नागरिक स्वास्थ्य बिमा गाइडबुक
(नेपाली भाषा संस्करण)

–2026–

नेरिमा-सिटि

विषयसूची

1. नागरिक स्वास्थ्य बिमा प्रणाली भन्नाले ?..2
2. नागरिक स्वास्थ्य बिमाको संयन्त्र..2
3. नागरिक स्वास्थ्य बिमाको सूचना दर्ता बारेमा...3
4. सामेल हुने बारेमा 3
5. त्याग्ने बारेमा..5
6. अन्य विविध प्रक्रियाहरु...6
7. माईना बिमा कार्ड आदि...7
8. बिमा लाभ-भुक्तानी बारेमा..10
9. बिमाले प्राप्त गर्न नमिल्ने चिकित्सा जाँच 10
10. उच्च राशिको स्वास्थलाभ खर्च 11
11. अस्पताल भर्ना हुँदाको खाना तथा स्वास्थलाभ खर्च 12
12. उच्च राशिको चिकित्सा उपचार/उच्च राशिको स्याहार सुसार योगफल-गणना प्रणाली ... .12
13. स्वास्थलाभ खर्च...13
14. सुत्केरी तथा शिशु स्याहार एकमुष्ट रकम..14
15. काजकिरिया खर्च...15
16. सवारी दुर्घटनामा पर्दा (तेस्रो पक्षको क्रियाकलापले गर्दा लागेको घाउचोट वा बिरामी)..........15
17. चिकित्सा उपचार खर्च कसैगरी भी भुक्तानी गर्न नसक्ने बखतमा, ...16
18. बिमा शुल्क...16
19. बिमा शुल्कको छुट प्रणाली...20
20. बिमा शुल्कको भुक्तानी विधि..22
21. विशेष निर्दिष्ट स्वास्थ्य परीक्षण/विशेष निर्दिष्ट सुस्वास्थ्य मार्गनिर्देशन 24
22. सुस्वास्थ्य कायम तथा सुदृढीकरण परियोजना..24
23. स्याहार-सुसार बिमा प्रणाली...24
24. वयोवृद्ध व्यक्तिको चिकित्सा उपचार प्रणाली...25

1. नागरकि स्वास्थ्य बमिा प्रणाली भन्नाले ?

हामी, सामान्यतया स्वास्थ्य भइराखे पनि, कहिले कस्तो चोटपटक लाग्न सक्छ थाहा हुँदैन । बमिारी भएर या चोटपटक लागेर चकित्सा संस्थामा जाँच गराएमा पैसा लाग्छ । चकित्सा उपचार खर्च महंगो हुने भएकोले चकित्सा संस्थामा जाँच गराउन सकएिन भने गाहरो हुन्छ ।

तसर्थ, जापानमा चकित्सा उपचार खर्चको भार थोरै भएपनि हलुका गर्नका लागि, पहलिबाट नै हरेकको आय अनुसार संयुक्त रुपमा पैसा योगदान गरी, बमिारी या चोटपटकको तयारीका नमित्ति आपसी सहयोगको प्रणाली नर्िमाण गरएिको छ । त्यो नै स्वास्थ्य वमिा प्रणाली हो । सामेल व्यक्ति (बमिति) मा, बमिा शुल्क चुक्ता गर्ने दायत्वि वहन गरी, त्यसको सट्टामा, बरिामी या चोटपटक लागेको बखतमा, स्वास्थ्य बमिाबाट उपचार गराउने अधकिार हुन्छ । जापानमा बस्ने सबै व्यक्ति स्वास्थ्य बमिामा अनवािर्य प्रवेश गर्नुपर्दछ ।

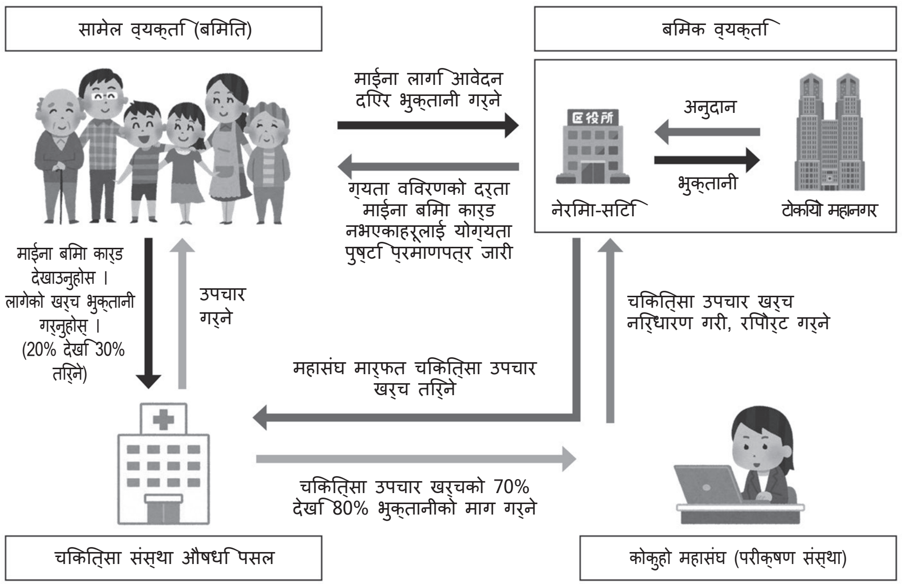
नागरकि स्वास्थ्य बमिा (कोक्हो-बमिा) उक्त स्वास्थ्य बमिा प्रणाली मध्येको एक हो ।

नागरकि स्वास्थ्य बमिामा सामेल हुँदा या त्याग्दा, त्यसका प्रक्रयिा अवश्य पनि अपनाउनु होला । सामेल हुने या त्याग्ने प्रक्रयिा ढलिा भयो भने, चकित्सा संस्थामा जाँच गराउँदा बमिा चलाउन नपाउने, बमिा शुल्क समायोजन नगरनि हुनजान्छ ।

2. नागरकि स्वास्थ्य बमिाको संयन्त्र

नागरकि स्वास्थ्य बमिा, प्रान्तहरु (टोकयिो महानगर) र गाउँ/नगरपालकिा (नेरमिा-सटिी) ले संयुक्त रुपमा सञ्चालन गर्ने गरेको छ । टोकयिो महानगरले मुख्यतया वत्तिि सञ्चालन गर्दछ । नेरमिा-सटिलि, बमितिको योग्यता प्राप्त/योग्यता गुमाइ या बमिा शुल्कको कर लागु/असुली सम्बन्धी कार्य, कोकुहो-बमिामा सामेल सम्पूर्ण व्यक्तहिरुलाई चुक्ता गर्न लगाउने बमिा शुल्क या महानगरबाट नकिासा हुने रकमद्वारा, चकित्सा उपचार खर्चको भुक्तानी गर्ने जस्ता कार्य सम्पन्न गर्दछ ।

1. राष्ट्रयि स्वास्थ्य बमिामा आवद्ध हुने सम्पूर्ण प्रक्रयिा पूरा गरेपछि नेरमिा सटिलि सदस्यताको ववरिण दर्ता गर्दछ । स्वास्थ्य बमिा कार्डको रुपमा दर्ता गरएिको माई नम्बर कार्ड「तल यसलाई माइना बमिा कार्ड भनेर उल्लेख गरएिको छ।」नभएका व्यक्तहिरुलाई「योग्यता पुष्टि प्रमाणपत्र」प्रदान गर्दछ।
2. नेरमिा सटिलि बमिा शुल्क नर्धिारण गरी भुक्तानीको लागि रसीद पठाउँछ । सदस्यहरुले उक्त शुल्क भुक्तानी गर्नुपर्दछ ।
3. सदस्यहरूले स्वास्थ्य संस्थामा चेक गराउँदा माईना बमिा कार्ड आदि (माईना बमिा कार्ड अथवा योग्यता पुष्टि प्रमाणपत्र) देखाएर नागरकि स्वास्थ्य बमिाको योग्यता प्रस्तुत गर्नुपर्दछ। उपचार खर्चको लागत (20% वा 30%) भुक्तानी गरेपछि उपचार सेवा लनि पाउँनेछन् ।
4. बाँकी चकित्सा खर्च राष्ट्रयि स्वास्थ्य बमिाबाट स्वास्थ्य संस्थालाई भुक्तानी गरनिछ ।



3. नागरकि स्वास्थ्य बमिाको सूचना दर्ता बारेमा

नागरकि स्वास्थ्य बमिा सम्बन्धी सूचना दर्ता गर्दाको बखतमा, तल उल्लखिति ① को माइनम्बर (व्यक्तगित नम्बर) को पुष्टि एवम् ② को सूचना दर्ता गर्ने व्यक्तिको पहचिान पुष्टि हुने कागजात लएिर आउनुहोला ।

साथै, वारेस (भन्नि घरपरवािरको व्यक्ति) ले सूचना दर्ता गर्ने भएमा, वारेसनामा आवश्यक हुन्छ । अग्रमि रुपमा सोधपुछ गर्नुहोला ।

① घरमूली एवम् सूचना दर्ता गर्न आवश्यक पर्ने सबैजनाको व्यक्तगित नम्बर पुष्टि हुने कागजात (योग्यता पुष्टि प्रमाणपत्र पुनः जारी आवेदनको लागि भए नचाहनिे)
व्यक्तगित नम्बर कार्ड अथवा व्यक्तगित नम्बरको सूचना कार्ड आदि
② सूचना दर्ता गर्ने व्यक्तिको पहचिान पुष्टि हुने कागजात
व्यक्तगित नम्बर कार्ड, जाइयू (बसोबास) कार्डे, स्पेशल पर्मानेन्ट रेसडिेन्ट सर्टफिकिेट, पासपोर्ट आदि

सोधपुछः 'कोकुहो सकिाकु खाकारि भननि नागरकि स्वास्थ्य बमिाको योग्यता हेर्ने प्रभारी'

4. सामेल हुने बारेमा

तलको (1) भत्रि पर्ने व्यक्तलि, 14 दनि भत्रिमा प्रक्रयिाको लागि आवश्यक पर्ने कागजात (पृष्ठ 4(4) हेर्ने) सँगसँगै, पृष्ठ 3 को ① घरमूली एवम् सूचना दर्ता आवश्यक पर्ने सबैजनाको व्यक्तगित नम्बर पुष्टि हुने कागजात एवम् ② सूचना दर्ता गर्ने व्यक्तिको पहचिान पुष्टि हुने कागजात साथमा लएिर आउनुहोला ।

*सामेल हुने प्रक्रयिा ढलिा गरेपनि, वमिा शुल्क चुक्ता गर्दा सामेल हुनुपर्ने पहलियैकै दनिदेखि हिसािब गरेर चुक्ता गर्नुपर्ने हुन्छ । सूचना दर्ता नगरएिको अवधकिो चकित्सा उपचार खर्च, टार्न नसकनिे परस्थितजिन्य कारणले गर्दा सूचना दर्ता ढलिा भएको अवस्थामा बाहेक, सम्पूर्ण राशि स्व-वहन गर्नुपर्ने हुन्छ ।

(1) नागरकि स्वास्थ्य बमिामा सामेल नभई नहुने व्यक्ति

नेरमिा-सटिमिा बसोबास दर्ता भएका सबै व्यक्ति (तथापि, (2) भत्रि पर्ने व्यक्ति बाहेक) ले, नागरकि स्वास्थ्य बमिामा सामेल नभई हुँदैन । व्यक्तलि आफ्नो स्वतन्त्र मनसाय अनुसार सामेल हुन या त्याग्न सक्ने छैन ।

(2) नागरकि स्वास्थ्य बमिामा सामेल हुन नसक्ने व्यक्ति

नेरमिा-सटिमिा बसोबास गर्दै आएर, बसोबास दर्ता भएको व्यक्ति भएपनि, नम्नि अवस्थाहरुमा सामेल हुन सक्ने छैन । साथै, जापानसँग सामाजकि सुरक्ष सम्झौतामा अनुबन्धति रहेका देशबाट जारी गरएिको लागु हुने प्रमाणपत्र भएका व्यक्तिको लागि, सामेल भइराख्नु पर्दैन ।

1. कार्यस्थलको स्वास्थ्य बमिा आदमिा सामेल भएका व्यक्ति एवम् सामेल हुन सक्ने व्यक्ति (आश्रति परविार समेत)
2. भसिाको प्रकार डेजक्निेटेड एक्टभिटिजि अर्थात वशिेष गतविधि भएका, चकित्सा उपचार उद्देश्य या नजिको सहयोगी, पर्यटन/वश्रिान्ति उद्देश्य या नजि सँगै गएको व्यक्ति
3. बसोबास अवधि 3 महनिा भन्दा कम भएका व्यक्ति (तथापि, इन्टरटरेनर अर्थात् मनोरञ्जक, प्रावधिकि प्रशक्षिण, परविारकि बसाइ, डेजक्निेटेड एक्टभिटिजि "चकित्सा उपचार उद्देश्य या नजिको सहयोगी, पर्यटन/वश्रिान्ति उद्देश्य या नजिसँगै आएको व्यक्ति बाहेक", अफसियिल स्टाटसको भसिा भएर भसिाको प्रकार अनुसार, 3 महनिा नाघ्नेगरी जापान राष्ट्रभत्रि बसोबास गर्ने अनुमति प्राप्त व्यक्ति सामेल हुन सक्नेछ।)
4. भसिाको प्रकार टेम्पोररि भजिटिर अर्थात छोटो अवधकिो बसाइ, डप्लिोम्याटकि स्टाटस अर्थात कूटनीतज्ञि
5. जीवनयापन संरक्षण प्राप्त गररहिेका व्यक्ति
6. वयोवृद्ध व्यत्तको चकित्सा उपचार प्रणालीमा सामेल भएका व्यक्ति (75 वर्ष वा सो भन्दा माथका व्यक्ति अथवा 65 वर्ष वा सो भन्दा माथका नश्चिति अपाङ्गता भएको मान्यता पाएका व्यक्ति)

＊ ऐच्छकि नरिन्तर बमिति प्रणाली

कार्यस्थलको स्वास्थ्य बमिा सामेल रहँदै आएको व्यक्तलि अवकाश लएिमा, नागरकि स्वास्थ्य बमिामा सामेल हुनुको सट्टामा अहलिसम्मको कार्यस्थलको स्वास्थ्य बमिालाई ऐच्छकि रुपमा नरिन्तरता (अधकितमः 2 वर्ष अवधि) दनि मलि्ने वधि रहेको छ ।

नागरकि स्वास्थ्य बमिामा सामेल हुने भए बमिा शुल्क फरक पर्नेछ । ऐच्छकि नरिन्तर बमिा सम्बन्धी सोधपुछ या प्रक्रयिा अपनाउने ठाउँ भनेको, अहलिसम्म सामेल रहँदै आएको स्वास्थ्य बमिा महासंघ, म्युचुअल एड एशोसएिसन अथवा क्योउखाइ केन्पो भननि नागरकि स्वास्थ्य बमिा संगठनहरु हुनेछन् ।

पुचश्च, ऐच्छकि बमिामा नरिन्तर सामेल हुने आवेदन ददिा, अवकाश लएिको भोलपिल्टदेखि 20 दनि भत्रिमा नै गरसिकेको हुनुपर्छ । उपयोग गर्न मलि्ने व्यक्तलि, अग्रमि रुपमा वचिार वमिर्श गरेर मात्र, प्रक्रयिा गर्नुहोला ।

***अध्ययन गर्न या कुनै सुविधागृहमा भर्ना हुनको लागि नेरिमि सटिबिाट बसाइँ जाने व्यक्तिको लागि**

नेरिमा सटिको नागरिक स्वास्थ्य बिमामा सामेल भएका व्यक्तिले, कलेज/उच्च माध्यमिक विद्यालयहरूमा अध्ययन गर्नका लागि अथवा बाल कल्याणका सुविधा स्थलहरूमा भर्ना हुनका लागि, नेरिमा-सटि बाहिर बसाइँ सरेर जाने अवस्थामा, नेरिमा सटिको नागरिक स्वास्थ्य बिमामा निरन्तर सामेल भइरहनु पर्दछ। अवश्य पनि नेरिमा सटिको स्वास्थ्य बिमामा प्रवेश गरिरहेको पुष्टि हुने कागजात र अध्ययनरत रहेको प्रमाणपत्र या भर्ना भएको प्रमाणपत्र जस्ता आवश्यक पर्ने कागजात लिएर, 'कोकुहो सकिाकु खाकारि भनिने नागरिक स्वास्थ्य बिमाको योग्यता हेर्ने प्रभारी' रहने काउन्टरबाट प्रक्रिया गर्नुहोला।

(3) नागरिक स्वास्थ्य बिमामा सामेल हुने मिति

1. नेरिमा सटिमा बसाइँ आएको (जापान प्रवेश) मिति
2. कार्यस्थलको स्वास्थ्य बिमाहरुको योग्यता अन्त्य भएको मिति
3. जन्म भएको मिति
4. जीवनयापन संरक्षण प्राप्त नगर्ने भएको मिति
5. मध्यम तथा दीर्घकालीन प्रकारको भिसा प्राप्त गरेको मिति

(4) सामेल हुनको लागि आवश्यक प्रक्रिया

1. नेरिमा-सटिमा बसाइँ आएको (जापान प्रवेश) मिति:
   बसोबास पत्रको बसाइ आउने प्रक्रिया अपनाउँदा कु-मनि जमिुस्यो भनिने कार्यालयबाट गर्नुहोला। भिसाको प्रकार डेजग्निेनेटेड एक्टभिटिजि भएको व्यक्तिले चकित्सिा उपचार उद्देश्य या नजिको सहयोगी, पर्यटन／विश्रान्ति उद्देश्य या नजि सँगै गएको व्यक्ति होइन भन्ने कुरा पुष्टि गर्नका लागि, पासपोर्टमा टाँसएिको सतिइस्यो भनिने निर्दिष्ट पत्र लिएर आउनुहोला।
2. कार्यस्थलको स्वास्थ्य बिमा आदि छोडेको बखतमाः
   स्वास्थ्य बिमा योग्यता गुमाएको प्रमाणपत्र लिएर आउनुहोला।
3. बच्चा जन्मएिको बखत पृष्ठ 14 को 14 सुत्केरी तथा शिशु स्याहार एकमुष्ट रकम पनि हेर्नुहोला।
   बोसि केन्कोउ तेच्योउ भनिने मातृशिशु स्वास्थ्य पुस्तिका लिएर आउनुहोला।
   * जन्मएिको दनिदेखि 60 दनि नबतिसम्म, भिसा नभएपनि बसोबास पत्र बनाउन सकिने भएकोले, नागरिक स्वास्थ्य बिमामा सामेल हुन सकिन्छ।
   यद्यपि मध्यम तथा दीर्घकालीन प्रकारको भिसा प्राप्त नगरीकन 60 दनि नाघ्यो भने, बसोबास पत्र मेटनिे भएकाले नागरिक स्वास्थ्य बिमा समेत गुम्नेछ।
   भिसा प्राप्त गर्ने प्रक्रिया 30 दनि भित्रमा गर्नुहोला।
4. जीवनयापन संरक्षण प्राप्त नगर्ने भएको बखत
   संरक्षण निर्णय सूचनापत्र अथवा संरक्षण लाभ प्राप्ति प्रमाणपत्र (खारेजी मिति थाहा हुने कुरा) लिएर आउनुहोला
5. मध्यम तथा दीर्घकालीन प्रकारको भिसा प्राप्त गरेको बखत
   ठेगाना स्थल दर्ता गर्दा कु-मनि जमिुस्यो भनिने कार्यालयबाट गर्नुहोला। भिसाको प्रकार डेजग्निेनेटेड एक्टभिटिजि भएको व्यक्तिले चकित्सिा उपचार उद्देश्य या नजिको सहयोगी, पर्यटन／विश्रान्ति उद्देश्य या नजि सँगै गएको व्यक्ति होइन भन्ने कुरा पुष्टि गर्नका लागि, पासपोर्टमा टाँसएिको सतिइस्यो भनिने निर्दिष्ट पत्र लिएर आउनुहोला।

