

Hello Corner News

ハローコーナーニュース



日本語・Tiếng Việt
No. 387

発行: 埼玉県上尾市市民協働推進課

4月 THÁNG 4, 2026

“Hello corner” và “Bản tin Hello corner” được quản lý và giám sát bởi Ban xúc tiến hợp tác thị dân Thành Phố AGEO.

国保加入者（＝会社の健康保険ではなく、自分で
入る医療保険に入っている人）の特定健診（＝
病気を見つけたり、健康かどうか調べること）・
人間ドック（＝体の検査）

特定健診



- ◆いつ：2026年5月から10月
- ◆だれが：国保加入者の40才から74才までの人
- ◆何を：医者が背の高さや体の重さ、おなかまわりの長さを測ったり、血液や心臓について調べます
- ◆お金：0円
- ◆受ける人には、4月の終わりごろに受診券（＝検査を受けることができる紙）が届きます。家に届いたら、検査ができる病院を予約して、行ってください

人間ドック

- ◆いつ：2026年5月から2027年2月
 - ◆だれが：検査を受ける日に35才から74才までの人
※国民健康保険（＝日本に住む人が入る病気やけがを助ける制度）に入っている人が払うお金を、決められた日までに全て払っている人
 - ◆何を：特定健診でやることと、医者が胃の中や目、便について調べます
 - ◆お金：20,000円までは上尾市が払います
 - ◆申込み：
 - ①上尾市が決めた病院に予約をしてください
 - ②検査に行く前に、お金をだしてもらおう申請（＝お願い）をしてください
- 【申請場所】保険年金課（市役所1階11番窓口）、支所、出張所
- ※支所、出張所で申請する場合は、病院に行く15日前までに申請をしてください
- 【上尾市が決めた病院ではないところで検査をする場合】
検査の後に保険年金課（市役所1階11番窓口）でお

KIỂM TRA CHỈ ĐỊNH, KIỂM TRA SỨC KHỎE TOÀN DIỆN CHO NGƯỜI THAM GIA BẢO HIỂM Y TẾ QUỐC DÂN

Kiểm tra chỉ định

- Đối tượng: Người tham gia bảo hiểm y tế quốc dân từ 40 đến 74 tuổi
- Chi phí: Miễn phí
- Thời gian: Từ tháng 5 đến tháng 10/2026
- Các mục kiểm tra: Khai thác bệnh sử & thăm khám, đo các chỉ số cơ thể (chiều cao, cân nặng, chỉ số BMI, vòng bụng), đo huyết áp, xét nghiệm máu, xét nghiệm nước tiểu, điện tâm đồ, khám đáy mắt (nếu bác sĩ thấy cần thiết)
- Cách đăng ký: Cuối tháng 4, phiếu khám sẽ được gửi đến người đủ điều kiện. Sau khi nhận được phiếu khám, vui lòng đặt lịch hẹn với cơ sở y tế thực hiện và tham gia khám.

Khám tổng quát

Đối tượng: Những người trong gia đình từ 35 đến 74 tuổi tính đến ngày khám và không còn nợ thuế Bảo hiểm Y tế Quốc gia.

Chi phí: Thành phố sẽ trợ cấp 20.000 yên phí khám (toàn bộ số tiền nếu không vượt quá 20.000 yên)

Thời gian: Tháng 5 đến tháng 2 năm 2027

Các mục kiểm tra: Ngoài các hạng mục kiểm tra y tế cụ thể, xét nghiệm máu ẩn trong phân, chụp X-quang ngực, chụp X-quang dạ dày hoặc nội soi, siêu âm bụng, kiểm tra đáy mắt và chẩn đoán toàn diện.

Đăng ký: Đặt chỗ tại cơ sở y tế được chỉ định và đăng kí nhận hỗ trợ tại Phòng Bảo hiểm và Lương hưu trước khi đi khám (quầy số 11, tầng 1 toà thị chính). Ngoài ra, nếu đăng kí tại văn phòng chi nhánh, đại diện thì phải đăng kí trước ngày khám ít nhất 15 ngày.

*Nếu đang điều trị tại cơ sở y tế không phải là cơ sở y tế được chỉ định, vui lòng hoàn tất thủ tục đăng kí hỗ trợ tại Phòng Bảo hiểm và Hưu trí.

