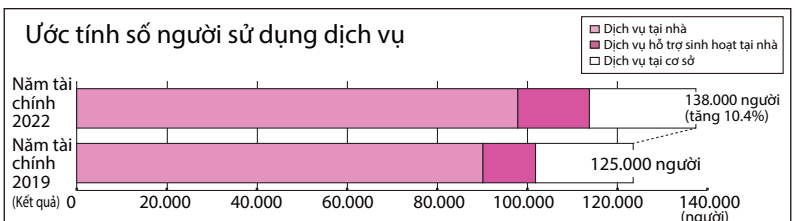
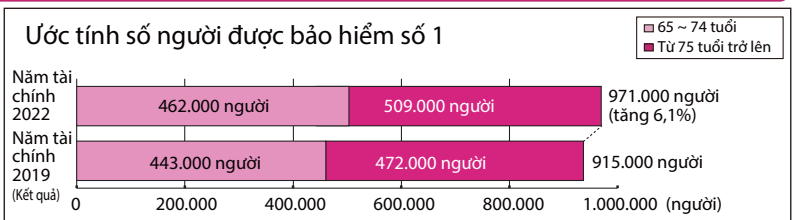
- Chuyển khoản là hình thức thuận tiện để thanh toán phí bảo hiểm theo cách trung thu thông thường.
- Để đăng ký, vui lòng điền các mục cần thiết trong giấy yêu cầu thanh toán chuyển khoản, đóng dấu đăng ký của sổ ngân hàng và nộp cho tổ chức tài chính (Giấy yêu cầu có tại tổ chức tài chính hoặc Ban bảo hiểm và trợ cấp của Tòa thị chính quận).
- Việc chuyển khoản sẽ bắt đầu sau khoảng 2 tháng kể từ khi hoàn tất thủ tục tại tổ chức tài chính. Chúng tôi sẽ thông báo cho bạn bằng bưu thiếp riêng khi bắt đầu trừ tiền.
- Ngay cả khi bạn đã đăng ký chuyển khoản, người tương ứng với yêu cầu cũng sẽ không được thay đổi từ trung thu đặc biệt.

## Về việc xem xét lại phí bảo hiểm chăm sóc từ năm tài chính 2021 - năm tài chính 2023

Số lượng người sử dụng dịch vụ bảo hiểm chăm sóc trong số những người cao tuổi ngày càng tăng qua từng năm, và chi phí cần cho dịch vụ bảo hiểm chăm sóc theo đó cũng tăng lên. Trong 3 năm tài chính này từ năm tài chính 2021 - năm tài chính 2023, dự kiến số người phải trả phí bảo hiểm sẽ tăng lên do già hóa dân số, nhưng số lượng người sử dụng dịch vụ bảo hiểm chăm sóc sẽ còn tăng nhiều hơn thế, vì vậy phí bảo hiểm mỗi người phải trả sẽ tăng lên.

Mặt khác, đối với những người có mức phí bảo hiểm từ mức 1 - 4, biện pháp giảm phí bảo hiểm cũng đang được thực hiện thông qua việc huy động ngân sách nhà nước từ thuế tiêu thụ, tách biệt với ngân sách nhà nước dành khoảng 1/2 nguồn tài chính cho bảo hiểm chăm sóc.

Vì vậy, cần phải hoàn thiện nền tảng của dịch vụ chăm sóc một cách chắc chắn ổn định để người cao tuổi có thể tiếp tục yên tâm sống. Thành phố Yokohama sẽ nỗ lực tập trung vào việc tăng cường sức khỏe và chăm sóc dự phòng nhằm đảm bảo các dịch vụ cần thiết và thúc đẩy các nỗ lực chăm sóc dự phòng.



# Trường hợp bạn gặp khó khăn khi thanh toán phí bảo hiểm

## Miễn giảm phí bảo hiểm

Nếu bạn gặp khó khăn trong việc thanh toán phí bảo hiểm vì các lý do như do thảm họa, thất nghiệp, phá sản hoặc các lý do tương tự khác, bạn có thể được miễn giảm phí bảo hiểm chăm sóc. Để biết thêm thông tin chi tiết, vui lòng liên hệ Ban bảo hiểm và trợ cấp của Tòa thị chính quận.

Các lý do	Đối tượng được miễn giảm	Nội dung miễn giảm
<b>Thảm họa</b>	Người có tài sản như nhà ở, v.v... bị thiệt hại từ 20% trở lên do thảm họa do gió mạnh và mưa lớn, hỏa hoạn, động đất, v.v...	Miễn phí bảo hiểm 4 hoặc 6 tháng tùy theo mức độ thiệt hại.
<b>Thu nhập giảm</b>	Người có thu nhập giảm đáng kể do thất nghiệp hoặc kinh doanh không thành công, v.v...	Số tiền sẽ được giảm bớt dựa trên số tiền thu nhập, v.v... ước tính trong năm tương ứng.
<b>Thu nhập thấp</b>	Những người có mức phí bảo hiểm từ mức 7 trở xuống và đáp ứng cả hai tiêu chí về "tiêu chuẩn thu nhập" và "tiêu chuẩn tài sản" nhất định (không bao gồm những người đang nhận trợ cấp hỗ trợ sinh hoạt hoặc trợ cấp hỗ trợ cho người Nhật còn lại ở Trung Quốc, v.v...).	Phí bảo hiểm sẽ được giảm xuống một nửa số tiền của mức 1 (trước khi thực hiện biện pháp cắt giảm bằng ngân sách nhà nước).

## Tiêu chuẩn thu nhập và tiêu chuẩn tài sản để miễn giảm cho người có thu nhập thấp

Tiêu chuẩn thu nhập	Thu nhập ước tính hàng năm của toàn bộ thành viên trong hộ gia đình*:	
	Hộ gia đình chỉ có một thành viên	1,5 triệu yên trở xuống
Hộ gia đình từ 2 thành viên trở lên	Ít hơn khoản tiền 1,5 triệu yên cộng với 500.000 yên cho mỗi thành viên hộ gia đình thêm vào, không tính người được bảo hiểm tương ứng	
Tiêu chuẩn tài sản	Đáp ứng tất cả yêu cầu sau:	
	(a) Tổng giá trị tài sản bao gồm tiền mặt, tiền tiết kiệm và chứng khoán, v.v... của toàn bộ thành viên hộ gia đình	
	Hộ gia đình chỉ có một thành viên	3,5 triệu yên trở xuống
	Hộ gia đình từ 2 thành viên trở lên	Ít hơn khoản tiền 3,5 triệu yên cộng với 1.000.000 yên cho mỗi thành viên hộ gia đình thêm vào, không tính người được bảo hiểm tương ứng
(b) Không sở hữu bất động sản ngoài phần đất đang sống (từ 200 m <sup>2</sup> trở xuống) và nhà ở		

\* "Toàn bộ thành viên trong hộ gia đình" về cơ bản là tất cả những người đã được đăng ký cùng một hộ gia đình trong đăng ký cư trú, tuy nhiên ngay cả những người thuộc hộ gia đình khác nếu vẫn sống cùng nhau và trên thực tế có cùng một kế sinh nhai thì vẫn được xem như là cùng một hộ gia đình.

### Point

#### Hãy đóng phí bảo hiểm trước thời hạn đóng

Phí bảo hiểm là nguồn tài chính quan trọng để duy trì chế độ bảo hiểm chăm sóc, vì vậy hãy đảm bảo đóng phí trước thời hạn đóng.

**Trường hợp chưa đóng phí bảo hiểm trước thời hạn đóng, chúng tôi sẽ gửi thư nhắc nhở.**

Ngoài ra, nếu đóng phí bảo hiểm sau thời hạn quy định trong thư nhắc nhở, bạn sẽ bị tính thêm phí đóng chậm theo số ngày kể từ ngày sau thời hạn quy định đến ngày đóng.

**Đối với người đóng phí bảo hiểm bằng phiếu thanh toán, thì đóng theo hình thức chuyển khoản sẽ tiện lợi hơn.**

## Phí bảo hiểm cho người từ 40 tuổi - 64 tuổi (Người được bảo hiểm số 2)

**Cách quyết định:** Bên bảo hiểm của các loại bảo hiểm y tế (Bảo hiểm sức khỏe quốc gia, Bảo hiểm sức khỏe, v.v...) sẽ tính phí bảo hiểm.

**Phương thức thanh toán:** Thanh toán một lần dưới dạng phí bảo hiểm y tế.

**Phí bảo hiểm:** Phí bảo hiểm sẽ khác nhau tùy từng loại bảo hiểm y tế mà bạn tham gia. Để biết thêm thông tin chi tiết, vui lòng xác nhận với bên bảo hiểm của bảo hiểm y tế mà bạn tham gia.

## Nếu chậm đóng phí bảo hiểm

Phí bảo hiểm là nguồn tài chính quan trọng để trang trải các chi phí cần thiết cho dịch vụ bảo hiểm chăm sóc, vì vậy việc đóng phí bảo hiểm để duy trì chế độ bảo hiểm chăm sóc là điều rất quan trọng.

Nếu bạn chậm đóng phí bảo hiểm (phí bảo hiểm của người được bảo hiểm số 1) mà không có lý do đặc biệt, các biện pháp như sau có thể sẽ được thực hiện dựa trên pháp luật khi sử dụng dịch vụ bảo hiểm chăm sóc để đảm bảo công bằng với những người đã đóng phí bảo hiểm.

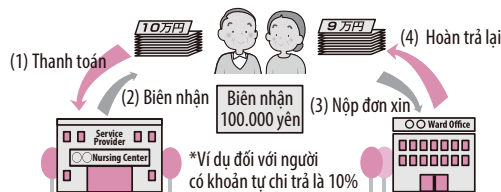
### Nếu bạn chưa đóng phí bảo hiểm trong 1 năm sau thời hạn thanh toán:

#### Phương pháp chi trả trợ cấp bảo hiểm sẽ thay đổi (thanh toán trước hoàn trả sau)

- Khi sử dụng dịch vụ bảo hiểm chăm sóc, bạn sẽ phải trả trước tạm thời toàn bộ chi phí.
- Nếu bạn nộp đơn xin các chi phí đã trả trước tạm thời cho Tòa thị chính quận, phần trợ cấp bảo hiểm sẽ được hoàn trả lại sau này.

#### Trường hợp người sử dụng dịch vụ bảo hiểm chăm sóc 100.000 yên/tháng đã bị thay đổi sang phương pháp thanh toán trước hoàn trả sau\*

- (1) Đây là hình thức thanh toán trước hoàn trả sau nên bạn phải thanh toán hết 100% số tiền 100.000 yên cho bên cung cấp dịch vụ.
- (2) Bạn sẽ nhận được biên nhận 100.000 yên, giấy chứng nhận cung cấp dịch vụ, v.v...
- (3) Bạn cần mang theo biên nhận 100.000 yên, v.v..., và nộp đơn xin hoàn trả lại phần trợ cấp bảo hiểm (90.000 yên) cho Tòa thị chính quận.
- (4) Bạn sẽ được hoàn trả phần trợ cấp bảo hiểm (90.000 yên) sau này.



### Nếu bạn chưa đóng phí bảo hiểm từ 1 năm 6 tháng trở lên sau thời hạn đóng:

#### Trợ cấp bảo hiểm sẽ bị tạm ngừng.

- Chúng tôi sẽ thực hiện các biện pháp như tạm ngừng hoàn trả một phần hoặc toàn bộ phí trợ cấp đã thanh toán trước hoàn trả sau, v.v...
- Nếu tình trạng đóng chậm trễ vẫn tiếp tục, phí bảo hiểm chậm thanh toán có thể sẽ bị trừ vào trợ cấp bảo hiểm đã bị ngừng.

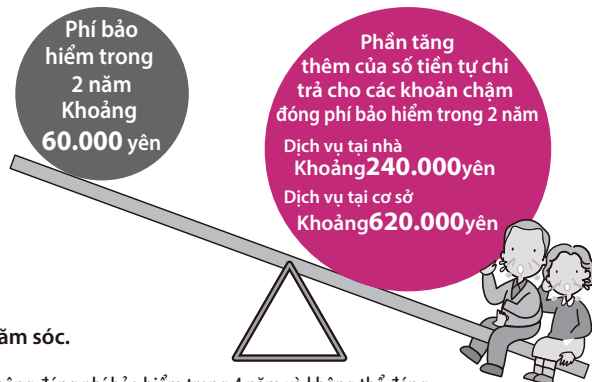
### Nếu bạn chưa thanh toán phí bảo hiểm từ 2 năm trở lên sau thời hạn đóng:

#### Số tiền trợ cấp bảo hiểm sẽ giảm đi (tỷ lệ tự chi trả của người sử dụng sẽ tăng lên)

- Nếu quá 2 năm kể từ ngày kế tiếp ngày nhận được thư nhắc nhở (ngày bắt đầu tính thời gian hiệu lực), v.v..., thì bạn sẽ không thể nộp phí bảo hiểm nữa do hết thời gian hiệu lực.
- Nếu có khoản phí bảo hiểm không thể nộp nữa do hết thời gian hiệu lực, tỷ lệ tự chi trả trợ cấp bảo hiểm sẽ tăng lên 30% hoặc 40% trong khoảng thời gian nhất định, tùy vào khoảng thời gian đó.
- Bên cạnh đó, trong thời gian này, bạn sẽ không thể nhận được số tiền hoàn lại chi phí cho dịch vụ chăm sóc chi phí cao (chăm sóc dự phòng) (trang 34) hoặc không được giảm phần chi trả tiền phòng và chi phí ăn uống (trang 35). Đồng thời, số tiền tự chi trả trong giai đoạn này không được tính chung vào chế độ tính gộp của điều trị y tế chi phí cao và chăm sóc chi phí cao (trang 36).

#### Ví dụ về việc tự chi trả cho sử dụng dịch vụ trung bình 1 năm của những người cần chăm sóc mức độ 2 (\*)

Khi mức tự chi trả tăng từ 10% đến 30% trong 1 năm:	
<p><b>10%</b> Tỷ lệ tự chi trả</p> <p>Trường hợp sử dụng dịch vụ tại nhà Số tiền tự chi trả (khoảng 1,2 triệu yên cho chi phí sử dụng dịch vụ bảo hiểm chăm sóc trong 1 năm) là <b>Khoảng 120.000 yên</b></p>	<p>Trường hợp sử dụng dịch vụ tại cơ sở Số tiền tự chi trả (khoảng 1,2 triệu yên cho chi phí sử dụng dịch vụ bảo hiểm chăm sóc trong 1 năm) là <b>Khoảng 310.000 yên</b></p>
<p><b>30%</b> Tỷ lệ tự chi trả</p> <p><b>Khoảng 360.000 yên.</b> (Phần tăng thêm của khoản tự chi trả là khoảng 240.000 yên)</p>	<p><b>Khoảng 930.000 yên</b> (Phần tăng thêm của khoản tự chi trả là khoảng 240.000 yên) * Không bao gồm khoản tiền tự chi trả cho chi phí ăn uống, v.v...</p>



Như vậy, số tiền tự chi trả sẽ tăng lên khi được nhận dịch vụ bảo hiểm chăm sóc.

Ví dụ này giả định trường hợp bạn nhận dịch vụ bảo hiểm chăm sóc sau khi bạn hoàn toàn không đóng phí bảo hiểm trong 4 năm và không thể đóng phí bảo hiểm của phần trong 2 năm do hết thời gian hiệu lực.

Trong ví dụ này, khoảng thời gian tỷ lệ tự chi trả ở mức 30% là 1 năm. Nếu có một phần thời gian đã đóng phí bảo hiểm, thời gian giảm trợ cấp sẽ được rút ngắn tương ứng với khoảng thời gian đó.

\* Ví dụ về người thuộc mức 2 của phí bảo hiểm và phần tự chi trả là 10%

#### Tích thu tài sản

Bất kể bạn có sử dụng dịch vụ bảo hiểm chăm sóc hay không, bạn có thể bị tịch thu tài sản như tiền tiết kiệm, bảo hiểm nhân thọ, v.v... như một hình thức xử lý việc chậm đóng phí bảo hiểm theo pháp luật.

#### Người có nghĩa vụ đóng phí bảo hiểm liên đới

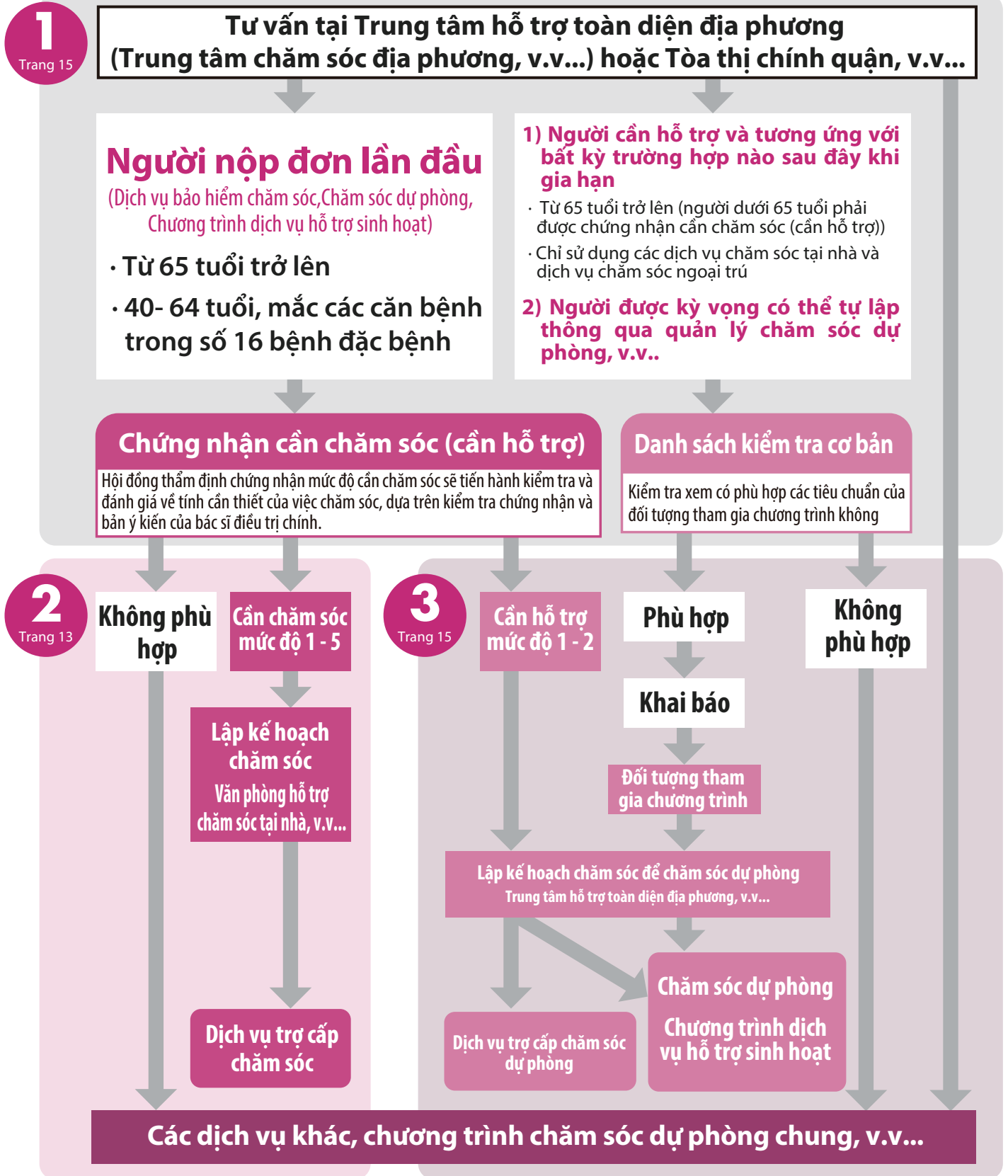
Nếu phương pháp nộp phí bảo hiểm là trưng thu thông thường thì chủ hộ và vợ hoặc chồng của người được bảo hiểm có nghĩa vụ liên đới đóng phí bảo hiểm của người đó theo quy định của pháp luật.

#### Trường hợp là người được bảo hiểm số 2 và chưa nộp phí bảo hiểm y tế

Trường hợp người được bảo hiểm số 2 (người tham gia bảo hiểm y tế từ 40 - 64 tuổi) chưa nộp phí bảo hiểm y tế, thì có thể chúng tôi sẽ thực hiện các biện pháp như thay đổi phương pháp thanh toán, cùng với tạm dừng một phần hoặc toàn bộ trợ cấp bảo hiểm, v.v...

# Quy trình sử dụng dịch vụ

## Quy trình từ lúc bắt đầu đến khi sử dụng dịch vụ



### Chương trình chăm sóc dự phòng và hỗ trợ toàn diện trong sinh hoạt thường ngày (viết tắt: Chương trình hỗ trợ toàn diện)

Nội dung dịch vụ bảo hiểm chăm sóc về cơ bản được quy định thống nhất trên toàn quốc, nhưng trong số các dịch vụ mà người cần hỗ trợ mức độ 1 và 2 có thể sử dụng, thì dịch vụ chăm sóc tại nhà (dịch vụ trợ giúp tại nhà) và dịch vụ chăm sóc ngoại trú (dịch vụ chăm sóc ban ngày) được cung cấp theo nội dung mà thành phố Yokohama quy định như là dịch vụ thuộc "Chương trình chăm sóc dự phòng và hỗ trợ toàn diện trong sinh hoạt thường ngày" (Chương trình dịch vụ chăm sóc dự phòng và hỗ trợ trong sinh hoạt thường ngày).

Tuy nhiên, vui lòng lưu ý rằng đối tượng tham gia chương trình không thể sử dụng dịch vụ bảo hiểm chăm sóc ngoài dịch vụ chăm sóc tại nhà và chăm sóc ngoại trú.

Ngoài ra, người cần chăm sóc sử dụng dịch vụ liên tục từ khi trở thành người cần hỗ trợ và đối tượng tham gia chương trình, cũng có thể sử dụng một số dịch vụ của chương trình dịch vụ chăm sóc dự phòng và hỗ trợ trong sinh hoạt thường ngày. Vui lòng tham khảo chi tiết ở trang 17.

# 1 Nhận chứng nhận cần chăm sóc

## 1. Nộp đơn đăng ký

Bản thân người có nhu cầu hoặc thành viên gia đình, v.v... nộp đơn xin “Chứng nhận cần chăm sóc” tại Ban hỗ trợ người cao tuổi và người khuyết tật của Tòa thị chính quận. Bạn cũng có thể nhờ Trung tâm hỗ trợ toàn diện địa phương (Trung tâm chăm sóc địa phương, v.v...) hoặc Cơ sở cung cấp dịch vụ hỗ trợ chăm sóc tại nhà, v.v... nộp đơn thay bạn.

### ● Các giấy tờ cần thiết, v.v...

- Đơn xin chứng nhận cần chăm sóc và cần hỗ trợ (Đặt tại quầy tư vấn.)
  - Giấy bảo hiểm chăm sóc (được cấp khi đủ 65 tuổi)
  - Những giấy tờ xác nhận tên cơ sở y tế, tên bác sĩ quen của gia đình, v.v...
- \*Nếu bạn là người được bảo hiểm số 2 (xem trang 6), thì cần mang theo thẻ bảo hiểm của bảo hiểm y tế bạn đang tham gia

## 2. Kiểm tra tình trạng thể chất và tinh thần

### ● Kiểm tra chứng nhận

\*Sau khi liên hệ trước với Tòa thị chính quận hoặc đơn vị cung cấp dịch vụ được ủy quyền, điều tra viên sẽ đến nhà, v.v..., phỏng vấn khảo sát bản thân người đăng ký và gia đình.

Mục cần khảo sát là 74 mục khảo sát cơ bản và khảo sát tổng quát, phổ biến trên cả nước.

\*Điều tra viên là nhân viên của quận hoặc chuyên gia hỗ trợ chăm sóc thuộc đơn vị cung cấp dịch vụ, v.v...

### ● Bản ý kiến của bác sĩ điều trị chính

Bản ý kiến sẽ được soạn bởi bác sĩ điều trị chính đã chỉ định khi nộp đơn.

\*Nếu bạn không có bác sĩ điều trị chính, vui lòng liên hệ Quầy tư vấn

## 3. Thẩm định và xác nhận mức độ cần chăm sóc

### ● Thẩm định, đánh giá, xác nhận

Dựa trên kết quả kiểm tra chứng nhận và bản ý kiến của bác sĩ điều trị chính, Hội đồng thẩm định chứng nhận mức độ cần chăm sóc, bao gồm các chuyên gia sức khỏe, y tế và phúc lợi sẽ thẩm định và đánh giá mức độ chăm sóc cần thiết, v.v...

Chính quyền Quận sẽ xác nhận mức độ cần chăm sóc dựa trên sự thẩm định và đánh giá của Hội đồng thẩm định chứng nhận mức độ cần chăm sóc.

(Đánh giá lần 1)  
Đánh giá bằng máy tính

(Đánh giá lần 2)  
Thẩm định, đánh giá bởi Hội đồng thẩm định chứng nhận mức độ cần chăm sóc

Chứng nhận mức độ cần chăm sóc



Những người phù hợp với tất cả điều kiện dưới đây (◆) sẽ thực hiện cuộc thẩm định đánh giá đã được đơn giản hóa.

## 4. Nhận thông báo kết quả chứng nhận và thẻ bảo hiểm chăm sóc.

Khi nhận được kết quả, hãy kiểm tra nội dung của giấy thông báo và thẻ bảo hiểm.

### ● Nội dung cần kiểm tra

Phân loại mức độ tình trạng cần chăm sóc

(“Cần hỗ trợ mức độ 1, cần hỗ trợ mức độ 2”, “Cần chăm sóc mức độ 1-5”, “Không phù hợp”)

Thời gian hiệu lực của giấy xác nhận, v.v...

(3-12 tháng đối với đơn đăng ký mới/đơn xin thay đổi phân loại, 3-48 tháng đối với đơn xin gia hạn)



### ◆ Điều kiện để có thể trở thành đối tượng được đơn giản hóa quá trình khảo sát của Hội đồng thẩm định chứng nhận (thực hiện từ đơn đăng ký sau tháng 2/2019 trở đi).

- (1) Là người được bảo hiểm số 1.
- (2) Là đơn xin gia hạn.
- (3) Mức độ cần chăm sóc trong kết quả đánh giá bằng máy tính giống với mức độ cần chăm sóc trong kết quả xác nhận lần trước.
- (4) Thời gian hiệu lực của giấy xác nhận lần trước từ 12 tháng trở lên.
- (5) Nếu kết quả đánh giá bằng máy tính là người cần chăm sóc mức độ 1 hoặc cần hỗ trợ mức độ 2, thì người đó sẽ được đánh giá là “ổn định” theo logic đánh giá độ ổn định tình trạng lần này.
- (6) Thời gian tiêu chuẩn để xác nhận cần chăm sóc, v.v... trong kết quả đánh giá bằng máy tính không phải là “trong vòng 3 phút từ lúc bắt đầu cho đến khi đạt đến mức độ cần chăm sóc nặng (chuyển sang mức độ nặng trong vòng 3 phút)”.

## 2 Người đã được chứng nhận là cần chăm sóc mức độ 1-5

### Yêu cầu lập kế hoạch chăm sóc và ký hợp đồng với đơn vị cung cấp dịch vụ

#### ● Nếu bạn muốn tiếp tục sinh hoạt tại nhà

##### 1. Quyết định người quản lý chăm sóc

Người quản lý chăm sóc thuộc Trung tâm hỗ trợ chăm sóc tại nhà có thể lập kế hoạch chăm sóc. (Điều dưỡng) Nếu sử dụng dịch vụ của Trung tâm chăm sóc đa chức năng tại nhà quy mô nhỏ, người quản lý chăm sóc thuộc Trung tâm này sẽ lập kế hoạch chăm sóc.

(Điều dưỡng) Vui lòng xem trang 24 để biết thông tin về Trung tâm chăm sóc đa chức năng tại nhà quy mô nhỏ

Để lựa chọn, bạn có thể tham khảo ý kiến tại quầy tư vấn của Ban hỗ trợ người cao tuổi và người khuyết tật của Tòa thị chính quận hoặc Trung tâm hỗ trợ toàn diện địa phương (Trung tâm chăm sóc địa phương, v.v...). Vui lòng xem trang 14 để biết thông tin về Văn phòng cung cấp dịch vụ hỗ trợ chăm sóc tại nhà

#### ● Trường hợp bạn muốn chuyển vào cơ sở

##### 1. Chọn cơ sở để sử dụng dịch vụ

Tại cơ sở mong muốn, bạn sẽ được giải thích về nội dung dịch vụ và nội dung hợp đồng

(Có thể nhận thông tin liên quan đến cơ sở từ Tòa thị chính quận, Trung tâm hỗ trợ toàn diện địa phương, Cơ sở cho người cao tuổi, Trung tâm tư vấn chỗ ở, v.v...)

##### 2. Yêu cầu lập kế hoạch chăm sóc

Trao đổi với người quản lý chăm sóc để xem bạn cần dịch vụ nào. Xác nhận kế hoạch chăm sóc do người quản lý chăm sóc lập ra.



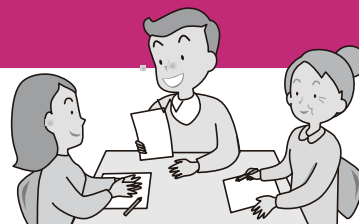
##### 2. Đăng ký chuyển vào cơ sở

\* Viện dưỡng lão chăm sóc đặc biệt tiếp nhận tư vấn và đăng ký tại Trung tâm tiếp nhận đăng ký chuyển vào. Điều kiện để chuyển vào sẽ khác nhau tùy thuộc vào mức độ cần chăm sóc (xem trang 28). Đối với các cơ sở khác, hãy nộp đơn trực tiếp cho từng cơ sở (xem trang 29).