(5) रसिेप्सन काउन्टर

'कोकुहो सकिाकु खाकारि भनिने नागरिक स्वास्थ्य बिमाको योग्यता हेर्ने प्रभारी, 'कोकुहो स्याकुजङि खाकारि भनिने नागरिक स्वास्थ्य बिमा स्याकुजङि क्षेत्रको प्रभारी, कु-मनि जमिुस्यो भनिने कार्यालय (नेरिमा／स्याकुजङि क्षेत्र बाहेक) बाट प्रक्रिया अपनाउनु होला।

* बिमाको योग्यता पुष्टि प्रमाणपत्र, नागरिक स्वास्थ्य बिमामा सामेल हुने सूचना दर्ताको दनिदेखि 1 हप्ता जतमिा, बसोबास दर्ता स्थलको घरमूली व्यक्तिको नाममा साधारण रजिष्टिरी पत्र मार्फत डाँक गरनिेछ। मूल ढोका या मेलबक्समा आफ्नो नेमप्लेट डस्प्लिे गरी राख्नुहोला।

* बिमाको योग्यता पुष्टि प्रमाणपत्रको उही दनि जारी होस् भन्ने इच्छा राख्ने भए, जाइयू (बसोबास) कार्ड, स्पेशल पर्मानेन्ट रेसडिेन्ट सर्टफिकिेट, अथवा पासपोर्ट लिएर, 'कोकुहो सकिाकु खाकारि भनिने नागरिक स्वास्थ्य बिमाको योग्यता हेर्ने प्रभारी' अथवा 'कोकुहो स्याकुजङि खाकारि भनिने नागरिक स्वास्थ्य बिमा स्याकुजङि क्षेत्रको प्रभारी' मार्फत प्रक्रिया अपनाउनु होला।

(6) बसोबास अवधिको नवीकरण, भिसाको प्रकार परविर्तन भएको अवस्थाको हकमा

सामेल अवधि बिहाल रहेको समयमा बसोबास अवधि नविकरण नगरेमा, बसोबास अवधि पूरण भएको दनिको भोलपिल्ट देखि नागरिक स्वास्थ्य बिमा को योग्यता गुम्नेछ। बसोवास अवधिको नवीकरण स्वीकृत भएमा, हामी तपाईलाई "नयाँ म्याद अवधिको योग्यता पुष्टि प्रमाणपत्र" वा "योग्यता जानकारीको सूचना" हुलाक मार्फत पठाउनेछौं।

माईना बिमि कार्ड भएको व्यक्तिले बसोबासको अवधि नवीकरण गरसिकेपछि माईना बिमि कार्ड र विद्युतीय प्रमाणपत्रलाई पनि पुनः प्रयोगको लागि आवश्यक प्रक्रिया पुरा गर्न अनुरोध गरन्छि।

साथै, निम्न अवस्थाहरूमा भने 'कोकुहो सकिाकु खाकारि भनिने नागरिक स्वास्थ्य बिमाको योग्यता हेर्ने प्रभारी' सँग परामर्श गर्नुहोला।

1. बसोवास अवधि नवीकरणको अनुमति प्राप्त गर्नु अघनिै अगाडको बसोबास अवधि समाप्त हुने अवस्था आएमा
   नवीकरण गर्नको लागि आवेदन दएिको थाहा हुने जाइयू (बसोबास) कार्ड, पासपोर्ट, माईना बिमि कार्ड (अथवा योग्यता पुष्टि प्रमाणपत्र) सबै लिएर, बिमि कार्डको म्याद लम्ब्याउन (अधिकतम 2 महनिा) को लागि परिामर्श गर्नुहोला।
2. नयाँ भिसाको प्रकार, टेम्पोररि भिजिटिर अर्थात् छोटो अवधिको बसाइ अथवा बसोबास अवधि 3 महनिा भन्दा कम हुने भएमा
   पासपोर्ट, माईना बिमि कार्ड (अथवा योग्यता पुष्टि प्रमाणपत्र) सबै लिएर, परामर्श गर्नुहोला।
3. अहिले सम्मको भिसाको प्रकार र नयाँ प्राप्त गरेको भिसाको प्रकारको बचिमा टेम्पोररि भिजिटिर अर्थात् छोटो अवधिको बसाइ अवधि रहन गएमा
   जाइयू (बसोबास) कार्ड, पासपोर्ट, माईना बिमि कार्ड (अथवा योग्यता पुष्टि प्रमाणपत्र) सबै लिएर, टेम्पोररि भिजिटिर अर्थात् छोटो अवधिको बसाइ बीचको नागरिक स्वास्थ्य बिमा निरन्तरताको लागि प्रक्रिया अपनाउनु होला।

*माईना बिमि कार्डको विषयमा पृष्ठ 6 [7. माईना बिमि कार्ड आदि] मा हेर्नुहोस्।

सोधपुछः 'कोकुहो सकिाकु खाकारि भनिने नागरिक स्वास्थ्य बिमाको योग्यता हेर्ने प्रभारी'

5. त्याग्ने बारेमा

नेरिमा सटिबिाट बसाइँ जाने बखत या, कार्यस्थलको स्वास्थ्य बिमा आदिमा सामेल भएको बेलामा, त्याग्ने प्रक्रिया 14 दनि भित्रमा गरेर, नेरिमा सटिको नागरिकको स्वास्थ्य बिमा कार्डको योग्यता पुष्टि प्रमाणपत्र लिएका व्यक्तिहरूले फरिता गर्नुहोला। प्रक्रियामा आवश्यक कागजात (पृष्ठ 2 को 3 को ② हेर्नुहोस्) सँगसँगै, ① घरमूली एवम् सूचना दर्ताको लागि आवश्यक सबैजनाको व्यक्तिगत नम्बर पुष्टि हुने कागजात एवम् ② सूचना दर्ता गर्ने व्यक्तिको पहिचान पुष्टि हुने कागजात साथमा लिएर आउनुहोला। (पृष्ठ 2 को 「3 नागरिक स्वास्थ्य बिमाको सूचना दर्ता बारेमा」 हेर्नुहोस्।)

*त्याग्ने सूचना दर्ता नभएसम्म, बिमा शुल्क भुक्तानी माग जारी रहनेछ। सूचना दर्ता 1 वर्ष वा सो भन्दा बढी ढिलो भयो भने, <u>बिमा शुल्क घट्दैन र बढी तिरेको बिमा शुल्क नफर्कन सक्छ, ध्यान पुर्याउनु होला।</u>

साथै, यदि तपाईले आफ्नो कार्यस्थल स्वास्थ्य बिमा वा कोकुहो-बिमा महासङ्घमा सामेल भइसकेपछि नेरिमा-सटि नागरिक स्वास्थ्य बिमा प्रयोग गरेर चकित्सिा उपचार प्राप्त गर्नुभयो भने, तपाईले उक्त उपचारको लागत फरिता गर्नुपर्ने हुन सक्छ।

*प्रवासी विद्यार्थी बिमा या चकित्सिा उपचार लाभ सहितको जीवन बिमा एवम् भ्रमण दुर्घटना बिमामा सामेल भएपनि, नागरिक स्वास्थ्य बिमा त्याग्न मल्दिैन। यी बिमाहरु, जापानको सार्वजनिक स्वास्थ्य बिमा प्रणाली भित्र पर्दैनन्।

(1) नागरिक स्वास्थ्य बिमा त्याग्ने दनि

1. विदेशमा बसाइँ गएको दनिको भोलपिल्ट
2. नेरिमा-सटिबिाट जापान राष्ट्र भित्रै कतै बसाइँ गएको दनि
3. कार्यस्थलको स्वास्थ्य बिमा आदिमा सामेल भएको दनिको भोलपिल्ट (कोकुहो-बिमा महासङ्घ हो भने, सामेल भएको दनि)
4. मृत्यु भएको दनिको भोलपिल्ट
5. जीवनयापन संरक्षण प्राप्त हुन सुरु भएको दनि
6. 75 औं वर्षको जन्मदनिको भोलपिल्ट (स्वचलति रुपमा वयोवृद्ध व्यक्तिको चकित्सिा उपचार प्रणाली (पृष्ठ 25) मा रुपान्तरण हुन्छ।
7. 75 वर्ष भन्दा मुनिका र एक निश्चिति अपाङ्गता भएको प्रमाणीकरण भएर, बयोवृद्ध व्यक्तिको चकित्सिा उपचार प्रणालीमा सामेल भएको दनिको भोलपिल्ट
8. बसोबास अवधि पूरण भएको भोलपिल्ट, अथवा अध्यागमन विभागबाट आएको सूचनाद्वारा बसोबास दर्ता मेटएिको दनिको भोलपिल्ट

(2) त्यागको लागि आवश्यक प्रक्रयिा

1. जापनबाट बहर्गिमन हुने बखत
   जापानबाट बहर्गिमन हुनु अघि कु-मनि जमुिस्यो भननि कार्यालयबाट, बसोबास पत्रको बसाइँ जाने प्रक्रयिा अपनाउनु होला ।
   कु-मनि जमुिस्यो भननि कार्यालयबाट बसोबास पत्रको बसाइँ जाने प्रक्रयिा नगरएिमा वदिेश बसाइको अवधभिरी समेत सामेल सरह नै हुन गई, बमिा शुल्क लाग्छ जान्छ । पुनः बसाइँ आउने बखतमा नागरकि स्वास्थ्य बमिाको बतिसिकेको योग्यतालाई हटाउन मल्दिैन । पुनश्च, सामेल अवधभिरमा वदिेशमा चकित्सिा जाँच गराएको बखतमा, पृष्ठ 12 को 13 वदिेशको स्वास्थ्यलाभ खर्च हेर्नुहोला ।
2. नेरमिा सटिबिाट अन्य स्थानीय तहमा बसाइ सरेर जाँदा
   नेरमिा सटि भत्रिको कु-मनि जमुिस्यो भननि कार्यालयबाट बसोबास पत्रको बसाइँ जाने प्रक्रयिा गरेर, नयाँ ठेगानाको बसोबास पत्र सम्बन्धी फाँटको इन्चार्जसँग बसाइँ आउने प्रक्रयिा सम्पन्न गर्नुहोला । बसाइँ आएको दनिबाट नेरमिा-सटिको नागरकि स्वास्थ्य बमिा त्यागेको हुनेछ ।
   बमिा शुल्कको फछर्यौट बारेमा, नयाँ ठेगानामा सूचनापत्र डाँक गरनि छ ।
3. कार्यस्थलको स्वास्थ्य बमिा आदमिा सामेल भएको बखत
   त्यागको प्रक्रयिा नगरएिमा दोहोरो बमिामा सामेल हुन गई, बमिा शुल्कको भुक्तानी माग गरनि हुनजान्छ । सामेल भएको नयाँ कार्यस्थलको स्वास्थ्य बमिा कार्डको योग्यता पुष्टि प्रमाणपत्र अथवा योग्यता जानकारीको सूचना (सामेल भएका व्यक्ति सबैजनाको) र नेरमिा सटिको नागरकि स्वास्थ्य बमिाको योग्यता पुष्टि प्रमाणपत्र (भएका व्यक्तहिरूको मात्र) ल्याएर प्रक्रयिा अपनाउनु होला ।
   *दाहनितिर रहेको QR Code बाट स्क्यान गरेर आवेदन दनि सकन्छि।
   *सुरु हुने मति पुष्टि हुने वस्तु अवश्य तयार राख्नुहोस्।
   *कृपया नयाँ योग्यता पुष्टि प्रमाणपत्र, योग्यता जानकारीको सूचना अथवा माईना पोर्टलको स्वास्थ्य बमिा योग्यता जानकारीको सूचना स्क्रनिको तस्वरि टाँसेर आवेदन दनिुहोस् ।
4. मृत्यु भएको बखत
   त्यागको प्रक्रयिा आवश्यक पर्दैन । काजकरिया खर्च भुक्तानी गरनि भएकोले, प्रक्रयिा बारेमा पृष्ठ 16 को 15. काजकरिया खर्च मा हेर्नुहोला ।
5. जीवनयापन संरक्षण प्राप्त हुने भएको बखत
   संरक्षण नर्णिय सूचनापत्र अथवा संरक्षण लाभ प्राप्ति प्रमाणपत्र (सुरुवाती मति थाहा हुने कागजात) ल्याएर प्रक्रयिा अपनाउनु होला ।
6. वयोवृद्ध व्यक्तको चकित्सिा उपचार प्रणालीमा सामेल भएको बखत
   ① 75 वर्ष पुगेको बखत
   त्यागको प्रक्रयिा आवश्यक पर्दैन । स्वचलति रुपमा वयोवृद्ध व्यक्तको चकित्सिा उपचार प्रणाली (पृष्ठ 25) मा रुपान्तरण हुन्छ ।
   ② 75 वर्ष भन्दा मुनि र नश्चिति अपाङ्गता भएको प्रमाणीकरण गरएिको बखत
   वयोवृद्ध व्यक्तको चकित्सिा उपचार प्रणाली तर्फको प्रक्रयिा अपनाइएको बखतमा जारी गरनि कागजात, अथवा वयो वृद्ध व्यक्तको चकित्सिा उपचार प्रणालीको योग्यता पुष्टि प्रमाणपत्र ल्याएर प्रक्रयिा अपनाउनु होला ।
7. बसोबास अवधि पूर्ण भएको अथवा भसिाको प्रकार टेम्पोररि भजिटिर अर्थात छोटो अवधको बसाइमा परवि्रतन भएको जस्ता कारणले, बसोबास दर्ता मेटएिको बखत पृष्ठ 5 (6) हेर्नुहोला ।

* बमिा शुल्क महँगो भयो अथवा स्वास्थ्य बमिा प्रयोग गर्दनिँ इत्यादि भन्दै नागरकि स्वास्थ्य बमिा छोड्न मल्दिैन ।

सोधपुछः 'कोकुहो सकिाकु खाकारि भननि नागरकि स्वास्थ्य बमिाको योग्यता हेर्ने प्रभारी'

6. अन्य ववििधि प्रक्रयिाहरु

नम्िन अवस्थाहरुमा, 14 दनि भत्रिमा जाइयू (बसोबास) कार्ड अथवा स्पेशल पर्मानेन्ट रेसडिन्ट सर्टफिकिेट लएिर, कु-मनि जमुिस्यो भननि कार्यालयबाट सूचना दर्ता गर्नुहोला ।

1. नेरमिा-सटि भत्रिकै ठेगानामा परवि्रतन आएको बखत
2. घरमूली परवि्रतन भएको बखत
3. उपनाम परवि्रतन भएको बखत

सोधपुछः 'कोकुहो सकिाकु खाकारि भननि नागरकि स्वास्थ्य बमिाको योग्यता हेर्ने प्रभारी'

7. माईना बमिा कार्ड आदि

माईना बमिा कार्ड राष्ट्रयि स्वास्थ्य बमिामा सदस्य भएको प्रमाणपत्र हो। यो चकित्सिा संस्थाहरु र औषधि पसलहरुमा सहूलयित लनिको लागि आवश्यक पर्दछ ।

(1) माईना बमिा कार्डका प्रकारहरुको सम्बन्ध

प्रकार	ववििरण	मान्य अवधि	चकित्सिा संस्था अथवा औषधि पसलमा प्रयोग गर्ने तरकिा
माईना बमिा कार्ड	स्वास्थ्य बमिाको प्रयोगको लागि दर्ता गरएिको माई नम्बर कार्ड (प्रक्रयिा आफैले गर्नुपर्नेछ) * 「(2) माईना बमिा कार्ड 」लएिर जानुहोस् ।	नहुने *वद्यिुतीय प्रमाणपत्रको नवीकरणको बेग्लै आवश्यक पर्दछ	फोटो टाँसएिको कार्डलाई कार्ड रडिरमा राखेर प्रयोग गर्ने
योग्यताको प्रमाणपत्र	स्वास्थ्य बीमाको योग्यता सम्बन्धी ववििरण समावेश गरएिको कार्ड । माईना बमिा कार्ड नभएका व्यक्तहिरूको लागि जारी हुने * 「(3) योग्यता पुष्टि प्रमाणपत्र」लएिर जानुहोस्	हुने * (8) मान्य अवधि हेर्नुहोस्	काउन्टरमा देखाउने
योग्यता जानकारीको सूचना	स्वास्थ्य बमिाको योग्यता सम्बन्धी ववििरण जाँच गर्न प्रयोग हुने A4 आकारको कागजात। माईना बमिा कार्ड नभएका व्यक्तहिरूलाई जारी * 「(4) योग्यता जानकारीको सूचना」 हेर्नुहोस्	नहुने *70 देखि 74 वर्ष उमेरका व्यक्तहिरूको लागि मात्र आंशकि वहन गर्नु पर्ने वहन दरको म्याद सकनि मति लेखएिको हुन्छ	कार्ड रडिरको खराबीको कारणले माईना बमिा कार्ड प्रयोग गर्न सकएिन भने, माईना बमिा कार्डसँगै देखाउनुहोस्

(2) माईना बमिा कार्ड

यदि तपाईसँग माई नम्बर कार्ड छ भने, तपाईले त्यसलाई बमिा कार्डको रुपमा प्रयोग गर्न सक्नुहुन्छ । तर, यसका लागि तपाईले पहलि नै दर्ता गर्नुपर्ने हुन्छ । वस्तिृत जानकारीको लागि नेरमिा सटिको होमपेजमा हेर्नुहोस् । दायाँतरि रहेको QR Code स्क्यान गर्न सक्नुहुनेछ ।

* स्वास्थ्य बमिाको योग्यता परवि्रतन भएपनि माईना बमिा कार्डलाई नरिन्तर प्रयोग गर्न सकन्छि तर नेरमिा सटिको नागरकि स्वास्थ्य बमिामा प्रवेश गर्ने तथा त्यागको प्रक्रयिा पहलिको जस्तै गरी गर्नुपर्ने हुन्छ ।

* माई नम्बर कार्डको वद्यिुतीय योग्यता प्रमाणपत्रको म्याद सकएिको अवस्थामा त्यसलाई माईना बमिा कार्डको रुपमा प्रयोग गर्न सकदिैन। नवीकरणको लागि प्रक्रयिा गर्न आवश्यक रहन्छ ।
वस्तिृत जानकारीको लागि नेरमिा सटिको होमपेज हेर्नुहोस् । दायाँतरि रहेको QR Code स्क्यान गर्न सक्नुहुनेछ ।