Thời gian là từ tháng 4/2026 đến tháng 3 năm 2027

まれた子ども

◆持っているもの:

・母子健康手帳 <=赤ちゃんと お母さんの ことが書いてある本>

・名前・誕生日・住所が分かるもの (在留カードなど)

・予診票 <=体の状態を調べるための紙>

※予診票は こども家庭保健課、こども保健センター、健康保健センター、上尾市から お願いしている病院、支所、出張所で もらえます

◆申込み: この注射を打つことができる病院にしてください

→ 健康保健センター

Tel.048-774-1414 / Fax 048-776-7355

国民年金保険料 <=年齢の高い人や病気の人を助ける制度のために払うお金>の学生納付特例制度 <=学生が国民年金保険料をすぐに払えないときに、あとで払えるようにする制度>

学生は、申込みをすると、学校に行っている間はあとで払えるようになっていきます

◆いつ: 申込みをする日の2年1か月前から2027年3月31日まで (1年に1回)

◆だれが: 授業をする期間が1年以上ある学校に行っていて、前の年にもらったお金が1,280,000円以下の人

◆持ってくるもの

・在留カード・パスポート

・納付書または基礎年金番号通知書 <=年金の番号が書いてあるもの>

・マイナンバーカード <=国が決めたあなたの番号が書いてある、写真つきのもの>

・その年につかえる学生証 <=学生であることを証明できるもの> または 在学証明書 <=学校に在学していることを証明するもの>

※仕事をなくしてしまった人は雇用保険の受給資格者証 <=仕事をやめた人がもらえるお金を受ける資格がある人の証明書> や 離職票 <=会社をやめた人のための書類> の写し

◆申込み: 保険年金課、支所、出張所

※マイナポータル <=インターネットを使って手続きができる国の制度> からでもできます

→ 保険年金課 Tel.048-775-5137 / Fax 048-775-9827

大宮年金事務所 Tel.048-652-3399



- Mang theo: sổ tay mẹ và bé, giấy tờ có thể xác nhận tên, ngày tháng năm sinh, nơi ở (thẻ cư trú v.v...), phiếu trả lời tình trạng sức khỏe (được các cơ sở y tế do thành phố ủy quyền, trung tâm y tế Higashi, Nishi, phòng hỗ trợ trẻ em, các chi nhánh, văn phòng đại diện)

Đăng kí: trực tiếp, hoặc đến cơ sở y tế có tiến hành tiêm chủng.

→ Trung tâm bảo hiểm y tế

Tel.048-774-1414 / Fax 048-776-7355

CHẾ ĐỘ ĐẶC BIỆT HOẢN THỜI GIAN NỘP BẢO HIỂM LƯƠNG HỮU DÀNH CHO SINH VIÊN HỌC SINH

Sinh viên có thể được hoãn việc nộp phí bảo hiểm trong thời gian đang theo học bằng cách nộp đơn đăng kí.

- Thời gian áp dụng: từ 2 năm 1 tháng trước ngày nộp đơn đến tháng 3 năm 2027 (cần đăng kí lại mỗi năm tài chính).

- Đối tượng: Những người đang theo học tại các cơ sở giáo dục có chương trình đào tạo từ 1 năm trở lên theo quy định của Luật Giáo dục Trường học (bao gồm hệ ban đêm, hệ vừa học vừa làm, hệ đào tạo từ xa), và có thu nhập năm trước dưới 1,280,000 yên.

- Đăng kí :Phòng bảo hiểm hưu trí hoặc các chi nhánh / văn phòng.

- Giấy tờ cần thiết: Giấy tờ xác nhận danh tính (thẻ cư trú, v.v.), giấy tờ xác nhận mã số hưu trí cơ bản (phiếu thanh toán, thông báo, v.v.), Giấy tờ liên quan đến My Number, Thẻ sinh viên của năm tài chính đó hoặc giấy chứng nhận đang theo học, trường hợp áp dụng lý do thất nghiệp: bản sao giấy chứng nhận đủ điều kiện nhận bảo hiểm thất nghiệp hoặc giấy nghỉ việc.

* Có thể nộp đơn qua My Number Portal. Chi tiết xem trên website của Cơ quan Hưu trí Nhật Bản.

→ Phòng bảo hiểm hưu

Tel: 048-775-5137 Fax: 048-775-9827

→ Văn phòng hưu trí Omiya Tel 048-652-3399



CHẾ ĐỘ MIỄN GIẢM PHÍ BẢO HIỂM LƯƠNG HỮU QUỐC DÂN TRONG THỜI GIAN TRƯỚC VÀ SAU SINH

Người đang mang thai hoặc người đã sinh con sẽ được miễn giảm phí bảo hiểm bằng cách đăng ký.

Đối tượng: người tham gia bảo hiểm hưu trí quốc gia số 1 và sinh con từ sau ngày 1 tháng 2 năm 2019.

Giai đoạn áp dụng: 4 tháng tính từ tháng trước của tháng

こくみんねんきん ほけんりょう さんぜんさんご きかん めんじょせいど
国民年金保険料の産前産後期間の免除制度

〈=国民が払う年金を赤ちゃんを生む前と後
は、払わなくてもよい制度〉

赤ちゃんがお腹にいる人と赤ちゃんを生んだ人は、申込みをすると保険料を払わなくてもよくなります

◆いつ：赤ちゃんを生む予定の月または生んだ月の前の月から4か月間、たくさんの赤ちゃんがお腹にいる場合は、赤ちゃんを生む予定の月または生んだ月の3か月前から6か月間まで