\* Về nguyên tắc, Viện dưỡng lão chăm sóc đặc biệt dành cho người cần chăm sóc từ mức độ 3 trở lên

##### 3. Ký kết hợp đồng với Cơ sở cung cấp dịch vụ

Xác nhận nội dung hợp đồng như nội dung dịch vụ, v.v... trong hợp đồng, tài liệu giải thích những điểm quan trọng, v.v..., sau đó ký kết hợp đồng sử dụng riêng cho từng Cơ sở cung cấp dịch vụ. Vui lòng xem trang 16 để biết thông tin về việc ký kết hợp đồng với đơn vị cung cấp dịch vụ



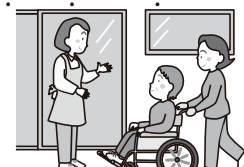
##### 4. Sử dụng dịch vụ

###### Dịch vụ tại nhà

Vui lòng xem trang 18- để biết thông tin về (Dịch vụ chăm sóc tại nhà, chăm sóc ngoại trú và dịch vụ chuẩn bị môi trường sống)



Vui lòng xem trang 28- để biết thông tin về dịch vụ chăm sóc tại cơ sở, dịch vụ hỗ trợ sinh hoạt tại nhà

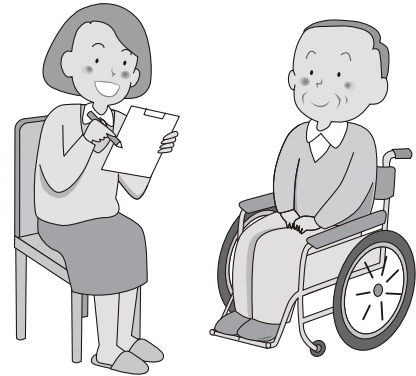


## VỀ CƠ SỞ CUNG CẤP DỊCH VỤ HỖ TRỢ CHĂM SÓC TẠI NHÀ

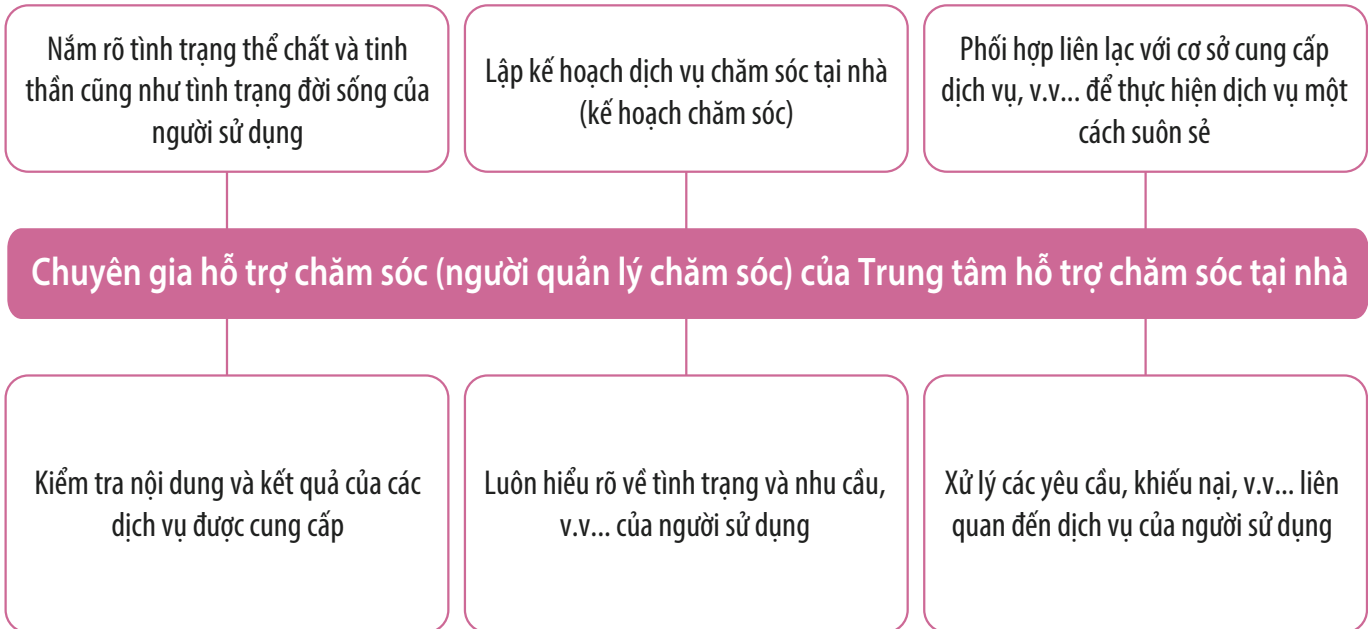
### Quyết định người quản lý chăm sóc phụ trách lập kế hoạch chăm sóc.

Người quản lý chăm sóc sẽ lập kế hoạch dịch vụ chăm sóc tại nhà (kế hoạch chăm sóc), đồng thời điều chỉnh việc sử dụng dịch vụ với từng Cơ sở cung cấp dịch vụ để người sử dụng và gia đình có thể nhận được các dịch vụ phù hợp theo tình trạng thể chất và tinh thần cũng như nguyện vọng của người sử dụng và gia đình họ.

Bảo hiểm chăm sóc sẽ chi trả toàn bộ chi phí này, người sử dụng không cần phải tự thanh toán.



### Vai trò của Cơ sở cung cấp dịch vụ hỗ trợ chăm sóc tại nhà



Quy trình sử dụng dịch vụ

### ~ Những điểm lưu ý khi chọn Trung tâm hỗ trợ chăm sóc tại nhà ~

1. Đứng trên lập trường của người sử dụng trong suốt thời gian dài để suy nghĩ về cách chăm sóc phù hợp.
2. Có kiến thức và kinh nghiệm vững chắc về lĩnh vực chăm sóc người cao tuổi.
3. Có nhiều thông tin về các cơ sở cung cấp dịch vụ ở địa phương.

Thông tin về Trung tâm hỗ trợ chăm sóc tại nhà cũng được cung cấp ở mỗi quận, vì vậy vui lòng liên hệ với Ban hỗ trợ người cao tuổi và người khuyết tật của Tòa thị chính quận tại quận mà bạn đang sinh sống.

### 3 Người được chứng nhận là cần hỗ trợ mức độ 1 và 2, đối tượng tham gia chương trình (\*)

\*Đối tượng tham gia chương trình là người phù hợp với các điều kiện cần hỗ trợ và được xác định là đối tượng tham gia chương trình theo danh sách kiểm tra cơ bản.

#### 1. Yêu cầu trung tâm hỗ trợ toàn diện địa phương (trung tâm chăm sóc cộng đồng, v.v...) phụ trách khu vực mà bạn đang sinh sống lập kế hoạch chăm sóc để chăm sóc dự phòng

Trao đổi với trung tâm hỗ trợ toàn diện địa phương về các dịch vụ cần thiết, với mục tiêu giúp người sử dụng có thể sinh hoạt tự lập tại khu vực quen thuộc. Trung tâm hỗ trợ toàn diện địa phương sẽ lập kế hoạch chăm sóc để chăm sóc dự phòng và hỗ trợ thực hiện kế hoạch đó. (Việc hỗ trợ này sẽ bắt đầu sau khi người sử dụng đã đồng ý bằng văn bản.)

Việc lập kế hoạch chăm sóc để chăm sóc dự phòng có thể được ủy thác cho người quản lý chăm sóc của Trung tâm hỗ trợ chăm sóc tại nhà được chỉ định theo mong muốn của người sử dụng. (Trong trường hợp này, trung tâm hỗ trợ toàn diện địa phương sẽ xác nhận kế hoạch chăm sóc để chăm sóc dự phòng đã lập ra.)

Về Trung tâm hỗ trợ toàn diện địa phương Trang 15

#### 2. Ký kết hợp đồng với cơ sở cung cấp dịch vụ

Xác nhận nội dung hợp đồng như nội dung dịch vụ, v.v... trong hợp đồng, tài liệu giải thích những điểm quan trọng, v.v..., sau đó ký kết hợp đồng sử dụng riêng cho từng cơ sở cung cấp dịch vụ.

Vui lòng xem trang 16 để biết thông tin về việc ký kết hợp đồng với cơ sở cung cấp dịch vụ

#### 3. Sử dụng dịch vụ

Vui lòng xem trang 18 ~ để biết thông tin về dịch vụ chăm sóc dự phòng

### Về Trung tâm hỗ trợ toàn diện địa phương

**Trung tâm hỗ trợ toàn diện địa phương là quầy tư vấn quen thuộc trong khu vực.**

Thành phố Yokohama bố trí Trung tâm hỗ trợ toàn diện địa phương tại trung tâm chăm sóc cộng đồng và một số viện dưỡng lão chăm sóc đặc biệt để người cao tuổi có thể tiếp tục sống tại khu vực quen thuộc.

### Vai trò của Trung tâm hỗ trợ toàn diện địa phương

#### 1 Luôn luôn khỏe mạnh! Thúc đẩy chăm sóc dự phòng.

Tư vấn hỗ trợ cho những người cần cung cấp thông tin về chăm sóc dự phòng và duy trì/cải thiện chức năng sống, lập kế hoạch chăm sóc cho dịch vụ chăm sóc dự phòng dành cho những người được chứng nhận là cần hỗ trợ mức độ 1 và 2 và đối tượng tham gia chương trình.

#### 2 Hỗ trợ tư vấn các vấn đề khác nhau.

Tiếp nhận tư vấn về nhiều vấn đề bao gồm bảo hiểm chăm sóc và các khía cạnh chung trong cuộc sống hàng ngày của người cao tuổi, đồng thời kết nối họ đến với các dịch vụ và tổ chức cần thiết.

#### Trung tâm hỗ trợ toàn diện địa phương

Nhân viên chăm sóc sức khỏe, v.v... / Nhân viên phúc lợi xã hội / Trưởng nhóm quản lý chăm sóc

#### 3 Bảo vệ quyền lợi của người cao tuổi.

Nỗ lực ngăn chặn thiệt hại đối với người sử dụng, hỗ trợ sử dụng chế độ giám hộ người trưởng thành, đồng thời ngăn chặn hành vi ngược đãi người cao tuổi, v.v...

#### 4 Tăng cường mối liên kết với địa phương

Hỗ trợ các hoạt động tình nguyện viên ở địa phương và tăng cường hợp tác với người quản lý chăm sóc, văn phòng bảo hiểm chăm sóc và các cơ sở y tế.

● Nếu có bất kỳ vấn đề nào khó khăn hoặc mối quan tâm nào trong sinh hoạt hàng ngày, vui lòng liên hệ với trung tâm hỗ trợ toàn diện địa phương phụ trách khu vực mà bạn đang sinh sống. Nếu bạn muốn đến tận nơi để tư vấn, vui lòng liên hệ trước qua điện thoại, v.v... Trung tâm mở cửa vào cả các ngày Thứ Bảy, Chủ nhật và ngày lễ, chỉ đóng cửa vào các ngày cuối năm và đầu năm, ngày kiểm tra cơ sở (mỗi tháng 1 lần).

● Đối với những người được chứng nhận là cần hỗ trợ mức độ 1 và 2, chúng tôi sẽ gửi cho bạn danh sách các Trung tâm hỗ trợ toàn diện địa phương phụ trách cùng với kết quả chứng nhận.



# Về việc ký kết hợp đồng với cơ sở cung cấp dịch vụ

Người sử dụng cần ký kết hợp đồng sử dụng với cơ sở cung cấp dịch vụ cho mỗi dịch vụ sử dụng. Để tránh những điều khoản có yếu tố gây bất lợi và rắc rối không mong muốn, bạn hãy đảm bảo đọc kỹ tất cả các điều khoản bằng văn bản của hợp đồng và tài liệu giải thích những mục quan trọng. Nếu lo lắng, bạn cũng có thể trao đổi tại quầy tư vấn của Tòa thị chính quận, v.v...

## Point

Các nội dung cần lưu ý khi kiểm tra hợp đồng và tài liệu giải thích những mục quan trọng

### ● Nội dung dịch vụ

Loại dịch vụ và nội dung dịch vụ có được mô tả đầy đủ không?

→ Nội dung chi tiết của dịch vụ có thể được mô tả trong tài liệu giải thích, v.v... tách biệt với hợp đồng.

### ● Thời hạn hợp đồng

Thời hạn hợp đồng (ngày tháng năm bắt đầu cho đến ngày tháng năm kết thúc) có được nêu rõ không?

→ Có giải thích rõ ràng về thủ tục gia hạn hợp đồng sau khi hết hạn hợp đồng không?

### ● Giải thích nội dung dịch vụ

Có nêu rõ việc người sử dụng phải được giải thích và cung cấp bản nội dung dịch vụ và hồ sơ về các dịch vụ được cung cấp hay không?

### ● Số tiền phí sử dụng

Số tiền phí sử dụng có được ghi rõ và đầy đủ hay không?

→ Ngoài những khoản tự chi trả được pháp luật quy định, có bất kỳ khoản chi không rõ ràng nào cho người sử dụng như phí hợp tác hoặc phí sử dụng, v.v... không? Nội dung có được viết theo cách để cơ sở cung cấp dịch vụ có thể thực hiện các thay đổi vì lợi ích của chính họ hay không?

### ● Chậm thanh toán số tiền phí sử dụng

Ngay cả trong trường hợp người sử dụng chậm thanh toán số tiền phí sử dụng, cơ sở cung cấp dịch vụ có cần nhắc nhở trợ cho người sử dụng gia hạn thời gian thanh toán, v.v... không?

→ Có quy định rằng dịch vụ có thể bị ngừng ngay lập tức hoặc phải đóng tiền phạt không?

### ● Quyền hủy hợp đồng của người sử dụng

Có điều khoản mô tả về việc người sử dụng có quyền hủy hợp đồng hay không?

→ Có cần phải đóng tiền phạt không?

### ● Hủy bỏ (vô hiệu) việc sử dụng dịch vụ

Có quy định về việc người sử dụng có thể ngừng sử dụng dịch vụ đã được lên kế hoạch không?

→ Có cần phải đóng phí hủy bỏ với số tiền lớn không?

### ● Đền bù thiệt hại

Có quy định về việc cơ sở cung cấp dịch vụ phải bồi thường nếu gây ra thương tích hoặc thiệt hại tài sản cho người sử dụng không?

### ● Bảo mật thông tin

Nội dung điều khoản có đề cập đến việc không cung cấp thông tin cá nhân của người sử dụng và gia đình họ cho bên thứ ba nếu không có sự đồng ý bằng văn bản, trừ khi có lý do chính đáng không?

### ● Xử lý khiếu nại

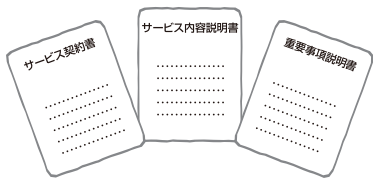
Cơ sở cung cấp dịch vụ có quy định các biện pháp như chỉ định rõ quầy tư vấn và người phụ trách, v.v... xử lý khiếu nại không?

Hãy kiểm tra kỹ để đảm bảo rằng hợp đồng không có danh mục chi phí không hợp lý.

\*Vui lòng xem trang 30 để biết thông tin về phạm vi chi trả phí sử dụng đối với bảo hiểm chăm sóc

### ● Hợp đồng dịch vụ ●

Mô tả nội dung cơ bản (thời hạn hiệu lực, thanh toán, hủy bỏ, v.v...) của hợp đồng.



### ● Nội dung của tài liệu giải thích nội dung dịch vụ ●

- (1) Nội dung dịch vụ cụ thể
- (2) Số lần cung cấp và lịch trình
- (3) Chi trả phí sử dụng và phương pháp thanh toán
- (4) Mô tả các chi tiết về cách thức liên lạc và phí hủy dịch vụ, v.v... khi hủy dịch vụ.

### ● Nội dung của tài liệu giải thích những mục quan trọng ●

- (1) Sơ lược về văn phòng cung cấp dịch vụ
- (2) Outline of the service provider's facilities
- (3) Cơ cấu nhân viên của văn phòng cung cấp dịch vụ
- (4) Thời gian hoạt động
- (5) Chi trả phí sử dụng
- (6) Quầy tư vấn v.v...



## Dịch vụ chăm sóc tại nhà của bảo hiểm chăm sóc có hạn mức sử dụng.

Dịch vụ chăm sóc tại nhà của bảo hiểm chăm sóc được thiết lập hạn mức tùy theo mức độ cần chăm sóc và người sử dụng có thể sử dụng dịch vụ này trong giới hạn đó. Nếu sử dụng dịch vụ quá hạn mức, người sử dụng sẽ phải tự thanh toán toàn bộ chi phí.

Tuy nhiên, hạn mức sử dụng sẽ không được áp dụng cho dịch vụ "Chăm sóc sinh hoạt cho người ở nội trú trong cơ sở chỉ định", "Chăm sóc sinh hoạt cộng đồng dành cho người bị chứng sa sút trí tuệ", v.v... Ngoài ra, hạn mức sử dụng cũng sẽ không được áp dụng cho "Hướng dẫn điều trị, chăm sóc tại nhà".

Mức độ cần chăm sóc, v.v...	Số đơn vị có thể sử dụng	Hạn mức sử dụng cho 1 tháng*
<b>Đối tượng tham gia chương trình</b>	5.032 đơn vị	Khoảng 50.000 yên - 60.000 yên
<b>Cần hỗ trợ</b>	<b>Cần hỗ trợ 1</b>	5.032 đơn vị Khoảng 50.000 yên - 60.000 yên
	<b>Cần hỗ trợ 2</b>	10.531 đơn vị Khoảng 110.000 yên - 120.000 yên
<b>Cần chăm sóc</b>	<b>Cần chăm sóc 1</b>	16.765 đơn vị Khoảng 170.000 yên - 190.000 yên
	<b>Cần chăm sóc 2</b>	19.705 đơn vị Khoảng 200.000 yên - 220.000 yên
	<b>Cần chăm sóc 3</b>	27.048 đơn vị Khoảng 270.000 yên - 300.000 yên
	<b>Cần chăm sóc 4</b>	30.938 đơn vị Khoảng 310.000 yên - 340.000 yên
	<b>Cần chăm sóc 5</b>	36.217 đơn vị Khoảng 360.000 yên - 400.000 yên

\*Đây là số tiền ước tính.  
Chi phí thực tế được tính theo công thức "Số đơn vị x Đơn giá phân chia theo khu vực của thành phố Yokohama (10 yên - 11.12 yên)".  
(Tham khảo trang 18)

# Dịch vụ có thể sử dụng

## Loại dịch vụ bảo hiểm chăm sóc

Đối với dịch vụ bảo hiểm chăm sóc, nội dung dịch vụ có thể sử dụng sẽ khác biệt giữa người được chứng nhận cần chăm sóc với người được chứng nhận cần hỗ trợ, v.v... Vui lòng xem bảng bên dưới để biết nội dung chi tiết.

	Loại	Người cần hỗ trợ có thể sử dụng được hay không?		Loại	Người cần hỗ trợ có thể sử dụng được hay không?	
Dịch vụ sử dụng tại nhà (Dịch vụ kiểu chăm sóc tận nơi)	Chăm sóc tận nơi (trợ giúp tại nhà)	○ *2	Dịch vụ có thể sử dụng 24/24 (Dịch vụ kiểu chăm sóc tận nơi) (Dịch vụ kiểu chăm sóc tại cơ sở)	Tuần tra định kỳ, ứng phó kịp thời *1 Điều dưỡng chăm sóc tận nơi *Dịch vụ "Kiểu chăm sóc tận nơi"	×	
	Chăm sóc tận nơi hỗ trợ vào ban đêm *1	×		Chăm sóc đa chức năng tại nhà quy mô nhỏ *1 *Dịch vụ "Kiểu chăm sóc tận nơi" + "Kiểu ngoại trú (lưu trú)"	○	
	Chăm sóc tắm rửa tại nhà	○		Điều dưỡng và chăm sóc đa chức năng tại nhà quy mô nhỏ *1 *Dịch vụ "Kiểu chăm sóc tận nơi" + "Kiểu ngoại trú (lưu trú)"	×	
	Điều dưỡng tận nơi	○		Dịch vụ chuẩn bị môi trường sống	Cho mượn dụng cụ phúc lợi (cho thuê)*4	○
	Phục hồi chức năng tận nơi	○			Bán dụng cụ phúc lợi chuyên dùng đặc thù	○
	Hướng dẫn điều trị, chăm sóc tại nhà	○			Sửa chữa nhà ở	○
	Dịch vụ đi đến (lưu trú tại) cơ sở để sử dụng (Dịch vụ kiểu chăm sóc tại cơ sở)	Chăm sóc ngoại trú (Dịch vụ chăm sóc ban ngày) *Sức chứa từ 19 người trở lên		○ *2	Dịch vụ hỗ trợ sinh hoạt tại nhà	Chăm sóc sinh hoạt cộng đồng dành cho người bị chứng sa sút trí tuệ *1
Chăm sóc ngoại trú kiểu theo khu vực *1 (Dịch vụ chăm sóc ban ngày quy mô nhỏ) *Sức chứa từ 18 người trở xuống		○ *2	Chăm sóc sinh hoạt cho người ở nội trú trong cơ sở chỉ định (Viện dưỡng lão kết hợp chăm sóc có trả phí, v.v...)	○ *3		
Chăm sóc điều dưỡng ngoại trú *1 (Dịch vụ chăm sóc ban ngày dành cho người cần điều dưỡng theo dõi)		×	Chăm sóc sinh hoạt cho người ở nội trú trong cơ sở chỉ định theo khu vực (Viện dưỡng lão kết hợp chăm sóc có trả phí, v.v...)*1	×		
Chăm sóc ngoại trú cho những người bị chứng sa sút trí tuệ *1 (Dịch vụ chăm sóc ban ngày cho những người bị chứng sa sút trí tuệ)		○	Dịch vụ hỗ trợ sinh hoạt tại cơ sở	Cơ sở phúc lợi cho người cao tuổi cần chăm sóc (Viện dưỡng lão chăm sóc đặc biệt)	×	
Phục hồi chức năng ngoại trú (Chăm sóc ban ngày)		○		Chăm sóc sinh hoạt nội trú tại cơ sở phúc lợi cho người cao tuổi cần chăm sóc theo khu vực *1	×	
Chăm sóc sinh hoạt nội trú ngắn hạn (Chăm sóc ngắn hạn tại cơ sở phúc lợi)		○		Cơ sở chăm sóc sức khỏe cho người cao tuổi cần chăm sóc	×	
Chăm sóc điều trị nội trú ngắn hạn (Chăm sóc ngắn hạn tại cơ sở y tế, v.v...)		○		Cơ sở điều trị và phục hồi chức năng cho người cao tuổi cần chăm sóc	×	
			Viện chăm sóc điều dưỡng	×		

\*1 Đây là "Dịch vụ chăm sóc theo khu vực". Dịch vụ chăm sóc theo khu vực là dịch vụ được thiết kế để người sử dụng có thể sinh hoạt tại nhà hoặc khu vực mà họ quen thuộc nhất có thể. Về nguyên tắc, những dịch vụ này chỉ cung cấp cho người dân thành phố sử dụng (người được hưởng bảo hiểm chăm sóc của thành phố).

\*2 Chăm sóc tận nơi, chăm sóc ngoại trú và chăm sóc ngoại trú kiểu theo khu vực mà người cần hỗ trợ có thể sử dụng đã được chuyển sang dịch vụ của "Chương trình chăm sóc dự phòng và hỗ trợ toàn diện trong sinh hoạt thường ngày".

\*3 Một số cơ sở chỉ tiếp nhận đối tượng là người cần chăm sóc khi chuyển vào ở.

\*4 Có một số mục không dành cho người mức độ nhẹ (người cần chăm sóc mức độ 1, người cần hỗ trợ) sử dụng.

## Danh sách các chương trình dịch vụ chăm sóc dự phòng và hỗ trợ trong sinh hoạt thường ngày

[Đối tượng: Người cần hỗ trợ mức độ 1~2, đối tượng tham gia chương trình]

Loại hình dịch vụ quốc gia	Tên dịch vụ ở thành phố Yokohama	Sơ lược về Chương trình
Dịch vụ tương đương chăm sóc tận nơi/chăm sóc ngoại trú trong chăm sóc dự phòng cũ	Dịch vụ tương đương với chăm sóc tận nơi ở thành phố Yokohama	Thực hiện dịch vụ tương đương với chăm sóc tận nơi kiểu chăm sóc dự phòng cũ (dịch vụ được cung cấp bởi nhân viên chăm sóc tận nơi, v.v...) theo hình thức là dịch vụ cung cấp trong trường hợp xét thấy người sử dụng cần dịch vụ mang tính chuyên môn.
	Dịch vụ tương đương với chăm sóc ngoại trú ở thành phố Yokohama	Thực hiện dịch vụ tương đương với chăm sóc ngoại trú kiểu chăm sóc dự phòng cũ (dịch vụ được cung cấp bởi nhân viên của cơ sở chăm sóc ngoại trú, v.v...) theo hình thức là dịch vụ cung cấp trong trường hợp xét thấy người sử dụng cần dịch vụ mang tính chuyên môn.
Dịch vụ dựa trên tiêu chuẩn đã nổi lòng (Dịch vụ A)	Dịch vụ hỗ trợ sinh hoạt kiểu chăm sóc tận nơi ở thành phố Yokohama	Đối với người không thực sự cần sử dụng dịch vụ mang tính chuyên môn, bên cạnh sự hỗ trợ nhân viên chăm sóc tận nơi, người sử dụng còn nhận được sự hỗ trợ trong sinh hoạt như dọn dẹp, giặt giũ, nấu nướng, mua sắm, v.v... của người đã hoàn thành chương trình đào tạo cụ thể hoặc người đã hoàn thành chương trình đào tạo nhập môn.
Hỗ trợ của tổ người dân tự quản (Dịch vụ B)	Hỗ trợ kiểu chăm sóc tận nơi ở thành phố Yokohama	Tình nguyện viên thuộc tổ người dân tự quản, v.v... sẽ ghé thăm nhà định kỳ và thực hiện hỗ trợ sinh hoạt như dọn dẹp, giặt giũ, nấu nướng, mua sắm, v.v...
	Hỗ trợ kiểu ngoại trú ở thành phố Yokohama	Bạn có thể tham gia các hoạt động đóng góp chăm sóc dự phòng như hoạt động liên quan đến thể thao, sở thích, v.v... tại phòng giao lưu trong khu vực do tình nguyện viên thuộc tổ người dân tự quản, v.v... tổ chức.
Các dịch vụ hỗ trợ sinh hoạt khác	Hỗ trợ cung cấp bữa ăn ở thành phố Yokohama	Tình nguyện viên thuộc tổ người dân tự quản v.v... sẽ ghé thăm nhà định kỳ, và cung cấp bữa ăn giúp cải thiện dinh dưỡng, v.v...
	Hỗ trợ giám sát ở thành phố Yokohama	Tình nguyện viên thuộc tổ người dân tự quản v.v... sẽ ghé thăm nhà định kỳ để giám sát và xác nhận an toàn.
Dịch vụ chăm sóc dự phòng tăng cường ngắn hạn (Dịch vụ C)	Dịch vụ chăm sóc dự phòng ngắn hạn kiểu chăm sóc tận nơi ở thành phố Yokohama	Điều dưỡng viên và nhân viên chăm sóc sức khỏe của trung tâm phúc lợi và chăm sóc sức khỏe quận sẽ đến thăm và hỗ trợ trong thời gian ngắn từ 3~6 tháng với mục đích dự phòng và cải thiện tình trạng tự nhốt mình trong phòng, không tương tác với bên ngoài bằng cách can thiệp sớm, đồng thời chăm sóc dự phòng và thúc đẩy người sử dụng tham gia các hoạt động xã hội. Hỗ trợ để duy trì và cải thiện chức năng vận động, quản lý sức khỏe cũng như hỗ trợ tham gia các dịch vụ khác nhau như dịch vụ hoạt động giao lưu gắn kết mọi người được tổ chức ở những nơi quen thuộc trong địa phương phù hợp với tình trạng của người sử dụng.

\*5 Người cần chăm sóc sử dụng dịch vụ liên tục từ khi trở thành người cần hỗ trợ và đối tượng tham gia chương trình, cũng có thể tham gia Chương trình.

Vui lòng xem từ trang 18 - đến trang 29 - để cập đến dịch vụ có thể sử dụng với bảo hiểm chăm sóc và số tiền tiêu chuẩn tự chi trả để biết thêm thông tin về nội dung dịch vụ chính. Ngoài ra, số tiền tiêu chuẩn tự chi trả tính được tính dựa trên giả định của người có tỷ lệ tự chi trả là 10% và không bao gồm các chi phí bổ sung từ hệ thống, v.v... của văn phòng cung cấp dịch vụ.

# Dịch vụ sử dụng tại nhà

## Người cần chăm sóc mức độ 1 - 5

### Chăm sóc tận nơi (trợ giúp tại nhà)

Đây là dịch vụ mà người trợ giúp tại nhà (nhân viên chăm sóc tận nơi) đến tận nhà để chăm sóc cơ thể cho người sử dụng như hỗ trợ ăn uống, tắm rửa, đi vệ sinh, v.v... và hỗ trợ sinh hoạt như dọn dẹp, giặt giũ, nấu ăn, mua sắm, v.v...

#### <Số tiền tiêu chuẩn tự chi trả>

Chủ yếu sử dụng chăm sóc thể chất	Dưới 20 phút	Từ 20 phút trở lên đến dưới 30 phút	Từ 30 phút trở lên đến dưới 60 phút	Từ 60 phút trở lên đến dưới 90 phút	Mỗi 30 phút sau đó
	186 yên	278 yên	441 yên	644 yên	94 yên

Sử dụng tiếp hỗ trợ sinh hoạt sau chăm sóc cơ thể	Từ 20 phút trở lên đến dưới 45 phút	Từ 45 phút trở lên đến dưới 70 phút	Từ 70 phút trở lên
	75 yên	149 yên	224 yên

Chủ yếu sử dụng hỗ trợ sinh hoạt	Từ 20 phút trở lên đến dưới 45 phút	Từ 45 phút trở lên
	204 yên	251 yên

◇ Nếu chủ yếu sử dụng chăm sóc cơ thể "Từ 30 phút trở lên đến dưới 60 phút", sau đó tiếp tục sử dụng hỗ trợ đời sống "Từ 20 phút trở lên đến dưới 45 phút", thì số tiền tự chi trả trong trường hợp này sẽ là 516 yên (441 yên + 75 yên).

\*Trường hợp người sử dụng "Chủ yếu sử dụng hỗ trợ sinh hoạt" từ 45 phút trở lên, hoặc "Sử dụng tiếp hỗ trợ sinh hoạt sau chăm sóc cơ thể" từ 70 phút trở lên, thì số tiền tự chi trả sẽ theo mức giá quy định.

\*Số tiền tự chi trả có thể sẽ nhân lên 1,25~1,5 lần tùy vào khung giờ sử dụng dịch vụ, như sáng sớm hoặc đêm khuya, v.v...

### Hỗ trợ lên xuống xe khi đến bệnh viện, v.v...

Đây là dịch vụ mà 1 người trợ giúp tại nhà (nhân viên chăm sóc tận nơi) hỗ trợ việc lên xuống xe và lái xe khi người dùng cần đến bệnh viện.

#### <Số tiền tiêu chuẩn tự chi trả>

**Một chuyến 110 yên**

◇ Tiền vé khi sử dụng phương tiện giao thông công cộng là phần người sử dụng tự chi trả riêng.

## Người cần hỗ trợ mức độ 1 và 2, đối tượng tham gia chương trình

### Dịch vụ tương đương với chăm sóc tận nơi ở thành phố Yokohama (Trợ giúp tại nhà)

Đây là dịch vụ mà người trợ giúp tại nhà (nhân viên chăm sóc tận nơi) đến tận nhà để chăm sóc cơ thể cho người sử dụng như hỗ trợ ăn uống, tắm rửa, đi vệ sinh, v.v... và hỗ trợ sinh hoạt như dọn dẹp, giặt giũ, nấu ăn, mua sắm, v.v...

#### <Số tiền tiêu chuẩn tự chi trả>

Số lần sử dụng (1 tháng)	Cần hỗ trợ mức độ 1	Cần hỗ trợ mức độ 2 Đối tượng tham gia chương trình
Khoảng 1 lần/tuần	1.308 yên	1.308 yên
Khoảng 2 lần/tuần	2.612 yên	2.612 yên
Trường hợp hơn 2 lần/tuần		4.145 yên

### Dịch vụ hỗ trợ sinh hoạt kiểu chăm sóc tận nơi ở thành phố Yokohama

Đây là dịch vụ mà nhân viên (người đã hoàn thành chương trình đào tạo cụ thể hoặc người đã hoàn thành chương trình đào tạo nhập môn, v.v...) đến tận nhà người sử dụng để hỗ trợ sinh hoạt như dọn dẹp, giặt giũ, nấu ăn, mua sắm, v.v...