* चकित्सिा संस्था अथवा औषधि पसलहरुमा माईना बमिा कार्डको प्रयोग गरेमा जेष्ठ नागरकि प्रमाणपत्र अथवा उच्चराशीको स्वास्थ्य लाभ खर्च प्रमाणपत्र देखाउन आवश्यक पर्दैन ।

* कार्ड रडिरको खराबीको कारणले माईना बमिा कार्डको प्रयोग गर्न नमलिेको अवस्थामा योग्यता
जानकारीको सूचना अथवा माईना पोर्टलको योग्यता ववििरणको स्क्रनि नकिालेर माईना बमिा कार्डसँगसँगै स्वास्थ्य संस्था अथवा औषधि पसलहरूमा देखाउनुहोस् ।

* घरेलु हसिा र दुर्व्यवहारका पीडतिहरूका लागि
आधारभूत नविासी दर्ताको परक्रयिाहरूमा सहयोग गरन अनुरोध गरेका र नेरमिा-सटिको नागरकि स्वास्थ्य बमिामा सामेल भएका व्यक्तहिरूका लागि, नेरमिा-सटिलि माईना बमिा कार्डको प्रयोग जस्ता कार्यहरूमा प्रतबिन्ध लगाएको छ।
प्रतबिन्धहरू लागू भए पनि आफ्नो माईना बमिा कार्ड प्रयोग गर्न जारी राख्न चाहनुहुन्छ भने, कृपया 'कोकुहो सकिाकु खाकारि भननि नागरकि स्वास्थ्य बमिाको योग्यता हेर्ने प्रभारी'सँग परामर्श गर्नुहोस्।
साथै, यदि घरेलु हसिा वा दुर्व्यवहारको उत्पीडन बन्द भएको छ र प्रतबिन्धहरू अब आवश्यक छैनन् भने, 'कोकुहो सकिाकु खाकारि भननि नागरकि स्वास्थ्य बमिाको योग्यता हेर्ने प्रभारी'लाई सूचति गर्नुपर्छ।

(3) योग्यता पुष्टि प्रमाणपत्र

योग्यता पुष्टि प्रमाणपत्र भनेको माईना बमिा कार्ड नलएिका व्यक्तहिरुले स्वास्थ्य बमिाको प्रयोग गर्न मल्िने गरी माईना बमिा कार्डको सट्टामा जारी गरनि कार्ड हो ।

आवेदन नदर्ईकिन प्रमाणपत्र जारी हुने व्यक्तहिरु]

1. माई नम्बर कार्ड नलएिका व्यक्तहिरू
2. माई नम्बर कार्ड लएिका तर स्वास्थ्य बमिा कार्डको रुपमा प्रयोग गर्न दर्ता नगरेका व्यक्तहिरु
3. माईना बमिा कार्डको प्रयोग दर्ता रद्द गरेको वा माईना बमिा कार्ड फरि्ता गरेका व्यक्तहिरू
4. माई नम्बर कार्डको वद्यिुतीय प्रमाणपत्रको म्याद सकएिको कारणले माईना बमिा कार्डको रूपमा प्रयोग गर्न नसक्ने भएका व्यक्तहिरू

[आवेदन मार्फत जारी हुने व्यक्तहिरु]

1. माईना बमिा कार्डमार्फत उपचार सेवा प्राप्त गर्न कठनािइ हुने व्यक्ता (जेष्ठ नागरकि, अपाङ्गता भएका व्यक्ता आदा)
2. माई नम्बर कार्ड हराएका अथवा नवीकरण प्रक्रयािमा रहेका व्यक्तहिरू
3. योग्यता पुष्टा प्रमाणपत्र हराएका व्यक्तहिरू
4. माई नम्बर कार्ड फर्िता गरेका वा माई नम्बर कार्डको वद्यिुतीय प्रमाणपत्रको म्याद सकएिको व्यक्ता जसले माथा भनएिको [आवेदन नदर्ईिकन प्रमाणपत्र जारी हुने व्यक्तहिरू] भन्दा पहलि जारी गराउनको लागा आवेदन दएिका व्यक्ता

*यदा तपाई पहलिो पटक नेरमिा सटिकिो नागरकि स्वास्थ्य बमिामा सामेल हुने सबैजनालाई "योग्यता पुष्टकिरण प्रमाणपत्र" जारी गरनिेछ।

*अङ्ग दान मनसाय खण्डको बारेमा

अङ्ग दान गर्ने आफ्नो मनसाय व्यक्त गर्न योग्यता पुष्टा प्रमाणपत्रको पछाडा एउटा खण्ड राखएिको छ। यो फारम भर्नु ऐच्छकि हो। तपाईंले भर्नुभएको जानकारी नदेखनिे बनाउन सुरक्षात्मक स्टकिरहरू 'कोकुहो सकािकु खाकारा भननिे नागरकि स्वास्थ्य बमिाको योग्यता हेर्ने प्रभारी', 'कोकुहो स्याकुजड़ि खाकारा भननिे नागरकि स्वास्थ्य बमिा स्याकुजड़ि क्षेत्रको प्रभारी' र कु-मनि जमिुस्यो भननिे कार्यालय (नेरमिा र स्याकुजड़ि बाहेक) मा उपलब्ध छन्।
अङ्ग दानको बारेमा जानकारीको लागा, कृपया जापान अङ्ग प्रत्यारोपण नेटवर्क (सार्वजनकि संस्था) को वेबसाइट हेर्नुहोस्। दायाँतरि रहेको QR Code स्क्यान गर्न सक्नुहुनेछ ।

(4) योग्यता जानकारीको सूचना

योग्यता जानकारीको सूचना भनेको माईना बमिा कार्ड भएको व्यक्तलिे सजलिै स्वास्थ्य बमिाको योग्यता पुष्टा गर्न पाउने A4 साईजको कागज हो। यो कागजले मात्र स्वास्थ्य संस्था अथवा औषधा पसलहरुमा उपचार गर्ने क्रममा यसको प्रयोग गर्न सक्दैनन् ।
कार्ड रडिरको समस्याले माईना बमिा कार्ड प्रयोग गर्न नमलिेको अवस्थामा यो कागजलाई माईना बमिा कार्डसँगै स्वास्थ्य संस्था अथवा औषधा पसलमा देखाउनु भयो भने वमिा कार्डको सेवा लनि सक्नुहुनेछ ।

साथै स्मार्ट फोनमार्फत माई नम्बर पोर्टलमा लगईन गरी योग्यताको ववरिण चेकजाँच गर्न सकनि्छ ।
दायाँतरि रहेको QR Code स्क्यान गर्न सक्नुहुनेछ ।

(5) माईना बमिा कार्ड प्रयोग गर्न कठनािइ भएका व्यक्तहिरू

तपाईसँग माईना बमिा कार्ड भएपनि, बुढ्यौली वा अपाङ्गताको कारणले चकिति्सा संस्था वा औषधा पसलमा कार्डले दर्ता गर्न समस्या छ भने, तपाईले「योग्यता पुष्टा प्रमाणपत्र」प्राप्त गर्न आवेदन दनि सक्नुहुन्छ।
सूचना दर्ता कसरी गर्ने भन्ने बारे वस्तिृतमा जान्न आदकिो लागा नेरमिा सटिकिो वेबसाइट हेर्नुहोस्। दायाँतरि रहेको QR Code स्क्यान गर्न सक्नुहुनेछ ।

(6) सापटी लनिदनि गर्न नषिेध

माईना बमिा कार्ड अन्य व्यक्तसिँग सापटी लनिदनि गर्न पाइँदैन । कानुन बमोजमि दण्डति हुनेछ ।

(7) स्वास्थ्य संस्था अथवा औषधा पसलमा जाँदा दर्ता गर्ने तरकिा

स्वास्थ्य संस्था अथवा औषधा पसलमा जाँदा तलका मध्ये कुनै एक तरकािले दर्ता गराउनुहोस् ।
1. माईना बमिा कार्ड देखाएर उपचार गराउने
2. योग्यता पुष्टा प्रमाणपत्र देखाएर उपचार गराउने

* नागरकि स्वास्थ्य बमिाबाट चकिति्सा जाँच गराउने भएमा, नागरकि स्वास्थ्य बमिाबाट उपचार गर्न मलि्ने चकिति्सा संस्थामा जचाउनु पर्ने आवश्यकता रहन्छ । नागरकि स्वास्थ्य बमिाबाट उपचार नगर्ने चकिति्सा संस्थामा जाँदा, बमिा प्रयोग गर्न नमलि्ने भएकोले सम्पूर्ण राशा स्व-वहन गर्नुपर्ने हुनजान्छ (धेरैजसो चकिति्सा संस्थामा नागरकि स्वास्थ्य बमिाबाट उपचार गर्ने गरएिको छ ।)

(8) म्याद अवधा

योग्यता पुष्टा प्रमाणपत्रको म्याद अवधा अधकितम 2 वर्षसम्मको हुने भएकोले हालको योग्यता पुष्टा प्रमाणपत्रको पछलि्लो म्याद सकनिे मतिा सन् 2027 सेप्टेम्बर 30 तारखि सम्म हो ।

1. एक्लै सामेल हुँदा
योग्यता पुष्टा प्रमाणपत्रको म्याद अवधा बसोबास म्याद अवधसिँग तुलना गरेर, दुई मध्ये चाँडो आउने मतिा हुनेछ ।

2. परविार (2) जना वा सो भन्दा माथा) सामेल हुँदा
योग्यता पुष्टा प्रमाणपत्र अथवा अवधा भनेको, सामेल व्यक्तहिरू मध्ये सबैभन्दा लामो बसाइ अवधा सँग तुलना गरेर, दुई मध्ये चाँडो आउने मतिा हुनेछ । मान्य हुने अवधा बाँकी रहेपनि, बसोबास म्याद अवधा बतिियो भने नागरकि स्वास्थ्य बमिाको योग्यता गुम्ने भएकोले सावधानी अपनाउनु होला ।
3. भर्खरै जन्मेर बसोबासको योग्यता नभएको बच्चा भएमा
योग्यता पुष्टा प्रमाणपत्रको मान्य हुने अवधा, जन्मएिको भोलपिल्टदेखा 61 दनिसम्म हुनेछ । भसाि प्राप्त गर्ने प्रक्रयाि 30 दनि भति्रमा गर्नुहोला । भसाि प्राप्ता भएको पुष्टा 'कोकुहो सकािकु खाकारा भननिे नागरकि स्वास्थ्य बमिा योग्यता हेर्ने प्रभारीबाट गराएर नागरकि स्वास्थ्य बमिामा सामेल हुनुपर्ने सर्त पूरा गरेमा, नयाँ योग्यता पुष्टा प्रमाणपत्र डाँक गरनिेछ । भसाि प्राप्ता भएको पुष्टा 'कोकुहो सकािकु खाकारा भननिे नागरकि स्वास्थ्य बमिा योग्यता हेर्ने प्रभारीबाट गराएर नागरकि स्वास्थ्य बमिामा सामेल हुनुपर्ने सर्त पूरा गरेमा, नयाँ योग्यता पुष्टा प्रमाणपत्र डाँक गरनिेछ । नयाँ योग्यता पुष्टा प्रमाणपत्रको म्याद अवधा भनेको सामेल व्यक्तहिरु मध्ये सबैभन्दा लामो बसोबास म्याद अवधा बचि तुलना गरेर, दुई मध्ये चाँडो आउने मतिा हुनेछ ।
*बसोबास अवधा नवीकरण गरेको व्यक्तलिे, पृष्ठ 5 (6) हेर्नुहोला ।
*2 देखा 3 सन् 2026 डसिेम्बर महनिासम्म सञ्चालनमा रहनेछन्। सन् 2027 जनवरी देखा, योग्यता पुष्टा प्रमाणपत्रको वैधता अवधा आवेदकको बसाइ अवधकिो म्याद जत्तकिै हुनेछ।

(9) पुनः जारी, फर्िता

यदा योग्यता पुष्टा प्रमाणपत्र वा योग्यता जानकारीको सूचना हराएर वा बग्रिएिर, प्रयोग गर्न लायक छैन भने, कृपया पुन: जारीको लागा आवेदन दनिुहोस्। प्रक्रयाि गर्ने बखतमा पृष्ठ P2 को 3 को② सूचना दर्ता गर्ने व्यक्तकिो पहचािन पुष्टा हुने कागजात लएिर आउनुहोला ।
नेरमिा सटिबिाट बसाइँ गएको बखत, कार्यस्थलको स्वास्थ्य बमिामा सामेल भएर नागरकि बमिा त्याग गर्ने सूचना दर्ता गरेको बखत, बसोबास म्याद अवधा गुज्रएिको बखतमा योग्यता पुष्टा प्रमाणपत्र (भएका व्यक्तहिरूले) फर्िता गर्नुहोला । साथै, म्याद अवधा गुज्रएिको योग्यता पुष्टा प्रमाणपत्र कैंचीले टुक्रा पार्ने आदा गरेर आफैले जम्मिेवारीपूर्ण तवरले वसिर्जन गर्ने अथवा, 'कोकुहो सकािकु खाकारा भननिे नागरकि स्वास्थ्य बमिाको योग्यता हेर्ने प्रभारी', 'कोकुहो स्याकुजड़ि खाकारा भननिे नागरकि स्वास्थ्य बमिा स्याकुजड़ि क्षेत्रको प्रभारी', कु-मनि जमिुस्यो भननिे कार्यालय (नेरमिा/स्याकुजड़ि क्षेत्र बाहेक) मा फर्िता गर्नुहोला ।

10) जेष्ठ नागरकि लाभार्थी प्रमाणपत्र बारेमा

70 वर्षदेखा 74 वर्षका माईना बमिा कार्ड नभएका व्यक्तहिरूलाई, जेष्ठ नागरकि लाभार्थी प्रमाणपत्र जारी गरनि्छ ।
जेष्ठ नागरकि लाभार्थी प्रमाणपत्र, 70 औं वर्षको जन्म महनिाको आउँदो महनिा (1 तारखिमा जन्मेका व्यक्ता भए सोही महनिा) देखा 75 औं वर्षको जन्मदनिको अघलि्लो दनिसम्म लागु हुन्छ । चकिति्सा संस्था अथवा औषधा पसलमा जाँदा योग्यता पुष्टा प्रमाणपत्र सँगै प्रस्तुत गर्नुहोला । माईना बमिा कार्ड भएका व्यक्तहिरूले चकिति्सा संस्था अथवा औषधा पसलमा देखाउन जारी राख्नुहोस्। तथापा कार्ड रडिरको समस्याले माईना बमिा कार्डको प्रयोग गर्न नमलिेको अवस्थामा योग्यता जानकारीको सूचना अथवा माईना पोर्तालबाट योग्यता ववरिणको स्क्रनि नकिालेर माईना बमिा कार्डसँगसँगै स्वास्थ्य संस्था अथवा औषधा पसलहरूमा देखाउनु पर्दछ ।

दायरामा पर्ने नयाँ व्यक्तलिाई, 70 औं वर्षको जन्म महनिा (1 तारखिमा जन्मेका व्यक्ता भए अघलि्लो महनिा) को अन्त्यतरि जेष्ठ नागरकि लाभार्थी प्रमाणपत्र अथवा योग्यता जानकारीको सूचना घरमूली व्यक्तकिो नाममा डाँक गरनिेछ। सूचना दर्ताको आवश्यकता पर्दैन ।

1. आंशकि वहन रकमको प्रतशित बारेमा
जेष्ठ नागरकि लाभार्थी प्रमाणपत्र वा योग्यता जानकारीको सूचनामा देखाइएको आंशकि वहन रकमको प्रतशित, "20%" र "30%" हुनेगर्छ ।
आंशकि वहन रकमको प्रतशित, ज्युउमनि्जेइ भननिे बसोबास कर (वशिेष सटिा कर, महानगरवासी कर) को कर लागुको अवस्था हेरेर हरेक वर्ष नर्िधारण गरनि्छ र, अगष्ट 1 तारखिमा नवीकरण गरनि्छ ।
पुनश्च, आशकि वहन रकमको प्रतशित बारेमा, पृष्ठ 10 को "8. बमिा लाभ-भुक्तानी बारेमा" समेत मलिाएर हेर्नुहोला ।

2. आंशकि वहन रकमको प्रतशित नर्िधारण मापदण्ड
एउटै घरपरविारको 70 वर्ष वा सो भन्दा माथकिो कोकुहो-बमिामा सामेल व्यक्तलिाई लक्षति गरेर नर्िधारण गरनि्छ ।

वहन प्रतशित	नर्िधारण मापदण्ड
20%	①70 वर्ष वा सो भन्दा माथकिा सामेल व्यक्ता सबैजनाको बसोबास कर लागु आय (*1) सबै को 14 लाख 50 हजार येन भन्दा मुना
	②70 वर्ष वा सो भन्दा माथकिा सामेल व्यक्ता सबैजनाको पुरानो अतरिक्ति आय (*2) को योगफल राशा 21 लाख येन वा सो भन्दा कम
30%	① र② बाहेक

तथापि, माथि उल्लखिति निर्धारण मापदण्ड अनुसार "30%" वहन भनेर निर्धारण गरिएको व्यक्ति भएपनि, तल उल्लखिति मापदण्ड पूरा गरेमा, आवेदनद्वारा "20%" गर्न सकिन्छ । (आवेदन दिनु पर्ने अवस्था रहनसक्छ ।)

70 वर्ष वा सो भन्दा माथिका को कुहो-बमिामा सामेल व्यक्ति संख्या	वार्षिक आम्दानी राशि (*3)
1 जना	① सामेल व्यक्ति स्वयंको वार्षिक आम्दानी 38 लाख 30 हजार येन भन्दा मुनि
	② सामेल व्यक्ति स्वयं र पुरानो कोकुहो-बमिामा सामेल व्यक्ति (*4) को कुल वार्षिक आम्दानी 52 लाख येन भन्दा कम
2 जना वा सो भन्दा बढी	कुल वार्षिक आम्दानी 52 लाख येन भन्दा कम

*1 "बसोबास कर लागु हुने आय" भन्नाले आम्दानीबाट, आवश्यक लागत/विभिन्न आयबाट घटौती हुने रकमलाई 」 घटाइएको, बसोबास कर हिसाब गर्नका निमित्तको आय हो ।

*2 "पुरानो अतिरिक्त आय" भन्नाले, अघिल्लो वर्षभरी (जनवरीदेखि डिसेम्बर) को समग्र आय रकम एवम् सानरनि अथवा वनजङ्गलबाट आउने आय रकम लगायत सेयर/दीर्घकालीन (अल्पकालीन) पूँजीगत आय रकम आदिको योगफलबाट बसोबास कर आधारभूत घटौती राशि 4 लाख 30 हजार येन★ घटौती गरिएको राशि हो । तथापि, विविध नोक्सानीको क्यारी-फर्वाड घटौती राशि भने घटौती गरिने छैन ।
★ कुल रकम 2 करोड 40 लाख नाघेमा, चरणवद्ध रुपमा कम हुँदै जानेछ ।