◆だれが：自営業〈会社ではたらく人〉や農業をしている人 会社ではたらく人のための制度に入っていない人

◆持っているもの：
・母子健康手帳・在留カード
・納付書や基礎年金番号通知書・マイナンバーカード

◆申込み：赤ちゃんを生む予定の日の6か月前から（保険年金課へ）

※マイナポータルからもできます
→ 保険年金課 Tel.048-775-5137 / Fax 048-775-9827
大宮年金事務所 Tel.048-652-3399



のうぎょうたいけんきょうしつ さつまいも
農業体験教室(サツマイモ)

〈=サツマイモを育てる教室〉

◆いつ：5月9日(土曜日)午前9時から10時まで

◆だれが：上尾市に住んでいる小学生とその家族（日本語を話すことができる人）

◆何を：親子でサツマイモを植えます。秋に収穫します

◆どこで：市民農園「アグリブラザ平塚」（平塚1516）

◆お金：1人20円

◆参加できる人数：20家族（申込みが多いときは、抽選です）

◆申込み：2026年4月13日（月曜日）まで
上尾市のLINE公式アカウントに「農業体験」と送って、必要な情報を入力してください

→ 農政課 Tel.048-775-7384 / Fax 048-775-9872
s255000@city.ageo.lg.jp



dự sinh hoặc tháng đã sinh (trong trường hợp đa thai thì 6 tháng tính từ 3 tháng trước tháng dự sinh)

Cách đăng ký: Trước tháng dự sinh khoảng từ 6 tháng, trực tiếp đến phòng bảo hiểm hưu trí.

Giấy tờ cần thiết: sổ khám sức khỏe mẹ và bé, giấy tờ có thể xác nhận danh tính (thẻ cư trú,...), giấy tờ có liên quan cơ bản về số sổ hưu trí (sổ hưu trí hoặc giấy có thể xác nhận đơn giản về số hưu trí), thẻ my number.

*Có thể đăng ký thông qua cổng thông tin Myna Portal. Chi tiết hãy xem ở trang chủ của dịch vụ hưu trí Nhật Bản.

→Phòng Bảo hiểm hưu trí
 Tel: 048-775-5137 Fax: 048-775-9827
 →Văn phòng hưu trí OMIYA
 Tel: 048-652-3399



LỚP TRẢI NGHIỆM NÔNG NGHIỆP (KHOAI LANG)

Thời gian: Từ 9h ~ 10h sáng ngày 9/5

Địa điểm: Ruộng của thành phố (Hiratsuka 1516)

Nội dung: Gia đình cùng trồng khoai giống và sẽ thu hoạch vào mùa thu

Đối tượng: Học sinh tiểu học và gia đình sống trong thành phố (người có thể giao tiếp tiếng Nhật hàng ngày)

Số lượng: 20 gia đình (nếu nhiều gia đình đăng kí sẽ tiến hành rút thăm)

Phí tham gia 20 yên/người (phí bao hiểm)

Đăng kí: Kết bạn tài khoản LINE chính thức thành phố Ageo, gửi tin nhắn với nội dung “農業体験”, sau đó gửi form đăng kí theo chỉ dẫn trước ngày 13/4 (thứ 6)

→Phòng Nông Chính
 Tel.048-775-7384 / Fax 048-775-9872
 s255000@city.ageo.lg.jp

聖学院大学の支援のもと、ベトナム語版を発行しました。
 翻訳監修： Nguyen Van Anh
 通訳協力： N.Quỳnh, V. Hiền, L.Hương, T. Mỹ, P.Hậu, T.Vy.

Hello Corner là quầy tư vấn dành cho người nước ngoài đang sinh sống tại thành phố AGEO.
 Thời gian và ngôn ngữ: Thứ 2 hàng tuần (trừ ngày nghỉ, dịp nghỉ đầu năm và cuối năm) 9:00 đến 12:00 Tiếng Anh, Tiếng Tây Ban Nha 13:00 đến 16:00 Tiếng Tây Ban Nha, Tiếng Bồ Đào Nha, Tiếng Trung Địa điểm: Tòa nhà thị chính tầng 1 toà 3 (Tòa nhà đối diện với toà thị chính)
 *Chỉ tư vấn bằng Tiếng Việt thông qua địa chỉ email này <https://www.city.ageo.lg.jp/ques/questionnaire.php?openid=295&check>
 Tư vấn qua điện thoại: 048-775-5111 (tổng đài) khi kết nối hãy nói (ハローコーナーお願いします)
 Có thể xem thông tin về “Hello Corner News” qua trang chủ thành phố Ageo (<http://www.city.ageo.lg.jp/>), tài khoản chính thức Hello Corner trên LINE, FACEBOOK, X. Nếu bạn đang sinh sống trong thành phố Ageo và muốn tiếp tục nhận tài liệu gửi về tận nhà, vui lòng liên hệ tới Phòng thúc đẩy hợp tác thị dân.
 → Tel.048-775-4597 Fax: 048-775-0007 Email: s33999@city.ageo.lg.jp