#### <Số tiền tiêu chuẩn tự chi trả>

Số lần sử dụng (1 tháng)	Cần hỗ trợ mức độ 1	Cần hỗ trợ mức độ 2 Đối tượng tham gia chương trình
Khoảng 1 lần/tuần	1.177 yên	1.177 yên
Khoảng 2 lần/tuần	2.351 yên	2.351 yên
Trường hợp hơn 2 lần/tuần		3.730 yên

\*Số tiền tiêu chuẩn tự chi trả được tính dựa trên giả định của người có tỷ lệ tự chi trả là 10%.

○ Hỗ trợ sinh hoạt có thể được sử dụng trong trường hợp người sử dụng gặp khó khăn trong việc tự mình làm công việc nhà, không nhận được sự trợ giúp từ gia đình hoặc cộng đồng địa phương, v.v...

○ Trường hợp người sử dụng và gia đình sử dụng dịch vụ chăm sóc hàng ngày vượt quá phạm vi hỗ trợ thì sẽ không nhận được trợ cấp từ bảo hiểm chăm sóc người bệnh.

Ví dụ: (1) Hành vi không tương ứng với "Hỗ trợ trực tiếp cho bản thân người sử dụng" chẳng hạn như giặt giũ, nấu nướng, mua sắm, dọn phòng cho các thành viên trong gia đình, đón tiếp khách, rửa xe ô tô gia đình, v.v...

(2) Hành vi không tương ứng với "Hỗ trợ cho sinh hoạt hàng ngày" chẳng hạn như làm cỏ sân vườn, chăm sóc vật nuôi, tổng vệ sinh, lau cửa sổ, sửa nhà, sơn, làm vườn, nấu bữa ăn đặc biệt cho các dịp như năm mới, v.v...

## Point

### Phương pháp tính số tiền tiêu chuẩn tự chi trả?

Số tiền tiêu chuẩn tự chi trả sẽ được tính bằng cách lấy số đơn vị của mỗi dịch vụ nhân với đơn giá phân chia theo khu vực của thành phố Yokohama (bảng bên phải), sau đó nhân với 10% dựa trên giả định của người có tỷ lệ tự chi trả là 10%.

"Số tiền tiêu chuẩn tự chi trả" của các dịch vụ có dấu hoa thị (\*) được tính khi sử dụng trong 30 ngày.

Số đơn vị x Đơn giá phân chia theo khu vực của thành phố Yokohama x 0,1 = Số tiền tự chi trả

### Loại dịch vụ (bao gồm dịch vụ dự phòng, dịch vụ theo khu vực)

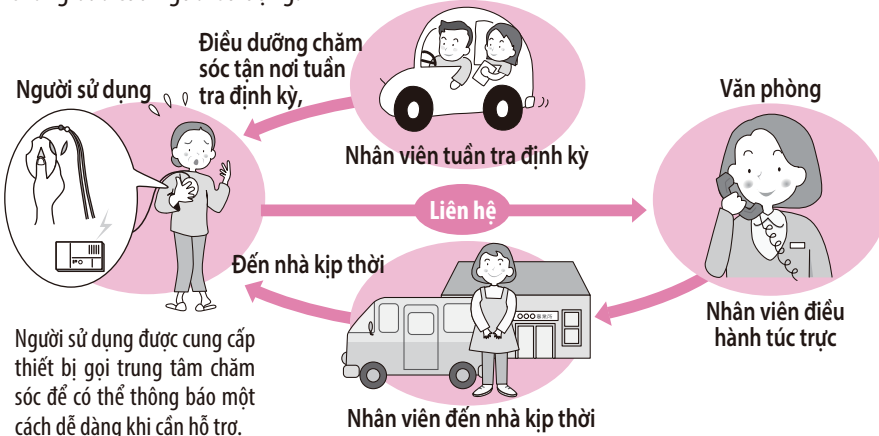
Loại dịch vụ (bao gồm dịch vụ dự phòng, dịch vụ theo khu vực)	Đơn giá phân chia theo khu vực
Hướng dẫn điều trị, chăm sóc tận nơi	10 yên
Chăm sóc ngoại trú	10.72 yên
Chăm sóc ngoại trú kiểu theo khu vực	
Chăm sóc điều trị nội trú ngắn hạn	10.88 yên
Chăm sóc sinh hoạt nội trú ngắn hạn	
Chăm sóc sinh hoạt cộng đồng dành cho người bị chứng sa sút trí tuệ	11.12 yên
Chăm sóc sinh hoạt cho người ở nội trú trong cơ sở chỉ định theo khu vực	
Chăm sóc sinh hoạt cho người ở nội trú trong cơ sở chỉ định theo khu vực	
Chăm sóc sinh hoạt nội trú tại cơ sở phúc lợi cho người cao tuổi cần chăm sóc theo khu vực	
Viện chăm sóc điều dưỡng	
Phục hồi chức năng tận nơi	10.88 yên
Phục hồi chức năng ngoại trú	
Chăm sóc sinh hoạt nội trú ngắn hạn	10.88 yên
Chăm sóc tại nhà đa chức năng với quy mô nhỏ	
Chăm sóc tại nhà đa chức năng với quy mô nhỏ	11.12 yên
Điều dưỡng tận nơi	
Điều dưỡng chăm sóc tận nơi tuần tra định kỳ, ứng phó kịp thời	
Chăm sóc tận nơi hỗ trợ vào ban đêm	
Hỗ trợ chăm sóc tại nhà	

# Dịch vụ có thể sử dụng

Dành cho những người cần chăm sóc mức độ 1 - 5 (Không áp dụng cho người cần hỗ trợ mức độ 1 và 2)

## Chăm sóc tận nơi hỗ trợ vào ban đêm Theo khu vực

Bên cạnh dịch vụ chăm sóc tận nơi bằng cách đi tuần tra định kỳ vào ban đêm, chúng tôi còn cung cấp dịch vụ đến thăm nhà của người sử dụng bất cứ lúc nào theo yêu cầu của người sử dụng. Ngoài ra, chúng tôi còn cung cấp dịch vụ điều hành để điều chỉnh và xử lý dựa trên với thông báo của người sử dụng.

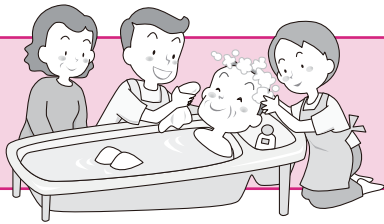


### <Số tiền tiêu chuẩn tự chi trả>

Dịch vụ chăm sóc tận nơi vào ban đêm (I)	Dịch vụ điều hành
	1 tháng 1.140 yên
	Dịch vụ tuần tra định kỳ
	1 lần 430 yên
Dịch vụ chăm sóc tận nơi kịp thời (I)	Dịch vụ chăm sóc tận nơi kịp thời (I)
	1 lần 654 yên

## Dành cho những người cần chăm sóc mức độ 1 - 5

### Chăm sóc tắm rửa tại nhà



Đây là dịch vụ mà nhân viên điều dưỡng và nhân viên chăm sóc đến nhà của người sử dụng, mang theo bồn tắm để tắm cho người sử dụng.

### <Số tiền tiêu chuẩn tự chi trả>

1 lần 1.402 yên

◇ Nếu sử dụng dịch vụ lau người hoặc tắm từng bộ phận do gặp khó khăn trong việc tắm toàn thân, thì chi phí cho 1 lần là 1.261 yên.

## Người cần hỗ trợ mức độ 1 và 2

### Chăm sóc tắm rửa tại nhà trong Chăm sóc dự phòng

### <Số tiền tiêu chuẩn tự chi trả>

1 lần 948 yên

◇ Nếu sử dụng dịch vụ lau người hoặc tắm từng bộ phận do gặp khó khăn trong việc tắm toàn thân, thì chi phí cho 1 lần là 853 yên.

## Dành cho những người cần chăm sóc mức độ 1 - 5

### Chăm sóc tận nơi

Đây là dịch vụ dành cho những người đang điều trị tại nhà gặp khó khăn trong việc đến bệnh viện, theo đó, người sử dụng dịch vụ sẽ được các điều dưỡng viên đến thăm nhà định kỳ để kiểm tra sức khỏe, chăm sóc y tế, hỗ trợ khám chữa bệnh, v.v... dựa trên hướng dẫn của bác sĩ điều trị chính.

### <Số tiền tiêu chuẩn tự chi trả>

Phân loại dịch vụ	Thời gian cung cấp 1 lần					
	Dưới 20 phút *1	Dưới 30 phút	Từ 30 phút trở lên đến dưới 60 phút	Từ 60 phút trở lên đến dưới 90 phút	Từ 90 phút trở lên *2	
Cơ sở điều dưỡng tại nhà	348 yên	523 yên	913 yên	1.251 yên	1.585 yên	
Bệnh viện hoặc phòng khám chữa bệnh	295 yên	443 yên	638 yên	937 yên	1.270 yên	

\*1 "Dưới 20 phút" có thể được tính khi người sử dụng sử dụng dịch vụ điều dưỡng tận nơi từ 1 lần trở lên một tuần, trong thời gian từ 20 phút trở lên.

○ Số tiền tự chi trả có thể sẽ nhân lên 1,25~1,5 lần tùy vào khung giờ sử dụng dịch vụ, như sáng sớm hoặc đêm khuya, v.v...

\*2 Được tính khi tổng thời gian cần thiết để điều dưỡng tận nơi là từ 90 phút trở lên đối với những người đủ điều kiện bổ sung quản lý đặc biệt.

\*Số tiền tiêu chuẩn tự chi trả được tính dựa trên giả định của người có tỷ lệ tự chi trả là 10%.

Theo khu vực

Dịch vụ chăm sóc theo khu vực: Về nguyên tắc, dịch vụ chăm sóc theo khu vực chỉ cung cấp cho người dân thành phố sử dụng (người được hưởng bảo hiểm chăm sóc của thành phố).

Dành cho những người cần chăm sóc mức độ 1 - 5

**Phục hồi chức năng tận nơi**

Đây là dịch vụ dành cho những người đang điều trị tại nhà gặp khó khăn trong việc đến bệnh viện, theo đó, người sử dụng dịch vụ sẽ được các chuyên viên vật lý trị liệu, chuyên viên trị liệu cơ năng hoặc chuyên viên liệu pháp ngôn ngữ - nghe nhìn đến thăm nhà để tập luyện phục hồi chức năng dựa trên hướng dẫn của bác sĩ điều trị chính.



<Số tiền tiêu chuẩn tự chi trả>

1 lần

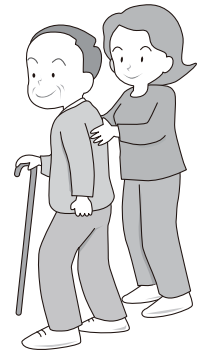
334 yên

◇ Trường hợp kế hoạch thực hiện phục hồi chức năng để sử dụng được lập ra và người sử dụng luyện tập phục hồi chức năng chuyên sâu, thì sẽ cộng thêm 218 yên cho mỗi 1 lần sử dụng.

Người cần hỗ trợ mức độ 1 và 2

**Phục hồi chức năng tận nơi trong Chăm sóc dự phòng**

Đây là dịch vụ dành cho những người đang điều trị tại nhà gặp khó khăn trong việc đến bệnh viện, theo đó, người sử dụng dịch vụ sẽ được các chuyên viên vật lý trị liệu, chuyên viên trị liệu cơ năng hoặc chuyên viên liệu pháp ngôn ngữ - nghe nhìn đến thăm nhà để tập luyện phục hồi chức năng dựa trên hướng dẫn của bác sĩ điều trị chính.



<Số tiền tiêu chuẩn tự chi trả>

1 lần

334 yên

◇ Trường hợp kế hoạch thực hiện phục hồi chức năng để sử dụng được lập ra và người sử dụng luyện tập phục hồi chức năng chuyên sâu, thì sẽ cộng thêm 218 yên cho mỗi 1 lần sử dụng.

Dành cho những người cần chăm sóc mức độ 1 - 5

**Hướng dẫn điều trị, chăm sóc tại nhà**

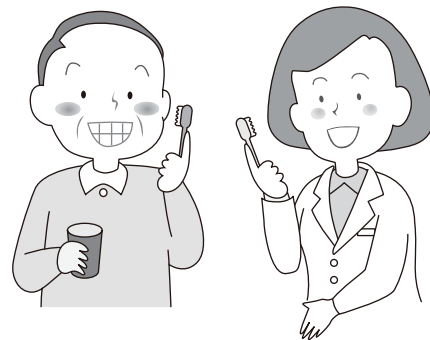
Đây là dịch vụ dành cho những người đang điều trị tại nhà gặp khó khăn trong việc đến bệnh viện, theo đó, người sử dụng sẽ được các bác sĩ, nha sĩ, dược sĩ, v.v... đến thăm nhà để quản lý, hướng dẫn và tư vấn, v.v... về mặt điều trị. Ngoài ra, người quản lý chăm sóc sẽ được cung cấp thông tin cần thiết để lập kế hoạch chăm sóc.



Người cần hỗ trợ mức độ 1 và 2

**Hướng dẫn điều trị, chăm sóc tại nhà trong Chăm sóc dự phòng**

Đây là dịch vụ dành cho những người đang điều trị tại nhà gặp khó khăn trong việc đến bệnh viện, theo đó, người sử dụng sẽ được các bác sĩ, nha sĩ, dược sĩ, v.v... đến thăm nhà để quản lý, hướng dẫn và tư vấn, v.v... về mặt điều trị. Ngoài ra, Trung tâm hỗ trợ toàn diện địa phương, v.v... sẽ được cung cấp thông tin cần thiết để lập kế hoạch chăm sóc.



<Số tiền tiêu chuẩn tự chi trả>

Số lần sử dụng	Bác sĩ/ Nha sĩ	Dược sĩ của cơ sở y tế	Dược sĩ của nhà thuốc	Chuyên gia dinh dưỡng	Chuyên viên vệ sinh răng miệng, v.v...
1 lần	514 yên	565 yên	517 yên	544 yên	361 yên
Trường hợp có 2 - 9 người sử dụng trong cùng một tòa nhà	486 yên	416 yên	378 yên	486 yên	325 yên
Số lần sử dụng tối đa	2 lần/tháng	2 lần/tháng	*4 lần/tháng	2 lần/tháng	4 lần/tháng

\* Đối với những người ung thư giai đoạn cuối hoặc đang được nuôi dưỡng qua đường tĩnh mạch trung tâm thì có thể tính 2 lần/tuần, tối đa 8 lần/tháng.

\*Số tiền tiêu chuẩn tự chi trả được tính dựa trên giả định của người có tỷ lệ tự chi trả là 10%.

## Dịch vụ có thể sử dụng

### Dịch vụ đi đến (lưu trú tại) cơ sở để sử dụng

Dành cho những người cần chăm sóc mức độ 1 - 5

#### Chăm sóc ngoại trú (dịch vụ chăm sóc ban ngày)

Đây là dịch vụ mà người sử dụng có thể đến cơ sở cung cấp dịch vụ chăm sóc ban ngày, nơi có sức chứa từ 19 người trở lên để nhận các dịch vụ như luyện tập chức năng, kiểm tra sức khỏe, cũng như được chăm sóc tắm rửa, ăn uống và các chăm sóc trong hoạt động sinh hoạt hàng ngày khác.

##### <Số tiền tiêu chuẩn tự chi trả>

1 ngày	Cần chăm sóc mức độ 1	Cần chăm sóc mức độ 2	Cần chăm sóc mức độ 3	Cần chăm sóc mức độ 4	Cần chăm sóc mức độ 5
Từ 8 tiếng trở lên đến dưới 9 tiếng	714 yên	844 yên	977 yên	1.111 yên	1.246 yên

Chi phí ăn uống + Phí sinh hoạt hàng ngày, v.v...

- ◇ Đây là số tiền tiêu chuẩn tự chi trả khi sử dụng cơ sở chăm sóc ngoại trú quy mô thông thường trong khoảng thời gian từ trên 8 tiếng đến dưới 9 tiếng. (Đã bao gồm chi phí dịch vụ đưa đón.)
- ◇ Nếu có sử dụng dịch vụ tắm rửa, thì sẽ cộng thêm 51 yên/ngày.
- ◇ Ngoài ra, người sử dụng cũng phải chi trả thêm chi phí khi sử dụng các dịch vụ như dịch vụ cải thiện dinh dưỡng, dịch vụ tăng cường chức năng khoang miệng, v.v...

#### Chăm sóc ngoại trú kiểu theo khu vực (dịch vụ chăm sóc ban ngày)

Theo khu vực

Đây là dịch vụ mà người sử dụng có thể đến cơ sở cung cấp dịch vụ chăm sóc ban ngày, nơi có sức chứa nhỏ dưới 18 người để nhận các dịch vụ như luyện tập chức năng, kiểm tra sức khỏe, cũng như được chăm sóc tắm rửa, ăn uống và các chăm sóc trong hoạt động sinh hoạt hàng ngày khác.

##### <Số tiền tiêu chuẩn tự chi trả>

1 ngày	Cần chăm sóc mức độ 1	Cần chăm sóc mức độ 2	Cần chăm sóc mức độ 3	Cần chăm sóc mức độ 4	Cần chăm sóc mức độ 5
Từ 8 tiếng trở lên đến dưới 9 tiếng	837 yên	989 yên	1.145 yên	1.304 yên	1.458 yên

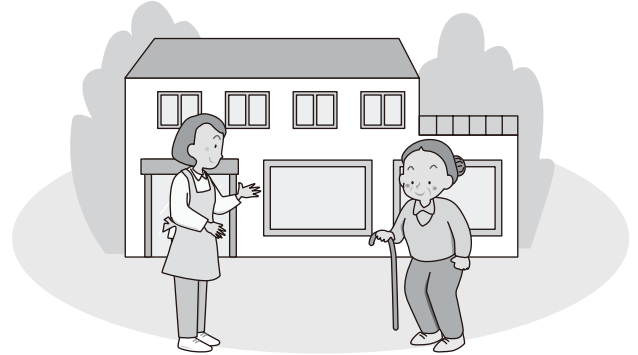
Chi phí ăn uống + Phí sinh hoạt hàng ngày, v.v...

- ◇ Đây là số tiền tiêu chuẩn tự chi trả khi sử dụng cơ sở trong khoảng thời gian từ trên 8 tiếng đến dưới 9 tiếng. (Đã bao gồm chi phí dịch vụ đưa đón.)
- ◇ Nếu có sử dụng dịch vụ tắm rửa, thì sẽ cộng thêm 51 yên/ngày.
- ◇ Ngoài ra, người sử dụng cũng phải chi trả thêm chi phí khi sử dụng các dịch vụ như dịch vụ cải thiện dinh dưỡng, dịch vụ tăng cường chức năng khoang miệng, v.v...

Người cần hỗ trợ mức độ 1 và 2, đối tượng tham gia chương trình

#### Dịch vụ tương đương với chăm sóc ngoại trú ở thành phố Yokohama (dịch vụ chăm sóc ban ngày)

Đây là dịch vụ mà người sử dụng có thể đến cơ sở cung cấp dịch vụ chăm sóc ban ngày để nhận các dịch vụ như luyện tập chức năng, kiểm tra sức khỏe, cũng như được chăm sóc tắm rửa, ăn uống và các chăm sóc trong hoạt động sinh hoạt hàng ngày khác.



##### <Số tiền tiêu chuẩn tự chi trả>

Số lần sử dụng (1 tháng)	Cần hỗ trợ mức độ 1	Cần hỗ trợ mức độ 2 Đối tượng tham gia chương trình
Khoảng 1 lần/tuần	1.793 yên	1.793 yên
Khoảng 2 lần/tuần		3.675 yên

Chi phí ăn uống + Phí sinh hoạt hàng ngày, v.v...

- ◇ Đã bao gồm chi phí dịch vụ đưa đón và dịch vụ tắm rửa.
- ◇ Ngoài ra, người sử dụng cũng phải chi trả thêm chi phí khi sử dụng các dịch vụ như dịch vụ cải thiện dinh dưỡng, dịch vụ tăng cường chức năng khoang miệng, v.v...

Dành cho những người cần chăm sóc mức độ 1 - 5 (Không áp dụng cho người cần hỗ trợ mức độ 1 và 2)

#### Chăm sóc điều dưỡng ngoại trú

Theo khu vực

Đây là dịch vụ chăm sóc ban ngày dành cho người cần chăm sóc mức độ nặng do mắc các bệnh nan y, v.v... và người cần điều dưỡng viên giám sát thường xuyên do mắc bệnh ung thư giai đoạn cuối, theo đó, người sử dụng sẽ được cung cấp các dịch vụ như luyện tập chức năng, kiểm tra sức khỏe, cũng như được chăm sóc tắm rửa, ăn uống và các chăm sóc trong hoạt động sinh hoạt hàng ngày khác.

##### <Số tiền tiêu chuẩn tự chi trả>

1 tháng	(Không phân loại) 13.605 yên
---------	---------------------------------

Chi phí ăn uống + Phí sinh hoạt hàng ngày, v.v...

- ◇ Người có thể sử dụng dịch vụ này sẽ được giới hạn tùy theo tình trạng cơ thể.

\*Số tiền tiêu chuẩn tự chi trả được tính dựa trên giả định của người có tỷ lệ tự chi trả là 10%.

Theo khu vực

Dịch vụ chăm sóc theo khu vực: Về nguyên tắc, dịch vụ chăm sóc theo khu vực chỉ cung cấp cho người dân thành phố sử dụng (người được hưởng bảo hiểm chăm sóc của thành phố).

Dành cho những người cần chăm sóc mức độ 1 - 5

**Chăm sóc ngoại trú cho những người bị chứng sa sút trí tuệ** Theo khu vực

Đây là dịch vụ chăm sóc ban ngày dành cho những người bị mắc chứng sa sút trí tuệ, theo đó, người sử dụng sẽ được hỗ trợ tắm rửa, ăn uống, luyện tập chức năng và giải trí, v.v... trong một nhóm nhỏ ít người với bầu không khí gần gũi như gia đình.

<Số tiền tiêu chuẩn tự chi trả>

Từ 8 tiếng trở lên đến dưới 9 tiếng 1 ngày

Cần chăm sóc mức độ 1	1.115 yên
Cần chăm sóc mức độ 2	1.235 yên
Cần chăm sóc mức độ 3	1.356 yên
Cần chăm sóc mức độ 4	1.479 yên
Cần chăm sóc mức độ 5	1.599 yên

Chi phí ăn uống

Chi phí sinh hoạt hàng ngày, tiền taxi, v.v...

- ◇ Đây là số tiền tiêu chuẩn tự chi trả khi sử dụng cơ sở chăm sóc ngoại trú cho những người bị chứng sa sút trí tuệ khoảng thời gian từ 8 tiếng trở lên đến dưới 9 tiếng. (Đã bao gồm chi phí dịch vụ đưa đón.)
- ◇ Nếu có sử dụng dịch vụ tắm rửa, thì sẽ cộng thêm 52 yên/ngày.
- ◇ Ngoài ra, người sử dụng cũng phải chi trả thêm chi phí khi sử dụng các dịch vụ như dịch vụ cải thiện dinh dưỡng, dịch vụ tăng cường chức năng khoang miệng, v.v...

Người cần hỗ trợ mức độ 1 và 2

**Chăm sóc ngoại trú cho những người bị chứng sa sút trí tuệ trong Chăm sóc dự phòng** Theo khu vực

Đây là dịch vụ chăm sóc ban ngày dành cho những người bị mắc chứng sa sút trí tuệ, theo đó, người sử dụng sẽ được hỗ trợ tắm rửa, ăn uống, luyện tập chức năng và giải trí, v.v... trong một nhóm nhỏ ít người với bầu không khí gần gũi như gia đình.

<Số tiền tiêu chuẩn tự chi trả>

Từ 8 tiếng trở lên đến dưới 9 tiếng 1 ngày

Cần hỗ trợ mức độ 1	964 yên
Cần hỗ trợ mức độ 2	1.076 yên

Chi phí ăn uống

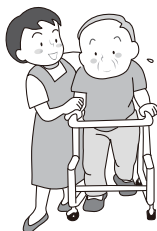
Chi phí sinh hoạt hàng ngày, tiền taxi, v.v...

- ◇ Đây là số tiền tiêu chuẩn tự chi trả khi sử dụng cơ sở chăm sóc ngoại trú cho những người bị chứng sa sút trí tuệ khoảng thời gian từ 8 tiếng trở lên đến dưới 9 tiếng. (Đã bao gồm chi phí dịch vụ đưa đón.)
- ◇ Nếu có sử dụng dịch vụ tắm rửa, thì sẽ cộng thêm 52 yên/ngày.
- ◇ Ngoài ra, người sử dụng cũng phải chi trả thêm chi phí khi sử dụng các dịch vụ như dịch vụ cải thiện dinh dưỡng, dịch vụ tăng cường chức năng khoang miệng, v.v...

Dành cho những người cần chăm sóc mức độ 1 - 5

**Phục hồi chức năng ngoại trú (chăm sóc ban ngày)**

Đây là dịch vụ dành cho những người được bác sĩ điều trị chính xác nhận cần duy trì và cải thiện chức năng tinh thần và thể chất, theo đó, người sử dụng sẽ đến cơ sở chăm sóc sức khỏe cho người cao tuổi cần chăm sóc, bệnh viện hoặc phòng khám chữa bệnh, v.v... để được luyện tập phục hồi chức năng, cũng như được chăm sóc tắm rửa, ăn uống và các chăm sóc trong hoạt động sinh hoạt hàng ngày khác.



<Số tiền tiêu chuẩn tự chi trả>

1 ngày	Cần chăm sóc mức độ 1	Cần chăm sóc mức độ 2	Cần chăm sóc mức độ 3	Cần chăm sóc mức độ 4	Cần chăm sóc mức độ 5
Từ 7 tiếng trở lên đến dưới 8 tiếng	824 yên	976 yên	1.131 yên	1.313 yên	1.490 yên

Chi phí ăn uống

Phí sinh hoạt hàng ngày, v.v...

- ◇ Đây là số tiền tiêu chuẩn tự chi trả khi sử dụng cơ sở chăm sóc ngoại trú quy mô thông thường của cơ sở chăm sóc sức khỏe cho người cao tuổi cần chăm sóc, bệnh viện và phòng khám chữa bệnh trong thời gian từ 7 tiếng trở lên đến dưới 8 tiếng. (Đã bao gồm chi phí dịch vụ đưa đón.)
- ◇ Nếu có sử dụng dịch vụ tắm rửa, thì sẽ cộng thêm 55 yên/ngày.
- ◇ Ngoài ra, người sử dụng cũng phải trả thêm chi phí khi được phục hồi chức năng chuyên sâu trong thời gian ngắn theo kế hoạch thực hiện phục hồi chức năng và khi sử dụng dịch vụ cải thiện dinh dưỡng và dịch vụ tăng cường chức năng khoang miệng, v.v...

Người cần hỗ trợ mức độ 1 và 2

**Phục hồi chức năng ngoại trú trong Chăm sóc dự phòng**

Đây là dịch vụ dành cho những người được bác sĩ điều trị chính xác nhận cần duy trì và cải thiện chức năng tinh thần và thể chất, theo đó, người sử dụng sẽ đến cơ sở chăm sóc sức khỏe cho người cao tuổi cần chăm sóc, bệnh viện hoặc phòng khám chữa bệnh, v.v... để được luyện tập phục hồi chức năng, cũng như được chăm sóc tắm rửa, ăn uống và các chăm sóc trong hoạt động sinh hoạt hàng ngày khác.

Ngoài ra, người sử dụng có thể sử dụng kết hợp các dịch vụ tùy chọn sau đây.

- Phí sử dụng là phí cố định theo đơn vị 1 tháng và chỉ có thể chọn 1 cơ sở cung cấp dịch vụ để sử dụng.
- Tăng cường chức năng vận động
  - Cải thiện dinh dưỡng
  - Tăng cường chức năng khoang miệng

<Số tiền tiêu chuẩn tự chi trả>

1 tháng	Các dịch vụ thông thường	Bổ sung tăng cường chức năng vận động	Bổ sung cải thiện dinh dưỡng	Bổ sung cải thiện chức năng khoang miệng
Cần hỗ trợ mức độ 1	2.234 yên	245 yên	218 yên	169 yên
Cần hỗ trợ mức độ 2	4.351 yên	245 yên	218 yên	169 yên

Chi phí ăn uống

Phí sinh hoạt hàng ngày, v.v...

- ◇ Chi phí "Dịch vụ đưa đón" và "Dịch vụ tắm rửa" đã được bao gồm trong các dịch vụ thông thường.

\*Số tiền tiêu chuẩn tự chi trả được tính dựa trên giả định của người có tỷ lệ tự chi trả là 10%.

Theo khu vực Dịch vụ chăm sóc theo khu vực: Về nguyên tắc, dịch vụ chăm sóc theo khu vực chỉ cung cấp cho người dân thành phố sử dụng (người được hưởng bảo hiểm chăm sóc của thành phố).

Dịch vụ có thể sử dụng

## Dịch vụ có thể sử dụng

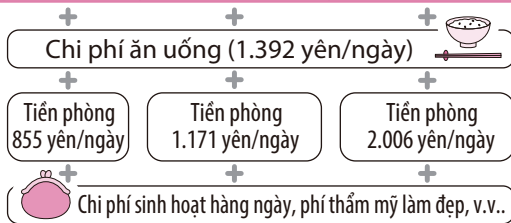
### Dành cho những người cần chăm sóc mức độ 1 - 5

#### Chăm sóc sinh hoạt nội trú ngắn hạn (chăm sóc ngắn hạn tại cơ sở phúc lợi)

Đây là dịch vụ mà người sử dụng sẽ lưu trú ngắn hạn tại cơ sở phúc lợi để được chăm sóc trong hoạt động sinh hoạt hàng ngày như ăn uống, thay quần áo, tắm rửa và tham gia các hoạt động giải trí, v.v... khi tạm thời khó có thể chăm sóc điều dưỡng tại nhà, v.v... Phí sử dụng khác nhau tùy thuộc vào loại phòng lưu trú.

#### <Số tiền tiêu chuẩn tự chi trả>

1 ngày	Phòng nhiều giường (Sức chứa từ hai người trở lên)	Phòng riêng thông thường (Phòng riêng không có chung phòng khách)	Phòng riêng theo kiểu đơn vị (Phòng riêng có chung phòng khách)
Cần chăm sóc mức độ 1	649 yên	649 yên	758 yên
Cần chăm sóc mức độ 2	724 yên	724 yên	832 yên
Cần chăm sóc mức độ 3	802 yên	802 yên	912 yên
Cần chăm sóc mức độ 4	877 yên	877 yên	988 yên
Cần chăm sóc mức độ 5	951 yên	951 yên	1.062 yên



### Người cần hỗ trợ mức độ 1 và 2

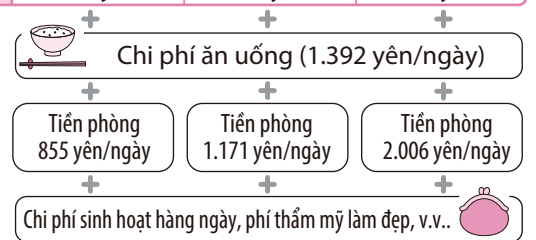
#### Chăm sóc sinh hoạt nội trú ngắn hạn trong Chăm sóc dự phòng

Dịch vụ được cung cấp để ngăn ngừa suy giảm chức năng sinh hoạt bằng cách cho người sử dụng lưu trú ngắn hạn tại cơ sở phúc lợi, khi tạm thời khó có thể chăm sóc điều dưỡng tại nhà, v.v...