*3 "वार्षिक आम्दानी" भन्नाले, आवश्यक लागत/विभिन्न आयबाट घटौती पाइने घटाउनु अघिको समग्र आम्दानी राशी हो।

*4 "पुरानो कोकुहो-बमिामा सामेल व्यक्ति" भन्नाले, वयोवृद्ध व्यक्तिको चिकित्सा उपचार प्रणालीमा रुपान्तरण (सामेल) गर्नका लागि नागरिक स्वास्थ्य बमिा त्याग गरेपछि पनि, निरन्तर नागरिक स्वास्थ्य बमिामा सामेल व्यक्तिसँग एकै घरपरिवारमा रहने व्यक्ति हो ।

सोधपुछः 'कोकुहो सकिाकु खाकारि भनिनि नागरिक स्वास्थ्य बमिाको योग्यता हेर्ने प्रभारी

8. बमिा लाभ-भुक्तानी बारेमा

बमिारी या चोटपटक लागेको बखतमा, माईना बमिा कार्ड आदि देखाउनाले, नागरिक स्वास्थ्य बमिा चल्ने चिकित्सा संस्था (धेरैजसो चिकित्सा संस्था तोकिएको छ) मा आवश्यक उपचार गराउन सकिन्छ । उपचार गराउने बखतमा, रसिप्शनमा चिकित्सा उपचार खर्चको 20% देखि 30% तिर्नुहोला । बाँकी नेरमिा सटिले वहन गर्नेछ ।

यदि माईना बमिा कार्ड नदेखाई जँचाउनुभयो भने, चिकित्सा उपचार खर्चको सम्पूर्ण राशि चिकित्सा संस्थामा तपाईंले तिर्नुपर्ने हुन्छ ।

पुनश्च, नेरमिा सटिबिाट बसाइ गएको या बसोबास म्याद अवधि गुज्रिएको जस्ता कारणले, नेरमिा सटिको नागरिक स्वास्थ्य बमिाको योग्यता गुमेको हुँदाहुँदै पनि, माईना बमिा कार्ड आदि प्रयोग गरेमा, नेरमिा सटिले वहन गरेको चिकित्सा उपचार खर्च फिर्ता लिइनेछ ।

साथै, अन्य व्यक्तिको माईना बमिा कार्ड प्रयोग गरेको अवस्थामा, प्रहरीमा उजुरी दिइने छ ।

चिकित्सा उपचार खर्चको आंशिक वहन रकमको वहन अनुपात

अनिवार्य शिक्षाका स्कुल भर्ना अघि (0 देखि 6 वर्षसम्म)	20% (*1)
अनिवार्य शिक्षाका स्कुल भर्ना पश्चात् देखि 69 वर्षसम्म	30% (*1)
70 देखि 74 वर्षसम्म	20% वा 30% (पृष्ठ 9 मा "आंशिक वहन रकमको प्रतिशत निर्धारण मापदण्ड" हेर्नुहोस्)

*1 माध्यमिक विद्यालय तेस्रो वर्षसम्मको बच्चाले, चिकित्सा संस्थामा दुधेबालक चिकित्सा उपचार पत्र अथवा बालबालिका चिकित्सा उपचार पत्र गरेर दुवै देखाएमा स्व-वहन गर्नुपर्दैन ।

सोधपुछः कोकुहो क्यूफु खाकारि भनिनि 'नागरिक स्वास्थ्य बमिाको लाभ-भुक्तानी हेर्ने प्रभारी

9. बमिाले प्राप्त गर्न नमिल्ने चिकित्सा जाँच

तलका अवंथाहरुमा कोकुहो-बमिा प्रयोग गर्न मिल्दैन । सम्पूर्ण राशि स्व-वहन हुनेछ ।

1. सवारी दुर्घटनाद्वारा हुने घाउचोट वा बमिारी (कोकुहो-बमिाबाट उपचार गराउने बखतमा अग्रिम रुपमा सम्पर्क गर्नुपर्छ ।
2. सामान्य स्वास्थ्य जाँच तथा निदान या हेल्थ स्क्रनिङि
3. रोग प्रतिरोधात्मक सुइ/रोग प्रतिरोधात्मक खोप
4. नर्मल गर्भधारण या प्रसूति
5. सौन्दर्य लक्षति उपचार
6. ड्युटि गर्दागर्दैको चोटपटक या बमिारी (श्रम दुर्घटना वमिाको दायरामा पर्छ)
7. अपराध या बदनियतिपूर्ण क्रियाकलापले चोटपटक या बरिामी भएको बखतमा

*झगडा या रक्सीले मातिएर लागेको चोटपटक या बमिारीको हकमा, बमिा लाभ-भुक्तानी हदबन्दी लाग्नेछ ।

सोधपुछः कोकुहो क्यूफु खाकारि भनिनि 'नागरिक स्वास्थ्य बमिाको लाभ-भुक्तानी हेर्ने प्रभारी'

10. उच्च राशिको स्वास्थ्यलाभ खर्च

अस्पताल भर्ना आदिबाट धेरै राशिको चिकित्सा उपचार खर्च भुक्तानी गर्नु परेको खण्डमा, उच्च राशिको स्वास्थ्यलाभ खर्च स्वरुप, भुक्तानी गरेको लागतको केही भाग फिर्ता प्राप्त गर्न सकिन्छ ।
तथापि, चिकित्सा जाँच गरेको महिनाको भाग (महिनाको १ गतेदेखि मसान्तसम्म) हिसाव गरेर अन्य महिनाको भुक्तानी गरेको लगतलाई जोडेर गणना गरिने छैन ।
साथै बमिा प्रयोग नहुने उपचार, अस्पतालमा भर्ना समयको नपुग रकम बेड-चार्ज या खाना खर्च आदि, लाभ-भुक्तानीको दायरामा पर्नेछैत ।

पुनश्च, 70 वर्ष भन्दा मुनिका व्यक्तिको हकमा, एउटै महिना भित्र एक चिकित्सा संस्थामा स्व-वहन गरेको राशि 21,000 येन नपुगेमा जोडेर गणना गरिने छैन। यस अवस्थामा, उही चिकित्सा संस्था भएपनि, अस्पताल भर्ना र बहिरङ्ग जाँच भिन्नभिन्न हिसाब गरिन्छ ।

आवेदन अवधि भनेको सिद्धान्ततः चिकित्सा जाँच गरेको महिनाको आउँदो महिना 1 तारखिदेखि 2 वर्ष हुन्छ र, आवेदन घर मूली हुन्छ ।

[आवेदन विधि]

उच्च राशिको स्वास्थलाभ खर्च अन्तर्गत परेका व्यक्तिलाई, चिकित्सा जाँच गरेको महिनाबाट 3 देखि 4 महिनापछि सूचित गरिन्छ । पठाइएको जानकारी अनुरुप आवेदन दिनुहोला । साथै, एकपटक आवेदन फारम पेश गरेपछि पटक-पटक आवेदन दिईराख्नु पर्दैन ।
*भर्पाईलाई, जतनका साथ राख्नुहोला ।

1 महिनाको स्व-वहन हद राशि चार्टमा देखाइए जस्तै घरपरिवारको आम्दानी आदि अनुसार फरक पर्छ ।
○70 वर्ष भन्दा मुनिका बमितिको घरपरिवार भएमा

आय वर्गीकरण	हद राशि कोकुहो-बमिाको घरपरिवार समग्र	
	तेस्रो पटक सम्म	चौथो पटकबाट पछि
अ.	252,600 येन + (समग्र चिकित्सा उपचार खर्चको 100% - 842,000 येन) x 1%	140,100 येन
आ.	167,400 येन + (समग्र चिकित्सा उपचार खर्चको 100% - 558,000 येन) x 1%	93,000 येन
इ.	80,100 येन + (समग्र चिकित्सा उपचार खर्चको 100% - 267,000 येन) x 1%	44,400 येन
ई.	57,600 येन	44,400 येन
उ.	35,400 येन	24,600 येन

○ आय वर्गीकरण बारेमा

- अ. को घरपरिवार ※1
  कोकाहो-बमिामा सामेल व्यक्तिको पुरानो अतिरिक्त आय को योगफल 90 लाख 10 हजार येन नाघ्ने घरपरिवार
- आ.को घरपरिवार
  कोकुहो-बमिामा सामेल व्यक्तिको पुरानो अतिरिक्त आय को योगफल 60 लाख येन नाघेर 90 लाख 10 हजार येन वा
  सो भन्दा कम भएका घरपरिवार
- इ. को घरपरिवार
  कोकुहो-बमिामा सामेल व्यक्तिको पुरानो अतिरिक्त आय को योगफल 21 लाख येन नाघेर 60 लाख येन वा सो भन्दा कमको घरपरिवार ।
- ई. को घरपरिवार
  कोकुहो-बमिामा सामेल व्यक्तिको पुरानो अतिरिक्त आय को योगफल 21 लाख येन वा सो भन्दा कम भएका घरपरिवार
- उ.को घरपरिवार
  घरमूली र कोकुहो-बमिामा सामेल व्यक्ति सबैजनालाई बसोबास कर लागु नभएको घरपरिवार

*1. बसोबास कर घोषणा नगरेका घरपरिवारलाई आय वर्गीकरण अ. को घरपरिवार स्वरुप निर्धारण गरिन्छ । आम्दानी भएपनि नभएपनि बसोबास कर घोषणा गर्नुहुन अनुरोध गर्दछौं ।

*2. पुरानो अतिरिक्त आयःकोकुहो-वमिामा सामेल व्यक्तिको तलब आय/विविधि आय आदिको विभिन्न योगफल आय रकमबाट बसोबास कर आधारभूत घटौती रकम घटाइएको योगफल रकम ।

○70 वर्ष वा सो भन्दा माथिको बमितिको घरपरविार, 70 वर्ष भन्दा मुनि 70 वर्ष वा सो भन्दा माथिका बमितिको एउटै घरपरविार भएमा, स्व-वहन हद राशिको गणना वधिि फरक पर्छ । वस्तिृत ववरिणको लागि सोधपुछ गर्नुहोला ।

○आउँदा दनिमा उच्च राशकिो चकित्सिा उपचार खर्च लाग्ने व्यक्त ि(हद राशि लागु प्रमाणीकरण पत्र जारी)
चकित्सिा उपचार प्राप्त गरेको महनिाबाट, उच्च राशकिो स्वास्थलाभ खर्च भुक्तानी सम्म सामान्यतया 5 देखि 6 महनिा लाग्छ ।

हद राशि लागु प्रमाणीकरण पत्र अस्पताल देखाएर उपचार गउराउँदा, आंशकि वहन रकम (20 देखि 30%) को भुक्तानी गर्नु पर्दैन, स्व-वहन हद राशि र खाना खर्च जस्ता आफ्नो भागको खर्च मात्र वहन गर्दा पुग्छ । (तथापि, बमिा प्रयोग नहुने उपचारहरुको लागि, छुट्टै भुक्तानी लनिछौं)हद राशि लागु पुष्टि प्रमाणपत्र प्रमाणीकरण गर्नका लागि, आवेदन प्रक्रयिा आवश्यक हुनेछ । वस्तिृत ववरिणको लागि सोधपुछ गर्नुहोला । पुनश्च, बमिा शुल्क चुक्ता नगरेको अवस्थामा, सद्धिान्ततः हद राशि लागु पुष्टि प्रमाणपत्रको प्रमाणीकरण जारी गर्न मल्दिैन। त्यसो त माई नम्बर बमिाको प्रयोग गरेमा नयिमतः उच्च राशीको स्वास्थ्य लाभ खर्च प्रमाणपत्र देखाउन आवश्यक पर्दैन ।(लामो समयसम्म अस्पताल भर्ना भएर खाना खर्चमा सहुलयित लनिको लागि बाहेक)

सोधपुछः कोकुहो क्यूफु खाकारि भनिनि 'नागरकि स्वास्थ्य बमिाको लाभ-भुक्तानी हेर्ने प्रभारी'

11. अस्पताल भर्ना हुँदाको खाना तथा स्वास्थलाभ खर्च

अस्पताल भर्ना अवधकिो एक छाकमा लाग्ने खाना खर्च मध्ये, केही भाग (मानक वहन राशि 510 येन) यहाँहरुलाई वहन गर्न लगाई, बाँकी अस्पताल भर्ना हुँदाको खाना तथा स्वास्थ्यलाभ खर्च स्वरुप कोकुहो-बमिाले वहन गर्ने गरेको छ ।

घरपरविारका सदस्य सबैजनाको बसोबास कर लागु नभएको भएमा, माईना बमिा कार्ड अथवा 'हद राशि लागु/मानक वहन राशि घटाउनको लागि प्रमाणीकरण पत्र' प्रस्तुत गरेमा तलको तालकिा ① ② मा अनुसार अस्पताल भर्ना समयको खाना खर्च घटाइने छ । 'हद राशि लागु/मानक वहन राशि घटाउनको लागि प्रमाणीकरण पत्र' जारी गराउनको लागि आवेदन गर्न आवश्यक पर्छ।

① ② दुवैमा, बसोबास कर लागु नभइ रहेको अवधि भरमा उक्त घरपरविारले, आवेदन महनिा सहति वगित 12 महनिाको अस्पताल भर्ना अवधि 90 दनि नाघ्ने अवस्थामा राशि घटाउन पुनः आवेदन दनिुपर्ने हुनछ। अग्रमि रुपमा सोधपुछ गर्नुहोला ।

① 70 देखि 74 वर्षका व्यक्तकिो खाना खर्च

आय वर्गीकरण		अस्पताल भर्ना दनि संख्या (वगित 12 महनिा)	खाना खर्च (एक छाक)
कर लागु भएको घरपरविार		अस्पताल भर्ना अवधि जतसिुकै भएपनि	510 येन
बसोबास कर कर लागु नभएको घरपरविार	II	अस्पताल भर्ना 90 दनिसम्म	240 येन
		अस्पताल भर्ना 91 दनि पश्चात्	190 येन
	I	अस्पताल भर्ना अवधि जतसिुकै भएपनि	110 येन

② 70 वर्ष भन्दा मुनकिा व्यक्तकिो खाना खर्च

आय वर्गीकरण	अस्पताल भर्ना दनि संख्या (वगित 12 महनिा)	खाना खर्च (एक छाक)
अ.देखि ई. को घरपरविार	अस्पताल भर्ना अवधि जतसिुकै भएपनि	510 येन
उ. को घरपरविार (कर लागु नभएको घरपरविार)	अस्पताल भर्ना 90 दनिसम्म	240 येन
	अस्पताल भर्ना 91 दनि पश्चात्	190 येन

सोधपुछः कोकुहो क्यूफु खाकारि भनिनि 'नागरकि स्वास्थ्य बमिाको लाभ-भुक्तानी हेर्ने प्रभारी'

12. उच्च राशकिो चकित्सिा उपचार/उच्च राशकिो स्याहार सुसार योगफल-गणना प्रणाली

वार्षकि चकित्सिा उपचार खर्चको आंशकि वहन र स्याहारसुसार सेवाको कुल स्व-वहन राशि र घरपरविारको वहन हद राशि नाघेको भए, नाघेको राशि मध्ये, सम्पूर्ण भुक्तानी गरेको रकमबाट कोकुहो-बमिा हस्सिाको स्व-वहन राशकिो प्रतशित बराबरको रकम भुक्तानी गरनिछ । वस्तिृतमा सोधपुछ गर्नुहोला ।

सोधपुछः कोकुहो क्यूफु खाकारि भनिनि 'नागरकि स्वास्थ्य बमिाको लाभ-भुक्तानी हेर्ने प्रभारी

13. स्वास्थलाभ खर्च

नम्नि अवस्थाहरुमा, एकपटक सम्पूर्ण राशि स्व-वहन गर्न लगाइन्छ तर, आवेदन गरेमा, आंशकि वहन रकम बाहेकको राशि भुक्तानी गरनिछ । तथापि, समीक्षा गर्ने नकिायले उचति भनेर ठहर गरेको स्थतिमा सीमति हुनेछ ।
आवेदन अवधि, चकित्सिा उपचार खर्च तरिको दनिको भोलपिल्टदेखि 2 वर्ष हुन्छ र आवेदक घरमूली हुनेछ ।
आवेदन गरेर भुक्तानी लदिासम्म 3 देखि महनिासम्म लाग्छ ।

(1) आकस्मकि समयहरूमा, टार्न नसकनि परस्थितिजिन्य कारणले माईना बमिा कार्ड आदि नदेखाई उपचार गराएको बखतमा
(2) चकित्सिकले उपचारको सलिसलिामा आवश्यक ठहर गरेर, हाडको जोर्नी नमित्तिको उपकरण/कोर्सेट जस्ता उपचारमा प्रयोग हुने उपकरण बनाएको बखतमा
(3) उपचार चलेको सलिसलिाबाट हेरेर, अक्कुपन्चर/माक्सबिस्टिन/मसाज जस्ता ट्रटिमेन्ट गराउनुपर्ने भनेर चकित्सिकले ठहर गरी, मन्जुरी दएिको बखतमा (ट्रटिमेन्ट सम्बन्धमा, अग्रमि रुपमा सोधपुछ गर्नुहोला ।)

[आवेदन वधिि]

आवेदनका लागि, आवेदन फाराम (कोकुहो क्यूफु खाकारि भनिनि नागरकि स्वास्थ्य बमिाको लाभ-भुक्तानी हेर्न प्रभारी' 'कोकुहो स्याकुजइि खाकारि भनिनि नागरकि स्वास्थ्य बमिा स्याकुजइि क्षेत्रको प्रभारी' समक्ष व्यवस्था गरएिको छ), उपचारार्थीको व्यक्तगित परचिय खुल्ने कागजात, घरमूलीको नामको वत्तिीय नकिायमा भएको खाताको प्रतलिपि, एवम् अन्य नम्नि कागजात आवश्यक पर्छ ।

1. बारेम
अ.) चकित्सिा वज्ञिान/दन्त वज्ञिान/औषधि वज्ञिान अन्तर्गतको चकित्सिा जाँचको फसि ववरिण पत्र (चकित्सिा जाँच (औषधि) ववरिण पत्रले नहुने)
आ.) भर्पाई
*अ.) को ववरिण पत्र, जँचाएको चकित्सिा संस्थाहरुमा माग गर्नुहोस् ।

2. बारेमा
अ.) उपचारमा प्रयोग हुने उपकरण आवश्यक पर्ने व्यहोराको चकित्सिकको राय पत्र (स्वास्थ्य जाँच तथा नदािन पत्र भएपनि हुने)
आ.) भर्पाई (उपकरण बनाउने ठाउँले जारी गर्ने अन्तर्वस्तुको ववरिण भएको कागज)
इ.) अर्थोपेडकि जुत्ताको फोटो (अर्थोपेडकि जुत्ताको मात्र फोटो संलग्न गर्न आवश्यक)