#### <Số tiền tiêu chuẩn tự chi trả>

1 ngày	Phòng nhiều giường (Sức chứa từ hai người trở lên)	Phòng riêng thông thường (Phòng riêng không có chung phòng khách)	Phòng riêng theo kiểu đơn vị (Phòng riêng có chung phòng khách)
Cần hỗ trợ mức độ 1	486 yên	486 yên	569 yên
Cần hỗ trợ mức độ 2	604 yên	604 yên	707 yên



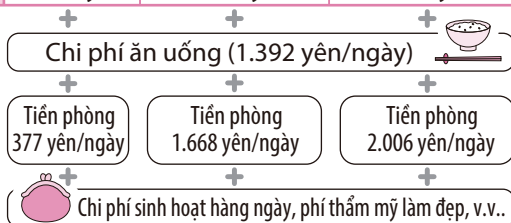
### Dành cho những người cần chăm sóc mức độ 1 - 5

#### Chăm sóc điều trị nội trú ngắn hạn (chăm sóc ngắn hạn tại cơ sở chăm sóc sức khỏe người cao tuổi và bệnh viện, v.v...)

Đây là dịch vụ mà người sử dụng sẽ đến lưu trú ngắn hạn tại cơ sở chăm sóc sức khỏe cho người cao tuổi cần chăm sóc và cơ sở y tế, v.v..., khi tạm thời khó có thể chăm sóc điều dưỡng tại nhà, v.v..., theo đó, người sử dụng sẽ được luyện tập chức năng, hỗ trợ sinh hoạt dưới sự quản lý y tế của bác sĩ, điều dưỡng viên, chuyên viên vật lý trị liệu, v.v... Phí sử dụng khác nhau tùy thuộc vào loại phòng lưu trú.

#### <Số tiền tiêu chuẩn tự chi trả>

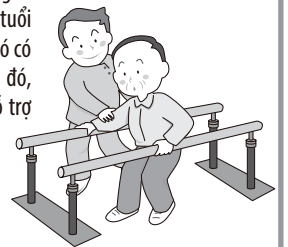
1 ngày	Phòng nhiều giường (Sức chứa từ hai người trở lên)	Phòng riêng thông thường (Phòng riêng không có chung phòng khách)	Phòng riêng theo kiểu đơn vị (Phòng riêng có chung phòng khách)
Cần chăm sóc mức độ 1	887 yên	807 yên	893 yên
Cần chăm sóc mức độ 2	939 yên	857 yên	943 yên
Cần chăm sóc mức độ 3	1.007 yên	923 yên	1.011 yên
Cần chăm sóc mức độ 4	1.063 yên	980 yên	1.069 yên
Cần chăm sóc mức độ 5	1.121 yên	1.036 yên	1.125 yên



### Người cần hỗ trợ mức độ 1 và 2

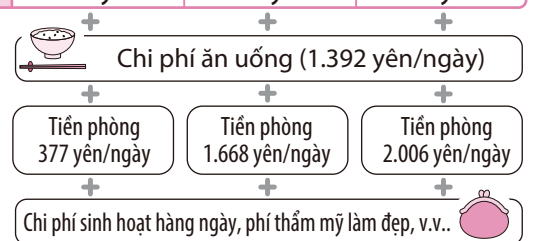
#### Chăm sóc điều trị nội trú ngắn hạn trong Chăm sóc dự phòng

Đây là dịch vụ mà người sử dụng sẽ đến lưu trú ngắn hạn tại cơ sở chăm sóc sức khỏe cho người cao tuổi cần chăm sóc và cơ sở y tế, v.v..., khi tạm thời khó có thể chăm sóc điều dưỡng tại nhà, v.v..., theo đó, người sử dụng sẽ được luyện tập chức năng, hỗ trợ trong các hoạt động sinh hoạt hàng ngày với mục đích chăm sóc dự phòng dưới sự quản lý y tế của bác sĩ, điều dưỡng viên và chuyên viên vật lý trị liệu, v.v...



#### <Số tiền tiêu chuẩn tự chi trả>

1 ngày	Phòng nhiều giường (Sức chứa từ hai người trở lên)	Phòng riêng thông thường (Phòng riêng không có chung phòng khách)	Phòng riêng theo kiểu đơn vị (Phòng riêng có chung phòng khách)
Cần hỗ trợ mức độ 1	654 yên	619 yên	666 yên
Cần hỗ trợ mức độ 2	824 yên	773 yên	839 yên



◇ Nếu có sử dụng dịch vụ đưa đón, thì sẽ cộng thêm 198 yên - 201 yên/chuyến.

◇ Tiền tã được tính trong bảo hiểm chăm sóc.

\*Chi phí ăn uống và tiền phòng là số tiền tiêu chuẩn theo quy định của Chính phủ. Vui lòng liên hệ từng cơ sở để biết mức phí cụ thể. (Trang 35)

\* Có chế độ giảm chi phí ăn uống và tiền phòng cho những người có thu nhập thấp (Trang 35, 38)

\*Số tiền tiêu chuẩn tự chi trả được tính dựa trên giả định của người có tỷ lệ tự chi trả là 10%.

Theo khu vực

Dịch vụ chăm sóc theo khu vực: Về nguyên tắc, dịch vụ chăm sóc theo khu vực chỉ cung cấp cho người dân thành phố sử dụng (người được hưởng bảo hiểm chăm sóc của thành phố).



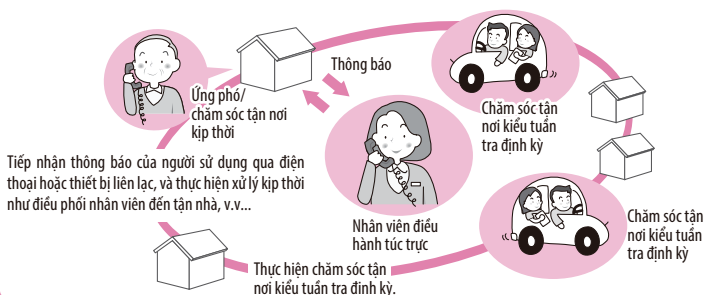
# Dịch vụ có thể sử dụng 24/24

Dành cho những người cần chăm sóc mức độ 1 - 5 (Không áp dụng cho người cần hỗ trợ mức độ 1 và 2)

## Điều dưỡng chăm sóc tận nơi kiểu tuần tra định kỳ, ứng phó kịp thời

Theo khu vực

Đây là dịch vụ kết hợp hoặc liên kết chặt chẽ giữa chăm sóc tận nơi 24/24 và chăm sóc tận nơi để thực hiện chăm sóc tận nơi kiểu tuần tra định kỳ và chăm sóc tận nơi/ứng phó kịp thời. Về nguyên tắc, chỉ có thể sử dụng 1 nhà cung cấp dịch vụ.



Tiếp nhận thông báo của người sử dụng qua điện thoại hoặc thiết bị liên lạc, và thực hiện xử lý kịp thời như điều phối nhân viên đến tận nhà, v.v...

### <Số tiền tiêu chuẩn tự chi trả>

1 tháng

	Sử dụng chăm sóc, điều dưỡng	Sử dụng chăm sóc
Cần chăm sóc mức độ 1	9.243 yên	6.335 yên
Cần chăm sóc mức độ 2	14.440 yên	11.307 yên
Cần chăm sóc mức độ 3	22.041 yên	18.774 yên
Cần chăm sóc mức độ 4	27.171 yên	23.749 yên
Cần chăm sóc mức độ 5	32.917 yên	28.722 yên

Dành cho những người cần chăm sóc mức độ 1 - 5

Người cần hỗ trợ mức độ 1 và 2

## Chăm sóc tại nhà đa chức năng với quy mô nhỏ

Theo khu vực

## Chăm sóc tại nhà đa chức năng với quy mô nhỏ trong Chăm sóc dự phòng

Theo khu vực

Dịch vụ này bao gồm dịch vụ nhân viên ghé thăm nhà người sử dụng để chăm sóc, dịch vụ người sử dụng đến lưu trú ngắn hạn tại cơ sở cung cấp dịch vụ để nhận chăm sóc, và chủ yếu là dịch vụ người sử dụng đi đến cơ sở ở nằm ở khu vực quen thuộc để được chăm sóc.

Dịch vụ nhân viên ghé thăm nhà và dịch vụ người sử dụng lưu trú tại cơ sở cung cấp dịch vụ được cung cấp bởi nhân viên đã quen thuộc thường đến chăm sóc. Phí sử dụng là phí cố định theo đơn vị 1 tháng (phí lưu trú, v.v... sẽ được tính riêng), và chỉ có thể chọn 1 cơ sở cung cấp dịch vụ để sử dụng. Ngoài ra, trong thời gian sử dụng dịch vụ này, người sử dụng không thể sử dụng một số dịch vụ tại nhà như chăm sóc tận nơi (trợ giúp tại nhà), chăm sóc ngoại trú (dịch vụ chăm sóc ban ngày), chăm sóc sinh hoạt nội trú ngắn hạn và chăm sóc điều dưỡng (chăm sóc ngắn hạn), v.v... và các dịch vụ chăm sóc theo khu vực khác. Ngoài ra, người quản lý chăm sóc trực thuộc cơ sở cung cấp dịch vụ sẽ là người lập kế hoạch chăm sóc.

Tùy theo tình trạng và mong muốn của người sử dụng



### <Số tiền tiêu chuẩn tự chi trả>

1 tháng

Cần chăm sóc mức độ 1	11.341 yên
Cần chăm sóc mức độ 2	16.666 yên
Cần chăm sóc mức độ 3	24.244 yên
Cần chăm sóc mức độ 4	26.758 yên
Cần chăm sóc mức độ 5	29.504 yên

+

Chi phí ăn uống
Phí lưu trú
Phí sinh hoạt hàng ngày, v.v...

### <Số tiền tiêu chuẩn tự chi trả>

1 tháng

Cần hỗ trợ mức độ 1	3.741 yên
Cần hỗ trợ mức độ 2	7.560 yên

+

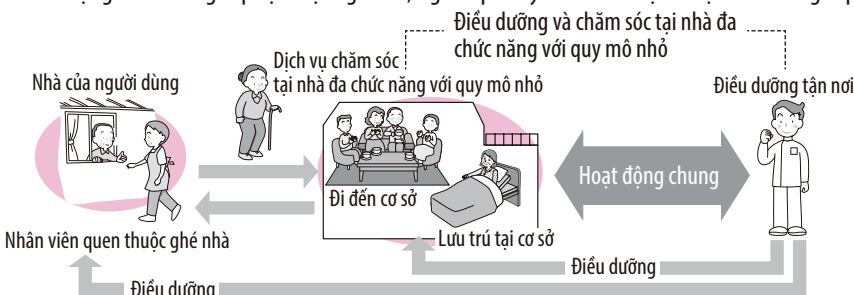
Chi phí ăn uống
Phí lưu trú
Phí sinh hoạt hàng ngày, v.v...

Dành cho những người cần chăm sóc mức độ 1 - 5 (Không áp dụng cho người cần hỗ trợ mức độ 1 và 2)

## Điều dưỡng và chăm sóc tại nhà đa chức năng với quy mô nhỏ (Tên gọi cũ: Dịch vụ kiểu phức hợp)

Theo khu vực

Đây dịch vụ kết hợp giữa chăm sóc tại nhà đa chức năng với quy mô nhỏ và điều dưỡng tận nơi, cung cấp linh hoạt dịch vụ "ghé nhà chăm sóc", "lưu trú tại cơ sở" tùy theo tình trạng và mong muốn của người dùng, nhưng chủ yếu tập trung vào dịch vụ "đi đến cơ sở" cung cấp dịch vụ. Về nguyên tắc, chỉ có thể sử dụng 1 nhà cung cấp dịch vụ. Ngoài ra, người quản lý chăm sóc trực thuộc cơ sở cung cấp dịch vụ sẽ là người lập kế hoạch chăm sóc.



### <Estimated Personally Borne Expenses>

1 tháng

Cần chăm sóc mức độ 1	13.533 yên
Cần chăm sóc mức độ 2	18.935 yên
Cần chăm sóc mức độ 3	26.617 yên
Cần chăm sóc mức độ 4	30.189 yên
Cần chăm sóc mức độ 5	34.148 yên

+

Chi phí ăn uống
Phí lưu trú
Phí sinh hoạt hàng ngày, v.v...

- Số người đăng ký: tối đa 29 người
- Số người đi đến cơ sở: tối đa 18 người
- Số người lưu trú tại cơ sở: tối đa 9 người

Bất kể sử dụng dịch vụ nào, người sử dụng đều có thể nhận được dịch vụ từ những nhân viên quen thuộc

\*Số tiền tiêu chuẩn tự chi trả được tính dựa trên giả định của người có tỷ lệ tự chi trả là 10%.

Theo khu vực

Dịch vụ chăm sóc theo khu vực: Về nguyên tắc, dịch vụ chăm sóc theo khu vực chỉ cung cấp cho người dân thành phố sử dụng (người được hưởng bảo hiểm chăm sóc của thành phố).

Dịch vụ có thể sử dụng

## Dịch vụ chuẩn bị môi trường sống

Dành cho những người cần chăm sóc mức độ 1 - 5

### Cho mượn dụng cụ phúc lợi (cho thuê)

Người sử dụng có thể mượn dụng cụ phúc lợi để giúp tự lập trong sinh hoạt hàng ngày.

Người cần hỗ trợ mức độ 1 và 2

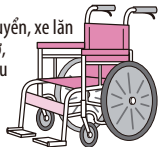
### Cho mượn dụng cụ phúc lợi trong Chăm sóc dự phòng (cho thuê)

Người sử dụng có thể mượn dụng cụ phúc lợi để giúp tự lập trong sinh hoạt góp phần vào chăm sóc dự phòng.

#### Dụng cụ cho mượn (13 loại)

1 Xe lăn

\*Xe lăn tự di chuyển, xe lăn dùng để hỗ trợ, xe lăn điện kiểu thông thường



2 Phụ kiện xe lăn

\*Đệm, thiết bị truyền động điện, v.v...



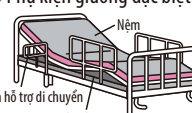
3 Giường đặc biệt (giường chăm sóc)

\*Loại có thể điều chỉnh góc độ lưng, loại có thể điều chỉnh chiều cao giường, v.v...



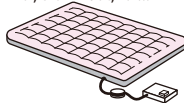
4 Phụ kiện giường đặc biệt

\*Thanh hỗ trợ di chuyển, Thanh vịn Bàn, đai trợ lực, thảm trượt



5 Dụng cụ phòng ngừa loét do nằm liệt giường

\*Thảm hơi, thảm nước, v.v...



6 Dụng cụ hỗ trợ thay đổi tư thế

\*Bao gồm cả thiết bị hỗ trợ ngồi dậy, v.v...



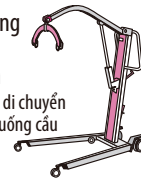
7 Thiết bị cảm biến hỗ trợ tránh cho người già mất trí nhớ đi lang thang

\*Bao gồm cảm biến rời giường, v.v...



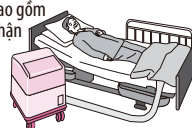
8 Thiết bị nâng di chuyển bệnh nhân

\*Bao gồm thiết bị di chuyển bệnh nhân lên xuống cầu thang, v.v...



9 Thiết bị xử lý bài tiết tự động

\*Không bao gồm các bộ phận có thể thay thế

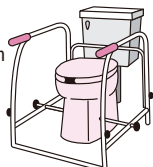


\*1-8 Người cần hỗ trợ mức độ 1 và 2 và người cần chăm sóc mức độ 1 không thể sử dụng các dụng cụ này, ngoại trừ một số trường hợp ngoại lệ nhất định.

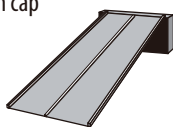
\*Trong số các thiết bị xử lý bài tiết tự động ở mục số 9, người cần hỗ trợ mức độ 1 và 2 và người cần chăm sóc mức độ 1~3 không thể sử dụng thiết bị có chức năng hút phân (có thể sử dụng thiết bị hút phân) ngoại trừ một số trường hợp ngoại lệ nhất định.

10 Tay vịn

\*Loại không cần gia công lắp ráp



11 Bậc tam cấp



12 Khung tập đi



13 Gậy hỗ trợ đi bộ



#### <Số tiền tiêu chuẩn tự chi trả>

10% phí thuê (20% hoặc 30% nếu người sử dụng có thu nhập từ mức cố định trở lên)

\*Phí thuê khác nhau tùy thuộc vào loại/danh mục của thiết bị và nhà cung cấp.

Dành cho những người cần chăm sóc mức độ 1 - 5

### Bán dụng cụ phúc lợi chuyên dùng đặc thù

Trường hợp người sử dụng đã mua dụng cụ phúc lợi hỗ trợ bài tiết hoặc tắm rửa, v.v... không phù hợp để cho mượn từ cơ sở chỉ định, người sử dụng sẽ được hoàn lại một phần chi phí mua.

#### Dụng cụ có thể mua (5 loại)

1 Ghế bô vệ sinh cho người già

\*Bao gồm các bộ phận nâng đáy bệ ngồi, v.v...



2 Các bộ phận có thể thay thế của thiết bị xử lý bài tiết tự động

\*Bộ phận tiếp nhận, ống, bể chứa, v.v...

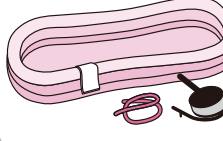


3 Dụng cụ hỗ trợ tắm

\*Ghế tắm, ghế ngồi trong bồn tắm, ghế ngồi di động chuyên dụng, đai hỗ trợ khi tắm, v.v...



4 Bồn tắm đơn giản



5 Tắm nâng của thiết bị nâng để di chuyển



- Chỉ chấp nhận hoàn tiền cho dụng cụ mua từ cơ sở được chỉ định.
- Trường hợp người sử dụng sống tại viện dưỡng lão kết hợp chăm sóc có trả phí hoặc nhà chăm sóc tập thể, thì về nguyên tắc là không thể sử dụng.

#### <Số tiền tiêu chuẩn tự chi trả>

10% giá mua (20% hoặc 30% nếu người sử dụng có thu nhập từ mức cố định trở lên)

Hạn mức hoàn trả: 90.000 yên đối với trường hợp chi trả 10% (năm)

\*Nếu giá mua dụng cụ quá 100.000 yên, người sử dụng sẽ phải tự thanh toán toàn bộ số tiền vượt quá.

- Đơn đăng ký (Được phát tại Ban bảo hiểm và trợ cấp của Tòa thị chính quận)
- Biên nhận
- Tài liệu giải thích lý do cần dụng cụ phúc lợi (chọn một trong số các tài liệu sau: mô tả trong đơn đăng ký, bản tuyên bố lý do, kế hoạch dịch vụ chăm sóc tại nhà và kế hoạch mua dụng cụ phúc lợi)
- Tờ bướm về dụng cụ phúc lợi cần mua, v.v... (tài liệu có ghi mô tả khái quát dụng cụ phúc lợi)

\*Về nguyên tắc, không được mua cùng một loại nhiều lần.

Các giấy tờ cần thiết khi đăng ký

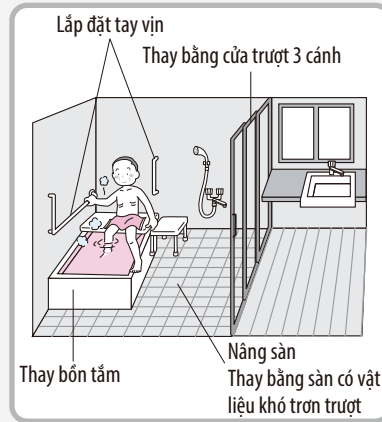
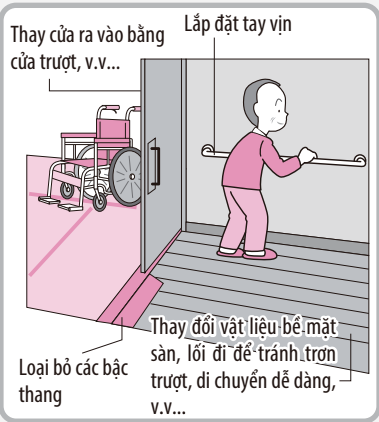
Dành cho những người cần chăm sóc mức độ 1 - 5

Người cần hỗ trợ mức độ 1 và 2

Sửa chữa nhà ở

Sửa chữa nhà ở để chăm sóc dự phòng

Trường hợp người cần chăm sóc tại nhà, v.v..., sửa chữa nhà ở để có thể tiếp tục sinh hoạt ở nhà, một phần số tiền đã trả sẽ được hoàn trả lại tối đa là 200.000 yên.



Các hạng mục thi công cần thực hiện

- (1) Lắp đặt tay vịn
- (2) Loại bỏ bậc thang hoặc dốc nghiêng
- (3) Thay đổi vật liệu bề mặt sàn, lối đi để tránh trơn trượt và di chuyển dễ dàng, v.v...
- (4) Thay cửa ra vào bằng cửa trượt, v.v... (Bao gồm tháo cửa cũ, lắp cửa mới [nếu chi phí thấp hơn so với thay cửa])
- (5) Thay bồn cầu kiểu Nhật, v.v... sang bồn cầu kiểu Tây
- (6) Hạng mục thi công được công nhận là cần thiết đi kèm với các hạng mục thi công từ (1)-(5) nêu trên

- Gia cố nền tường để lắp đặt tay vịn
- Thi công lắp đặt các thiết bị cấp thoát nước khi xây dựng nhà tắm, nhà vệ sinh
- Lắp đặt rào chắn, v.v... để ngăn ngừa bánh xe rơi xuống và trật bánh xe khi lắp đặt dốc nghiêng
- Sửa chữa tường hoặc cột nhà khi thay cửa ra vào v.v...

Các giấy tờ cần thiết để đăng ký (Trường hợp không thanh toán ủy quyền.)

[Trước khi thi công]

- (1) Đơn đăng ký (Được phát tại Ban bảo hiểm và trợ cấp của Tòa thị chính quận)
- (2) Bản dự toán và bản chi tiết số tiền dự toán
- (3) Bản lý lo cần sửa chữa nhà ở (do người quản lý chăm sóc soạn thảo. Trường hợp chưa có, vui lòng trao đổi với Ban hỗ trợ người cao tuổi và người khuyết tật của Tòa thị chính quận.)
- (4) Hình ảnh trước khi thi công
- (5) Giấy tờ thể hiện tình trạng dự kiến hoàn thành sau khi sửa chữa nhà ở (hình ảnh, hình vẽ, v.v...)
- (6) Bản sao giấy chấp thuận về việc sửa chữa nhà ở và hợp đồng cho thuê nhà (nếu bạn ở nhà thuê)

[Sau khi hoàn thành thi công]

- (1) Biên lai và bản chi tiết thi công
- (2) Hình ảnh sau khi sửa chữa

■ Về nguyên tắc, không áp dụng cho những người sống trong các cơ sở/nhà ở dành cho người cao tuổi như viện dưỡng lão có trả phí, nhà chăm sóc tập thể hoặc nhà ở cho người cao tuổi với các dịch vụ đi kèm, v.v...

Xử lý sửa chữa nhà ở của thành phố Yokohama

Sửa chữa nhà ở là hệ thống trong đó người sử dụng sẽ thanh toán một lần toàn bộ chi phí (phần trợ cấp bảo hiểm + phần tự chi trả), sau đó sẽ được hoàn trả lại một phần (phần trợ cấp bảo hiểm) trong phạm vi hạn mức. Thành phố Yokohama có hệ thống thanh toán ủy quyền cho phép sửa chữa chỉ cần thanh toán phần tự chi trả cho cơ sở cung cấp dịch vụ.

Hệ thống này chỉ dành cho những hạng mục sửa chữa do các cơ sở cung cấp dịch vụ sửa chữa nhà ở đã đăng ký với thành phố thực hiện. Danh sách các cơ sở cung cấp dịch vụ đã đăng ký được đăng tải trên trang web của thành phố Yokohama. Ngoài ra, bạn cũng có thể xem tại Ban hỗ trợ người cao tuổi và người khuyết tật hoặc Ban bảo hiểm và trợ cấp của Tòa thị chính quận.

Danh sách sửa chữa nhà ở bằng bảo hiểm chăm sóc thành phố Yokohama [Tìm kiếm](#)

◇ Ngoài chương trình sửa chữa nhà ở bằng bảo hiểm chăm sóc, còn có chương trình cải thiện môi trường sống. (Xem trang 39).

Mặc dù các hạng mục thi công được hỗ trợ và số tiền hỗ trợ, v.v... khác nhau, nhưng cũng có một số trường hợp, bạn có thể sử dụng đồng thời cả hai chương trình. Đối với chương trình cải thiện môi trường sống, vui lòng trao đổi với Ban hỗ trợ người cao tuổi và người khuyết tật của Tòa thị chính quận trước khi bắt đầu thi công.

<Số tiền tiêu chuẩn tự chi trả>

10% (20% hoặc 30% nếu có thu nhập từ mức cố định trở lên) chi phí sửa chữa

Hạn mức hoàn trả: 180.000 yên đối với trường hợp chi trả 10%

\* Hạn mức dành cho chi phí sửa chữa là 200.000 yên cho mỗi ngôi nhà.

Nếu bạn chuyển nơi ở, hoặc nếu "mức độ cần chăm sóc (\*)" của bạn tăng lên từ 3 mức trở lên, có thể đăng ký lại (hạn mức là 200.000 yên).

(\*) Cần chăm sóc mức độ 1 và cần hỗ trợ mức độ 2 được tính là cùng một mức độ.

- (1) Trước khi bắt đầu thi công, vui lòng chuẩn bị các giấy tờ đăng ký và đăng ký tại Ban bảo hiểm và trợ cấp của Tòa thị chính quận. Bắt đầu thi công sau khi đã nhận được "Thông báo liên quan đến việc sửa chữa nhà ở" được cấp bởi Ban bảo hiểm và trợ cấp.
- (2) Sau khi đã hoàn thành thi công và thanh toán một lần toàn bộ chi phí cho cơ sở cung cấp dịch vụ, và nộp cho Ban bảo hiểm và trợ cấp của Tòa thị chính quận cùng với các giấy tờ cần thiết như biên lai, v.v... thì phần trợ cấp bảo hiểm sẽ được hoàn trả.

# Dịch vụ có thể sử dụng

## Dịch vụ hỗ trợ sinh hoạt tại nhà

Dành cho những người cần chăm sóc mức độ 1 - 5

### Chăm sóc sinh hoạt cộng đồng dành cho người bị chứng sa sút trí tuệ

Theo khu vực

Những người bị chứng sa sút trí tuệ sống cùng với nhau, từ 5 - 9 người trong bầu không khí gia đình và được chăm sóc sinh hoạt hằng ngày. Nhằm giảm bớt sự tiến triển của các triệu chứng sa sút trí tuệ và giúp mọi người yên tâm sinh hoạt hằng ngày, chúng tôi đã trang bị phòng ở, phòng khách, phòng ăn, phòng tắm, v.v..., và mỗi người sử dụng sẽ đảm nhận các công việc nhà riêng.

\* Số tiền chi trả khác nhau tùy thuộc vào số lượng đơn vị.

#### <Số tiền tiêu chuẩn tự chi trả>

1 tháng

	1 đơn vị	Từ 2 đơn vị trở lên
Cần chăm sóc mức độ 1	24.571 yên	24.185 yên
Cần chăm sóc mức độ 2	25.728 yên	25.310 yên
Cần chăm sóc mức độ 3	26.468 yên	26.082 yên
Cần chăm sóc mức độ 4	27.015 yên	26.597 yên
Cần chăm sóc mức độ 5	27.594 yên	27.143 yên



Chi phí ăn uống

Tiền phòng, phí quản lý, chi phí điện nước, v.v...

Chi phí sinh hoạt hằng ngày  
Tiền tã, tiền làm đẹp, v.v...

Người cần hỗ trợ mức độ 2

### Chăm sóc sinh hoạt cộng đồng dành cho người bị chứng sa sút trí tuệ chăm sóc dự phòng

Theo khu vực

Những người bị chứng sa sút trí tuệ sống cùng nhau trong bầu không khí gia đình, được các nhân viên hỗ trợ sinh hoạt hằng ngày cũng như được cung cấp các dịch vụ giúp cải thiện chức năng sinh hoạt.

\* Không dành cho những người cần hỗ trợ mức 1.

\* Số tiền chi trả khác nhau tùy thuộc vào số lượng đơn vị.

#### <Số tiền tiêu chuẩn tự chi trả>

1 tháng

	1 đơn vị	Từ 2 đơn vị trở lên
Cần hỗ trợ mức độ 2	24.442 yên	24.056 yên



Chi phí ăn uống

Tiền phòng, phí quản lý, chi phí điện nước, v.v...

Chi phí sinh hoạt hằng ngày  
Tiền tã, tiền làm đẹp, v.v...

Dành cho những người cần chăm sóc mức độ 1 - 5

### Chăm sóc sinh hoạt cho người ở nội trú trong cơ sở chỉ định (Viện dưỡng lão kết hợp chăm sóc có thu phí, v.v...)

Có thể chuyển đến viện dưỡng lão kết hợp chăm sóc có thu phí, v.v... được chỉ định bảo hiểm chăm sóc, để được hỗ trợ chăm sóc về ăn uống, tắm rửa, bài tiết, v.v... và phục hồi chức năng. Ngoài ra, cũng có một số cơ sở cung cấp dịch vụ ngắn hạn (tối đa 30 ngày).

#### <Số tiền tiêu chuẩn tự chi trả>

1 tháng

Cần chăm sóc mức độ 1	Cần chăm sóc mức độ 2	Cần chăm sóc mức độ 3	Cần chăm sóc mức độ 4	Cần chăm sóc mức độ 5
17.302 yên	19.425 yên	21.676 yên	23.734 yên	25.954 yên

Phí quản lý  
Chi phí ăn uống



Chi phí điện nước, số tiền tương đương với tiền thuê nhà, chi phí sinh hoạt hằng ngày, tiền tã, tiền làm đẹp, v.v...



Người cần hỗ trợ mức độ 1 và 2

### Chăm sóc sinh hoạt cho người ở nội trú trong cơ sở chỉ định chăm sóc dự phòng (Viện dưỡng lão kết hợp chăm sóc có thu phí, v.v...)

Có thể chuyển đến viện dưỡng lão kết hợp chăm sóc có thu phí, v.v... được chỉ định bảo hiểm chăm sóc, để được các nhân viên hỗ trợ sinh hoạt hằng ngày cũng như được cung cấp các dịch vụ giúp cải thiện chức năng sinh hoạt.

#### <Số tiền tiêu chuẩn tự chi trả>

1 tháng

Cần hỗ trợ mức độ 1	Cần hỗ trợ mức độ 2
5.854 yên	10.002 yên

Phí quản lý  
Chi phí ăn uống



Chi phí điện nước, số tiền tương đương với tiền thuê nhà, chi phí sinh hoạt hằng ngày, tiền tã, tiền làm đẹp, v.v...



Dành cho những người cần chăm sóc mức độ 1 - 5 (Không áp dụng cho người cần hỗ trợ mức độ 1 và 2)

### Chăm sóc sinh hoạt cho người nội trú trong cơ sở chỉ định theo khu vực (Viện dưỡng lão kết hợp chăm sóc có thu phí, v.v...)

Theo khu vực

Tại các viện dưỡng lão kết hợp chăm sóc có thu phí, v.v... (cơ sở chăm sóc chỉ định) hoạt động với quy mô nhỏ có sức chứa từ 29 người trở xuống, cung cấp dịch vụ giống như chăm sóc sinh hoạt cho người nội trú trong cơ sở chỉ định dành cho một số ít người ở nội trú.

#### <Số tiền tiêu chuẩn tự chi trả>

1 tháng

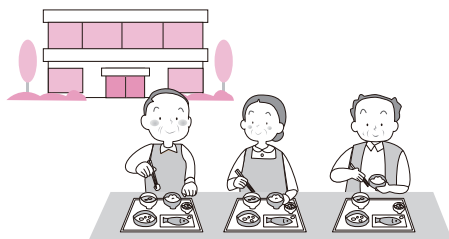
Cần chăm sóc mức độ 1	17.431 yên
Cần chăm sóc mức độ 2	19.586 yên
Cần chăm sóc mức độ 3	21.837 yên
Cần chăm sóc mức độ 4	23.927 yên
Cần chăm sóc mức độ 5	26.146 yên

Phí quản lý  
Chi phí điện nước  
Số tiền tương đương với tiền thuê nhà

Chi phí ăn uống



Chi phí sinh hoạt hằng ngày, tiền tã, tiền làm đẹp, v.v...



\*Số tiền tiêu chuẩn tự chi trả được tính dựa trên giả định của người có tỷ lệ tự chi trả là 10%.

Theo khu vực

Dịch vụ chăm sóc theo khu vực: Về nguyên tắc, dịch vụ chăm sóc theo khu vực chỉ cung cấp cho người dân thành phố sử dụng (người được hưởng bảo hiểm chăm sóc của thành phố).

# Dịch vụ hỗ trợ sinh hoạt tại cơ sở

Về nguyên tắc, dành cho những người cần chăm sóc mức độ 3 - 5 (Không áp dụng cho người cần hỗ trợ mức độ 1 và 2.)  
 Đối với những người cần chăm sóc mức độ 1 và 2, có chế độ nội trú đặc biệt. (Tham khảo bên dưới)

## Cơ sở phúc lợi cho người cao tuổi cần chăm sóc (Viện dưỡng lão chăm sóc đặc biệt)

Là các cơ sở chăm sóc sinh hoạt hằng ngày như chăm sóc tắm rửa, bài tiết, ăn uống, v.v..., tập luyện chức năng, quản lý sức khỏe và chăm sóc về mặt điều trị.

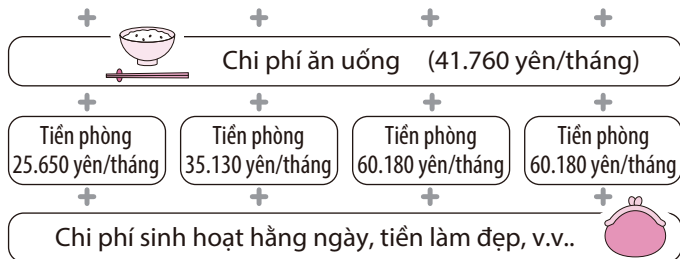
## Chăm sóc sinh hoạt nội trú tại cơ sở phúc lợi cho người cao tuổi cần chăm sóc theo khu vực

Theo khu vực

Là viện dưỡng lão chăm sóc đặc biệt hoạt động với quy mô nhỏ có sức chứa từ 29 người trở xuống. Các dịch vụ giống như viện dưỡng lão chăm sóc đặc biệt cũng được cung cấp cho một số ít người ở nội trú.

### <Số tiền tiêu chuẩn tự chi trả>

1 tháng	[Cơ sở phúc lợi cho người cao tuổi cần chăm sóc] Phòng nhiều giường (Sức chứa từ 2 người trở lên)	[Cơ sở phúc lợi cho người cao tuổi cần chăm sóc] Phòng riêng thông thường Phòng riêng không có chung phòng khách	[Cơ sở phúc lợi cho người cao tuổi cần chăm sóc] Phòng riêng kiểu đơn vị Phòng riêng có chung phòng khách	[Cơ sở phúc lợi cho người cao tuổi theo khu vực] Phòng riêng kiểu đơn vị Phòng riêng có chung phòng khách
Cần chăm sóc mức độ 1	18.428 yên	18.428 yên	20.969 yên	21.258 yên
Cần chăm sóc mức độ 2	20.615 yên	20.615 yên	23.156 yên	23.477 yên
Cần chăm sóc mức độ 3	22.898 yên	22.898 yên	25.503 yên	25.825 yên
Cần chăm sóc mức độ 4	25.085 yên	25.085 yên	27.722 yên	28.108 yên
Cần chăm sóc mức độ 5	27.240 yên	27.240 yên	29.877 yên	30.295 yên



- ◇ Ngoài ra, còn có các chi phí bổ sung tùy thuộc vào dịch vụ do cơ sở cung cấp và dịch vụ do người sử dụng lựa chọn.
- ◇ Tiền tã được tính trong bảo hiểm chăm sóc.
- \* Chi phí ăn uống và tiền phòng là số tiền tiêu chuẩn do quốc gia quy định. Vui lòng liên hệ từng cơ sở để biết mức phí cụ thể. (Trang 35)
- \* Đối với những người có thu nhập thấp, có chế độ giảm chi phí ăn uống và tiền phòng. (Trang 35, 38)

\*Số tiền tiêu chuẩn tự chi trả được tính dựa trên giả định của người có tỷ lệ tự chi trả là 10%.

Theo khu vực Dịch vụ chăm sóc theo khu vực: Về nguyên tắc, dịch vụ chăm sóc theo khu vực chỉ cung cấp cho người dân thành phố sử dụng (người được hưởng bảo hiểm chăm sóc của thành phố).

## Hệ thống nội trú đặc biệt

Từ tháng 4/2015, về nguyên tắc, viện dưỡng lão chăm sóc đặc biệt là cơ sở dành cho những người cần chăm sóc mức độ 3 trở lên, tuy nhiên, về chế độ nội trú đặc biệt, trường hợp những người cần chăm sóc mức độ 1, 2 phù hợp với các điều kiện dưới đây thì vẫn có thể được phép nội trú đặc biệt.

- Do chứng sa sút trí tuệ, bệnh nhân thường xuyên gặp khó khăn trong giao tiếp, xuất hiện các triệu chứng/hành vi gây trở ngại trong sinh hoạt hằng ngày, khiến cho việc sinh hoạt hằng ngày tại nhà gặp nhiều khó khăn.
- Cùng với khuyết tật trí tuệ, khuyết tật thần kinh, v.v..., bệnh nhân thường xuyên gặp khó khăn trong giao tiếp, xuất hiện các triệu chứng/hành vi gây trở ngại trong sinh hoạt hằng ngày, khiến cho việc sinh hoạt hằng ngày tại nhà gặp nhiều khó khăn.
- Bệnh nhân ở trong tình trạng khó đảm bảo tính an toàn, an tâm về tinh thần và thể chất do nghi ngờ bị gia đình, v.v... ngược đãi nghiêm trọng, v.v...
- Khi gặp khó khăn trong việc sinh hoạt hằng ngày tại nhà do không thể nhờ đến sự hỗ trợ từ gia đình, v.v... vì là hộ gia đình chỉ có một thành viên hoặc các thành viên trong gia đình đã lớn tuổi, ốm yếu, hay nuôi con nhỏ, đi làm, v.v..., cũng như không được cung cấp đủ các dịch vụ chăm sóc và hỗ trợ sinh hoạt trong khu vực.

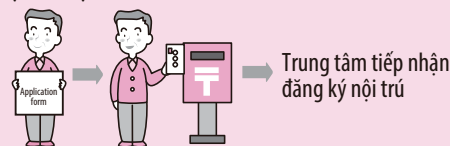
Đối với những người cần chăm sóc ở mức độ 1, 2 có nguyện vọng ở nội trú, vui lòng đánh dấu tích vào các cột tương ứng với yêu cầu nội trú đặc biệt được ghi rõ trong đơn đăng ký nội trú để đăng ký.

## Cách đăng ký nội trú ở các cơ sở phúc lợi cho người cao tuổi cần chăm sóc (Viện dưỡng lão chăm sóc đặc biệt)

Tiếp nhận đăng ký hàng loạt tại "Trung tâm tiếp nhận đăng ký nội trú".  
 Vui lòng điền vào đơn đăng ký được phát tại Ban hỗ trợ người cao tuổi và người khuyết tật của Tòa thị chính quận, trung tâm chăm sóc cộng đồng, các viện dưỡng lão chăm sóc đặc biệt, và Ban cơ sở chăm sóc người cao tuổi thuộc Cục Y tế và Phúc lợi, v.v..., sau đó gửi qua đường bưu điện đến địa chỉ bên dưới.

<Nơi đăng ký> Trung tâm tiếp nhận đăng ký nội trú ở viện dưỡng lão chăm sóc đặc biệt (bên trong trung tâm tư vấn về cơ sở/nhà ở dành cho người cao tuổi)

Tầng 10, tòa nhà Yume Ooka Office Tower, 1-6-1, Kamiookanishi, Konan-ku 233-0002  
 ĐT: 045-840-5817 FAX: 045-840-5816



## Cơ sở dành cho người cao tuổi /Trung tâm tư vấn nhà ở

"Trung tâm tư vấn về cơ sở/nhà ở dành cho người cao tuổi" đã được thành lập với vai trò là quầy tư vấn về cơ sở/nhà ở dành cho người cao tuổi.  
 Các nhân viên tư vấn chuyên môn sẽ tư vấn cụ thể từng trường hợp cá nhân, cung cấp các thông tin khác nhau như thông tin cơ bản về cơ sở, tình trạng chờ nội trú.

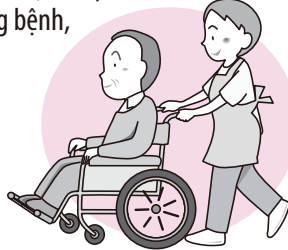
- ◇ Quầy tiếp nhận : Tầng 10, tòa nhà Yume Ooka Office Tower, 1-6-1, Kamiookanishi, Konan-ku Điện thoại 045-342-8866
- ◇ Thời gian tiếp nhận tư vấn (ưu tiên đặt hẹn trước): Thứ Hai - thứ Sáu 9:00 - 17:00 (Nghỉ thứ Bảy, Chủ nhật, ngày lễ, các ngày cuối năm và đầu năm)
- ◇ Thông tin cơ sở cung cấp dịch vụ: Viện dưỡng lão chăm sóc đặc biệt · Cơ sở chăm sóc sức khỏe cho người cao tuổi cần chăm sóc · Nhà chăm sóc tập thể · Viện dưỡng lão phí thấp, v.v...

## Dịch vụ có thể sử dụng

Dành cho những người cần chăm sóc mức độ 1 - 5 (Không áp dụng cho người cần hỗ trợ mức độ 1 và 2)

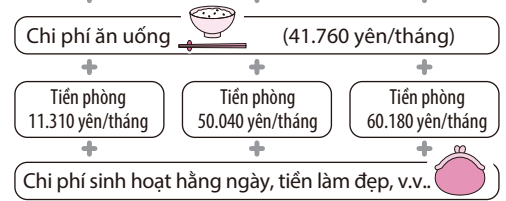
### Cơ sở chăm sóc sức khỏe cho người cao tuổi cần chăm sóc

Là cơ sở thực hiện phục hồi chức năng các động tác sinh hoạt hằng ngày, v.v... giúp cho người sử dụng có thể tự lập trong việc sinh hoạt hằng ngày, đồng thời giúp người sử dụng sớm quay trở về cuộc sống sinh hoạt tại nhà. Với mục tiêu giúp người sử dụng sớm quay trở về cuộc sống sinh hoạt tại nhà, chúng tôi định kỳ kiểm tra xem người sử dụng đã có thể rời khỏi cơ sở và sinh hoạt tại nhà được chưa. Nếu nhận thấy người sử dụng cần điều trị nội trú do tình trạng bệnh, chúng tôi sẽ giới thiệu cơ sở y tế thích hợp.



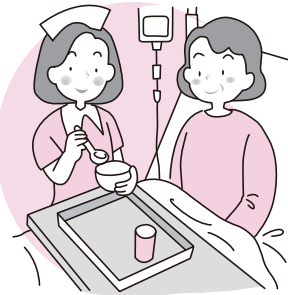
#### <Số tiền tiêu chuẩn tự chi trả>

1 tháng	Phòng nhiều giường (Sức chứa từ 2 người trở lên)	Phòng riêng thông thường Phòng riêng không có chung phòng khách	Phòng riêng kiểu đơn vị Phòng riêng có chung phòng khách
Cần chăm sóc mức độ 1	25.342 yên	22.963 yên	25.600 yên
Cần chăm sóc mức độ 2	26.886 yên	24.410 yên	27.047 yên
Cần chăm sóc mức độ 3	28.880 yên	26.404 yên	29.041 yên
Cần chăm sóc mức độ 4	30.520 yên	28.108 yên	30.745 yên
Cần chăm sóc mức độ 5	32.257 yên	29.748 yên	32.450 yên



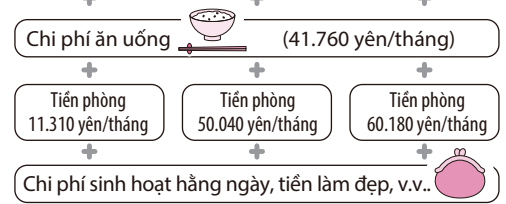
### Cơ sở điều trị và phục hồi chức năng cho người cao tuổi cần chăm sóc

Có 2 loại là giường bệnh điều trị và khu điều trị nội trú dành cho bệnh sa sút trí tuệ ở người cao tuổi. Giường bệnh điều trị là cơ sở điều trị lâu dài dành cho những người có tình trạng bệnh đã ổn định nhưng cần điều trị chuyên môn trong thời gian dài. Khu điều trị nội trú dành cho bệnh sa sút trí tuệ ở người cao tuổi cung cấp các dịch vụ y tế như quản lý điều trị, điều dưỡng, tập luyện chức năng, v.v... cho những người bị chứng sa sút trí tuệ. Dịch vụ này đã được xem xét hủy bỏ vào cuối năm tài chính 2017, nhưng thời hạn hủy bỏ đã được kéo dài thêm 6 năm.



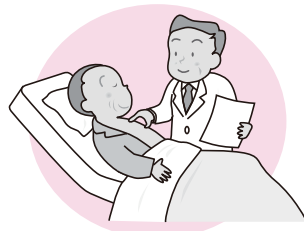
#### <Số tiền tiêu chuẩn tự chi trả>

1 tháng	Phòng nhiều giường (Sức chứa từ 2 người trở lên)	Phòng riêng thông thường Phòng riêng không có chung phòng khách	Phòng riêng kiểu đơn vị Phòng riêng có chung phòng khách
Cần chăm sóc mức độ 1	22.062 yên	19.071 yên	22.705 yên
Cần chăm sóc mức độ 2	25.117 yên	22.030 yên	25.761 yên
Cần chăm sóc mức độ 3	31.582 yên	28.591 yên	32.225 yên
Cần chăm sóc mức độ 4	34.412 yên	31.324 yên	35.055 yên
Cần chăm sóc mức độ 5	36.856 yên	33.833 yên	37.499 yên



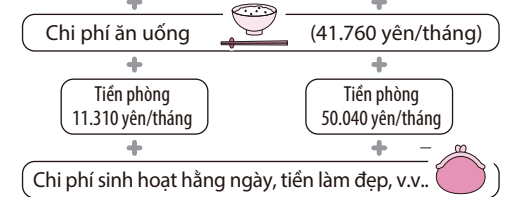
### Viện chăm sóc điều dưỡng

Viện y tế chăm sóc mới được thành lập từ tháng 4/2018 do sửa đổi Luật Bảo hiểm chăm sóc. Là cơ sở kết hợp chức năng y tế như "quản lý y tế hằng ngày" hoặc "chăm sóc cuối đời/chăm sóc giai đoạn cuối", v.v... với chức năng của "cơ sở sinh hoạt" dành cho người cao tuổi có cả nhu cầu điều trị và chăm sóc trong giai đoạn mãn tính.



#### <Số tiền tiêu chuẩn tự chi trả> Loại 1

Per month	Phòng nhiều giường (Sức chứa từ 2 người trở lên)	Phòng riêng thông thường Phòng riêng không có chung phòng khách
Cần chăm sóc mức độ 1	26.532 yên	22.963 yên
Cần chăm sóc mức độ 2	30.038 yên	26.500 yên
Cần chăm sóc mức độ 3	37.660 yên	34.090 yên
Cần chăm sóc mức độ 4	40.876 yên	37.338 yên
Cần chăm sóc mức độ 5	43.802 yên	40.233 yên



◇ Ngoài ra, còn có các chi phí bổ sung tùy thuộc vào dịch vụ do cơ sở cung cấp và dịch vụ do người sử dụng lựa chọn.

◇ Tiền tã được tính trong bảo hiểm chăm sóc.

\* Chi phí ăn uống và tiền phòng là số tiền tiêu chuẩn do quốc gia quy định. Vui lòng liên hệ từng cơ sở để biết mức phí cụ thể. (Trang 35)

\* Đối với những người có thu nhập thấp, có chế độ giảm chi phí ăn uống và tiền phòng. (Trang 35, 38)

### Cách đăng ký nội trú ở cơ sở chăm sóc sức khỏe cho người cao tuổi cần chăm sóc, cơ sở điều trị và phục hồi chức năng cho người cao tuổi cần chăm sóc, viện chăm sóc điều dưỡng

Nhận đơn đăng ký theo quy định từ mỗi cơ sở và đăng ký trực tiếp tại cơ sở.

#### Tư vấn về cơ sở muốn nội trú

Được giải thích về nội dung dịch vụ



Đăng ký nội trú

Hợp đồng



\*Số tiền tiêu chuẩn tự chi trả được tính dựa trên giả định của người có tỷ lệ tự chi trả là 10%.












Theo khu vực

Dịch vụ chăm sóc theo khu vực: Về nguyên tắc, dịch vụ chăm sóc theo khu vực chỉ cung cấp cho người dân thành phố sử dụng (người được hưởng bảo hiểm chăm sóc của thành phố).

# Về phí sử dụng dịch vụ

## Khi sử dụng dịch vụ bảo hiểm chăm sóc, người sử dụng sẽ thanh toán chi phí dịch vụ tương ứng với tỷ lệ chi trả phí sử dụng\*.

Ngoài chi phí dịch vụ, người sử dụng còn chi trả chi phí ăn uống và tiền phòng. Chi phí ăn uống, tiền phòng, v.v... do hợp đồng quy định tại thời điểm sử dụng, do đó sẽ khác nhau tùy vào cơ sở cung cấp dịch vụ.

(1) Dịch vụ tại nhà		Nếu sử dụng (Áp dụng chung cho các trường hợp cần hỗ trợ mức 1, 2, cần chăm sóc mức 1 - 5)			
(2) Dịch vụ chăm sóc theo khu vực					
Chăm sóc tận nơi / Chăm sóc tắm rửa tận nơi / Điều dưỡng tận nơi Phục hồi chức năng tận nơi / Hướng dẫn điều trị, chăm sóc tại nhà, v.v...	Chi phí dịch vụ				
Chăm sóc ngoại trú Phục hồi chức năng ngoại trú v.v...	Chi phí dịch vụ	Chi phí ăn uống 		Chi phí sinh hoạt hằng ngày 	
Chăm sóc sinh hoạt nội trú ngắn hạn Chăm sóc điều trị nội trú ngắn hạn (Chăm sóc ngắn hạn)	Chi phí dịch vụ	Chi phí ăn uống 	Tiền phòng 	Chi phí sinh hoạt hằng ngày (Tiền làm đẹp, v.v...) ✳️ 	
Chăm sóc tại nhà đa chức năng với quy mô nhỏ Chăm sóc sinh hoạt cộng đồng dành cho người bị chứng sa sút trí tuệ v.v...	Chi phí dịch vụ	Chi phí ăn uống 	Tiền phòng 	Chi phí sinh hoạt hằng ngày (Tiền làm đẹp, v.v...) ✳️ 	
(3) Trường hợp sử dụng dịch vụ tại cơ sở					
(Về nguyên tắc, đối với các cơ sở phúc lợi cho người cao tuổi cần chăm sóc (Viện dưỡng lão chăm sóc đặc biệt) chỉ dành cho người cần chăm sóc từ mức 3 trở lên, các dịch vụ tại cơ sở khác dành cho người cần chăm sóc từ mức 1 - 5)					
Cơ sở phúc lợi cho người cao tuổi cần chăm sóc (Viện dưỡng lão chăm sóc đặc biệt), Cơ sở chăm sóc sức khỏe cho người cao tuổi cần chăm sóc, Cơ sở điều trị và phục hồi chức năng cho người cao tuổi cần chăm sóc, Viện chăm sóc điều dưỡng	Chi phí dịch vụ	Chi phí ăn uống 	Tiền phòng 	Chi phí sinh hoạt hằng ngày (Tiền làm đẹp, v.v...) ✳️ 	

✳️ Đối với chăm sóc ngắn hạn và các dịch vụ tại cơ sở, không tính tiền tả.

### Khi dùng các dịch vụ đặc biệt, cần chi trả phí sử dụng riêng.

Trường hợp sử dụng các dịch vụ đặc biệt, ngoài phí bảo hiểm, người sử dụng cần phải chi trả phí sử dụng.

(Ví dụ) Khi sử dụng dịch vụ không thuộc đối tượng bảo hiểm chăm sóc hoặc dịch vụ không nằm trong kế hoạch chăm sóc, v.v... (sau khi người sử dụng và cơ sở cung cấp dịch vụ ký kết về các dịch vụ không được bảo hiểm chăm sóc, người sử dụng sẽ sử dụng dịch vụ và tự chi trả toàn bộ phí sử dụng.)

\* Để biết thêm chi tiết về tỷ lệ chi trả phí sử dụng, vui lòng tham khảo trang 31.



## Về phí sử dụng dịch vụ .....

Trong số những người được bảo hiểm loại 1 (từ 65 tuổi trở lên), tỷ lệ chi trả phí sử dụng đối với người có thu nhập trên mức cố định là 20% hoặc 30%.

Tuy nhiên, vì chi trả phí sử dụng của 1 tháng sẽ có hạn mức (\*), cho nên không có nghĩa là chi phí sẽ tăng gấp 2 hoặc gấp 3.

\* Để biết hạn mức, vui lòng tham khảo "Hạn mức tự chi trả (số tiền hàng tháng)" trên trang 34.

### ● Đánh giá tỷ lệ chi trả phí sử dụng

Đánh giá theo các tiêu chuẩn dưới đây.

Tỷ lệ	Tiêu chuẩn
10%	<p><b>Người phù hợp với một trong những điều kiện từ (1) - (6) dưới đây.</b></p> <p>(1) Người được bảo hiểm được miễn thuế cư dân thành phố</p> <p>(2) Tổng thu nhập (*1) của người được bảo hiểm dưới 1.600.000 yên</p> <p>(3) Tổng thu nhập của người được bảo hiểm từ 1.600.000 yên trở lên, và đáp ứng một trong hai điều kiện (a) hoặc (b) sau đây:</p> <p>(a) Nếu chỉ có người được bảo hiểm loại 1 là người được bảo hiểm trong hộ gia đình, và tổng thu nhập bao gồm "thu nhập từ trợ cấp công, v.v... + tổng thu nhập khác (*2)" của người được bảo hiểm dưới 2.800.000 yên</p> <p>(b) Nếu người được bảo hiểm loại 1 là một trong nhiều người được bảo hiểm trong hộ gia đình, và tổng thu nhập bao gồm "thu nhập từ trợ cấp công, v.v... + tổng thu nhập khác" của người được bảo hiểm loại 1 trong hộ gia đình dưới 3.460.000 yên</p> <p>(4) Người nhận trợ cấp xã hội, v.v...</p> <p>(5) Người nội trú bằng các biện pháp trước đây (Người đang nội trú trong viện dưỡng lão chăm sóc đặc biệt theo các biện pháp của thành phố, thị trấn, làng xã từ trước ngày 1/4/2000)</p> <p>(6) Người được bảo hiểm loại 2 ( người từ 40 tuổi - 64 tuổi)</p>
20%	<p><b>Người phù hợp với một trong hai điều kiện (1) hoặc (2) dưới đây.</b></p> <p>(1) Người được bảo hiểm không phù hợp với các điều kiện 10% và tổng thu nhập của người đó dưới 2.200.000 yên.</p> <p>(2) Tổng thu nhập của người được bảo hiểm từ 2.200.000 yên trở lên, và đáp ứng một trong hai điều kiện (a) hoặc (b) sau đây:</p> <p>(a) Nếu chỉ có người được bảo hiểm loại 1 là người được bảo hiểm trong hộ gia đình, và tổng thu nhập bao gồm "thu nhập từ trợ cấp công, v.v... + tổng thu nhập khác" của người được bảo hiểm từ 2.800.000 yên đến dưới 3.400.000 yên</p> <p>(b) Nếu người được bảo hiểm loại 1 là một trong nhiều người được bảo hiểm trong hộ gia đình, và tổng thu nhập bao gồm "thu nhập từ trợ cấp công, v.v... + tổng thu nhập khác" của người được bảo hiểm loại 1 trong hộ gia đình từ 3.460.000 yên đến dưới 4.630.000 yên</p>
30%	<p><b>Người được bảo hiểm có tổng thu nhập từ 2.200.000 yên trở lên, và đáp ứng một trong hai điều kiện (a) hoặc (b) sau đây:</b></p> <p>(a) Nếu chỉ có người được bảo hiểm loại 1 là người được bảo hiểm trong hộ gia đình, và tổng thu nhập bao gồm "thu nhập từ trợ cấp công, v.v... + tổng thu nhập khác" của người được bảo hiểm từ 3.400.000 yên trở lên</p> <p>(b) Nếu người được bảo hiểm loại 1 là một trong nhiều người được bảo hiểm trong hộ gia đình, và tổng thu nhập bao gồm "thu nhập từ trợ cấp công, v.v... + tổng thu nhập khác" của người được bảo hiểm loại 1 trong hộ gia đình từ 4.630.000 yên trở lên</p>

\*1 Tổng thu nhập: Vui lòng tham khảo \*2 của phần "Về phí bảo hiểm" ở trang 7.

\*2 Tổng thu nhập khác: Vui lòng tham khảo \*4 của phần "Về phí bảo hiểm" ở trang 7.

### ● Giấy chứng nhận tỷ lệ chi trả bảo hiểm chăm sóc (Giấy chứng nhận tỷ lệ chi trả)

Là giấy tờ xác minh tỷ lệ chi trả phí sử dụng, cần phải xuất trình cùng với thẻ bảo hiểm chăm sóc cho văn phòng cung cấp dịch vụ chăm sóc đang sử dụng, v.v...

Người mới nhận được chứng nhận cần chăm sóc (hỗ trợ), v.v...

Được gửi cùng với thẻ bảo hiểm chăm sóc khi có quyết định chứng nhận.

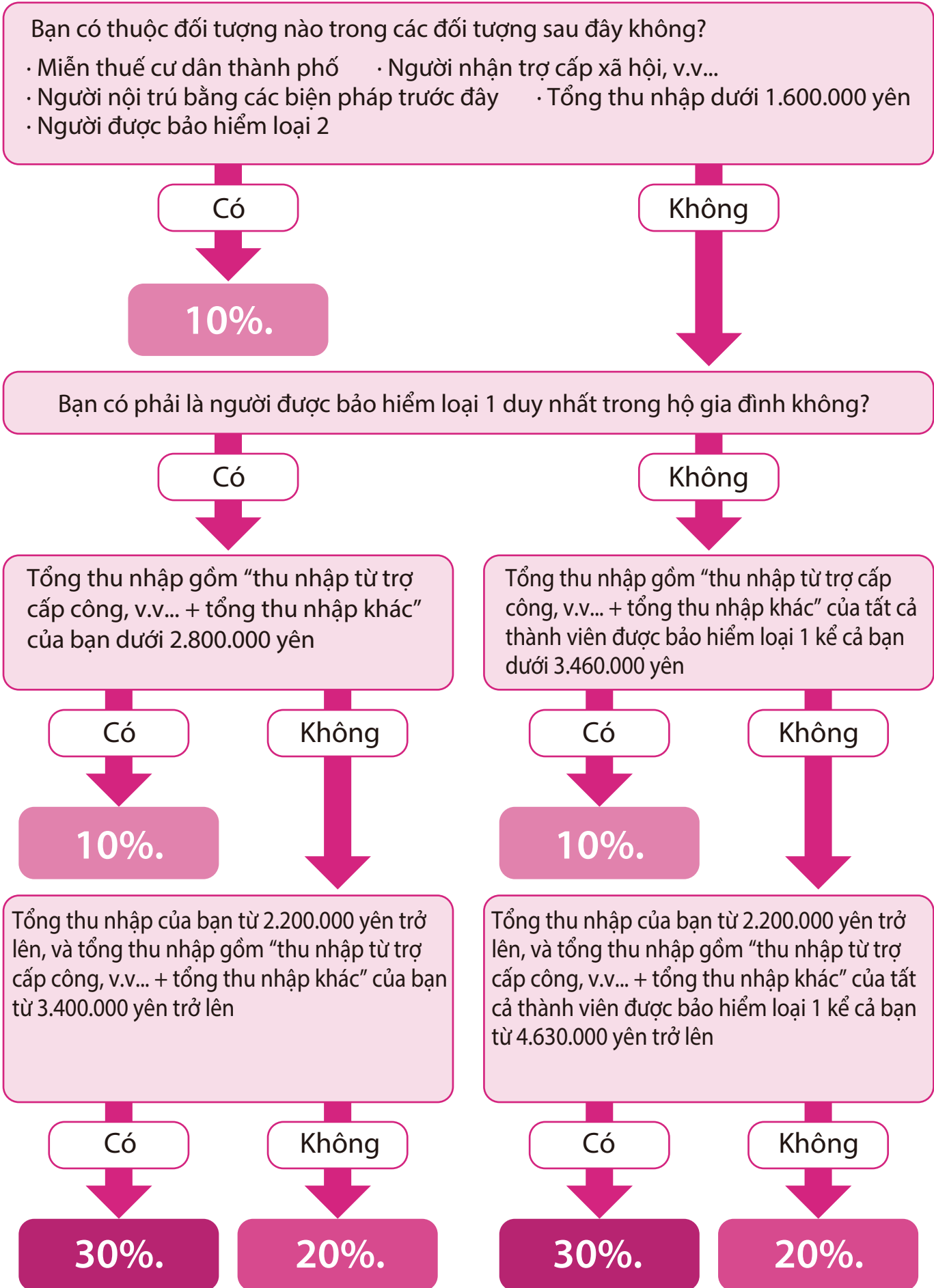
Người có giấy chứng nhận tỷ lệ chi trả có hiệu lực đến cuối tháng 7/2021 và người tiếp tục được chứng nhận cần chăm sóc (hỗ trợ), v.v...

Các Tòa thị chính quận sẽ gửi trong tháng 7/2021. (Không cần thủ tục gia hạn.)