3. बारेमा
अ.) चकित्सिकको मन्जुरीनामा
आ.) भर्पाई
इ.) ट्रटिमेन्ट चार्जको ववरिण पत्र
ई.) 1 वर्ष वा सो भन्दा बढी महनिामा 16 पटक वा सो भन्दा बढी ट्रटिमेन्ट नरिन्तरताको कारण/अवस्था उल्लेख पत्र (प्रथम उपचारको दनिदेखि 1 वर्ष वा सो भन्दा बढी वतिको र एक महनिा अवधमिा ट्रटिमेन्ट गराएको पटक संख्या 16 पटक वा सो भन्दा बढी भएमा आवश्यक)
उ.) ट्रटिमेन्ट प्रतवेदिनको प्रतलिपि (ट्रटिमेन्ट प्रतवेदिन जारी शुल्क, आवेदन गर्ने भएमा आवश्यक)

वदिेशको स्वास्थलाभ खर्च

नेरमिा-सटिको नागरकि स्वास्थ्य बमिाको योग्यता रही रहेको समयमा, वदिेश भ्रमणको क्रममा अचानक लागेको बरिामी या चोटपटकको उपचारमा भी, बमिा लाभ-भुक्तानी प्राप्त गर्न सकनि हुनसक्छ । स्थानीय ठाउँमा चकित्सिा उपचार खर्चको सम्पूर्ण राशि एकचोटी वहन गरेर, देश फर्िती (जापानमा रइिन्ट्रि) पश्चात् बमिाबाट वहन हुने हस्सिा भुक्तानी माग गर्न सकनिछ ।

भुक्तानी राशि, वदिेशको चकित्सिा संस्थामा भएको चकित्सिा जाँचको वषियवस्तुलाई जापानको बमिा चकित्सिा संस्थाहरुबाट गराउँदा कै हसिाब वधिि (चकित्सिा जाँच फसि पोइन्ट चार्टमा आधारति हसिाब) अनुसार हसिाब गरेर, वास्तवकि तरिको राशसिँग तुलना गरी, थोरै मध्येको रकमबाट आंशकि वहन रकम घटौती गरेको राशि हुनेछ ।

तथापि, वदिेशमा गरनि स्वास्थ्यलाभको खर्च भुक्तानी दायरा पर्ने भनेको, जापान राष्ट्रभत्रि बमिा चकित्सिा जाँचको रुपमा मान्यता दइिएको चकित्सिा उपचार क्रयिाकलापमा सीमति रहेनछ ।

साथै, उपचार कै उद्देश्यको भ्रमण भए दायरामा पर्नेछैन ।(केही, अंग प्रत्यारोपण बाहेक)

[आवेदन वधिि]

आवेदनका लागि, आवेदन फारम 'कोकुहो क्यूफु खाकारि भनिनि नागरकि स्वास्थ्य बमिाको लाभ-भुक्तानी हेर्ने प्रभारी' 'कोकुहो स्याकुजइि खाकारि भनिनि नागरकि स्वास्थ्य बमिा स्याकुजइि क्षेत्रको प्रभारीमा व्यवस्था गरएिको छ) का अलावा नम्नि सबै कागजातहरु आवश्यक पर्छ।

<u>आवेदन सीधै काउन्टरमा गएर दनिुपर्दछ । हुलाकबाट पठाएर आवेदन दनि सकदिैन ।</u>

① चकित्सिा जाँच वषियवस्तु ववरिण पत्र (Form A) (जापानी भाषमा समीक्षा गर्नका लागि जापानी भाषको अनुवादति अंक पनि आवश्यक) सक्कल
② भर्पाई ववरिण पत्र (Form B) (जापानी भाषामा समीक्षा गर्नका लागि जापानी भाषाको अनुवादति अंश पनि आवश्यक) सक्कल

③ भर्पाई (जापानी भाषामा समीक्षा गर्नका लागि जापानी भाषाको अनुवादित अंश पनि आवश्यक) सक्कल
④ उपचारार्थीको व्यक्तिगत परिचय खुल्ने कागजात
⑤ घरमूलीको नामको वित्तीय निकायमा भएको खाताको प्रतिलिपि (विदेशमा विप्रेषण गर्न मिल्दैन)
⑥ भ्रमणको तथ्य बुझिने पासपोर्ट (जापान प्रवेश तथा बहिर्गमनको स्ट्याम्प नभएमा विमानको टिकटको अर्धकट्टी आदि आवश्यक) सक्कल
⑦ छानबिन सम्बन्धी मन्जुरीनामा (नेरिमा सिटिद्वारा तोकिएको फारम)
* चिकित्सा जाँच विषयवस्तु विवरण पत्र (Form A) एवम् भर्पाई विवरण पत्र (Form B) को कागज विदेश भ्रमण अगाडि 'कोकुहो क्यूफु खाकारि भनिने नागरिक स्वास्थ्य बिमा लाभ-भुक्तानी हेर्ने प्रभारी' 'कोकुहो स्याकुजिइ खाकारि भनिने नागरिक स्वास्थ्य बिमा स्याकुजिइ क्षेत्रको प्रभारी'को काउन्टरबाट लिने अथवा, सिटिको वेबसाइटबाट डाउनलोड गरेर, विदेशमा उपचार गराउँदाको बखत, अवश्य पनि चिकित्सा संस्थालाई भर्न/सही गर्न लगाउनुहोला । महिनै पिच्छे, चिकित्सा संस्था पिच्छे, अस्पताल भर्ना /बहिरंग विभागमा देखाउँदाको अलगअलग आवश्यक पर्छ ।

* आवेदन कागजातमा त्रुटि भएमा स्वीकृत हुनेछैन ।
* जापानी भाषाको अनुवादित अंशमा अनुवादकको नामथर ठेगाना उल्लेख गर्नुहोला ।

परिवहन खर्च

सिद्धान्ततः अस्पताल भर्ना अथवा परिवर्तन गरेको अवस्थामा, चिकित्सकको निर्देशन र मन्जुरी आवश्यक हुन्छ । अझै निम्नलिखित अ. देखि इ. को सर्तमध्ये सबै भित्र पर्ने र, समीक्षा निकायले उचित छ भन्ने ठहर गरेको अवस्थामा भुक्तानी गरिन्छ ।
(अ.) परिवहन (अस्पताल पुर्याउने उद्देश्य रहेको स्वास्थ्यलाभ), बिमा अन्तर्गतको चिकित्सा जाँचको रुपमा मनासिब रहेको
(आ.) स्वास्थ्यलाभको कारक रहेको बिरामी, चोटपटकद्वारा हलचल गर्न मुस्किल भएर परिवहन जरुरी भएको
(इ.) आकस्मिक, अन्य विधि टार्न नसकिने परिस्थिति परेको
[आवेदन विधि]
आवेदनको लागि, आवेदन फारम ('कोकुहो क्यूफु खाकारि भनिने नागरिक स्वास्थ्य बिमाको लाभ-भुक्तानी हेर्ने प्रभारी' / 'कोकहो स्याकुजिइ खाकारि भनिने नागरिक स्वास्थ्य बिमा स्याकुजिइ क्षेत्रको प्रभारी'मा व्यवस्था गरिएको छ) का अलावा निम्न कागजातहरु आवश्यक पर्छ ।
① परिवहन आवश्यक भनेर ठहर गरिएको चिकित्सकको राय पत्र (नेरिमा सिटिले तोको कागज)
② परिवहनमा प्रयोग भएको यातायात साधनलाई तिरेको भर्पाई (अन्तर्वस्तु विवरण बुझिने कागज)
③ हस्तान्तरण गर्ने व्यक्तिको व्यक्तिगत परिचय खुल्ने कागजात
④ घरमूलीको नामको वित्तीय निकायमा भएको पासबुकको प्रतिलिपि

सोधपुछः कोकुहो क्यूफु खाकारि भनिने 'नागरिक स्वास्थ्य बिमाको लाभ-भुक्तानी हेर्ने प्रभारी'

14. सुत्केरी तथा शिशु स्याहार एकमुष्ट रकम

नेरिमा-सिटिको कोकुहो-बिमामा सामेल रहेका व्यक्ति, प्रसूति भएको (अथवा गर्भावस्था 85 दिन पश्चातको मृत जन्म/गर्भपात) अवस्थामा भुक्तानी गरिन्छ । आवेदन अवधि, प्रसूति (गर्भजातक तुहिएको/गर्भपात भएको) दिनको भोलिपल्टदेखि 2 वर्ष हुनेछ ।

* पति वा पत्नी आदि कोकुहो-बिमामा सामेल छन् भन्दैमा भुक्तानीको दायरामा पर्ने छैन ।

1. सुत्केरी तथा शिशु स्याहार एकमुष्ट रकमको प्रत्यक्ष भुक्तानी प्रणाली प्रयोग गर्ने हो भने
हस्तान्तरण गर्ने व्यक्तिको व्यक्तिगत परिचय खुल्ने कागजात देखाएर आवेदन गर्नुहोला । कोकुहो-बिमाबाट चिकित्सा संस्थामा सुत्केरी तथा शिशु स्याहार एकमुष्ट रकम प्रत्यक्ष भुक्तानी गरिन्छ ।
2. सुत्केरी तथा शिशु स्याहार एकमुष्ट रकम वारेस व्यक्तिले प्राप्त गर्ने प्रणाली प्रयोग गर्ने भएमा (अग्रिम आवेदन आवश्यक पर्छ)
अग्रिम रुपमा आवेदन फाराम कोकुहो-बिमामा पेश गर्नाले, कोकुहो-बिमाबाट चिकित्सा संस्थामा प्रत्यक्ष, सुत्केरी तथा शिशु स्याहार एकमुष्ट रकम भुक्तानी गर्न सकिन्छ ।
प्रसूति योजित दिनको 2 महिना अघिबाट आवेदन दिन सकिन्छ ।
माथि उल्लिखित 1., 2. प्रयोग गर्न नसकिने अवस्था या, 1. प्रयोग गरेर प्रसूति लागत 5 लाख येन भन्दा मुनि भई राशिमा अन्तर भएको अवस्थामा, विदेशमा प्रसूति भएको अवस्थामा, कोकुहो क्यूफु खाकारमा आवेदन दिनुहोला ।
<u>विदेशमा सुत्केरी भएकाहरुले सीधै काउन्टरमा आएर आवेदन दिनुपर्नेछ । हुलाकबाट पठाएर आवेदन दिन सकिँदैन ।</u>

प्रकार	भुक्तानी रकम	आवेदक	आवश्यक कागजात
प्रसूति शिशु स्याहार एकमुष्ट रकम	बच्चा 1 जना बराबर 500,000 येन (गर्भावस्था 85 दिन पश्चातको गर्भजातक तुहिएको / गर्भपात भएको पनि समान)	प्रसूति समयको घरमूली	व्यक्तिगत परिचय खुल्ने कागजात, बोसि केन्कोउ तेच्योउ भनिने मातृशिशु स्वास्थ्य पुस्तिका (जन्म सूचना दर्ता सम्पन्न भएको प्रमाण भएको) अथवा घरमूलीको नामको वित्तीय निकायमा भएको खाताको प्रतिलिपि, प्रत्यक्ष भुक्तानी प्रणाली प्रयोग गरिरहेको हो कि होइन भन्ने सम्झौता पत्र, प्रसूति लागतको भर्पाई/विवरण पत्र ●विदेशमा प्रसूति भएमा, व्यक्तिगत परिचय खुल्ने कागजात, घरमूलीको नामको वित्तीय निकायमा भएको खाताको प्रतिलिपी, पासपोर्ट र जन्मदर्ता प्रमाणपत्र (*1), भुक्तानी रसीद (*1) (सम्झौता पत्र नचाहिने, छानबिनका लागि मन्जुरीनामा (जापान फर्केपछि आवेदन दिनुहोला) । ● गर्भजातक तुहिएको गर्भपात भएको भएमा, बोसि केन्कोउ तेच्योउ भनिने मातृशिशु स्वास्थ्य पुस्तिकाको सट्टामा स्वास्थ्य जाँच तथा निदान पत्र

※1 जन्मदर्ता प्रमाणपत्र जस्ता आवश्यक कागजात विदेशी भाषमा बनाइएको भएमा, जापानी भाषा अनुवाद पनि आवश्यक पर्छ ।

सोधपुछः कोकुहो क्यूफु खाकारि भनिने 'नागरिक स्वास्थ्य बिमाको लाभ-भुक्तानी हेर्ने प्रभारी'

15. काजकिरिया खर्च

नेरिमा सिटिको राष्ट्रिय स्वास्थ्य बिमामा आवद्ध भएको व्यक्तिको निधन भई अन्त्येष्टि गरिएको अवस्थामा अन्त्येष्टि गर्ने व्यक्ति (परिवारका प्रमुखलाई) अन्त्येष्टि खर्च प्रदान गरिन्छ । आवेदनको अवधि अन्त्येष्टि गरेको भोलिपल्टदेखि २ वर्षसम्मको अवधि हुनेछ ।
*ट्राफिक दुर्घटना वा कामसँग सम्बन्धित दुर्घटना भएको अवस्थामा भुक्तानी गरिने छैन।

भुक्तानी रकम	आवेदक	आवश्यक कागजात
70,000 येन	शोक परेको मुख्य व्यक्ति	व्यक्तिगत परिचय खुल्ने कागजात, दाहसंस्कारमा भेला आभारपत्र, मुख्य काजकिरियाकर्ताको नामको वित्तीय संस्थामा भएको खाताको प्रतिलिपी

सोधपुछः कोकुहो क्यूफु खाकारि भनिने 'नागरिक स्वास्थ्य बिमाको लाभ-भुक्तानी हेर्ने प्रभारी'

16. सवारी दुर्घटनामा पर्दा (तेस्रो पक्षको क्रियाकलापले गर्दा लागेको घाउचोट वा बिरामी)

सवारी दुर्घटना (साइकल साइकल बीचको दुर्घटना पनि समावेश) या घाउचोटको मामला जस्ता, तेस्रो पक्षको क्रियाकलापद्वारा लागेको चोटपटकलाई "तेस्रो पक्षको क्रियाकलापले गर्दा लागेको घाउचोट वा बिरामी" भनिन्छ ।
चोटपटकको उपचारमा लाग्ने लागत (उपचार खर्च), क्षति पुगेको व्यक्तिको लापरवाही नभएमा सम्पूर्ण राशि पीडकले वहन गर्नुपर्ने हुन्छ । साथै, क्षति पुगेको व्यक्तिको थोरै मात्र पनि लापरवाही भएको अवस्थामा, लापरवाहीको प्रतिशत अनुसार उपचार खर्च पीडकले वहन गर्नुपर्ने हुन्छ ।
कोकुहो-बिमाले, निम्न कुराहरु सर्त स्वरुप, बिमा प्रयोगको मान्यता दिएको छ ।
1. दुर्घटना/घटना आदि भएपछि, तुरुन्तै प्रहरीमा रिपोर्ट गर्नुपर्ने ।
2. अस्पतालहरुमा उपचार गर्नु अगाडि, अवश्य पनि नेरिमा-सिटिको कोकुहो क्यूफु खाकारि भनिने 'राष्ट्रिय स्वास्थ्य बिमाको लाभ-भुक्तानी हेर्ने प्रभारी' लाई सम्पर्क (टेलिफोन) गरेर राष्ट्रिय स्वास्थ्य बिमाबाट उपचार गराउँदा हुने नहुने निश्चय गर्नुपर्ने ।
यस प्रणाली भनेको, क्षति पुर्याउने व्यक्तिले लापरवाहीको प्रतिशत अनुसार भुक्तानी गर्नुपर्ने चिकित्सा उपचार खर्चलाई, नेरिमा-सिटिको नागरिक स्वास्थ्य बिमाले पीडकके सट्टामा अस्थायी सट्टा भुक्तानी गर्ने व्यवस्था हो।
यसर्थ, नेरिमा सिटिको नागरिक स्वास्थ्य बिमाले पछि, पीडक प्रति सट्टा भुक्तानी गरेको चिकित्सा उपचार खर्च फिर्ता लिनुपर्ने हुन्छ ।

सोधपुछः कोकुहो क्यूफु खाकारि भनिने 'नागरिक स्वास्थ्य बिमाको लाभ-भुक्तानी हेर्ने प्रभारी'

17. चकिति्सा उपचार खर्‍च कसैगरी पनि भुक्तानी गर्‍न नसक्ने बखतमा

वपिद् या घाउचोट वा बरिामी आदि, वशिेष परसि्थतिदि्वारा आंशकि वहन रकमको भुक्तानी मुस्कलि भएको अवस्थामा, 3 महनिे हद राखेर, आंशकि वहन रकम छुट दनिे प्रणाली रहेको छ ।
लागु हुने नहुने बारेमा, चकिति्सा उपचार खर्‍चको राशि र घरपरविारको औसत आम्दानी राशि, या बचत रकम लगायत सम्पत्तकिो योगफललाई, जीवनयापन संरक्षण मापदण्डमा आधारति रही हसिाब गरएिको राशसिँग तुलना गरेर, नरि्णय गरनि्छ ।
यहाँहरुको कुरा सुनेर, आवश्यक कागजात आदकिो जानकारी गराइने भएकोले, अग्रमि रुपमा टेलफिोनबाट परामर्‍श गर्‍नुहोला ।

सोधपुछः कोकुहो क्यूफु खाकारि भननि 'नागरकि स्वास्थ्य बमिाको लाभ-भुक्तानी हेर्‍ने प्रभारी'

18. बमिा शुल्क

नागरकि स्वास्थ्य बमिाको योग्यता, उक्त तथ्य (बसाइँ आएको या अन्य स्वास्थ्य बमिा छोडेको आदि) स्थापति हुन गएको मतिबिाटै योग्यता पराप्त हिुने हुन्छ र, उक्त समयबाटै बमिा शुल्क लाग्छ ।
चकिति्सा संस्थामा नजँचाउँदा पनि बमिा शुल्क चुक्ता गरी राख्नुपर्‍ने हुनुछ । साथै कानुन बमोजमि, बमिा शुल्कको चुक्ता गर्‍ने सूचनापत्र चुक्ता गर्‍ने पत्र आदि घिरमुली व्यक्तकिो नाममा डाँक गरनिे छ ।
बमिा शुल्क, कोकुहो-बमिामा सामेल व्यक्ता संख्या, स्याहार सुसार बमिा नं. 2 वमिति (40 वर्‍ष देखि 64 वर्‍ष) भति्र पर्‍ने व्यक्ता संख्या, एवम् पुरानो अतरिकि्त आय रकमको आधारमा घरपरविारलाई एकाइ मानेर गणना गरनि्छ ।

* नागरकि स्वास्थ्य बमिामा सामेल नभएका घरमूली महानुभाव समक्ष
नागरकि स्वास्थ्य भनेको, बमिा नागरकि स्वास्थ्य बमिा ऐनमा आधारति, घरपरविारलाई एकाइ माननिे प्रणाली हो ।
सामेल हुने प्रक्रयिा या हरेक प्रकारको सूचना दर्‍ता, बमिा शुल्कको भुक्तानी आदि, घरमूलीले आफ्नो परविारलाई प्रतनिधिति्व ग्रेर गर्‍नुपर्‍ने छ ।
तसर्‍थ, घरमूली नागरकि स्वास्थ्य बमिामा सामेल नभएको अवस्थामा समेत, बमिा शुल्कको चुक्ता गर्‍ने सूचनापत्र या चुक्ता गर्‍ने पत्र आदि, घरमूलीको नाममा डाँक गरनिे भएकोले बुझी दनिुहोला (नागरकि स्वास्थ्य बमिा ऐन दफा 9 एवम् दफा 76) । पुनश्च बमिा शुल्क, नागरकि स्वास्थ्य बमिामा सामेल नभएका व्यक्तकिो भाग समेत हसिाब गरेर, भुक्तानी माग गर्‍दछौं ।