Theo tiêu chuẩn sẽ thực hiện đánh giá tỷ lệ chi trả phí sử dụng vào ngày 1/8 hằng năm.

\* Khi có sự thay đổi về số người được bảo hiểm loại 1 (từ 65 tuổi trở lên) trong hộ gia đình, về tình hình thuế cư dân thành phố và về số tiền thu nhập, v.v... thì chúng tôi cũng sẽ thực hiện đánh giá.



VỀ PHÍ SỬ DỤNG DỊCH VỤ

## Nếu gặp tai nạn giao thông

### ● Nếu gặp tai nạn giao thông, cần nhanh chóng báo cáo

Nếu bạn sử dụng dịch vụ bảo hiểm chăm sóc do nguyên nhân từ hành vi của bên thứ ba (người gây tai nạn), như gặp tai nạn giao thông hoặc gây thương tích, v.v..., thì vui lòng nộp "Giấy thông báo liên quan đến hành vi của bên thứ ba" vì cách tính chi phí chăm sóc mà bạn chi trả sẽ khác nhau.

Khi thông báo, bạn cũng cần có giấy chứng nhận tai nạn giao thông, v.v... của cảnh sát, vì vậy vui lòng trao đổi sớm với Ban bảo hiểm và trợ cấp của Tòa thị chính quận nơi bạn đang sống.

### ● Chi phí chăm sóc do người gây tai nạn chi trả

Trường hợp cần phải chăm sóc do nguyên nhân từ hành vi của bên thứ ba (người gây tai nạn), về nguyên tắc, người gây tai nạn sẽ chịu chi phí chăm sóc cần thiết trừ khi lỗi do người bị thiệt hại. Trường hợp sử dụng dịch vụ bảo hiểm chăm sóc, thành phố Yokohama sẽ tạm thời thanh toán trước phần trợ cấp bảo hiểm cho chi phí chăm sóc, và sau đó yêu cầu người gây tai nạn thanh toán thay cho người bị thiệt hại.

### ● Nếu hòa giải ngoài tòa án:

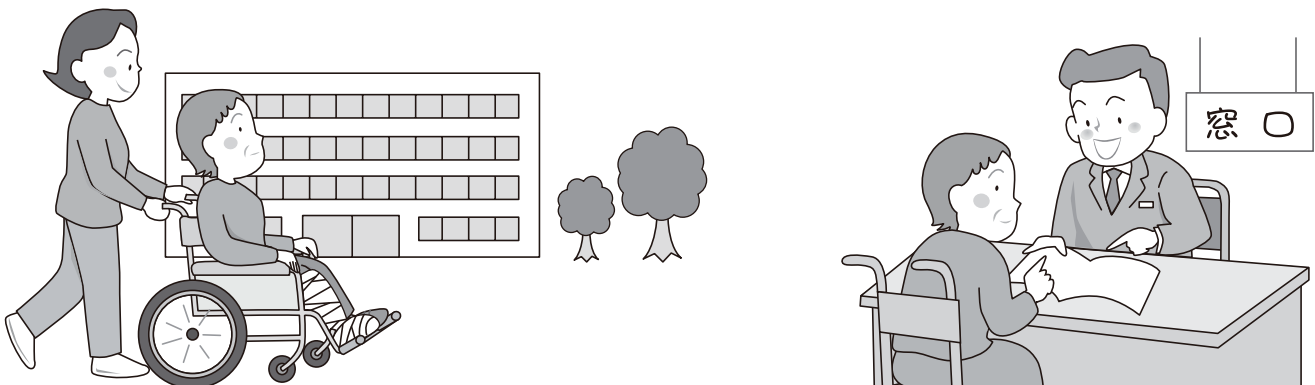
Nếu người bị thiệt hại và người gây ra tai nạn đã thỏa thuận và đi đến hòa giải ngoài tòa án, nội dung hòa giải ngoài tòa án đó sẽ được ưu tiên và thành phố không thể yêu cầu người gây tai nạn thanh toán chi phí chăm sóc.

Về các dịch vụ được sử dụng sau khi đạt được thỏa thuận hòa giải ngoài tòa án:

- (1) Trường hợp thành phố Yokohama đã thanh toán chi phí chăm sóc cho cơ sở cung cấp dịch vụ, thành phố Yokohama sẽ yêu cầu người được bảo hiểm (người bị thiệt hại) hoàn trả chi phí đó để tránh phải thanh toán gấp đôi.
- (2) Trường hợp thành phố Yokohama chưa thanh toán chi phí chăm sóc cho cơ sở cung cấp dịch vụ, thành phố Yokohama sẽ không thể trợ cấp phần tiền bảo hiểm tương đương với chi phí chăm sóc đã nhận được từ việc hòa giải ngoài tòa án, và người được bảo hiểm sẽ tự chi trả toàn bộ số tiền.

Vì những lý do này, ngay cả trong trường hợp hòa giải ngoài tòa án, nếu không cân nhắc kỹ lưỡng về những vấn đề này khi thực hiện hòa giải ngoài tòa án thì người được bảo hiểm (người bị thiệt hại) có thể chịu một khoản rất lớn.

Nếu thực hiện hòa giải ngoài tòa án, vui lòng liên hệ trước, và nếu đạt được thỏa thuận hòa giải ngoài tòa án, vui lòng nhanh chóng nộp bản sao của bản hòa giải ngoài tòa án cho Ban bảo hiểm và trợ cấp của Tòa thị chính quận nơi bạn đang sống.



## VỀ VIỆC GIẢM CHI TRẢ PHÍ SỬ DỤNG

Phí dịch vụ chăm sóc chi phí cao, v.v...

### Nội dung

Khi phí sử dụng của 1 tháng vượt quá hạn mức nhất định (bảng bên dưới), người sử dụng có thể được hoàn trả lại "Phí dịch vụ chăm sóc chi phí cao, v.v..." nếu đăng ký ở Tòa thị chính quận. Phí sử dụng ở đây là số tiền tương đương với phí 10% (20% hoặc 30% nếu có thu nhập từ mức cố định trở lên) của chi phí dịch vụ chăm sóc được bảo hiểm chi trả.

\* Các dịch vụ không thuộc đối tượng phí dịch vụ chăm sóc chi phí cao, v.v...

Mua dụng cụ phúc lợi, sửa chữa nhà ở, chi phí ăn uống và tiền phòng, v.v... của các dịch vụ tại cơ sở, và một số chương trình dịch vụ chăm sóc dự phòng/hỗ trợ sinh hoạt

### Quy trình sử dụng

Để nhận được trợ cấp phí dịch vụ chăm sóc chi phí cao, v.v..., bạn cần đăng ký tại Tòa thị chính quận.

Ngoài ra, trong trường hợp được hoàn lại từ lần thứ 2 trở đi, về nguyên tắc, tiền sẽ được chuyển vào tài khoản chỉ định tại thời điểm đăng ký lần đầu tiên.

- Vì hạn mức tự chi trả được tính gộp trên hộ gia đình, trong trường hợp hộ gia đình có nhiều người cần chăm sóc (người cần hỗ trợ) như vợ chồng, v.v..., nếu số tiền phải thanh toán vượt quá hạn mức tự chi trả sau khi đã cộng thêm phí sử dụng đó, thì phí dịch vụ chăm sóc chi phí cao, v.v... sẽ được hoàn lại.

Công thức tính như sau:

$$\left( \text{Số tiền chi trả phí sử dụng của toàn bộ hộ gia đình} - \text{Số tiền tối đa tự chi trả của hộ gia đình} \right) \times \frac{\text{Số tiền tự chi trả của bản thân}}{\text{Số tiền chi trả phí sử dụng của toàn bộ hộ gia đình}}$$

#### Ví dụ 1 Trường hợp trong hộ gia đình chỉ có 1 người cần chăm sóc (người cần hỗ trợ)

Trường hợp một cá nhân có hạn mức tự chi trả là 24.600 yên đã tự chi trả 30.000 yên cho 1 tháng.

Phương pháp tính toán:

$$30.000 \text{ yên} - 24.600 \text{ yên} = 5.400 \text{ yên}$$

#### Ví dụ 2 Trường hợp trong hộ gia đình có hơn 2 người cần người chăm sóc (người cần hỗ trợ) (trường hợp tính gộp trên hộ gia đình)

Trường hợp cả 2 vợ chồng đều thuộc hộ gia đình được miễn thuế cư dân thành phố (hạn mức tự chi trả của hộ gia đình: 24.600 yên) ở mức độ 3, chi phí tự chi trả của chồng là 30.000 yên và vợ là 10.000 yên cho 1 tháng.

##### 1 Phí dịch vụ chăm sóc chi phí cao của chồng

$$\{(30.000 \text{ yên} + 10.000 \text{ yên}) - 24.600 \text{ yên}\} \times \frac{30.000 \text{ yên}}{30.000 \text{ yên} + 10.000 \text{ yên}} = 11.550 \text{ yên}$$

##### 2 Phí dịch vụ chăm sóc chi phí cao của vợ

$$\{(30.000 \text{ yên} + 10.000 \text{ yên}) - 24.600 \text{ yên}\} \times \frac{10.000 \text{ yên}}{30.000 \text{ yên} + 10.000 \text{ yên}} = 3.850 \text{ yên}$$

\* Trường hợp sử dụng chương trình dịch vụ chăm sóc dự phòng/hỗ trợ sinh hoạt, phương pháp tính toán có thể khác, dựa trên kết quả tính gộp trên hộ gia đình, sẽ được hoàn lại gộp chung cho một thành viên trong hộ gia đình.

### Hạn mức tự chi trả (số tiền hằng tháng)

Phân loại mức thu nhập	Hạn mức (số tiền hằng tháng) *1
Hộ gia đình có người tương đương với người có thu nhập chủ động mức III (thu nhập chịu thuế từ 6.900.000 yên trở lên)	140.100 yên (Hộ gia đình) *3
Hộ gia đình có người tương đương với người có thu nhập chủ động mức II (thu nhập chịu thuế từ 3.800.000 yên đến dưới 6.900.000 yên)	93.000 yên (Hộ gia đình) *3
Một người trong hộ gia đình là người chịu thuế cư dân thành phố	44.400 yên (Hộ gia đình)
Tất cả thành viên trong hộ gia đình đều không chịu thuế cư dân thành phố	44.400 yên (Hộ gia đình)
Tất cả thành viên trong hộ gia đình đều không chịu thuế cư dân thành phố	24.600 yên (Hộ gia đình)
<ul style="list-style-type: none"> <li>· Người đang nhận trợ cấp phúc lợi cho người cao tuổi</li> <li>· Người có tổng thu nhập gồm "thu nhập từ trợ cấp công, v.v..." và "tổng thu nhập khác *2" của năm trước là từ 800.000 yên trở xuống mỗi năm</li> </ul>	24.600 yên (Hộ gia đình)
	15.000 yên (Cá nhân)
Người đang được nhận trợ cấp xã hội, v.v...	15.000 yên (Cá nhân)

\*1 "Hộ gia đình" là để cập đến tổng hạn mức tự chi trả của tất cả thành viên đã sử dụng dịch vụ chăm sóc trong hộ gia đình đăng ký cư trú cơ bản, và "cá nhân" là để cập đến tổng hạn mức tự chi trả của người đã sử dụng dịch vụ chăm sóc.

\*2 Tổng thu nhập khác: Vui lòng tham khảo \*4 của phần "Về phí bảo hiểm" ở trang 7.

\*3 Khoản tiền này sẽ được bổ sung từ phần sử dụng dịch vụ tháng 8/2021.

# Về phí sử dụng dịch vụ .....

## Giảm chi phí ăn uống và tiền phòng <Giấy chứng nhận hạn mức chi trả bảo hiểm chăm sóc>

### ● Nội dung

Thông thường, đối với chi phí ăn uống và tiền phòng trong thời gian sử dụng dịch vụ nội trú tại cơ sở và nội trú ngắn hạn (chăm sóc ngắn hạn), bạn sẽ tự chi trả toàn bộ số tiền, tuy nhiên, để những người có thu nhập thấp không gặp khó khăn trong việc sử dụng dịch vụ, chúng tôi thiết lập hạn mức chi trả tùy thuộc vào mức thu nhập của hộ gia đình (\*1)/người sử dụng, và số tiền tự chi trả sẽ được giảm.

### ● Quy trình sử dụng

Cần phải đăng ký với Ban bảo hiểm và trợ cấp của Tòa thị chính quận, và được cấp "Giấy chứng nhận hạn mức chi trả bảo hiểm chăm sóc". Khi bạn xuất trình giấy chứng nhận hạn mức chi trả bảo hiểm chăm sóc cho cơ sở, thì chi phí ăn uống và tiền phòng sẽ được giảm xuống bằng số tiền "Hạn mức chi trả (số tiền hằng ngày)" được thể hiện trong bảng dưới đây tùy theo mức độ.

#### [Giấy tờ cần thiết để đăng ký chứng nhận hạn mức chi trả]

- Thẻ bảo hiểm chăm sóc
- Giấy tờ có thể xác nhận tài sản như sổ tiết kiệm, v.v... của người được bảo hiểm và vợ/chồng (nếu có vợ/chồng)

### ● Dịch vụ được áp dụng

- Dịch vụ tại cơ sở (Viện dưỡng lão chăm sóc đặc biệt, cơ sở chăm sóc sức khỏe cho người cao tuổi cần chăm sóc, cơ sở điều trị và phục hồi chức năng cho người cao tuổi cần chăm sóc, viện chăm sóc điều dưỡng)
- (Chăm sóc dự phòng) Chăm sóc sinh hoạt nội trú ngắn hạn
- (Chăm sóc dự phòng) Chăm sóc điều trị nội trú ngắn hạn

### Hạn mức chi trả (số tiền hằng ngày)

Mức độ	Đối tượng	Tiền phòng					Chi phí ăn uống	
		Phòng nhiều giường	Phòng riêng thông thường		Phòng nhiều giường loại phòng riêng kiểu đơn vị	Phòng riêng kiểu đơn vị	Nội trú tại cơ sở	Nội trú ngắn hạn
Mức 1	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Người đang nhận trợ cấp phúc lợi cho người cao tuổi trong hộ gia đình được miễn thuế cư dân thành phố (*1)</li> <li>· Người đang được nhận trợ cấp xã hội, v.v...</li> </ul>	0 yên	320 yên	490 yên	490 yên	820 yên	300 yên	300 yên
Mức 2	Trong hộ gia đình được miễn thuế cư dân thành phố, người có tổng thu nhập gồm "thu nhập từ trợ cấp công, v.v..., tổng thu nhập khác (*2) và thu nhập từ trợ cấp được miễn thuế" từ 800.000 yên trở xuống mỗi năm, và tổng số tiền tiết kiệm, v.v... nhỏ hoặc bằng số tiền tiêu chuẩn (*3)	370 yên	420 yên	490 yên	490 yên	820 yên	390 yên	(Đến tháng 7) 390 yên (Từ tháng 8) 600 yên
Mức 3	Đến tháng 7 Người có tổng số tiền tiết kiệm, v.v... từ số tiền tiêu chuẩn trở xuống và không thuộc mức độ 2, trong hộ gia đình được miễn thuế cư dân thành phố	370 yên	820 yên	1.310 yên	1.310 yên	1.310 yên	650 yên	650 yên
	Từ tháng 8 Mức 3 (1) Trong hộ gia đình được miễn thuế cư dân thành phố, người có tổng thu nhập gồm "thu nhập từ trợ cấp công, v.v..., tổng thu nhập khác (*2) và thu nhập từ trợ cấp được miễn thuế" từ hơn 800.000 yên đến dưới 1.200.000 yên mỗi năm, và tổng số tiền tiết kiệm, v.v... nhỏ hơn hoặc bằng số tiền tiêu chuẩn (*3)	370 yên	820 yên	1.310 yên	1.310 yên	1.310 yên	650 yên	1.000 yên
	Mức 3 (2) Trong hộ gia đình được miễn thuế cư dân thành phố, người có tổng thu nhập gồm "thu nhập từ trợ cấp công, v.v..., tổng thu nhập khác (*2) và thu nhập từ trợ cấp được miễn thuế" hơn 1.200.000 yên mỗi năm, và tổng số tiền tiết kiệm, v.v... nhỏ hơn hoặc bằng số tiền tiêu chuẩn (*3)	370 yên	820 yên	1.310 yên	1.310 yên	1.310 yên	1.360 yên	1.300 yên
Mức 4	Người không thuộc đối tượng nêu trên	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Không có hạn mức chi trả đối với đối tượng ở mức 4.</li> <li>· Chi phí ăn uống và tiền phòng được quyết định dựa trên hợp đồng với cơ sở.</li> </ul>						

\*1 Hộ gia đình: Hộ gia đình trên Sổ đăng ký cư trú cơ bản của người đó (nếu vợ/chồng thuộc hộ gia đình khác, tính cả người vợ/chồng đó.)

\*2 Tổng thu nhập khác: Vui lòng tham khảo \*4 của phần "Vé phí bảo hiểm" ở trang 7.

\*3 Số tiền tiêu chuẩn: Trường hợp một mình, số tiền là 10.000.000 yên (nếu có vợ/chồng thì tổng số tiền của cả hai vợ chồng là 20.000.000 yên)

Tuy nhiên, kể từ tháng 8/2021, số tiền tiêu chuẩn của mức 2 và 3 sẽ thay đổi như sau: (Người được bảo hiểm loại 2 sẽ giống như trước đến giờ)

Mức 2: Số tiền của đối tượng được áp dụng là 6.500.000 yên (nếu có vợ/chồng thì tổng số tiền của cả hai vợ chồng là 16.500.000 yên)

Mức 3 (1): Số tiền của đối tượng được áp dụng là 5.500.000 yên (nếu có vợ/chồng thì tổng số tiền của cả hai vợ chồng là 15.500.000 yên)

Mức 3 (2): Số tiền của đối tượng được áp dụng là 5.000.000 yên (nếu có vợ/chồng thì tổng số tiền của cả hai vợ chồng là 15.000.000 yên)

### Chi phí tiêu chuẩn do quốc gia quy định (số tiền hằng ngày)

Tiền phòng		Chi phí ăn uống
Phòng nhiều giường	(Viện dưỡng lão chăm sóc đặc biệt, v.v...)	855 yên
	(Cơ sở chăm sóc sức khỏe cho người cao tuổi cần chăm sóc, điều trị, v.v...)	377 yên
Phòng riêng thông thường	(Viện dưỡng lão chăm sóc đặc biệt, v.v...)	1.171 yên
	(Cơ sở chăm sóc sức khỏe cho người cao tuổi cần chăm sóc, điều trị, v.v...)	1.668 yên
Phòng nhiều giường loại phòng riêng kiểu đơn vị		1.668 yên
Phòng riêng kiểu đơn vị		2.006 yên

**Trường hợp đặc biệt dành cho người có hạn mức chi trả ở mức 4 <Các biện pháp giảm đặc biệt>**

Trường hợp trong một hộ gia đình có từ 2 người trở lên nội trú trong cơ sở bảo hiểm chăm sóc hoặc cơ sở phúc lợi cho người cao tuổi cần chăm sóc theo khu vực (không áp dụng cho chăm sóc ngắn hạn) và đáp ứng tất cả yêu cầu trong bảng dưới đây, thì hạn mức chi trả theo đăng ký sẽ có thể được giảm đến mức 3. Để biết thêm thông tin chi tiết, vui lòng liên hệ Ban bảo hiểm và trợ cấp của Tòa thị chính quận.

Yêu cầu dành cho đối tượng được áp dụng các biện pháp giảm đặc biệt	Nội dung của các biện pháp giảm đặc biệt
(1) Chi trả chi phí ăn uống và tiền phòng ở mức 4 (2) Tổng thu nhập bao gồm thu nhập từ trợ cấp công, v.v... (*4) của hộ gia đình và tổng thu nhập khác (*5) trừ đi chi phí sử dụng của cơ sở (chi phí tự chi trả, số tiền ước tính hằng năm của chi phí ăn uống và tiền phòng) phải từ 800.000 yên trở xuống (3) Tổng số tiền tiết kiệm, v.v... của hộ gia đình từ 4.500.000 trở xuống (4) Không có tài sản nào có thể sử dụng được ngoài những tài sản dùng trong sinh hoạt hằng ngày (5) Không thanh toán chậm phí bảo hiểm chăm sóc	Hạn mức chi trả ở mức 3 sẽ được áp dụng cho chi phí ăn uống hoặc tiền phòng, hoặc cả hai, cho đến khi người đó không còn đáp ứng các yêu cầu (2) ở bên trái.

\*4 Thu nhập từ trợ cấp công, v.v...: Vui lòng tham khảo \*3 của phần "Vé phí bảo hiểm" ở trang 7.

\*5 Tổng thu nhập khác: Vui lòng tham khảo \*4 của phần "Vé phí bảo hiểm" ở trang 7.

**Hoàn trả khoản chênh lệch của chi phí ăn uống và tiền phòng**

Nếu bạn không thể xuất trình giấy chứng nhận hạn mức chi trả bảo hiểm chăm sóc cho cơ sở, và thanh toán số tiền vượt quá "hạn mức chi trả" nhưng không vượt quá "chi phí tiêu chuẩn do quốc gia quy định", bạn có thể được hoàn lại khoản chênh lệch dựa trên đăng ký.

Để biết thêm thông tin chi tiết, vui lòng liên hệ Ban bảo hiểm và trợ cấp của Tòa thị chính quận.

\* Để biết thêm thông tin về "hạn mức chi trả" và "chi phí tiêu chuẩn do quốc gia quy định", vui lòng tham khảo bảng ở trang 35.

\* Nếu số tiền đã thanh toán vượt quá "chi phí tiêu chuẩn do quốc gia quy định", khoản chênh lệch sẽ không được hoàn lại.

Ngoài ra, vui lòng lưu ý rằng bạn sẽ không thể đăng ký sau 2 năm kể từ khi thanh toán cho cơ sở.

**[Giấy tờ cần thiết khi đăng ký nhận trợ cấp khoản chênh lệch]**

· Thẻ bảo hiểm chăm sóc · Biên lai chi phí ăn uống và tiền phòng · Con dấu (dấu sử dụng mực đỏ) · Giấy tờ có thể xác nhận tài khoản để chuyển khoản

**Chế độ tính gộp chi phí y tế và chăm sóc mức giá cao**

Là chế độ trợ cấp cho khoản tiền vượt quá hạn mức tự chi trả đã quy định trong trường hợp tổng số tiền tự chi trả trong 1 năm cho các loại bảo hiểm y tế ("bảo hiểm sức khỏe quốc gia, bảo hiểm xã hội (sau đây gọi là "bảo hiểm người lao động".) chẳng hạn như Hiệp hội Bảo hiểm chăm sóc, v.v...", "chế độ bảo hiểm y tế cho người cao tuổi giai đoạn sau") và "bảo hiểm chăm sóc (\*1)" là số tiền ở mức cao.

Để nhận được trợ cấp, bạn cần phải làm thủ tục đăng ký tại quầy bảo hiểm y tế (\*2) bạn đang tham gia (không cần xuất trình biên lai khi đăng ký).

Để biết thêm thông tin chi tiết, vui lòng liên hệ với bảo hiểm y tế bạn đang tham gia.

\*1 Áp dụng cho một số chi phí tự chi trả khi sử dụng chương trình dịch vụ chăm sóc dự phòng/hỗ trợ sinh hoạt.

\*2 Đối với những người tham gia bảo hiểm sức khỏe quốc gia hoặc chế độ bảo hiểm y tế cho người cao tuổi giai đoạn sau, vui lòng liên hệ là Ban bảo hiểm và trợ cấp của Tòa thị chính quận.

**Hạn mức tự chi trả của hộ gia đình theo chế độ tính gộp chi phí y tế và chăm sóc mức giá cao**

Tổng cộng 12 tháng từ ngày 1/8 đến ngày 31/7 năm sau

Phân loại mức thu nhập	Thu nhập của năm trước thời gian tính toán (tổng thu nhập sau khi khấu trừ cơ bản, v.v...)	Người dưới 70 tuổi đang tham gia bảo hiểm sức khỏe quốc gia, v.v...
A	Trên 9.010.0000 yên	2.120.000 yên
B	Trên 6.000.0000 yên đến dưới 9.010.0000 yên	1.410.000 yên
C	Trên 2.100.0000 yên đến dưới 6.000.0000 yên	670.000 yên
D	Từ 2.100.000 yên trở xuống	600.000 yên
E	Hộ gia đình được miễn thuế cư dân thành phố	340.000 yên

● Để biết thêm chi tiết về phân loại mức thu nhập và số tiền tự chi trả, vui lòng liên hệ quầy bảo hiểm y tế bạn đang tham gia.

● Không thể tính gộp trong trường hợp những người trong cùng hộ gia đình tham gia các bảo hiểm y tế khác nhau.

● Đối với những người đang tham gia bảo hiểm người lao động, vui lòng liên hệ bảo hiểm sức khỏe bạn đang tham gia.

● Trường hợp trong hộ gia đình được phân loại người có thu nhập thấp mức I và có nhiều người sử dụng phí dịch vụ chăm sóc, v.v ..., thì khoản trợ cấp từ bảo hiểm y tế được tính dựa trên hạn mức tự chi trả ở bảng trên, khoản trợ cấp từ bảo hiểm chăm sóc được tính dựa trên hạn mức tự chi trả được thiết lập riêng là "310.000 yên cho một hộ gia đình".

Phân loại mức thu nhập	Người từ 70 - 74 tuổi đang tham gia bảo hiểm sức khỏe quốc gia, v.v...	Người đang tham gia chế độ bảo hiểm y tế cho người cao tuổi giai đoạn sau
Người có thu nhập chủ động mức III	2.120.000 yên	
Người có thu nhập chủ động mức II	1.410.000 yên	
Người có thu nhập chủ động mức I	670.000 yên	
Bình thường	560.000 yên	
Người có thu nhập thấp mức II	310.000 yên	
Người có thu nhập thấp mức I	190.000 yên	

## Giảm bớt chi trả phí sử dụng khác

### Hỗ trợ chi phí tự chi trả dịch vụ chăm sóc (chế độ riêng của thành phố Yokohama)

#### ● Nội dung

Nếu bạn được chứng nhận là cần chăm sóc (cần hỗ trợ) (\*1), và điều kiện thu nhập, v.v... của bạn đáp ứng các tiêu chuẩn nhất định, chúng tôi sẽ hỗ trợ phí sử dụng (\*2) khi sử dụng dịch vụ tại nhà và nhà chăm sóc tập thể, hỗ trợ tiền thuê nhà, chi phí ăn uống, tiền điện nước tại nhà chăm sóc tập thể và một phần chi phí lưu trú tại các phòng riêng kiểu đơn vị của viện dưỡng lão chăm sóc đặc biệt, v.v... Để biết thêm thông tin chi tiết, vui lòng liên hệ Ban bảo hiểm và trợ cấp của Tòa thị chính quận.

\*1 Hỗ trợ dịch vụ tại nhà cũng có thể dành cho các đối tượng của chương trình hỗ trợ toàn diện.

\*2 Phí sử dụng là 10% (20% hoặc 30% nếu thu nhập của bạn từ mức nhất định trở lên) phí dịch vụ khi sử dụng các dịch vụ bảo hiểm chăm sóc.

#### ● Quy trình sử dụng

Để sử dụng hỗ trợ chi phí tự chi trả dịch vụ chăm sóc (hỗ trợ dịch vụ tại nhà, hỗ trợ nhà chăm sóc tập thể, hỗ trợ chi phí lưu trú tại cơ sở), bạn cần phải làm thủ tục đăng ký tại Tòa thị chính quận. Khi đăng ký, nếu bạn được chứng nhận là đối tượng hỗ trợ, bạn sẽ được cấp giấy chứng nhận hỗ trợ.

Bằng việc xuất trình giấy chứng nhận hỗ trợ cho cơ sở cung cấp dịch vụ, bạn có thể sử dụng các dịch vụ với phí sử dụng đã được giảm.

#### ● Hỗ trợ cho các dịch vụ tại nhà

##### <Dịch vụ>

Chăm sóc tận nơi	(Chăm sóc dự phòng) Chăm sóc ngắn hạn tại cơ sở chăm sóc	Điều dưỡng chăm sóc tận nơi tuân tra định kỳ, ứng phó kịp thời
(Chăm sóc dự phòng) Chăm sóc tắm rửa tận nơi	(Chăm sóc dự phòng) Chăm sóc ngắn hạn tại cơ sở cung cấp dịch vụ y tế	Điều dưỡng và chăm sóc tại nhà đa chức năng với quy mô nhỏ
(Chăm sóc dự phòng) Điều dưỡng tận nơi	Chăm sóc sinh hoạt cho người ở nội trú trong cơ sở chỉ định *1 *3	Dịch vụ tận nơi được hỗ trợ toàn diện *2
(Chăm sóc dự phòng) Phục hồi chức năng tận nơi	(Chăm sóc dự phòng) Chăm sóc sinh hoạt cộng đồng cho người bị chứng sa sút trí tuệ *1	Dịch vụ ngoại trú được hỗ trợ toàn diện *2
Chăm sóc ngoại trú *3	Chăm sóc tận nơi hỗ trợ vào ban đêm	
(Chăm sóc dự phòng) Phục hồi chức năng ngoại trú	(Chăm sóc dự phòng) Chăm sóc ngoại trú cho những người bị chứng sa sút trí tuệ	*1 Chỉ dành cho trường hợp sử dụng dịch vụ ngắn hạn (chăm sóc ngắn hạn). *2 Chỉ dành cho các dịch vụ do cơ sở được chỉ định cung cấp và dịch vụ có tỷ lệ phí sử dụng cố định. *3 Bao gồm cả hình thức theo khu vực.
(Chăm sóc dự phòng) Cho mượn dụng cụ phúc lợi	(Chăm sóc dự phòng) Chăm sóc tại nhà đa chức năng với quy mô nhỏ	

##### <Điều kiện nhận hỗ trợ và nội dung hỗ trợ>

Mức độ hỗ trợ		Mức 1	Mức 2	Mức 3
Điều kiện nhận hỗ trợ	Tiêu chuẩn thu nhập, v.v...	Người đang ở Mức 1 của phí bảo hiểm chăm sóc, ngoại trừ người nhận trợ cấp xã hội	Người thuộc hộ gia đình được miễn thuế cư dân thành phố và có tổng thu nhập ước tính hàng năm từ 1.500.000 yên trở xuống * Đối với trường hợp người thuộc hộ gia đình nhiều người thì ngoài các điều kiện trên, thu nhập phải nhỏ hơn hoặc bằng với số tiền sau khi đã cộng thêm 500.000 yên đối với mỗi thành viên trong hộ gia đình, không bao gồm người được bảo hiểm Người có tổng thu nhập và thu nhập từ trợ cấp công, v.v... (không bao gồm tiền trợ cấp được miễn thuế) là từ 800.000 yên trở xuống	Người không thuộc Mức 2
	Tiêu chuẩn tài sản	Tài sản tài chính (tiền mặt, tiền tiết kiệm, các loại phiếu có thể quy đổi thành tiền) từ 3,5 triệu yên trở xuống (trường hợp hộ gia đình nhiều người, thì tài sản phải nhỏ hơn hoặc bằng số tiền sau khi đã cộng thêm 1 triệu yên đối với mỗi thành viên trong hộ gia đình, không bao gồm người được bảo hiểm), đồng thời không sở hữu bất động sản nào khác ngoài đất ở (từ 200m <sup>2</sup> trở xuống) và nhà ở		
Nội dung trợ cấp		Giảm gánh nặng chi phí tự trả cho người sử dụng dịch vụ xuống 3% Ngoài ra, nếu số tiền tự chi trả còn lại vượt quá 4.500 yên, số tiền vượt quá đó sẽ được hỗ trợ	Giảm gánh nặng chi phí tự trả cho người sử dụng dịch vụ xuống 5% Ngoài ra, nếu số tiền tự chi trả còn lại vượt quá 7.500 yên, số tiền vượt quá đó sẽ được hỗ trợ	Giảm gánh nặng chi phí tự trả cho người sử dụng dịch vụ xuống 5% Ngoài ra, nếu số tiền tự chi trả còn lại vượt quá 12.300 yên, số tiền vượt quá đó sẽ được hỗ trợ

\* Hộ gia đình về cơ bản là tất cả những người đã được đăng ký cùng một hộ gia đình trong đăng ký cư trú, tuy nhiên ngay cả những người thuộc hộ gia đình khác nếu vẫn sống cùng nhau và trên thực tế có cùng một kế sinh nhai thì vẫn được xem như là cùng một hộ gia đình.

● **Hỗ trợ nhà chăm sóc tập thể**

<Dịch vụ> (Chăm sóc dự phòng) Chăm sóc sinh hoạt cộng đồng cho người bị chứng sa sút trí tuệ\*

\* Ngoại trừ sử dụng dịch vụ ngắn hạn (chăm sóc ngắn hạn).

<Điều kiện nhận hỗ trợ và nội dung hỗ trợ>

Mức độ trợ cấp		Mức 1	Mức 2	Mức 3
Điều kiện nhận hỗ trợ	Tiêu chuẩn thu nhập, v.v...	Người đang ở Mức 1 của phí bảo hiểm chăm sóc, ngoại trừ người nhận trợ cấp xã hội	Người thuộc hộ gia đình được miễn thuế cư dân thành phố, có tổng thu nhập ước tính hàng năm từ 1.500.000 yên trở xuống <small>* Đối với trường hợp người thuộc hộ gia đình nhiều người thì ngoài các điều kiện trên, thu nhập phải nhỏ hơn hoặc bằng với số tiền sau khi đã cộng thêm 500.000 yên đối với mỗi thành viên trong hộ gia đình, không bao gồm người được bảo hiểm</small>	Người không thuộc Mức 2
	Tiêu chuẩn tài sản	Tài sản tài chính (tiền mặt, tiền tiết kiệm, các loại phiếu có thể quy đổi thành tiền) từ 3,5 triệu yên trở xuống (trường hợp hộ gia đình nhiều người, thì tài sản phải nhỏ hơn hoặc bằng số tiền sau khi đã cộng thêm 1 triệu yên đối với mỗi thành viên trong hộ gia đình, không bao gồm người được bảo hiểm), đồng thời không sở hữu bất động sản nào khác ngoài đất ở (từ 200m <sup>2</sup> trở xuống) và nhà ở	Người có tổng thu nhập và thu nhập từ trợ cấp công, v.v... (không bao gồm tiền trợ cấp được miễn thuế) là từ 800.000 yên trở xuống	
	Các điều kiện khác	- Phải sống ở thành phố Yokohama từ 3 tháng trở lên - Theo Luật thuế, không phải là người phụ thuộc		
Nội dung trợ cấp		Giảm gánh nặng chi phí tự trả cho người sử dụng dịch vụ xuống 5% Ngoài ra, nếu các loại phí tự trả còn lại vượt quá 7.500 yên, số tiền vượt quá sẽ được trợ cấp lên tới 55.000 yên mỗi tháng cho tiền thuê nhà, chi phí ăn uống và chi phí điện, nước, gas.		Giảm gánh nặng chi phí tự trả cho người sử dụng dịch vụ xuống 5% Ngoài ra, nếu các loại phí tự trả còn lại vượt quá 12.300 yên, số tiền vượt quá sẽ được trợ cấp lên tới 30.000 yên mỗi tháng cho tiền thuê nhà, chi phí ăn uống và chi phí điện, nước, gas.

● **Trợ cấp phí sinh hoạt trong cơ sở**

<Dịch vụ>

Dịch vụ tại cơ sở [Cơ sở phúc lợi cho người cao tuổi cần chăm sóc, cơ sở chăm sóc sức khỏe cho người cao tuổi cần chăm sóc, cơ sở điều trị và phục hồi chức năng cho người cao tuổi cần chăm sóc, viện chăm sóc điều dưỡng], chăm sóc sinh hoạt cho người cao tuổi cần chăm sóc tại cơ sở phúc lợi theo khu vực, (chăm sóc dự phòng) chăm sóc ngắn hạn tại cơ sở chăm sóc, (chăm sóc dự phòng) chăm sóc ngắn hạn tại cơ sở cung cấp dịch vụ y tế

<Điều kiện nhận hỗ trợ và nội dung hỗ trợ>

Mức độ trợ cấp		Mức 1	Mức 2
Điều kiện nhận hỗ trợ	Tiêu chuẩn thu nhập, v.v...	Người thuộc Mức 1 của phí bảo hiểm chăm sóc ngoại trừ người nhận trợ cấp xã hội, có tổng thu nhập ước tính hàng năm từ 500.000 yên trở xuống <small>* Đối với trường hợp người thuộc hộ gia đình nhiều người thì ngoài các điều kiện trên, thu nhập phải nhỏ hơn hoặc bằng với số tiền sau khi đã cộng thêm 500.000 yên đối với mỗi thành viên trong hộ gia đình, không bao gồm người được bảo hiểm</small>	Người thuộc hộ gia đình được miễn thuế cư dân thành phố, có tổng thu nhập ước tính hàng năm từ 500.000 yên trở xuống
	Tiêu chuẩn tài sản	Tài sản tài chính (tiền mặt, tiền tiết kiệm, các loại phiếu có thể quy đổi thành tiền) từ 3,5 triệu yên trở xuống (trường hợp hộ gia đình nhiều người, thì tài sản phải nhỏ hơn hoặc bằng số tiền sau khi đã cộng thêm 1 triệu yên đối với mỗi thành viên trong hộ gia đình, không bao gồm người được bảo hiểm), đồng thời không sở hữu bất động sản nào khác ngoài đất ở (từ 200m <sup>2</sup> trở xuống) và nhà ở	
	Các điều kiện khác	- Phải nhận được chứng nhận hạn mức chi phí tự trả cho bảo hiểm chăm sóc (Mức 1 và Mức 2) - Theo Luật thuế, không phải là người phụ thuộc	
Nội dung trợ cấp		Trợ cấp khoảng 5.000 yên mỗi tháng cho phí lưu trú tại một đơn vị phòng trong cơ sở (Số tiền cho một ngày: 165 yên)	

**Tổ chức phúc lợi xã hội giảm bớt gánh nặng chi phí tự trả cho người sử dụng dịch vụ**

Có thể giảm bớt khoản chi phí tự trả khi sử dụng dịch vụ đối với các dịch vụ do tổ chức phúc lợi xã hội cung cấp.

Để biết thêm chi tiết, vui lòng liên hệ đến Ban cơ sở chăm sóc người cao tuổi thuộc Cục chăm sóc sức khỏe và phúc lợi (điện thoại 045-671-3923).

<Dịch vụ\*1>

Viện dưỡng lão chăm sóc đặc biệt *2	Chăm sóc ngoại trú *2	(Chăm sóc dự phòng) Chăm sóc ngắn hạn tại cơ sở chăm sóc
Chăm sóc tận nơi	(Chăm sóc dự phòng) Chăm sóc ngoại trú cho những người bị chứng sa sút trí tuệ	(Chăm sóc dự phòng) Chăm sóc tại nhà đa chức năng với quy mô nhỏ
Chăm sóc tận nơi hỗ trợ vào ban đêm	Điều dưỡng chăm sóc tận nơi tuần tra định kỳ, ứng phó kịp thời	Điều dưỡng và chăm sóc tại nhà đa chức năng với quy mô nhỏ
Hoạt động tương đương chăm sóc tận nơi thuộc phạm vi chăm sóc dự phòng trong số những hoạt động chăm sóc tận nơi ở Điều 1*3		Hoạt động tương đương chăm sóc ngoại trú thuộc phạm vi chăm sóc dự phòng cũ trong số những hoạt động chăm sóc ngoại trú ở Điều 1*3

\*1 Một số dịch vụ có thể không áp dụng tùy thuộc vào nội dung giảm bớt. \*2 Bao gồm cả hình thức theo khu vực.

\*3 Tỷ lệ tự chi trả được giới hạn tương tự như trợ cấp bảo hiểm.

<Điều kiện áp dụng giảm bớt và nội dung giảm bớt>

Điều kiện áp dụng giảm bớt	Nội dung giảm bớt
<ul style="list-style-type: none"> <li>Hộ gia đình được miễn thuế cư dân thành phố</li> <li>Thu nhập: Hàng năm từ 1,5 triệu yên trở xuống và sống trong hộ gia đình chỉ có một thành viên (cộng thêm 500.000 yên cho mỗi thành viên gia đình tăng lên)</li> <li>Tài sản... Tài chính: Từ 3,5 triệu yên trở xuống và sống trong hộ gia đình chỉ có một thành viên (cộng thêm 1 triệu yên cho mỗi thành viên gia đình tăng lên) ... Bất động sản: Không sở hữu bất động sản nào ngoài đất ở (từ 200m<sup>2</sup> trở xuống) và nhà ở</li> <li>Không bị phụ thuộc vào người thân có khả năng tự chi trả</li> <li>Không thanh toán chậm phí bảo hiểm chăm sóc</li> <li>Đáp ứng tất cả các điều kiện trên</li> </ul>	<p>Theo nguyên tắc chung, chúng tôi sẽ giảm 25% hoặc 50% chi phí tự chi trả của người sử dụng dịch vụ (10% chi phí tự trả cho dịch vụ chăm sóc, chi phí ăn uống, tiền phòng).</p> <p>* Trường hợp bạn không có giấy chứng nhận hạn mức tự chi trả cho bảo hiểm chăm sóc, bạn sẽ không được giảm chi phí ăn uống, tiền phòng, v.v... tại viện dưỡng lão chăm sóc đặc biệt, dịch vụ chăm sóc ngắn hạn tại cơ sở chăm sóc.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Người nhận trợ cấp xã hội</li> </ul>	<p>Chúng tôi sẽ giảm 100% tiền phòng khi sử dụng phòng riêng ở viện dưỡng lão chăm sóc đặc biệt, v.v...</p>

# Dịch vụ khác ngoài bảo hiểm chăm sóc

Tại thành phố Yokohama, ngoài dịch vụ bảo hiểm chăm sóc thành phố còn có cung cấp dịch vụ hỗ trợ chăm sóc tại nhà cho những người cao tuổi cần hỗ trợ. Bên cạnh đó, thành phố cũng cung cấp các dịch vụ nhằm hỗ trợ cuộc sống tự lập cho những người không thuộc đối tượng bảo hiểm chăm sóc. Vui lòng liên hệ với Ban hỗ trợ người cao tuổi và người khuyết tật tại Tòa thị chính quận hoặc Trung tâm hỗ trợ toàn diện địa phương chẳng hạn như Trung tâm chăm sóc cộng đồng, v.v... gần nhất.

## Hỗ trợ người cao tuổi cần được giúp đỡ tại nhà

Cần nhắc đến tình trạng thể chất của người cao tuổi cần hỗ trợ tại nhà và hoàn cảnh của người chăm sóc, v.v..., bên cạnh dịch vụ dành cho đối tượng có bảo hiểm chăm sóc, thành phố còn cung cấp các dịch vụ cần thiết khác.

### Điện thoại Anshin

Đối với những người cao tuổi sống một mình, v.v... chúng tôi sẽ lắp đặt thiết bị thông báo trên điện thoại để họ có thể dễ dàng liên lạc ngay với hàng xóm hoặc gọi cấp cứu. Để sử dụng dịch vụ này, bạn cần có đường truyền điện thoại cố định và điện thoại tại nhà.

Ngoài khoản thanh toán bắt buộc cho điện thoại cố định, người thuộc hộ gia đình chịu thuế cư dân thành phố sẽ phải trả phí sử dụng thiết bị thông báo là 650 yên/tháng (chưa bao gồm thuế).

### Cải thiện môi trường sống

Trong số những người được chúng nhận cần hỗ trợ hoặc cần chăm sóc, đối với người được xác nhận là cần phải hỗ trợ, chúng tôi sẽ cung cấp dịch vụ tư vấn và hướng dẫn về tu sửa nhà ở phù hợp với tình trạng thể chất, đồng thời trợ cấp chi phí tu sửa nhà ở theo tình trạng thu nhập (tiêu chuẩn hạn mức trợ cấp là 1.000.000 yên). Tùy thuộc vào số tiền thuế cư dân thành phố của người thu nhập chính, người liên hệ sẽ chịu số tiền tự chi trả tương đương một trong những trường hợp như không hỗ trợ, hỗ trợ 1/10, 1/4, 1/2, 3/4 hoặc toàn bộ số tiền.

\* Vui lòng đảm bảo tham khảo ý kiến Ban hỗ trợ người cao tuổi và người khuyết tật của Tòa thị chính quận trước. Xác nhận nội dung thi công và quyết định số tiền trợ cấp.

\* Chúng tôi sẽ áp dụng ưu tiên hỗ trợ chi phí sửa chữa nhà theo bảo hiểm chăm sóc (lên đến 200.000 yên).

### Dịch vụ bữa ăn

Trong số những người sống một mình và gặp khó khăn trong việc chuẩn bị bữa ăn, chẳng hạn như người cần chăm sóc mức độ vừa/cao (người cần từ 2 điều dưỡng viên trở lên chăm sóc và người cần 1 điều dưỡng viên chăm sóc hoặc hỗ trợ một phần), v.v... căn cứ theo kết quả điều chỉnh sử dụng các dịch vụ liên quan đến bữa ăn, chúng tôi sẽ trực tiếp đến thăm, bàn giao bữa ăn cân bằng dinh dưỡng và xác định tình hình sức khỏe cho những người được xác nhận là cần sử dụng dịch vụ này. (1 bữa/ngày, tối đa 5 ngày/tuần). Người sử dụng dịch vụ sẽ tự chi trả khoản tiền tương đương chi phí thực tế (Giới hạn trong 700 yên. Tuy nhiên, trong trường hợp chế độ ăn uống điều trị thì số tiền tự chi trả có thể cao hơn 700 yên) như tiền mua nguyên liệu thực phẩm, v.v... do mỗi văn phòng kinh doanh dịch vụ quy định.

\* Người sử dụng dịch vụ này cần tham vấn trước (điều chỉnh sử dụng) với chuyên gia hỗ trợ chăm sóc hoặc trung tâm hỗ trợ toàn diện địa phương (Trung tâm chăm sóc cộng đồng, v.v...).

### Trợ cấp tá giả

Đối với hộ gia đình hưởng trợ cấp xã hội hoặc hộ gia đình được miễn thuế cư dân thành phố, chúng tôi sẽ trợ cấp tá giả nếu người đó được chúng nhận cần chăm sóc từ cấp độ 1 - 5, trong tình trạng nằm liệt giường hoặc bị chứng sa sút trí tuệ và đang được chăm sóc tại nhà. Hộ gia đình hưởng trợ cấp xã hội, v.v... được miễn phí, hộ gia đình được miễn thuế cư dân thành phố phải tự chi trả 10%. Ngoài ra, chúng tôi có hạn mức tối đa sử dụng tùy thuộc vào mức độ cần được chăm sóc của người đó.

### Dịch vụ làm đẹp tận nơi

Đối với người cao tuổi sống ở nhà gặp khó khăn trong việc đến tiệm cắt tóc, thẩm mỹ viện, chẳng hạn như người được chúng nhận cần chăm sóc cấp độ 4, 5, v.v..., chúng tôi sẽ cung cấp dịch vụ làm tóc (chỉ cắt tóc, số tiền tự chi trả: 2.000 yên/lần, tối đa 6 lần/năm).

### Dịch vụ hỗ trợ đi ra ngoài

Đối với người được chúng nhận cần chăm sóc từ cấp độ 3 - 5 khoảng từ 65 tuổi trở lên, người gặp khó khăn trong việc sử dụng phương tiện giao thông công cộng để ra ngoài bao gồm đi xe taxi một mình, v.v... chúng tôi sẽ đưa đón từ nhà riêng đến cơ sở y tế, cơ sở phúc lợi, v.v... bằng xe chuyên dụng. Người sử dụng dịch vụ sẽ phải tự chi trả phí tùy theo khoảng cách sử dụng (Khoảng cách 2 km tính từ vị trí đỗ phương tiện sẽ tính là 300 yên, cứ 1 km sau đó sẽ tính thêm 150 yên. Tuy nhiên, số tiền tự chi trả tối đa trước khi lên xe là 300 yên, kể cả khi quãng đường vượt quá 2 km tính từ vị trí đỗ phương tiện).

**Liên hệ: Hiệp hội phúc lợi xã hội mỗi quận**



## Hỗ trợ tự lập

Chúng tôi cung cấp dịch vụ cho những người cao tuổi gặp khó khăn trong cuộc sống hàng ngày và có thể sống tự lập với sự hỗ trợ của xã hội.

### Chăm sóc tạm thời hỗ trợ cuộc sống

Người khoảng từ 65 tuổi trở lên có bảo hiểm và không được chứng nhận cần hỗ trợ hoặc cần chăm sóc, người gặp khó khăn khi sống một mình do không có người chăm sóc hoặc có trở ngại trong cuộc sống hàng ngày, người có thể gặp nguy hiểm đến tính mạng hoặc thân thể nếu tiếp tục sống ở nhà, v.v... ở thành phố Yokohama sẽ vào viện dưỡng lão chăm sóc một thời gian ngắn và nhận được sự hỗ trợ trong cuộc sống hàng ngày. Chi phí họ phải tự chi trả là phí sử dụng dịch vụ, phí ăn uống, phí lưu trú.

\* Tùy theo cơ sở, nếu sử dụng dịch vụ đưa đón thì sẽ tính thêm phí đưa đón. \* Người thuộc hộ gia đình hưởng trợ cấp xã hội, ngoài phí ăn uống và phí thực tế, sẽ được miễn các loại phí khác.

### Đến thăm và tư vấn

Đối với người hay lo lắng về việc hay quên, người không tự tin vào thể lực của mình và ăn uống kém, người có xu hướng cảm thấy chán nản, v.v..., đội ngũ nhân viên chăm sóc sức khỏe, điều dưỡng viên, chuyên gia dinh dưỡng, chuyên viên vệ sinh răng miệng sẽ đến tận nhà người sử dụng dịch vụ, đưa ra lời khuyên về cuộc sống hàng ngày, v.v...

### Điều trị răng miệng tại nhà

Đối với người cao tuổi gặp khó khăn trong việc đến phòng khám nha khoa, v.v... các nha sĩ của Trung tâm y tế chăm sóc sức khỏe răng miệng thành phố Yokohama và Hiệp hội nha khoa của mỗi quận sẽ đến khám và điều trị nha khoa (điều trị bảo hiểm) tại nhà. Bên cạnh đó, ngoài những đối tượng được đề cập ở trên, Trung tâm y tế chăm sóc sức khỏe răng miệng thành phố Yokohama cũng đến khám và điều trị nha khoa (điều trị bảo hiểm) tại nhà cho bệnh nhân nội trú (người đang điều trị ở cơ sở y tế), trẻ em/người khuyết tật nặng về tinh thần và thể chất tại nhà, v.v...

Liên hệ: Hiệp hội nha khoa thành phố Yokohama

ĐT: 045-681-1553 hoặc Ban hỗ trợ người cao tuổi và người khuyết tật ở các quận

## Hỗ trợ người cao tuổi bị chứng sa sút trí tuệ

### Tư vấn sức khỏe và phúc lợi cho người cao tuổi bị chứng sa sút trí tuệ (tư vấn về chứng hay quên)

Bác sĩ chuyên môn, chuyên gia công tác xã hội, nhân viên chăm sóc sức khỏe, v.v... sẽ tư vấn cho những người bị chứng sa sút trí tuệ và gia đình của họ thông qua các buổi trò chuyện và thăm khám.

### Hệ thống SOS dành cho người cao tuổi bị chứng sa sút trí tuệ, v.v... ở thành phố Yokohama

Đây là hệ thống giúp nhanh chóng phát hiện người bị chứng sa sút trí tuệ khi người đó mất tích. Đối với những người bị chứng sa sút trí tuệ có nguy cơ mất tích, bạn có thể đăng ký trước thông tin chẳng hạn như đặc điểm của người đó, v.v...

Ngoài ra, khi người bị chứng sa sút trí tuệ được hệ thống này bảo hộ, chúng tôi sẽ dán "Nhãn giám sát" để có thể nhanh chóng nhận dạng người đó.

### Trung tâm tư vấn những vấn đề liên quan đến chứng sa sút trí tuệ Yokohama

Đối với các buổi tư vấn khác nhau nhận được từ những người bị chứng sa sút trí tuệ và gia đình của họ, người có kinh nghiệm và chuyên gia, v.v... trong lĩnh vực chăm sóc người bị chứng sa sút trí tuệ sẽ tư vấn qua điện thoại để cung cấp các thông tin hỗ trợ khác nhau bao gồm cả phương diện tinh thần. Tùy theo nội dung tư vấn, chúng tôi sẽ cung cấp thông tin để bạn có thể kết nối với các tổ chức hỗ trợ, v.v...

ĐT: 045-662-7833

Thứ Ba, thứ Năm, thứ Sáu (10:00 - 16:00) (Bao gồm ngày lễ, trừ các ngày cuối năm và đầu năm)

### Trung tâm hỗ trợ các vấn đề liên quan đến chứng sa sút trí tuệ thành phố Yokohama

Hợp tác với các cơ quan bảo vệ - chăm sóc sức khỏe, v.v... đồng thời thực hiện chẩn đoán và giám định, điều trị cấp tính cho các triệu chứng ngoại vi và biến chứng trên cơ thể, tư vấn về điều trị chuyên môn, v.v... liên quan đến chứng sa sút trí tuệ.

Tên bệnh viện/Địa chỉ	Tên Phòng tư vấn/Số điện thoại	Thời gian tiếp nhận, v.v...
<b>Bệnh viện Saiseikai Yokohamashi Tobu</b> 3-6-T Shimosueyoshi, Tsurumi-ku	Phòng tư vấn điều trị y tế và phúc lợi 045-576-3000 (Tổng đài)	Thứ Hai - thứ Sáu 9:00~17:00
<b>Bệnh viện chữ thập đỏ Minato của thành phố Yokohama</b> 3-12-1 Shinyamashita, Naka-ku	Phòng tư vấn điều trị y tế và phúc lợi 045-628-6761 (Liên hệ trực tiếp)	Thứ Hai - thứ Sáu 9:00~16:00
<b>Bệnh viện Yokohama Hoyu</b> 644-1 Kanegaya, Asahi-ku	Văn phòng hợp tác y tế khu vực 045-360-8787 (Liên hệ trực tiếp)	Thứ Hai - thứ Bảy 9:00~17:00
<b>Bệnh viện đại học Yokohama</b> 3-9 Fukuura, Kanazawa-ku	Trung tâm hỗ trợ bệnh nhân 045-787-2852 (Liên hệ trực tiếp)	Thứ Hai - thứ Sáu 9:00~17:00
<b>Phòng khám - Trung tâm y tế chăm sóc sức khỏe tổng hợp thành phố Yokohama</b> 1735 Toriyama-cho, Kohoku-ku	Phòng tư vấn tổng hợp 04 5-475-0103 (Liên hệ trực tiếp)	Thứ Hai - thứ Sáu 8:45~17:30

Tên bệnh viện/Địa chỉ	Tên Phòng tư vấn/Số điện thoại	Thời gian tiếp nhận, v.v...
<b>Bệnh viện đa khoa Yokohama</b> 2201-5 Kurogane-cho, Aoba-ku	Trung tâm hỗ trợ y tế toàn diện khu vực 045-903-7106 (Liên hệ trực tiếp)	Thứ Hai - thứ Sáu 9:00~17:00
<b>Bệnh viện Yokohama Maioka</b> 3482 Maioka-cho, Totsuka-ku	Phòng tư vấn y tế 045-822-2169 (Liên hệ trực tiếp)	Thứ Hai - thứ Bảy 9:00~17:00
<b>Bệnh viện Yokohama Sakae Kyosai</b> 132 Katsura-cho, Sakae-ku	Trung tâm hỗ trợ bệnh nhân 045-891-2171 (Tổng đài)	Thứ Hai - thứ Sáu 9:00~17:00
<b>Bệnh viện Yokohama Aihara</b> 2-3-12 Akuwa-Minami, Seya-ku	Trung tâm hỗ trợ các vấn đề liên quan đến chứng sa sút trí tuệ 045-270-8059 (Liên hệ trực tiếp)	Thứ Hai - thứ Sáu 9:00~17:00

## Hỗ trợ người khuyết tật

Đối với những người khuyết tật đủ điều kiện nhận dịch vụ bảo hiểm chăm sóc, nếu nhận thấy cần thiết phải có dịch vụ không thuộc bảo hiểm chăm sóc hoặc dịch vụ chuyên sâu hơn so với trợ cấp bảo hiểm của bảo hiểm chăm sóc, chúng tôi sẽ cung cấp các dịch vụ cần thiết bằng cách thực hiện những giải pháp dành cho người khuyết tật.

### Trung tâm hoạt động cộng đồng cho người khuyết tật do biến cố trong cuộc sống

Đối với những người khuyết tật do biến cố trong cuộc sống khoảng từ 40 - 64 tuổi đang ở nhà vì di chứng còn lại sau bệnh mạch máu não, v.v..., tại trung tâm hoạt động cộng đồng cho người khuyết tật do biến cố trong cuộc sống của mỗi quận, chúng tôi đang triển khai (1) Vận hành lớp học phục hồi chức năng và (2) Vận hành trung tâm hoạt động.

#### (1) Vận hành lớp học phục hồi chức năng

Chúng tôi tập trung vào việc tập luyện chức năng và kết bạn cho những đối tượng như người vừa mới xuất viện, người tự nhốt mình trong nhà hoặc người có nguy cơ thực hiện hành vi như vậy, v.v...

#### (2) Vận hành trung tâm hoạt động

Đối với những đối tượng như người cần một nơi hoạt động để hòa nhập với xã hội, v.v..., chúng tôi tập trung thực hiện các hoạt động thể thao, sáng tạo, giao lưu khu vực, v.v... Hoạt động vào ngày thường.

### Cấp sổ tay người khuyết tật

Tùy thuộc vào loại và mức độ khuyết tật, người khuyết tật sẽ được cấp sổ tay người khuyết tật thể chất, sổ tay người khuyết tật trí tuệ (Ai-no-Techo), và sổ tay phúc lợi và chăm sóc sức khỏe cho người bị khuyết tật thần kinh, đồng thời có thể sử dụng các dịch vụ như theo Luật hỗ trợ toàn diện cho người khuyết tật, v.v...

### Cung cấp dịch vụ theo Luật hỗ trợ toàn diện cho người khuyết tật

Nếu bạn cần các dịch vụ về phúc lợi cho người khuyết tật, bạn có thể sử dụng các dịch vụ theo Luật hỗ trợ toàn diện cho người khuyết tật. Các hoạt động mục tiêu (dịch vụ tại nhà) là trợ giúp tại nhà, hỗ trợ người khuyết tật di chuyển, nội trú ngắn hạn và nhà chăm sóc tập thể, v.v...

### Phí trợ cấp dịch vụ phúc lợi chi phí cao cho người khuyết tật, v.v...

Khi đối tượng là người đã nhận dịch vụ phúc lợi dành cho người khuyết tật đặc định trong 5 năm trước khi đủ 65 tuổi, và dịch vụ bảo hiểm chăm sóc hiện đang sử dụng, tình trạng thu nhập, mức độ khuyết tật, v.v... tương ứng với quy định của Chính phủ, chúng tôi sẽ trợ cấp một phần hoặc toàn bộ chi phí sử dụng dịch vụ bảo hiểm chăm sóc. Ngoài ra, khi có một người sử dụng đăng ký sử dụng kết hợp bảo hiểm chăm sóc và dịch vụ phúc lợi cho người khuyết tật, hoặc khi có nhiều người trong cùng một hộ gia đình sử dụng dịch vụ phúc lợi cho người khuyết tật, v.v..., chúng tôi sẽ trợ cấp phần tiền vượt quá số tiền cố định mà người sử dụng dịch vụ tự chi trả.

## Các hỗ trợ khác

### Hỗ trợ vứt rác

Loại thu gom	Thu gom Fureai (dành cho người cao tuổi và người khuyết tật)	Vứt và thu gom rác công kênh
Nội dung	Thu gom rác sinh hoạt trực tiếp từ trong khuôn viên hoặc lối ra vào trong nhà của người sử dụng dịch vụ. * Nếu rác không được vứt vào thời điểm thu gom, chúng tôi có thể gọi cho người sử dụng dịch vụ qua hệ thống liên lạc nội bộ trong nhà, v.v...	Vào khuôn viên hoặc trong nhà của người sử dụng dịch vụ để thu gom rác công kênh. Ngoài ra, vì là vứt rác công kênh nên các trường hợp cần phải thực hiện những công việc sau đây sẽ không thuộc đối tượng thu gom. (1) Rác công kênh cần phải tháo rời (2) Rác công kênh cần phải di chuyển cùng với đồ đạc khác (3) Rác công kênh cần được treo và nâng hạ bằng dây, v.v...
Phương thức đăng ký	Vui lòng điền vào đơn đăng ký rồi nộp cho văn phòng Cục tái chế tài nguyên. * Có thể tải đơn đăng ký từ trang web của Cục tái chế tài nguyên. * Chúng tôi sẽ đến thăm nhà trước, v.v... để xác nhận bạn có đáp ứng điều kiện sử dụng dịch vụ không.	Vui lòng đăng ký qua điện thoại, v.v... cho văn phòng Cục tái chế tài nguyên. * Chúng tôi sẽ xác nhận trước bạn có đáp ứng điều kiện sử dụng dịch vụ không. * Có thể mất một khoảng thời gian từ khi tiếp nhận đăng ký đến khi thu gom. * Chúng tôi có thể không đáp ứng kịp yêu cầu của người sử dụng dịch vụ vào ngày thu gom.
Đối tượng	"Người sống một mình" thuộc một trong các đối tượng sau đây, gặp khó khăn trong việc nhờ người nhà hoặc hàng xóm xung quanh giúp đỡ và không thể tự mình mang rác thải gia đình đến địa điểm thu gom. Ngoài ra, ngay cả với người sống chung, nếu người đó thuộc một trong các đối tượng sau đây, cũng có thể sử dụng dịch vụ. (1) Người đã được cấp sổ tay người khuyết tật thể chất (2) Người đã được cấp sổ tay người khuyết tật trí tuệ (Ai-no-Techo) (3) Người đã được cấp sổ tay phúc lợi và chăm sóc sức khỏe cho người bị khuyết tật thần kinh (4) Người đã được xác nhận là cần chăm sóc (cần hỗ trợ) của bảo hiểm chăm sóc (5) Người từ 65 tuổi trở lên không thể tự vứt rác	"Người sống một mình" thuộc một trong các đối tượng sau đây, gặp khó khăn trong việc nhờ người nhà hoặc hàng xóm xung quanh giúp đỡ và không thể tự mình mang rác công kênh đến địa điểm chỉ định. Ngoài ra, ngay cả với người sống chung, nếu người đó thuộc một trong các đối tượng sau đây như người cao tuổi hoặc người chưa đủ 18 tuổi, v.v..., cũng có thể sử dụng dịch vụ. (1) Người đã được cấp sổ tay người khuyết tật thể chất (2) Người đã được cấp sổ tay người khuyết tật trí tuệ (Ai-no-Techo) (3) Người đã được cấp sổ tay phúc lợi và chăm sóc sức khỏe cho người bị khuyết tật thần kinh (4) Người đã được xác nhận là cần chăm sóc (cần hỗ trợ) của bảo hiểm chăm sóc (5) Người từ 65 tuổi trở lên không thể tự vứt rác (6) Phụ nữ mang thai, người đang bị thương, v.v... được của người quản lý văn phòng xác nhận

**Liên hệ: Văn phòng Cục tái chế tài nguyên của quận đang sinh sống**

**Thời gian tiếp nhận: Thứ Hai - thứ Bảy (kể cả ngày Lễ) 8:00 - 16:45**

### Hệ thống cho phép bầu cử sớm tại nhà, v.v... gửi qua đường bưu điện, v.v... đối với những người không thể có mặt vào ngày bầu cử (tính đến ngày 1 tháng 3 năm 2021)

Dành cho đối tượng là người cần chăm sóc cấp độ 5 hoặc người khuyết tật mức độ nặng. Ngoài ra, để sử dụng hệ thống này, cần phải có giấy chứng nhận bầu cử được gửi trước qua đường bưu điện, v.v..., để biết thêm chi tiết, vui lòng liên hệ Ủy ban điều hành bầu cử ở quận đang sống.