(1) बमिा शुल्क जुन महनिामा नरि्णय गरेर सूचति गर्‍नेछौं

वार्‍षकि बमिा शुल्क (अप्रलि देखि आउँदो वर्‍षको मार्‍च) मा, अघलि्लो वर्‍ष (जनवरी देखि डसिेम्बर) को आयको घोषणा वषियवस्तुमा आधारति रहेर हसिाब गरी, जुनको अन्त्य तरि सूचति गरनि्छ (कु-जेइमु-खा भननि सटिकिो कर फाँटको अघलि्लो वर्‍षको आयको नरि्णय जुन महनिाको मध्यतरि हुने भएकोले) ।
यसर्‍थ वार्‍षकि बमिा शुल्क जुन देखि आउँदो वर्‍षको मार्‍च सम्म गरी 10 पटकमा चुक्ता गरनि्छ ।
अप्रलि तथा मे महनिाको चुक्ता अवधि भएको बमिा शुल्क हुँदैन ।यसर्‍थ "महनिाको चुक्ता-अवधकिो हसि्सा "लाई, भुक्तानी माग महनिा भनएिको हुन्छ र, वास्तवकि सामेल महनिा भन्दा तलमाथि पर्‍नजाने हुनसक्छ ।

[उदाहरण]

वार्‍षकि बमिा शुल्क 1 लाख 20 हजार येन भएका घरपरविार	1 चुक्ता अवधि 12,000 येन x 10 पटक भुक्तानी *एक महनिा बराबरको बमिा शुल्क 10 हजार येन

* पुनश्च, 10 येन भन्दा कमलाई, सबैभन्दा पहलिो चुक्ता अवधि महनिामा क्यारि गिरनि्छ । पेन्सनबाट खचिनिे (वशिेष असुली) व्यक्तकिो भने, 100 येन भन्दा कमलाई ओक्टोबर महनिाको चुक्ता अवधमिा क्यारि गिरनि्छ ।
* अप्रलि मे महनिाको चुक्ता अवधि स्वारुपको बमिा शुल्क हुँदैन तर, अघलि्लो आर्‍थकि वर्‍ष भन्दा अगाडकिो हसि्साको बमिा शुल्क परविर्‍तन हुने भएमा, अप्रलि/मे महनिामा समेत सूचति गरनिे हुनसक्छ ।

[बमिा शुल्कको सूचना र चुक्ता गर्‍ने पत्र डाँक गरनिे समयाकाल]

जुन महनिाको अन्त्य तरि	आर्‍थकि वर्‍षको बमिा शुल्क नरि्णय भएपछि, "चुक्ता गर्‍ने सूचनापत्र" र "चुक्ता गर्‍ने पत्र" डाँक गरनि्छ । (खाताबाट रकमान्तर/पेन्सनबाट खचिनिे (वशिेष असुली) घरपरविारलाई सदि्धान्ततः "चुक्ता गर्‍ने सूचनापत्र" मात्र डाँक गरनि्छ ।) "चुक्ता गर्‍ने पत्र" हरु, पूर्‍वार्‍धको जुन महनिाको चुक्ता- अवधि देखि अक्टोबरसम्मको हसि्सालाई हरेक महनिा चुक्ता गर्‍ने खालको र वार्‍षकि राशि एकमुष्ट चुक्ता गर्‍ने खालकोलाई खामबद्ध गरनि्छ ।
नोभेम्बर महनिाको अन्त्य तरि	उत्तरार्‍द्ध नोभेम्बर महनिाको चुक्ता अवधदिेखि मार्‍च महनिाको चुक्ता अवधकिो हसि्सा "चुक्ता गर्‍ने पत्र" डाँक गरनि्छ । खाता रकमान्तरण गरनिे/पेन्सनबाट खचिनिे (वशिेष असुली) घरपरविारलाई सदि्धान्ततः डाँक गरदिैन

(2) बमिा शुल्कको हसिाब गर्‍ने तरकिा

बमिा शुल्कमा, 1. आधारभूत (चकिति्सा उपचार) हसि्साको बमिा शुल्क, 2. वयोवृद्ध व्यक्ति टेवा रकम हसि्साको बमिा शुल्कमा, 3. स्याहारसुसार हसि्साको बमिा शुल्क (40 वर्‍ष देखि 64 वर्‍षका सामेल व्यक्ति रहने घरपरविार मात्र), 4. बालबालकिा तथा शशिु स्याहार सहयोग कोष बमिा शुल्कको हसि्सा (आर्‍थकि वर्‍ष 2026 सालमा नयाँ स्थापना भएको) समावेश हुन्छन् र ती हरेकमा सामेल व्यक्तकिो अघलि्लो वर्‍षको आय अनुरुप वहन गर्‍ने (1) आय दर राशि र आय जतसिुकै भएपनि, सामेल व्यक्ति संख्या अनुरुप वहन गर्‍ने (2) समान दर राशसिँगको योगफल 1 वर्‍षको बमिा शुल्क हुनेछ ।

[बालबालकिा तथा शशिु स्याहार सहयोग कोष प्रणालीको बारेमा]
सरकारले सबै पुस्ताका व्यक्तहिरूले बालबालकिा तथा शशिु स्याहार गर्‍ने परविारहरूलाई सहयोग गर्‍न नयाँ संयन्त्रको रूपमा बालबालकिा तथा शशिु स्याहार सहयोग कोष प्रणाली स्थापना गरेको छ र आर्‍थकि वर्‍ष 2026 देखि स्वास्थ्य बमिा शुल्कको अंशको रूपमा सङ्कलन गर्‍ने नरि्णय गरेको छ।
वसि्तृत जानकारीको लागि बालबालकिा र परविार एजेन्सीको वेबसाइटमा जानुहोस्। दायाँतरि रहेको QR Code स्क्यान गर्‍न सक्नुहुनेछ ।

[आर्थकि वर्ष 2026 सालको बमिा शुल्क हसिाब सूत्र]

1. आधारभूत (चकित्सिा उपचार) हस्सिाको बमिा शुल्क नागरकि स्वास्थ्य बमिामा सामेल रहेका घरपरविार

(1) आधारभूत (चकित्सिा उपचार) हस्सिा आय दर राशि		(2) आधारभूत (चकित्सिा उपचार) हस्सिा समान दर राशि		
सामेल व्यक्ति सबैजनाको पुरानो अतरिक्ति आय (*1) × 7.51%	+	47,600 येन × सामेल व्यक्ति संख्या	=	अप्रलि महनिा देखि अर्को वर्षको मार्च महनिासम्मको आधारभूत (चकित्सिा उपचार) हस्सिाको बमिा शुल्क (हद राशी: 670,000 येन)

2. वयोवृद्ध व्यक्ति टेवा रकम हस्सिाको बमिा शुल्क नागरकि स्वास्थ्य बमिामा सामेल भएका घरपरविारहरू

(1) वयोवृद्ध व्यक्ति टेवा रकम हस्सिा आय दर राशि		(2) वयोवृद्ध व्यक्ति टेवा रकम हस्सिा समान दर राशि		
सामेल व्यक्ति सबैजनाको पुरानो अतरिक्ति आय (*1) × 2.80%	+	17,600 येन × सामेल व्यक्ति संख्या	=	अप्रलि महनिा देखि अर्को वर्षको मार्च महनिासम्मको वयोवृद्ध व्यक्ति टेवा रकम हस्सिाको नागरकि स्वास्थ्य बमिा शुल्क (हद राशी: 260,000 येन)

3.स्याहारसुसार हस्सिाको बमिा शुल्कबमिा नं. 2 बमिति (40 वर्ष देखि 64 वर्ष) भत्रि पर्ने व्यक्तहिरू भएका परविारहरू (*2)

(1) स्याहार सुसार हस्सिाको आय दर राशि		②स्याहारसुसार हस्सिाको समान डर राशी		
40 देखि 64 वर्ष उमेरका समूहका सबै सामेल व्यक्तहिरूको पुरानो अतरिक्ति आय (*1) × 2.43%	+	17,800 येन × 40-64 वर्ष उमेरका सामेल व्यक्तहिरूको संख्या	=	अप्रलि महनिा देखि अर्को वर्षको मार्च महनिासम्मको स्याहारसुसार हस्सिाको बमिा शुल्क (हद राशी: 170,000 येन)

4. बालबालकिा तथा शशिु स्याहार सहयोग कोषको हस्सिाको बमिा शुल्कनागरकि स्वास्थ्य बमिामा सामेल भएका घरपरविारहरू

① बालबालकिा तथा शशिु स्याहार सहयोग कोषको हस्सिाआय दर राशि		② बालबालकिा तथा शशिु स्याहार सहयोग कोषसमान दर राशी (*3)		
सामेल व्यक्ति सबैजनाको पुरानो अतरिक्ति आय (*1) × 0.27%	+	1,873 येन × सामेल व्यक्ति संख्या	=	अप्रलि महनिादेखि अर्को वर्षको मार्च महनिा सम्मको बालबालकिा तथा शशिु स्याहार सहयोग कोष बमिा शुल्क (हद राशी: 30,000येन)

योगफल राशी नै घरपरविारको 1 वर्षको नागरकि स्वास्थ्य बमिा शुल्क

*1 पुरानो अतरिक्ति आय भन्नाले, अघल्लिो वर्षभरी (जनवरी देखि डसिेम्बर) को समग्र आय रकम एवम् सानरनि अथवा वनजंगलबाट आउने आय रकम लगायत सेयर/दीर्घकालीन (अल्पकालीन) बाँडफाँड आय रकम आदको कुल रकम र नविासी करको लागि आधारभूत कटौती रकम 4 लाख 30 हजार येन (कुल रकम 2 करोड 40 लाख येन भन्दा बढी भयो भने रकम बस्तिारै घटाइनेछ।) घटौती गरेको राशि हो। तथापि, ववििधि नोक्सानीको क्यारी-फर्वाड घटौती राशि भने घटौती गरनि छैन ।

*2 65 वर्षदेखि 74 वर्षका व्यक्तको स्याहारसुसारको हस्सिा सम्बन्धमा, स्याहारसुसार बमिा शुल्क स्वरुप अलगै 'खाइगो होकेन-खा भननि स्याहारसुसार बमिा फाँट' बाट सूचति गरनि छ ।

*3 घरपरविारका 18 वर्ष सम्मका सदस्यहरू (18 वर्ष पुगसिके पछको पहलिो मार्च 31 तारखि आइ नपुगेकाहरू) र नागरकि स्वास्थ्य बमिामा सामेल भएकाहरूका लागि बालबालकिा तथा शशिु स्याहार सहयोग कोषको समान दर हस्सिा पूरण रूपमा घटाइनेछ।

■ आर्थकि वर्षको बचिमा 40 वर्ष, 65 वर्ष हुने व्यक्तको बमिा शुल्क 40 वर्ष हुने व्यक्ति, 40 औं वर्षको जन्म महनिा (1 तारखामा जन्मेका व्यक्ति भएं अघल्लिो महनिा) को हस्सिाबाट स्याहार-सुसार हस्सिाको बमिा शुल्क चुक्ता गर्नुपर्छ । चुक्ता गर्दा, आउँदो महनिा (1 तारखामा जन्मेका व्यक्ति भए त्यही महनिा) देखि गरनिेछ । पुनः हसिाब गरेर चुक्ता गर्ने सूचनापत्र डाँक गरनि्छ । 65 वर्ष हुने व्यक्ति, 65 औं वर्षको जन्म महनिाको अघलिलो महनिा (1 तारखामा जन्मेका व्यक्ति भए अघलिलोभन्दा अघल्लिो महनिा) को हस्सिासम्मको स्याहार-सुसार हस्सिाको बमिा शुल्कलाई, अग्रमि रूपमा मार्चसम्मको चुक्ता-अवधमिा समान भाग लगाएर चुक्ता गर्नुपर्छ । तसर्थ, 65 वर्ष भएपछि पनि नागरकि स्वास्थ्य बमिा शुल्कको चुक्ता राशि फरक पर्ने छैन र, स्याहार-सुसार बमिा शुल्कसँग दोहोरो भुक्तानी पनि हुने छैन ।

■ आर्थकि वर्षको बचिमा 75 वर्ष हुने व्यक्तको बमिा शुल्क

•आर्थकि वर्षको बचिमा 75 वर्ष हुने व्यक्ति एक्लै सामेल भएमा

75 औं वर्षको जन्म महनिाको अघल्लिो महनिाको हस्सिासम्मको बमिा शुल्कलाई, जुनदेखि जन्म महनिाको अघल्लिो महनिासम्मको चुक्ता अवधमिा समान भाग लगाएर चुक्ता गर्नुपर्छ । मे महनिामा 75 वर्ष हुने व्यक्तलि, जुन महनिाको चुक्ता-अवधि हस्सिामा एकसाथ चुक्ता गर्नुपर्छ ।

•सामेल व्यक्ति 1 जना वा सो भन्दा धेरै रहेका घरपरविारमा, आर्थकि वर्षको बचिमा 75 वर्ष हुने व्यक्ति 1 जना भएमा

75 औं वर्षको जन्म महनिाको अघल्लिो महनिाको हस्सिासम्मको बमिा शुल्कलाई, आउँदो वर्षको मार्चसम्मको चुक्ता-अवधमिा समान भाग लगाएर चुक्ता गर्नुपर्छ । तसर्थ, 75 वर्ष भएपछि पनि कोकुहो-बमिाको चुक्ता राशी फरक पर्ने छैन र, वयोवृद्ध व्यक्तको चकित्सिा उपचार प्रणाली बमिा शुल्कसँग दोहोरो भुक्तानी पनि हुने छैन ।

•पेन्सनबाट खचिनि (वशिेष असुली) व्यवस्था गरएिको व्यक्ति भएमा

ओक्टोबर मसान्तसम्ममा 75 वर्ष हुने व्यक्तलि, खाता रकमान्तरण अथवा चुक्ता गर्ने पत्रमार्फत चुक्ता गर्नु पर्छ । नोभेम्बर पश्चात् 75 वर्ष हुने व्यक्तलि, जन्म महनिाको अघल्लिो महनिासम्मको पेन्सन भुक्तानी महनिामा, पेन्सनबाट खचिनि (वशिेष असुली) गरी चुक्ता गर्नुपर्छ ।

(3) आर्थकि वर्षको बचिमा सामेल भएका व्यक्तको बमिा शुल्क

आर्थकि वर्षको बचिमा सामेल भएका व्यक्तको बमिा शुल्क, सूचना दर्ताको दनिबाट नभई, नागरकि स्वास्थ्य बमिामा सामेल हुने योग्यता बनेको महनिाको हस्सिाबाट चुक्ता गर्नुपर्छ ।

बमिा शुल्क, महनिाको बचिबाट सामेल भएको अवस्थामा समेत, मासकि एकाइमा हसिाब हुने भएकोले दैनकि दरको हसिाब गर्न मलि्दैन । मसान्तको दनिमा नागरकि स्वास्थ्य बमिामा सामेल रही रहेको भए, उक्त महनिाको बमिा शुल्क चुक्ता गर्नुपर्छ ।

वार्षकि बमिा शुल्क	×	सामेल योग्यता बनेको महनिादेखि मार्चसम्मको महनिा संख्या / 12

■ नेरमि-सटिमिा बसाइँ आएका व्यक्तको बमिा शुल्क

अन्य गाउँ/नगरपालकिाबाट बसाइँ आएका व्यक्तलािई, अन्तरमि रूपमा समान दर राशको बमिा शुल्क मात्र हसिाब गरेर चुक्ता गर्ने सूचनापत्र वा चुक्ता गर्ने पत्र डाँक गर्ने गरएिको छ । तत्पश्चात्, अघल्लिो वर्षको आयको जानकारी उपलब्ध भएको मतिमिा पुनः हसिाब हुने भएकोले, पछि बमिा शुल्क परविर्तन हुने गरेको छ । वस्तिृतमा, नम्नलिखिति "(4) बमिा शुल्क परविर्तन हुने बखत" हेर्नुहोला । पुनश्च, बमिा शुल्कको हसिाब वधिहिरू, बमिाक (गाउँ/नगरपालकिा) को आधारमा फरक पर्न सक्छ ।

(4) बमिा शुल्क परविर्तन हुने बखत

सामेल व्यक्तको संख्या परविर्तन, पुरानो अतरिक्ति आयको परविर्तन (पृष्ठ 18 हेर्ने) आदलि गर्दा बमिा शुलक परविर्तन हुने खबतमा बमिा शुल्क परविर्तनको सूचनापत्र डाँक गरनि्छ । हसिाबको नजति, बमिा शुल्क बढी चुक्ता हुन गएको अवस्थामा रकम फर्तिा हुनेछ र, नपुग भएको अवस्थामा भुक्तानी माग गरनि्छ ।

*फर्तिा दइिने भएमा — फर्तिा रकम तपाईलाई फर्तिा सूचना मार्फत सूचति गरनिेछ। प्रक्रयिा अपनाउने वधिि बारेमा पृष्ठ 23 "बमिा शुल्कको रकम फर्तिा बारेमा" हेर्नुहोला ।

* नपुग भएको अवस्थामा — पुनः हसिाब गरेको चुक्ता गर्ने पत्र डाँक गरनि्छ । यस अवस्थामा, परविर्तन भएको महनिाको बमिा शुल्क चुक्ता गर्दा, नयाँ डाँक गरेको चुक्ता गर्ने पत्र प्रयोग गर्नुहोला । पुनश्च, खाता रकमान्तरण गर्ने अवस्थामा, परविर्तन पछको रकम खचिनि छ ।

(5) नागरकि स्वास्थ्य बमिा त्याग गरेको बखतको बमिा शुल्क

आर्थकि वर्षको बचिमा त्याग गरेका व्यक्तकाि हकमा, बमिा शुल्क पुनः हसिाब गरी, बमिा शुल्कको रकममा परविर्तन भएको अवस्थामा परविर्तन पछको चुक्ता गर्ने सूचनापत्र आदि घिरमूली व्यक्तलाई डाँक गरनि्छ ।

पुनश्च, यदि वदिेश बसाई सरेर गएको वा आफ्नो देश फर्कएिको अवस्थामा नागरकि स्वास्थ्य बमिा त्यागको प्रक्रयिा गर्दा, अपुग रकम तर्नुिपर्ने हुन सक्छ।

1. घरपरविारका सबैजनाले त्याग गरेको बखत
नागरकि स्वास्थ्य बमािको योग्यता गुमाएको महनिाको अघल्लिो महनिाको हस्सिासम्मको बमिा शुल्क पुनः हसिाब गरनि्छ । त्यसको नतजिा, नपुग हस्सिा रहन गएमा, <u>योग्यता गुमेको महनिादेखि पछि पनि बमिा शुल्क चुक्ता गर्नुपर्ने हुनसक्छ ।</u>
यस्तो हुनुको कारण, अप्रलि, मे महनिाको चुक्ता अवधि नहुने भएर, त्याग गरेको दनिसम्ममा चुक्ता गरेको बमिा शुल्कले मात्र, नपुग हुन पनि सक्ने भएकाले हो ।
पुनश्च, बढी चुक्ता हुन गएको बमिा शुल्कलाई खाता रकमान्तर गरेर रकम फरि्ता गरनि्छ ।(जापान राष्ट्र भत्रिको खाता बन्द नगर्नुहोस् ।)

2. घरपरविारका केहीले त्याग गरेको बखत
घरपरविारको वार्षकि बमिा शुल्क पुनः हसिाब गरनि्छ । त्यसको नतजिा, बाँकी बमिा शुल्कलाई त्यागको प्रक्रयिा गरेको महनिा (अथवा आउँदो महनिा) देखि आउँदो वर्षको मार्चसम्ममा समायोजन गरी, परविर्तन पछकिो चुक्ता गर्ने सूचनापत्र या चुक्ता गर्ने पत्र डाँक गरनि्छ ।

3. पेन्सनबाट खचिनि (वशिेष असुली) गरेको घरमूलीले त्याग गरेको बखत
वशिेष असुली रोकनि्छ । घरपरविारको वार्षकि बमिा शुल्क पुनः हसिाब गरी, परविर्तन पछकिो चुक्ता गर्ने सूचनापत्र डाँक गरनि्छ । पुनश्च, नपुग हस्सिा रहन गएमा, चुक्ता गर्ने पत्रबाट चुक्ता गर्नुपर्ने हुनसक्छ ।

(6) करको घोषणा गर्नुहुन अनुरोध छ
बमिा शुल्क, करको घोषणा वषियवस्तुमा आधारति रही हसिाब गरनि्छ । साथै, बमिा शुल्क घटाउने, अस्पताल भर्ना समयको खाना खर्च, उच्च राशकिो स्वास्थलाभ खर्चको गणना गर्दा, घरमूली, सामेल व्यक्ति सबैजना एवम् पुरानो कोकुहो-बमिामा सामेल व्यक्ति (पृष्ठ 9 हेर्ने) को आयको घोषणा आवश्यक पर्छ ।
<u>आय नभएका व्यक्तलिे कर कार्यालयमा गरनि खाक्तेइ सनिकोक् भननि अन्तमि कर फरि्ती नविेदन गर्नुपर्दैन तर, बमिा शुल्क घटाउने आदि गरि्नका लागि भने बसोबास करको घोषणा आवश्यक पर्छ ।</u>

• जनवरी 1 तारखिमा नेरमिा सटिि भत्रि रहेका व्यक्ति
नेरमिा-सटिि कर फाँटमा बसोबास करको घोषणा गर्नुहोला ।
* नेरमिा-सटिमिा बसाइँ आएको बखतमा, "नागरकि स्वास्थ्य बमिा शुल्क सम्बन्धी घोषणा पत्र (सरल घोषणा पत्र)" भरेको व्यक्तलिे, आउँदो वर्ष देखि पछि पनि नेरमिा सटिमिा बसोबास गर्ने अवस्थामा, आउँदो वर्ष देखि पछि आम्दानी नहुने भए पनि, नेरमिा सटिि कर फाँटमा बसोबास करको घोषणा गर्नुहोला ।

• जनवरी 1 तरखिमा नेरमिा सटिि बाहरि (जापान राष्ट्र भत्रि) रहेका व्यक्ति
जनवरी 1 तरखिमा बसोबास गरेको गाउँ/नगरपालकिामा, पहलि नै बसोबास करको घोषणा गरेका व्यक्तकिो हकमा, नेरमिा सटिलिे, घोषणा गरेको गाउँ/नगरपालकिामा आयको चेकजाँच गर्छ । सोको नतजिा थाहा भएको चरणबाट बमिा शुल्कको आय दर राशि भुक्तानी माग गरनि भएकोले, पहलि समान दर राशकिो मात्र भुक्तानी माग गरनि गरेको छ । वस्तिृतमा बमिा शुल्कको सूचना नश्चिय गर्नुहोला ।

अझै बसोबास करको घोषणा नगरेका व्यक्तलिे, जनवरी 1 तारखिमा बसोबास गरेको गाउँ/ नगरपालकिाको जेइमु तान्तोउ-खा भननि कर इन्चार्ज फाँटमा बसोबास करको घोषणा गर्नुहोला । घोषणा गरेपछि, नेरमिा-सटिि अफसि 'कोकुहो सकिाकु खाकारि भननि नागरकि स्वास्थ्य बमिाको योग्यता हेर्ने प्रभारी'मा टेलफिोन गरेर, आयको चेकजाँचको अनुरोध गर्नुहोला । नेरमिा सटिबिाट घोषणा गरेको गाउँ/नगरपालकिामा आयको चेकजाँच गरी, बमिा शुल्क परविर्तन हुने अवस्थामा सूचति गरनेछौं ।

• जनवरी 1 तारखिमा वदिेशमा रहेका व्यक्ति
बसोबास करको घोषणा गर्न नसकनि भएकोले, "नागरकि स्वास्थ्य बमिा शुल्क सम्बन्धी घोषणा पत्र (सरल घोषणा पत्र)" डाँक गरनि्छ । आवश्यक बुँदा भनेर, पेस गर्नुहोला । सरल घोषणा पत्र नआइपुगेमा, नेरमिा-सटिि अफसि 'कोकुहो सकिाकु खाकारि भननि नागरकि स्वास्थ्य बमिाको योग्यता हेर्ने प्रभारी'मा टेलफिोन गर्नुहोला ।

सोधपुछः 'कोकुहो सकिाकु खाकारि भननि नागरकि स्वास्थ्य बमिाको योग्यता हेर्ने प्रभारी'

19. बमिा शुल्कको छुट प्रणाली

<u>*वद्यिार्थी छुट हुँदैन.</u>

(1) पूर्व वद्यिालयहरुका लागि समान दर राशी कटौती
यदि तपाईंको घरमा पूर्व वद्यिालयका बालबच्चा छन् भने प्रतवि्यक्ति रकम आधा घट्छ । यसको लागि आवेदन दनि पर्दैन । योग्यता पुगेकाहरू स्वतःयोग्य हुनेछन्। तलको "अघल्लिो वर्षको तुलनात्मक आम्दानीमा आधारति प्रतवि्यक्ति दरको कमी" लागू हुने परविारमा पूर्व वद्यिालयका बालबालकिा सामेल व्यक्ति भएमा, उक्त कमीपछि रहेको रकमलाई थप 50 प्रतशितले घटाइनेछ।

(2) बालबालकिा तथा शशिु स्याहार सहयोग कोषको लागि बमिा शुल्कको समान दर हस्सिामा कटौती
घरपरविारमा 18 वर्ष मुनकिो सदस्य भएको अवस्थामा उक्त व्यक्तकिो बालबालकिा तथा शशिु स्याहार सहयोग कोषको लागि समान दर शुल्क पूरण रूपले घटाइनेछ। <u>योग्य व्यक्तहिरूले स्वतः छुट पाउनेछन्, त्यसैले कुनै आवेदन आवश्यक पर्दैन।</u>

(3) समान दर राशि घटाउने
अघल्लिो वर्षभरीमा घरपरविार (घरमूली, सामेल व्यक्ति सबैजना एवम् पुरानो कोकुहो-बमिामा सामेल व्यक्ति (पृष्ठ 9 हेर्ने) को आय नश्चिति मापदण्ड भन्दा कम भएमा, आधारभूत (चकित्सिा उपचार) हस्सिा/वयोवृद्ध व्यक्ति टेवा रकम हस्सिा, स्याहारसुसार हस्सिा, बालबालकिा तथा शशिु स्याहार सहयोग कोषको हस्सिाको बमिा शुल्कको समान दर राशि घट्ने प्रणलि रहेको छ। कर राशि घट्ने दर 70%, 50%, 20% मध्ये कुनै एक हुनेछ ।
यो कर राशबिाट घट्ने व्यवस्था लागु सम्बन्धमा, करको घोषणा वषियवस्तुमा आधारति रहेर नर्िधारण गरनि्छ र, <u>कर राशि घट्ने भत्रि पर्ने घरपरविारको, स्वचालति रुपमा कर राशि घट्नेछ ।</u>
* घरमूली, सामेल व्यक्ति सबैजना एवम् पुरानो कोकुहो-बमिामा सामेल व्यक्ति (पृष्ठ 10 हेर्ने) हरु मध्ये कोही उक्जना मात्रले भी करको घोषणा नगरेका या, "नागरकि स्वास्थ्य बमिा शुल्क सम्बन्धी घोषणा पत्र (सरल घोषणा पत्र)" पेस नगरेका, व्यक्ति भएका अवस्थामा, कर राशि घट्ने नर्िधारणको दायरामा पर्ने छैनन् ।
* म्याद भन्दा ढलि गरेर करको घोषणा गरेको खबतमा या, "नागरकि स्वास्थ्य बमिा शुल्क सम्बन्धी घोषणा पत्र (सरल घोषणा पत्र)" पेस गरेको नतजिा, कर राशि घट्ने लागु भएको बखतमा, वार्षकि बमिा शुल्क पुनः हसिाब गरेर, कर राशि घट्ने लागुको नर्िणय गरएिको महनिाबाट चुक्ता गर्ने बमिा शुल्कमा समायोजन गरेर सूचति गरनि्छ ।

(4) अस्वैच्छकि बेरोजबारी न्यूनीकरण प्रणाली
कम्पनीको दवािलयिापन या कम्पनीको बर्खासीले अस्वैच्छकि भोग्न वाध्य व्यक्तकिो बमिा शुल्कको न्यूनीकरण प्रणाली लागु गरएिको छ । बेरोजगार भएको समयदेखि त्यसको आउँदो आर्थकि वर्षान्तसम्मको बचिमा, अघल्लिो वर्षको तलब आय 30/100 मा न्यूनीकरण गरेर बमिा शुलक हसिाब गरनि्छ ।
<u>पुनश्च, यो कर राशि घट्ने लागु गर्न आवेदन आवश्यक पर्छ ।</u>
[दायरामा पर्ने व्यक्ति (नम्नि सर्तहरु सबै पुरा गर्ने व्यक्ति)]
① रोजगारी बमिा लाभ प्राप्ति योग्यता कार्ड जारी भएका व्यक्ति अथवा रोजगारी बमिा योग्यता सूचना प्राप्त गरेका व्यक्ति, काम छोडेको कारण कोड 11, 12, 21, 22, 23, 31, 32, 33, 34 भएका व्यक्ति (तथापि "वशिेष प्रावधानमूलक लाभ प्राप्त गर्न योग्य व्यक्ति" पर्दैनन्)
② काम छोडेको दनिको मतिमिा 65 वर्ष भन्दा मुनका व्यक्ति
[आवश्यक कागजात]
हेलो वर्कद्वारा जारी गरएिको "रोजगारी बमिा लाभ प्राप्ति योग्यता कार्ड" वा "रोजगार बमिा योग्यता सूचना (काम छोडेको मतिि छोड्नुको माथि उल्लेखति कारण कोड सहति)" को मूल कपी र पहचान खुल्ने कागजातहरू (माईना बमिा कार्ड, योग्यता पुष्टि प्रमाणपत्र आदि)
[आवेदन काउन्टर]
"कोकुहो सकिाकु खाकारि भननि नागरकि स्वास्थ्य बमिाको योग्यता हेर्ने प्रभारी", "कोकुहो स्याकुजइ खाकारि भननि नागरकि स्वास्थ्य बमिा स्याकुजइ क्षेत्रको प्रभारी"
* माथि उल्लखिति रसिेप्सन काउन्टर बाहेक डाँक मार्फत पनि आवेदन दनि सकनि्छ । वस्तिृतमा 'कोकुहो सकिाकु खाकारि भननि नागरकि स्वास्थ्य बमिाको योग्यता हेर्ने प्रभारी" मा सोधपुछ गर्नुहोला ।

(5) वशिेष परस्थितिकिो छुट
हावाहुरी, बाढीपहरिो तथा आगलागीजस्ता प्रकोपका कारण ठूलो क्षति व्यहोर्नु परेका अथवा सम्पत्ति गुमाएकाहरु, त्यसैगरि बमिति व्यक्तकिो मृत्यु अथवा चोटपटक या वरिामीको कारण कमाउन नसकी आयस्रोत घटेको व्यक्तकिो लागि उनीहरुले भुक्तानी नगरेको बमिाबाट 3 महनिासम्मको बमिा घटाउन अथवा छुट दनि व्यवस्था रहेको छ । घरपरविारको औसत आम्दानी राशि या बचत रकम जस्ता सम्पत्तकिो योगफल र, जीवनयापन संरक्षण मापदण्डको आधारमा हसिाब गरेको राशि तुलना गरेर, उक्त व्यवस्था रहने नरहने नर्िणय गरनि्छ ।
स्थतिबिारे सोधपुछ गरेर, आवश्यक कागजात आदकिो बारेमा जानकारी गराइने भएकोले, अग्रमि रुपमा टेलफिोनबाट परामर्श गर्नुहोला ।
* चकित्सिा उपचार खर्चको केही हस्सिा छुट गर्नको लागि पृष्ठ 16 को 17. चकित्सिा उपचार खर्च कसैगरि पनि भुक्तानी गर्न नसक्ने बखतमा हेर्नुहोला ।
[आवेदन काउन्टर] 'कोकुहो सकिाकु खाकारि भननि नागरकि स्वास्थ्य बमिाको योग्यता हेर्ने प्रभारी'

(6) पूर्व आश्रति व्यक्तको छुट

वगितमा कार्यस्थलको स्वास्थ्य बमिा (कर्मचारी वमिा) आदमिा सामेल रहेका व्यक्त"बयोवृद्ध व्यक्तको चकित्सिा उपचार प्रणाली" मा रुपान्तरण (सामेल) हुने भएर, सो व्यक्तमिा आश्रति रहेका 65 वर्ष वा सो भन्दा माथकिा व्यक्तकिा व्यक्त नागरकि स्वास्थ्य बमिामा सामेल हुने भएमा, बमिा शुल्क आय दर राश मिनिाहा गर्नुका साथसाथै, समान दर राश 50% प्रतशितमा घटाइने (अधकितम 2 वर्ष) गरन्छि ।

पुनश्च, <u>यो कर राश घट्ने लागु हुनको लाग घरमूलीको आवेदन आवश्यक पर्छ ।</u>

[आवश्यक कागजात]

स्वास्थ्य बमिा योग्यता गुमेको प्रमाणपत्र (बमिक अथवा पेन्सन कार्यालयले जारी गरेको नै हुनुपर्नेछ । कार्यस्थलले जारी गरेको भए स्वीकृत हुने छैन ।)

[आवेदन काउन्टर]

"कोकुहो सकिाकु खाकार भिननि नागरकि स्वास्थ्य बमिाको योग्यता हेर्ने प्रभारी", "कोकुहो स्याकुजइि खाकार भिननि नागरकि स्वास्थ्य बमिा स्याकुजइि क्षेत्रको प्रभारी"

(7) सुत्केरी पूर्व र सुत्केरी पश्चात केही अवधको बमिा छुट

गर्भवती भएर 85 दनि (12 हप्ता) पछ सुत्केरी भएका र सुत्केरी हुने योजनामा रहेकाहरुका लाग उक्त व्यक्तको आम्दानी अनुसार (औसत आम्दानी अथवा वास्तवकि आम्दानी) अनुसार बमिा शुल्क घटाईनेछ । सुत्केरी भएको दनि अथवा तोकएिको सुत्केरी हुने दनिको महनिालाई आधार बनाएर उक्त महनिाको अघल्लिो महनिादेख 4 महनिासम्मको अवधलिाई समेट्नेछ । जुम्ल्याहा र सो भन्दा बढी सन्तान जन्माउनेको लाग आधारति महनिादेख 3 महनिा अगाडदिेख 6 महनिाको अवधलिाई समेट्छ ।

<u>**यो सहुलयित सुवधिा लनिको लाग नेरमिा सटिमिा आवेदन दनिुपर्ने हुन्छ ।**</u> तर **एकमुष्ठ सुत्केरी भत्ता (पृष्ठ 15) सुवधिाको आवेदन दएिर रकम नकिासाको नर्िणय भईसकेको व्यक्तको हकमा भने स्वतः सहुलयित सुवधिा लागू हुनेछ ।**

वसि्तृत जानकारीको लाग नेरमिा सटिको होमपेजमा हेर्नुहोस् ।

दायाँतरि रहेको QR Code स्क्यान गर्न सक्नुहुनेछ ।

सोधपुछः 'कोकुहो सकिाकु खाकार भिननि नागरकि स्वास्थ्य बमिाको योग्यता हेर्ने प्रभारी'

20. बमिा शुल्कको भुक्तानी वधि

(1) खाता रकमान्तरण गर्ने भएमा

बमिा शुल्कको चुक्ता गर्दा, सद्धिान्ततः चुक्ता गर्न बर्सिने डर नहुने वधि भिनेको खाताबाट रकमान्तरण वधि नै हो।

रकमान्तरण मति हिरेक महनिाको मसान्त (मसान्त वत्तिीय नकिाय बदिा हुने दनि परेमा, त्यसपछकिो खुल्ने दनि) मा हुन्छ। त्यसको अघल्लिो कार्यालय खुल्ने दनिसम्ममा खातामा रकम डपिोजट गिरी राख्नुहोला ।

* खाता रकमान्तरण बाट बमिा शुल्क चुक्ता गर्न सुरु नभएसम्मको लाग, चुक्ता गर्ने पत्र मार्फत भुक्तानी गर्नुहोला ।

[प्रक्रयिा अपनाउने वधि]

1. इन्टरनेटमार्फट आवेदन दनि भएमा

तपाईसँग भएको कम्प्यूटर अथवा स्मार्ट फोनमार्फत आवेदन गर्न सकन्छि । आवेदन दनि तरकिा तथा प्रयोग गर्न सकनि वत्तिीय नकिायको बारेमा नेरमिा सटिी कार्यालयको होम पेजको「अनलाइन खाता रकमान्तरण सेवा」हेर्नुहोस् । दायाँतरि रहेको QR Code स्क्यान गर्न सक्नुहुनेछ ।

2. क्यास कार्डद्वारा आवेदन

'स्यूनोउखा नोउफु सोउदान मादोगुची भननि भुक्तानी परामर्श डेस्क' 'कोकुहो स्याकुजइि खाकार भिननि नागरकि स्वास्थ्य बमिा स्याकुजइि क्षेत्रको प्रभारी' को काउन्टरमा रहेको कार्ड रडिरमा क्यासकार्डको प्रयोग गरी खाताबाट कटाउने गरी प्रक्रयिा गर्न सकन्छि ।(कार्डको अवस्था अनुसार रडि नहुने अवस्था पनि रहन सक्छ)

क्यास कार्ड (कार्डको पासवर्ड अथवा पनि नम्बर आवश्यक रहन्छ । र तपाईको पहचिानको लाग परचियपत्र पनि लएिर जानुहोस् ।