**Nội dung** Cử tri có thể bầu cử sớm tại nhà, v.v... rồi gửi qua đường bưu điện, v.v... Vào thời điểm bầu cử, cử tri phải yêu cầu Ủy ban điều hành bầu cử của quận cấp phiếu bầu cử kèm theo giấy chứng nhận bầu cử sớm gửi qua đường bưu điện, v.v... trước ngày bỏ phiếu ít nhất 4 ngày.

Ngoài ra, nếu cử tri thuộc bất kỳ trường hợp nào sau đây, người đó có thể có 1 người nhận ủy quyền bầu cử (người có quyền bầu cử) đã thông báo trước cho Ủy ban điều hành bầu cử của quận để thực hiện các mục liên quan đến việc bầu cử. (Chỉ độ người nhận ủy quyền bầu cử của hệ thống bầu cử sớm gửi qua đường bưu điện, v.v...)

(1) Người đã được cấp sổ tay người khuyết tật thể chất, người bị khuyết tật hai tay hoặc khiếm thị cấp độ 1

(2) Người đã được cấp sổ tay thương binh - bệnh binh, người bị thương tật hai tay hoặc khiếm thị từ cấp độ đặc biệt đến cấp độ 2

**Liên hệ: Ủy ban điều hành bầu cử ở quận đang sinh sống (Trong Đơn vị thống kê bầu cử, Ban tổng vụ, Tòa thị chính quận)**

# Giảm phí công cộng và thuế

## Khấu trừ phí y tế của dịch vụ bảo hiểm chăm sóc từ thuế thu nhập, thuế cư trú (thuế cư dân thành phố, thuế cư dân tỉnh)

Một phần phí tự trả của người sử dụng dịch vụ như “Người đang nội trú trong các cơ sở của bảo hiểm chăm sóc như viện dưỡng lão chăm sóc đặc biệt, v.v...”, “Người đang sử dụng dịch vụ y tế như điều dưỡng tận nơi tại nhà, v.v...”, “Người đang sử dụng dịch vụ hỗ trợ tại nhà và dịch vụ ban ngày, v.v... cùng với dịch vụ y tế\*” có thể đủ điều kiện để được khấu trừ chi phí y tế. Vui lòng liên hệ đến Cục thuế để biết thêm thông tin chi tiết.

### Những điều cần lưu ý

- Để được khấu trừ phí y tế, người sử dụng dịch vụ cần phải có biên lai có ghi “Số tiền đủ điều kiện để khấu trừ phí y tế” do cơ sở cung cấp dịch vụ phát hành, v.v...
  - Khi tính toán số tiền đủ điều kiện để được khấu trừ phí y tế, phần được hoàn lại trong phí dịch vụ chăm sóc chi phí cao và phí dịch vụ y tế và chăm sóc chi phí cao sẽ được khấu trừ. Ngoài ra, về phí dịch vụ chăm sóc chi phí cao đối với khoản tự chi trả cho việc nội trú trong viện dưỡng lão chăm sóc đặc biệt, sẽ được khấu trừ 1/2 vào phí dịch vụ chăm sóc chi phí cao.
  - Ngay cả đối với các dịch vụ ban đầu không đủ điều kiện để được khấu trừ chi phí y tế, nếu người sử dụng dịch vụ được nhân viên chăm sóc phúc lợi hút đờm, v.v..., thì 1/10 số tiền tự chi trả có thể được khấu trừ vào chi phí y tế.
- \* Bao gồm dịch vụ tương đương với chăm sóc tận nơi, dịch vụ tương đương với chăm sóc ngoại trú được hỗ trợ toàn diện.

**Liên hệ: Cục thuế phụ trách khu vực đang sinh sống**

## Khấu trừ thuế thu nhập, thuế cư trú (thuế cư dân thành phố, thuế cư dân tỉnh) cho người cao tuổi theo diện người khuyết tật

Ngoài những người đã được cấp sổ tay người khuyết tật thể chất, trường hợp người đó từ 65 tuổi trở lên và được giám đốc Trung tâm phúc lợi và chăm sóc sức khỏe công nhận đáp ứng một trong các điều kiện (1)-(7) sau đây sẽ trở thành đối tượng được khấu trừ theo diện người khuyết tật.

Phân loại	Khấu trừ cho người khuyết tật	Khấu trừ cho người khuyết tật đặc biệt
Đối tượng	(1) Người tương đương với người khuyết tật thể chất (cấp độ 3-6) (2) Người tương đương với người bị chứng sa sút trí tuệ (cấp độ nhẹ - vừa) (3) Người tương đương với người khuyết tật trí tuệ (cấp độ nhẹ - vừa)	(4) Người tương đương với người khuyết tật thể chất (cấp độ 1 hoặc 2) (5) Người tương đương với người bị chứng sa sút trí tuệ (cấp độ nặng) (6) Người tương đương với người khuyết tật trí tuệ (cấp độ nặng) (7) Người nằm liệt giường từ 6 tháng trở lên, gặp khó khăn trong sinh hoạt như ăn uống, bài tiết
Khoản khấu trừ thuế thu nhập	270.000 yên từ số tiền thu nhập	400.000 yên từ số tiền thu nhập
Khoản khấu trừ từ thuế cư dân thành phố, thuế cư dân tỉnh	260.000 yên từ số tiền thu nhập	300.000 yên từ số tiền thu nhập

\* Trường hợp vợ/chồng hoặc người thân phụ thuộc thuộc diện đối tượng được khấu trừ là người khuyết tật đặc biệt luôn sống chung với người nộp thuế hay vợ/chồng của người nộp thuế, hoặc sống chung với người thân khác có cùng sinh kế với người nộp thuế, thì khoản khấu trừ là 750.000 yên cho thuế thu nhập và 530.000 yên cho thuế cư trú.

**Liên hệ: Cục thuế phụ trách khu vực đang sinh sống (thuế thu nhập), Văn phòng phụ trách thuế cư dân thành phố Ban thuế vụ của Tòa thị chính quận (thuế cư trú), Ban hỗ trợ người cao tuổi và người khuyết tật**

## Giảm thuế cho những ngôi nhà đã trải qua thi công sửa chữa không rào cản

Trường hợp thực hiện thi công sửa chữa không rào cản đối với nhà ở có người từ độ tuổi nhất định trở lên, người được chứng nhận là cần chăm sóc hoặc cần hỗ trợ, hoặc người khuyết tật đang sống, sẽ có chế độ giảm thuế tài sản cố định, thuế thu nhập.

### (Giảm thuế tài sản cố định)

Nếu bạn thực hiện một số hạng mục thi công sửa chữa không có rào cản và báo cáo với Tòa thị chính quận trong vòng 3 tháng kể từ khi hoàn thành thi công, bạn sẽ được giảm thuế tài sản cố định. Để biết thêm chi tiết, vui lòng xem tờ rơi do Ban thuế vụ của Tòa thị chính quận phát.

**Liên hệ: Văn phòng phụ trách nhà ở, Ban thuế vụ của Tòa thị chính quận nơi nhà bạn đang tọa lạc**

### (Khấu trừ đặc biệt thuế thu nhập)

Bạn có thể được khấu trừ đặc biệt thuế thu nhập, và để biết thêm chi tiết, vui lòng liên hệ với Cục thuế phụ trách khu vực bạn đang sinh sống

**Liên hệ: Cục thuế phụ trách khu vực đang sinh sống**

## Giảm phí xử lý rác công kênh

**Hộ gia đình đối tượng:** Hộ gia đình hưởng trợ cấp xã hội, hộ gia đình đặc biệt có người còn ở lại Trung Quốc, hộ gia đình có người được chứng nhận khuyết tật thể chất cấp độ 1 hoặc 2, khuyết tật thân kinh cấp độ 1, khuyết tật trí tuệ loại A1 hoặc A2, đa khuyết tật (khuyết tật thể chất cấp độ 3 và khuyết tật trí tuệ loại B1), hộ gia đình đơn thân nhận được giấy chứng nhận y tế phúc lợi, hộ gia đình có người cao tuổi (từ 65 tuổi trở lên) được xác nhận là cần bảo hiểm chăm sóc mức 4 hoặc 5, người cao tuổi sống một mình từ 70 tuổi trở lên gặp khó khăn trong việc trực tiếp mang rác công kênh đến cơ sở xử lý và được giám đốc Trung tâm phúc lợi và chăm sóc sức khỏe xác nhận.

**Nội dung miễn giảm:** Miễn giảm phí xử lý lên đến 4 lần vớt rác mỗi năm. (\*Từ tháng 4 đến tháng 3 năm sau)

**Đăng ký: Trung tâm tiếp nhận rác công kênh ĐT:0570-200-530** (Tiếp nhận từ điện thoại thuê bao thông thường, v.v...)

**ĐT:0570-200-530** (Những người sử dụng các dịch vụ giảm giá phí dịch vụ cố định hoặc cuộc gọi di động và điện thoại IP, v.v...)

**Thời gian tiếp nhận:** Thứ Hai - thứ Bảy (kể cả ngày lễ nhưng trừ các ngày cuối năm và đầu năm) 8:30 - 17:00

## Miễn giảm tiền nước và phí sử dụng hệ thống thoát nước

Hộ gia đình có người được chứng nhận là cần chăm sóc cấp độ 4 hoặc 5 có thể nộp đơn xin miễn giảm lên Cục cấp nước để được giảm tiền nước và phí sử dụng hệ thống thoát nước (khoản tương đương với mức phí cơ bản). \* Tuy nhiên, cũng có những điều kiện đối với các hộ gia đình được miễn giảm.

**Liên hệ: Trung tâm dịch vụ chăm sóc khách hàng của Cục cấp nước ĐT: 045-847-6262 Fax: 045-848-4281**

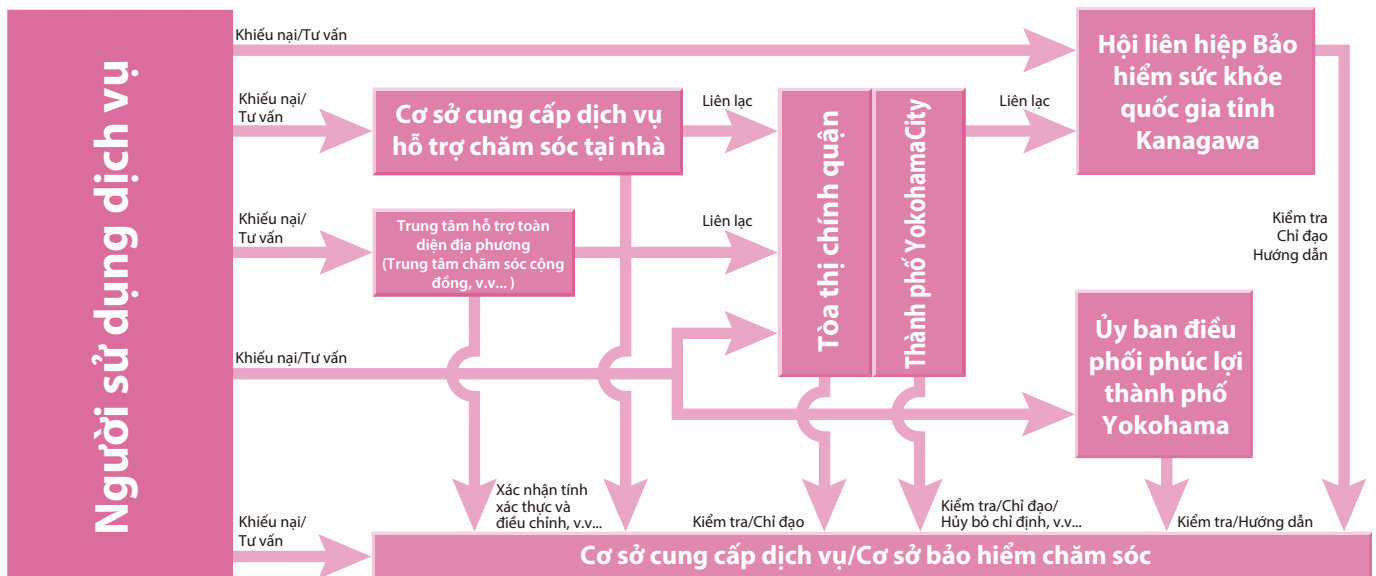
# Tôi có thể nộp đơn khiếu nại ở đâu?

Nếu bạn cảm thấy có điều gì bất hợp lý hoặc không hài lòng với dịch vụ đang sử dụng, bạn có thể trình bày các thông tin thực tế để được tư vấn hoặc gửi đơn khiếu nại để yêu cầu cải thiện dịch vụ.

## 1. Đến quầy tiếp nhận quen thuộc để được tư vấn

- Nếu bạn không hài lòng với nội dung dịch vụ được cung cấp bởi các cơ sở cung cấp dịch vụ, trước tiên bạn nên tham khảo ý kiến ở quầy tư vấn của cơ sở cung cấp đó. Cơ sở cung cấp dịch vụ sẽ trả lời một cách thiện chí khi có khiếu nại.
- Nếu bạn không hài lòng với dịch vụ, bạn có thể khiếu nại với cơ sở cung cấp dịch vụ hỗ trợ chăm sóc tại nhà đã lập kế hoạch chăm sóc. Sau khi xác nhận tính xác thực của sự việc, cơ sở cung cấp dịch vụ hỗ trợ chăm sóc tại nhà sẽ đưa ra yêu cầu cải tiến đối với cơ sở cung cấp dịch vụ hoặc thực hiện các điều chỉnh khi thay đổi cơ sở cung cấp dịch vụ, v.v...
- Ngoài ra, tại quầy tiếp nhận của Trung tâm hỗ trợ toàn diện địa phương như Trung tâm chăm sóc cộng đồng khu vực, v.v... và Ban hỗ trợ người cao tuổi và người khuyết tật của Tòa thị chính quận cũng có hỗ trợ giải quyết khiếu nại và tư vấn.

## Giải quyết khiếu nại về dịch vụ (Thành phố Yokohama)



## 2. Cách nộp đơn khiếu nại

- Nếu chỉ với tư vấn ở trên không đủ để giải quyết vấn đề, bạn có thể gửi “Đơn khiếu nại” cho thành phố Yokohama hoặc nếu cần thiết, có thể gửi đơn cho Hội liên hiệp Bảo hiểm sức khỏe quốc gia tỉnh Kanagawa để được điều tra và chỉ đạo dựa trên pháp luật.

**Liên hệ Đơn vị phụ trách khiếu nại và tư vấn các vấn đề về chăm sóc, Ban bảo hiểm chăm sóc, Hội liên hiệp Bảo hiểm sức khỏe quốc gia tỉnh Kanagawa**

ĐT: 045-329-3447

Dịch vụ Navi Dial: 0570-022-110

- Thành phố Yokohama đã thành lập “Ủy ban Điều tra phúc lợi thành phố Yokohama” là tổ chức bên thứ ba trung lập, để tiếp nhận các khiếu nại và tư vấn cho người dân về các dịch vụ phúc lợi và chăm sóc sức khỏe ở thành phố Yokohama, đồng thời tiến hành các cuộc điều tra và điều chỉnh cần thiết để thúc đẩy việc nâng cao chất lượng của các dịch vụ phúc lợi và chăm sóc sức khỏe.

**Liên hệ Văn phòng Ủy ban điều phối phúc lợi thành phố Yokohama**

(Ban tư vấn và điều tra thuộc Cục phúc lợi và chăm sóc sức khỏe)

ĐT: 045-671-4045 Fax: 045-681-5457

## Liên hệ

### Ban hỗ trợ người cao tuổi và người khuyết tật ở các quận

Vấn đề liên quan đến việc xác nhận cần chăm sóc và sử dụng dịch vụ

Quận	Số điện thoại	Số FAX
Tsurumi	045-510-1770	045-510-1897
Kanagawa	045-411-7019	045-324-3702
Nishi	045-320-8491	045-290-3422
Naka	045-224-8163	045-222-7719
Minami	045-341-1138	045-341-1144
Konan	045-847-8495	045-845-9809
Hodogaya	045-334-6394	045-334-6393
Asahi	045-954-6061	045-955-2675
Isogo	045-750-2494	045-750-2540

Quận	Số điện thoại	Số FAX
Kanazawa	045-788-7868	045-786-8872
Kohoku	045-540-2325	045-540-2396
Midori	045-930-2315	045-930-2310
Aoba	045-978-2479	045-978-2427
Tsuzuki	045-948-2313	045-948-2490
Totsuka	045-866-8452	045-881-1755
Sakae	045-894-8547	045-893-3083
Izumi	045-800-2436	045-800-2513
Seya	045-367-5714	045-364-2346

### Ban bảo hiểm và trợ cấp ở các quận

Vấn đề liên quan đến người được bảo hiểm và phí bảo hiểm

Quận	Số điện thoại	Số FAX
Tsurumi	045-510-1807	045-510-1898
Kanagawa	045-411-7124	045-322-1979
Nishi	045-320-8425	045-322-2183
Naka	045-224-8315	045-224-8309
Minami	045-341-1126	045-341-1131
Konan	045-847-8425	045-845-8413
Hodogaya	045-334-6335	045-334-6334
Asahi	045-954-6134	045-954-5784
Isogo	045-750-2425	045-750-2545

Quận	Số điện thoại	Số FAX
Kanazawa	045-788-7835	045-788-0328
Kohoku	045-540-2349	045-540-2355
Midori	045-930-2341	045-930-2347
Aoba	045-978-2336	045-978-2417
Tsuzuki	045-948-2334	045-948-2339
Totsuka	045-866-8449	045-871-5809
Sakae	045-894-8425	045-895-0115
Izumi	045-800-2425	045-800-2512
Seya	045-367-5725	045-362-2420



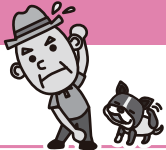
### Cục chăm sóc sức khỏe và phúc lợi thành phố Yokohama

Các Ban	Số điện thoại	Số FAX	
Ban bảo hiểm chăm sóc	045-671-4252	045-550-3614	Vấn đề chung liên quan đến chế độ bảo hiểm chăm sóc
	045-671-4256	045-550-3614	Vấn đề liên quan đến việc xác nhận cần chăm sóc
	045-671-4253	045-550-3614	Vấn đề liên quan đến người được bảo hiểm
	045-671-4254	045-550-3614	Vấn đề liên quan đến phí bảo hiểm
	045-671-4255	045-550-3614	Vấn đề liên quan đến trợ cấp bảo hiểm
Ban chỉ đạo hoạt động chăm sóc	045-671-3413	045-550-3615	Vấn đề liên quan đến chỉ định, gia hạn tại cơ sở cung cấp dịch vụ tại nhà
	045-671-3466	045-550-3615	Vấn đề liên quan đến chỉ định, gia hạn, điều chỉnh tại cơ sở cung cấp dịch vụ theo khu vực
	045-671-3414	045-550-3615	
	045-671-2356	045-550-3615	Vấn đề liên quan đến giám sát, chỉ đạo về dịch vụ tại nhà, dịch vụ theo khu vực
	045-671-3461	045-550-3615	
Ban cơ sở dành cho người cao tuổi	045-671-3923	045-641-6408	Vấn đề liên quan đến dịch vụ tại cơ sở
Ban hỗ trợ người cao tuổi tại nhà	045-671-2405	045-550-3612	Vấn đề liên quan đến Chương trình hỗ trợ toàn diện cuộc sống hàng ngày - chăm sóc dự phòng
Ban xúc tiến chăm sóc toàn diện địa phương	045-671-3464	045-550-4096	Vấn đề liên quan đến hệ thống chăm sóc toàn diện địa phương
Ban chăm sóc sức khỏe và phúc lợi cho người cao tuổi	045-671-3412	045-550-3613	Vấn đề liên quan đến kế hoạch chăm sóc toàn diện địa phương Yokohama

# Dịch vụ về chăm sóc dự phòng và tăng cường sức khỏe cho người cao tuổi

## Tiến lên vì sức khỏe! Điểm cần lưu trong cuộc sống!!

Chẳng phải tất cả mọi người ai cũng mong muốn “Dù có bao nhiêu tuổi đi nữa, tôi vẫn muốn có thể sống hết mình và tràn đầy năng lượng!” Bất kể tình trạng thể chất và tinh thần của bạn, để có một cuộc sống khỏe mạnh và là chính mình, điều quan trọng là tích cực tham gia vào các hoạt động cũng như nâng cao sức khỏe của mỗi người.

<b>Vận động/Hội chứng ít vận động (Locomotive Syndrome)</b>	<p>Hãy rèn luyện cơ thể (vận động) để chúng ta có thể tiếp tục bước đi!</p> <p>Người ta nói rằng ngay cả khi lớn tuổi, nếu bạn tiếp tục vận động, cơ bắp của bạn vẫn phát triển.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Hãy đeo máy đếm bước chân khi đi bộ, v.v... và đặt mục tiêu đi bộ 30 phút 1 ngày.</li> </ul>
<b>Khoang miệng</b>	<p>Hãy duy trì hoạt động của khoang miệng!</p> <p>Răng hàm không chỉ giúp nhai, nghiền thức ăn mà còn có vai trò giữ thẳng bằng cho cơ thể.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Hãy tập thói quen nhai kỹ khi ăn.</li> <li>● Hãy tiếp tục đánh răng và thực hiện các bài tập thể dục cho miệng (tập luyện cơ).</li> <li>● Thường xuyên khám nha khoa để chăm sóc và điều chỉnh răng giả, v.v...</li> </ul> 
<b>Dinh dưỡng</b>	<p>Hãy ăn những bữa ăn giúp phòng ngừa bệnh loãng xương và không bị mất cơ!</p> <p>Tuổi càng cao, mọi người càng có xu hướng thích một chế độ ăn uống nhẹ nhàng hơn và tiêu thụ ít protein hơn. Protein là chất dinh dưỡng tạo nên cơ bắp, các cơ quan nội tạng và máu. Ăn uống thiếu hụt dẫn đến tình trạng suy dinh dưỡng, gây yếu và mệt mỏi, đồng thời dễ kéo theo nhiều căn bệnh khác.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Hãy ăn món chính (thịt, cá, các sản phẩm từ đậu nành, v.v...) và các món ăn phụ (rau) 3 bữa/ngày.</li> <li>● Hãy uống đủ nước. (Nếu bạn có các bệnh về tim hoặc thận, v.v... vui lòng tham khảo ý kiến bác sĩ điều trị chính.)</li> </ul> 
<b>Chứng hay quên</b>	<p>Hãy giữ cho não bộ của bạn luôn khỏe mạnh!</p> <p>Thúc đẩy sự kích hoạt của não bộ bằng cách định hình thói quen vận động, cải thiện chế độ dinh dưỡng và tham gia vào các hoạt động cộng đồng và xã hội.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Nếu bạn lo lắng về chứng hay quên, trước tiên hãy tham khảo ý kiến bác sĩ gia đình.</li> </ul> 
<b>Sức khỏe và y tế</b>	<p>Kiểm soát bệnh của bạn bằng cách dùng thuốc phù hợp và cải thiện thói quen sinh hoạt, v.v... của bạn!</p> <p>Cao huyết áp hay tiểu đường, béo phì, v.v... có thể gây xơ vữa động mạch, là nguyên nhân gây đột quỵ và tăng nguy cơ bị chứng sa sút trí tuệ.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Hãy đi khám sức khỏe định kỳ.</li> <li>● Hãy uống thuốc theo đúng đơn thuốc của bác sĩ.</li> <li>● Qua việc cải thiện thói quen sinh hoạt như vận động và chế độ ăn uống, v.v..., bạn có thể kỳ vọng hiệu quả điều trị cao hơn.</li> </ul>
<b>Hòa nhập với xã hội</b>	<p>Hãy tham gia các sự kiện của địa phương hay hội nhóm theo sở thích, v.v...!</p> <p>Những người tham gia vào nhiều câu lạc bộ thể thao hay hội nhóm theo sở thích được cho là ít có nguy cơ yêu cầu chăm sóc khẩn cấp hơn.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Hãy tham gia vào nhóm chăm sóc dự phòng như Trạm tăng cường sức khỏe, v.v...</li> <li>● Hãy tích cực tham gia vào các hội nhóm theo sở thích, phòng giao lưu ở địa phương và các hoạt động tình nguyện.</li> </ul>

### Chuyên mục “Vòng luẩn quẩn” do hội chứng khiếm dụng gây ra

#### Hãy nhận biết các dấu hiệu ảnh hưởng đến sức khỏe

Nguyên nhân của tình trạng cần chăm sóc ở mức độ nặng như nằm liệt giường, v.v... là do những lý do quen thuộc như “răng giả không vừa vận”, “vấp ngã nhiều lần hơn”. Hãy nhận biết những dấu hiệu này và nỗ lực thực hiện các biện pháp tăng cường sức khỏe (chăm sóc dự phòng)!



**Hòa nhập với xã hội là điểm mấu chốt của chăm sóc dự phòng!**  
 Hãy cùng tìm phương pháp chăm sóc dự phòng và tăng cường sức khỏe phù hợp với phong cách của bạn nhé!

**Hoạt động cùng bạn bè**

Nếu bạn không giỏi tự mình tiếp tục một hoạt động gì đó, bạn nên thực hiện cùng với bạn bè của mình.

**Hoạt động vui tươi và có ích**

Nếu bạn muốn dùng kiến thức và kỹ năng của mình đóng góp cho cộng đồng, bạn cũng nên tham gia hoạt động tình nguyện viên ở địa phương.

**Giới thiệu về “Trạm tăng cường sức khỏe” cho hoạt động cùng bạn bè**

Đây là hoạt động nhóm nhằm mục đích chăm sóc dự phòng và tăng cường sức khỏe cùng với bạn bè ở một nơi quen thuộc.

Thành phố có hơn 300 nhóm đang thúc đẩy sự tương tác giữa những người tham gia thông qua các hoạt động khác nhau như , thể dục, tập luyện cơ bắp, đi bộ, bài tập nhận thức và hoạt động 3A (hoạt động giúp ngăn ngừa chứng sa sút trí tuệ).

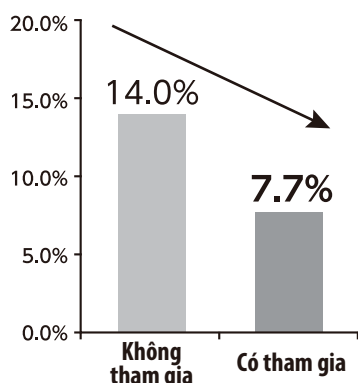
Liên hệ: Đến Ban hỗ trợ người cao tuổi và người khuyết tật của Tòa thị chính quận đang sinh sống hoặc Trung tâm hỗ trợ toàn diện địa phương

**Kết nối với nhau là bí quyết để sống khỏe mạnh!**

Các nghiên cứu gần đây đã chỉ ra rằng các hoạt động cộng đồng gắn kết mọi người như hoạt động theo sở thích, hoạt động tình nguyện, v.v... không chỉ giúp nâng cao sức mạnh cộng đồng mà còn có tác dụng tích cực đối với sức khỏe của người cao tuổi.

Người tham gia phòng giao lưu có tỷ lệ chứng nhận cần hỗ trợ hoặc cần chăm sóc thấp

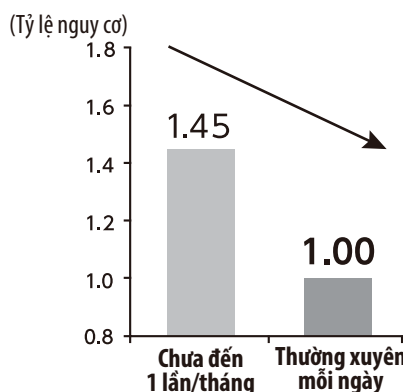
So sánh tỷ lệ chứng nhận cần được chăm sóc giữa người tham gia phòng giao lưu và người không tham gia



\* Tại thị trấn Taketoyo thuộc tỉnh Aichi, khảo sát theo dõi tình trạng của những người tham gia cho đến tháng 3 năm 2012 ở “Phòng giao lưu thư giãn” bắt đầu hoạt động vào tháng 5 năm 2007. Kết quả sau khi đã phân loại, chỉ những người tham gia từ 3 lần trở lên được xếp vào loại “tham gia”, và những người tham gia từ 0 - 2 lần được xếp vào loại “không tham gia”

Người tương tác với những người khác có xác suất bị chứng sa sút trí tuệ thấp

Nguy cơ dẫn đến chứng sa sút trí tuệ theo tần suất tương tác với những người khác không phải là người sống chung (Trường hợp “Thường xuyên mỗi ngày” đổi thành 1,00)



\* Kết quả của cuộc điều tra theo dõi 14.804 người cao tuổi từ 65 tuổi trở lên tại 6 thành phố, thị trấn, làng xã trực thuộc tỉnh Aichi trong khoảng 10 năm bắt đầu từ năm 2003. Kết quả của cuộc khảo sát về giới tính, độ tuổi, thành phần hộ gia đình, số năm đi học, tình trạng hôn nhân, thu nhập tương đương, có bệnh cần điều trị hay không, có bị chứng hay quên hay không, khu vực sinh sống

**Cũng có dữ liệu cho thấy tỷ lệ không bị chứng sa sút trí tuệ ở người có sở thích cao gấp 2,2 lần so với những người còn lại**

Nguồn: Tài liệu đánh giá và nghiên cứu về lão khoa Nhật Bản

**Tình trạng tham gia vào các hoạt động cộng đồng của các cá nhân và nhóm trong 1 năm qua**

(Khảo sát thực trạng người cao tuổi ở thành phố Yokohama năm 2019)

Người cao tuổi tham gia một số hoạt động cộng đồng **47.4%**

Người cao tuổi tham gia các hoạt động sức khỏe và thể thao **21.1%**

Người cao tuổi không tham gia hoạt động cộng đồng **38.8%**