प्रक्रयिा गर्न मल्नि नम्मिन वत्तिीय संस्थाहरु मजिुहो बैंक, मचिुई सुमतिोमो बैंक, मत्सिुवसिी यूएफजे बैंक, हुलाक बैंक, रसिोना बैंक, करिाबोसी बैंक, सुगामो सनिकनि बैंक, साइक्योउ सनिकनि बैंक, टोकयिो सनिकनि बैंक, जोहोकु सनिकनि बैंक, कृष सिहकारी आद हिुन् ।

3. आवेदन पत्र मार्फत प्रक्रयिा अपनाउने भएमा

स्यूनोउखा नोउफु सोउदान मादोगुची भननि भुक्तानी परामर्श डेस्क' / 'कोकुहो स्याकुजइि खाकार भिननि नागरकि स्वास्थ्य बमिा स्याकुजइि क्षेत्रको प्रभारी' कु-मनि जमिुस्यो भननि कार्यालय (नेरमिा/स्याकुजइि क्षेत्र बाहेक)

मा रहेको आवेदनपत्रमा आवश्यक बुँदा उल्लेख गरी, खाता खोल्दा दर्ता गरेको आफ्नो नामको छाप लगाएर (साइन प्रयोग गरेर पनि चलाउने गरेको भए साइन) मात्र, कोकुहो स्यूनोउ खाकार भिननि 'नागरकि स्वास्थ्य बमिाको रकम चुक्ताबारे हेर्ने प्रभारी'मा सम्पर्क गर्नुभएमा, आवेदनपत्र पठाउने छौं ।

4. वत्तिीय नकिाय/हुलाक कार्यालयको काउन्टरबाट प्रक्रयिा अपनाउने भएमा

① पासबुक ② खाता खोल्दा प्रयोग गरेको आफ्नो नामको छाप बमिति व्यक्तको प्रतीक नम्बर आद खिुलाउने कागजात (भुक्तानी पर्ची आद) लएिर यहाँहरुले प्रयोग गर्ने गर्नुभएको नेरमिा सटि भित्रिको वत्तिीय नकिाय/हुलाक कार्यालयबाट प्रक्रयिा अपनाउनु होला ।

(2) चुक्ता गर्ने पत्र मार्फत चुक्ता गर्ने भएमा

चुक्ता गर्ने पत्र, जुन महनिामा (जुन देख ओक्टोबरको हस्सिाको, जुन देख आउँदो वर्षको मार्चको हस्सिाको एकमुष्ट) र नोभेम्बर महनिामा (नोभेम्बर देख आउँदो वर्षको मार्च हस्सिाको) गरी वर्षको 2 पटक प्रेषण गरन्छ। हरेक महनिा मसान्त (मसान्तको दनिमा वत्तिीय नकिाय बदिा हुने दनि परेमा, भोलपिल्टको खुल्ने दनि) सम्ममा भुक्तानी संकलन काउन्टर / 'कोकुहो स्याकुजइि खाकार भिननि नागरकि स्वास्थ्य बमिा स्याकुजइि क्षेत्रको प्रभारी' कु-मनि जमिुस्यो भननि कार्यालय (नेरमिा स्याकुजइि क्षेत्र बाहेक) नजकिैको वत्तिीय नकिाय हुलाक कार्यालय / कन्भनियिन्स स्टोर/सन्किन् इन्फरमेशन सर्भसि लमिटिेडको MMK टर्मनिल जडान गरएिको सुपरमार्केट या ड्रग स्टोर आदबिाट भुक्तानी गर्नुहोला । पुनश्च, खाता रकमान्तरण गर्ने घरपरविारलाई चुक्ता गर्ने पत्र पठाउने छैनौं ।

चुक्ता गर्ने पत्र हराएको बखतमा, सम्बन्धति व्यक्तको परचिय खुल्ने कागजात (माई नम्बर कार्ड आद) भुक्तानी काउन्टर / 'कोकुहो स्याकुजइि खाकार भिननि नागरकि स्वास्थ्य बमिा स्याकुजइि क्षेत्रको प्रभारी' नजकिैको कु-मनि जमिुस्यो भननि कार्यालय (नेरमिा/स्याकुजइि क्षेत्र बाहेक) लएिर आउनुभएमा, चुक्ता गर्न सकन्छि। साथै, कोकुहो स्यूनोउ खाकार भिननि 'नागरकि स्वास्थ्य बमिाको रकम चुक्ताबारे हेर्ने प्रभारी'मा सम्पर्क गर्नुभएमा, चुक्ता गर्ने पत्र पुनः पठाउनेछौं ।

•कन्भनियिन्स स्टोरबाट भुक्तानी गर्दा, अगाड पिानामा बारकोड छापएिको चुक्ता गर्ने पत्रबाट मात्र मल्छि ।

*स्मार्टफोन बाट चुक्ता गर्न सकन्छि

बारकोड छापएिको चुक्ता गर्ने पत्रलाई स्मार्टफोनको क्यामेराले खचिेर, नेट-वैङ्कङ्गि/क्रेडट कार्ड/इलेक्ट्रोनकि मनी प्रयोग गरेर भुक्तानी गर्न सकनि छ । वसि्तृत जानकारीको लाग नेरमिा सटिको होमपेज हेर्नुहोस् ।

दायाँतरि रहेको QR Code स्क्यान गर्न सक्नुहुनेछ ।

(3) वशिेष असुली गर्ने (सार्वजनकि पेन्सनबाट खचिनि) खण्डमा

नागरकि स्वास्थ्य बमिा शुल्कलाई पेन्सनबाट खचिनि प्रणाली हो । वशिेष असुलीमा सर्तहरु हुन्छन् । दायरामा पर्ने व्यक्तलिाई अग्रमि सूचना दनिेछौं । वशिेष असुलीको दायरामा परेका व्यक्तलिे, खाता रकमान्तरण क विशिेष असुली मध्ये कुनै एक चयन गर्न सक्नुहुनेछ ।

पुनश्च, चुक्ता गर्ने पत्र मार्फत भुक्तानी गर्न नसकनि हुनजान्छ ।

● बमिा शुल्कको रकम फर्िती बारेमा

बमिा शुल्क चुक्ता गर्नुपर्ने रकम भन्दा धेरै भुक्तानी प्राप्त भएमा, यहाँको नर्दिष्टि खातामा फर्िती रकम रकमान्र हुनेछ । दायरामा पर्ने व्यक्तलिाई सूचना पठाइने भएकाले, आवश्यक बुँदा भनेर, कोकुहो स्यूनोउ खाकार भिननि 'नागरकि स्वास्थ्य बमिाको रकम चुक्ताबारे हेर्ने प्रभारी' समक्ष जवाफी प्रेषण गर्नुहोला । जवाफी प्रेषण प्राप्त भएपछ रिकमान्तरसम्ममा 1 देख 2 महनिा लाग्छ ।

सोधपुछ कोकुहो स्यूनोउ खाकार भिननि 'नागरकि स्वास्थ्य बमिाको रकम चुक्ताबारे हेर्ने प्रभारी'

(4) बमिा शुल्क चुक्ता गर्न नसक्ने व्यक्तकिा लाग

परस्थितिविशि बमिा शुल्क चुक्ता गर्न नसक्ने बखतमा, चुक्ता वधिकिो परामर्श सेवा दइिने भएकोले, सक्दो चाँडो नोउफु आन्नाइ सेन्टर भननि 'कर बुझाउने जानकारी केन्द्र'मा सोधपुछ गर्नुहोला । * चुक्ता वधि बिारेमा केही नश्चिति सर्त हुने भएकोले, यहाँको इच्छमा अनुरुप नहुन पनि सक्छ । वशिेष कारण नभई चुक्ता-अवधकिो म्यादसम्ममा बमिा शुल्क चुक्ता नगरेमा, बमिा कार्डको मान्य हुने अवध छिोट्याउनुका अलावा, कानुनमा आधारति सम्पत्त छिानबनि एवम् बक्यौता कारवाही कार्यान्वयन गरनि छ ।

• 1 वा सो भन्दा बढी वर्ष अघकिो बमिा शुल्क नरिन्तर चुक्ता नगरेमा

बमिा अन्तर्गतको चकित्सिा जाँच प्राप्त गर्न सकन्छि तर, सुरुमा अस्पताल आदकिो काउन्टरमा उक्त लागतको सम्पूर्ण राश भिुक्तानी गरी, पछ सिटिमिा बमिा लाभ-भुक्तानी हस्सिा फर्िता पाउनको लाग भिुक्तानी-मागमार्फत आवेदन गर्नुपर्ने हुन्छ । यस अवस्थामा, अस्पताल आदमिा एकपटक पूरा रकम तरिर, पछकिो मतिमिा सटिबिाट बमिा लाभको भुक्तानी माग गर्नुपर्नेछ ।

*स्व-वहनको फर्िता आएको हस्सिा, नतरिको बमिा शुल्कमा भरण गर्न सकनि अवस्था रहन्छ ।

सोधपुछ नोउफु आन्नाइ सेन्टर भननि 'कर बुझाउने जानकारी केन्द्र'

21. वशिेष नर्दिष्िट स्वास्थ्य परीक्षण/वशिेष नर्दिष्िट सुस्वास्थ्य मार्गनर्दिेशन

वशिेष नर्दिष्टि स्वास्थ्य परीक्षण भनेको, जीवनशैलीजन्य रोगको रोकथाम पत्ता लगाउने उद्देश्य स्वरुपको स्वास्थ्य जाँच तथा नदिान कार्य हो । दायरामा पर्नेमा, नागरकि स्वास्थ्य बमिामा सामेल रहेका 40 वर्ष देखि 74 वर्ष सम्मका व्यक्तहिरु पर्दछन् । स्वास्थ्यजाँचको नतजािले एक नश्चिति मापदण्ड नाघेको अवस्थामा, जविनशैली सुधारका नमित्ति टेवा (वशिेष नर्दिष्टि सुस्वास्थ्य मार्गनर्दिेशन) प्रदान गरन्छि । स्वास्थ्यजाँचको दायरामा पर्ने व्यक्तलिाई स्वास्थ्य जाँच कुपन पठाइने भएकोले, म्यादभत्रि जँचाउनु होला ।

नागरकि स्वास्थ्य बमिाको योग्यता गुम्यो भने वशिेष नर्दिष्टि स्वास्थ्य परीक्षण गराउन सकदिैन ।

सोधपुछः 'होकेन जग्यिोउ तान्तोउ खाकारि भननि सुस्वास्थ्य परयिोजनाको जम्मिेवारी हेर्ने प्रभारी'

22. सुस्वास्थ्य कायम तथा सुदृढीकरण परयिोजना

उही दनि फर्कनि मलि्ने ओन्सेन् (तातोपानी) सुवधिा स्थलको छुट पाइने टकिट वतिरण गर्ने गरएिको छ ।

सोधपुछः 'होकेन जग्यिोउ तान्तोउ खाकारि भननि सुस्वास्थ्य परयिोजनाको जम्मिेवारी हेर्ने प्रभारी'

23. स्याहार-सुसार बमिा प्रणाली

स्याहार-सुसार वमिा प्रणाली भनेको, स्याहार-सुसार आवश्यक पर्ने स्थतिमिा भएपनि बसोबास गरेर भजिसिकेको ठाउँमा ढुक्क भएर नर्विाह गरराखि्न सकनि गरी, आवश्यक स्याहार सुसार सेवा वस्तितृ रुपमा प्रयोग गर्न सकनि कर्मचारी बमिा प्रणाली मध्येको एक हो ।

40 वर्ष वा सो भन्दा माथकिा व्यक्ति बमितिि हुन्छन् र बमिा शुल्क चुक्ता गरी, सटिकिो प्रमाणीकरण बमोजमि आवश्यक स्याहार-सुसार सेवा प्रयोग गर्न सक्छन् । उमेर अनुसार बमिति नं. 1 र बमिति नं. 2 मा वर्गीकरण गरन्छि ।

	बमिति नं. 1	बमिति नं. 2
सामेल हुने व्यक्ति	65 वर्ष वा सो भन्दा माथकिा व्यक्ति	40 वर्षदेखि 64 वर्षसम्मका चकिति्सा उपचार बमिामा सामेल व्यक्ति
स्याहार-सुसार सेवा लनि पाउने व्यक्ति	स्याहार-सुसार आवश्यक / सहायता आवश्यक भनेर प्रमाणीकरण पाएका व्यक्ति, अथवा हेरचाह रोकथाम/दैनकि जीवनयापन समग्र सहायता सेवा परयिोजनाको दायरामा परेका व्यक्ति	वशिेष नर्दिष्टि रोगको कारणले, स्याहार-सुसार आवश्यक/सहायता आवश्यक भनेर प्रमाणीकरण पाएका व्यक्ति
बमिा शुल्क चुक्ता गर्ने वधिि	वृद्धावस्था/अवकाश, मृतक परविार, अपाङ्गता पेन्सन वार्षकि राशि 1 लाख 80 हजार येन वा सो भन्दा माथि भएका व्यक्तहिरुको पेन्सनबाट कट्टा गर्ने। अन्य व्यक्तहिरुले चुक्ता गर्ने पत्र अथवा खाता रकमान्तरणद्वारा आफैंले चुक्ता	सामेल रहेको चकिति्सा उपचार बमिाको बमिा शुल्कसँग मलिाएर चुक्ता (पृष्ठ 16 देखि 20 हेर्ने)

सटिमिा आवेदन दएिर, स्याहार सुसार प्रमाणीकरणको नर्धिारण नतजािबाट सहायता आवश्यक/सहायता आवश्यक भनेर प्रमाणीकरण पाएका व्यक्ति, अथवा हेरचाह रोकथाम/दैनकि जीवनयापन समग्र सहायता सेवा परयिोजनाको दायरामा परेका व्यक्तलिे, लागतको 10% देखि 30% वहन गरेर, स्याहार सुसार सेवा लनि सक्छन् ।

सोधपुछः 'खाइगो होकेन-खा भननि स्याहार सुसार बमिा फाँट' टेलफिोन 03-3993-1111 (मेन लाइन)

24. वयोवृद्ध व्यक्तकिो चकिति्सा उपचार प्रणाली

वयोवृद्ध व्यक्तकिो चकिति्सा उपचार प्रणाली भनेको, 75 वर्ष वा सो भन्दा माथकिा व्यक्ति (65 देखि 74 वर्षका नश्चिति अपाङ्गता भएर, आवेदन दइि प्रमाणीकरण प्राप्त व्यक्ति समेत) लाई दायरामा पारएिको स्वास्थ्य बमिा प्रणाली हो । 75 औं वर्षको जन्मदनिदेखि, त्यतखिेरसम्म सामेल रही आएको नागरकि स्वास्थ्य बमिा या कर्मचारी बमिा त्याग भई, वयोवृद्ध व्यक्तकिो चकिति्सा उपचार प्रणालीमा स्वचालति रुपमा सामेल हुन जाने हुन्छ । प्रवेशको लागि 75 औं वर्षको जन्म महनिाको अघलि्लो महनिा (अपाङ्गता प्रमाणीकरण भएका व्यक्तकिो प्रमाणीकरण मति पिछि) मा पत्र मार्फत डाँक गरन्छि ।

अस्पतालहरुको काउन्टरमा गरनि भुक्तानी या, लाभ-भुक्तानी, आदकिो वस्तितृ जानकारीका लागि सोधपुछ गर्नुहोला ।

सोधपुछः काउन्टरमा गरनि भुक्तानी/लाभ-भुक्तानी सम्बन्धी कुराहरु 'कोउकि कोउरेइ-स्या सकिाकु खाकारि भननि वयोवृद्ध व्यक्तकिो स्वास्थ्य बमिाको योग्यता हेर्नू प्रभारी' टेलफिोनः : 03-5984-4587

बमिा शुल्क सम्बन्धी कुरा कोउकि कोउरेइ-स्या होकेनर्योउ खाकारि भननि 'वयोवृद्ध व्यक्ति बमिा शुल्क प्रभारी' टेलफिोनः 03-5984-4588

[स्वास्थ्य संस्थामा उपचारका लागि जाँदा उपयोगी जानकारीहरु]

- स्वास्थ्य संस्थामा जाँदा उपयोगी बहुभाषी गाईड (टोकियो महानगरपालिका स्वास्थ्य तथा चकित्सिा व्यूरो)
  https://www.hokeniryo.metro.tokyo.lg.jp/kansen/tagengoguide.files/tagengo2024.pdf
  भाषाहरुः जापानी, अंग्रेजी, चनियिा, कोरयिन, थाई, स्पेनशि, सजलिो जापानी

- वदिेशी बरिामीहरूको लागि चकित्सिा जानकारी सेवा
  (टोकयिो महानगरपालकिा सरकार स्वास्थ्य तथा चकित्सिा सेवा ब्यूरो)
  03-5285-8181 (हरेक दनि 9:00~20:00)
  भाषाहरुः अंग्रेजी, चनियिा, कोरयिन, थाई, स्पेनशि

- चकित्सिा सूचना संयन्त्र (नाभी)
  https://www.iryou.teikyouseido.mhlw.go.jp/znk-web/juminkanja/S2300/initialize
  भाषाहरुः जापानी, अंग्रेजी, चनियिा, कोरयिन

नेरमिा-सटिि अफसिः 'कोकुहो नेन्कनि-खा भननिे नागरकि स्वास्थ्य वमिा तथा पेन्सन हेर्ने फाँट'
स्यूनोउ-खा भननिे 'कर बुझाउनेबारे हेर्ने फाँट'
Tokyo-To Nerima-Ku Toyotama-kita 6-12-1

सोधपुछ गर्दा जापानी भाषामा गर्नुहुन अनुरोध छ ।

'कोकुहो क्यूफु खाकारि भननिे नार्गारक स्वास्थ्य बमिाको लाभ-भुक्तानी हेनें प्रभारी' (सटिि अफसि मुख्य सरकारी भवन 3 तला)	Tel: 03-5984-4553 सीधा सम्पर्क
'कोकहो सकिाकु खाकारि भननिे नागरकि स्वास्थ्य वमिाको योग्यता हेर्ने प्रभारी' (सटिि अफसि मुख्य सरकारी भवन 3 तला)	Tel: 03-5984-4554 सीधा सम्पर्क
'होकेन जग्यिोउ तान्तोउ खाकारि भननिे सुस्वास्थ्य परयिोजनाको जम्मिेवारी हेर्ने प्रभारी' सटिि अफसि मुख्य सरकारी भवन 3 तला)	Tel: 03-5984-4713 सीधा सम्पर्क
'कोकुहो स्यूनोउ खाकारि भननिे नागरकि स्वास्थ्य वमिाको रकम चुक्तावारे हेर्ने प्रभारी' (सटिि अफसि मुख्य सरकारी भवन 4 तला)	Tel: 03-5984-4559 सीधा सम्पर्क
'नोउफु आन्नाइ सेन्टर भननिे कर बुझाउने जानकारी केन्द्र	Tel: 03-5984-4547 सीधा सम्पर्क
'कोकुहो स्याकुजइि खाकारि भननिे नागरकि स्वास्थ्य बमिा स्याकुजइि क्षेत्रको प्रभारी' (स्याकुजइि क्षेत्र सरकारी भवन 2 तला)	Tel: 03-3995-1114 सीधा सम्पर्क

April 2026

Printed on recycled paper.