

医療機関を受診するとき

日ごろから相談できるかかりつけの医師を家の近所に見つけておきましょう。宗教上の理由で日常生活や治療について制限がある場合やアレルギー体質の場合、診療の前に受付や看護師に伝えましょう。

受診に必要な物

- 国民健康保険証又は健康保険証（なければ全額自費扱いになります。）
- 身分証明書（国民健康保険証等のない場合）
- 現金（ほとんどの医療機関では、支払いは日本円の現金に限られます。）
- 住所、電話番号、症状などのメモ
- すでに服用している薬があればその実物

診察時間

外来患者の診療時間は、病院によって異なりますが、午後や土曜日は休むところがあります。日曜日や休日はほとんどが休診です。

（時間外診療や緊急時の受診については、p5を参照。）

時間や診療科目、予約できるかどうかなど、病院に行く前にあらかじめ電話で確認しておくといでしょう。

Receiving Medical Treatment

It is advisable to find a local clinic for your daily consulting. If you have any allergies or religious beliefs that may prohibit certain medical practices, please advise the receptionist or nurse before seeing the doctor.

Bring the Following:

- National Health Insurance Certificate (Without it, you will need to pay the entire cost.)
- Identification (if you do not have your National Health Insurance Certificate)
- Cash (Most medical institutions accept only cash payments in yen.)
- Any medicines that you already use
- It may be useful to have a note describing the symptoms as well as your address and telephone number.
- medicine you are currently taking

Examination Hours

Outpatient examination hours vary between hospitals, but many are closed in the afternoons or on Saturdays. Most are closed on Sundays and public holidays.

(See page 5 for information regarding after hours consultations and emergencies.)

It is advisable to telephone the clinic beforehand to check their consultation hours, available clinical departments and also if it is possible to make an appointment.

初診のときの流れ

【受付】受診申込書に記入して、国民健康保険証等を提出し、症状に適した受診科を案内してもらいます。

【受診】必要に応じて検査や処置が行われます。わからないことや不安なことは些細なことでも医師や看護師に確認しましょう。

【会計】診察が終わったら、会計を済ませます。領収書を受け取り、保管しておきましょう。国民健康保険等に入っていない場合は、全額自己負担になり、高額になります。また、次回からの診察に使う診察券（カード）を受け取りましょう。

【薬局】薬局が病院の外にある場合は、処方箋を提出し薬をもらいます。薬代は薬局で別に現金で支払います。

注意事項

- 日本語に不安がある場合は、誰か通訳できる人と同行しましょう。
- 医療機関内では、携帯電話の電源は切ってください。
- 医療ソーシャルワーカー（*）がいる場合には、費用や日本の制度のことについては、相談できます。

The Process

At Reception, fill in the registration forms, show your (National) Health Insurance Certificate, and get directions to the correct medical department.

Consultation Undergo the necessary examinations and receive treatment. Ask a doctor or a nurse if unsure of anything, no matter how trivial.

Cashier After consultation, settle payment with the cashier. Keep your receipts. Without (National) Health Insurance Certificate, you will be required to pay the entire bill, which can be expensive. You will be given a consultation card which will make your next visit smoother.

At the pharmacist If the pharmacist is outside the medical facility, you will be given a prescription to take to the pharmacy. The pharmacist will charge cash for the medicines separately.

Other Advice

- If your Japanese level requires it, bring your own translator with you to the clinic.
- Turn off all mobile communication devices when in a medical institution.
- Medical Social Workers (MSW)* can provide consultation about medical costs and the Japanese medical welfare system.

(*) 医療ソーシャルワーカー (MSW) とは、病院、診療所等に勤務し、社会福祉の立場から、患者や家族の疾病に伴う経済的・心理的・社会的問題等の解決や調整を支援する人のことです。

* MSW's are stationed in some hospitals and medical clinics. They are to, from social welfare viewpoint, support people to coordinate and solve financial, emotional and social issues relating to illnesses of patients and their families.

Treatments not Covered by National Health Insurance

The following treatments are not covered by National Health Insurance.

- Normal pregnancy and birth costs
- Abortion for economic reasons
- Routine checkups or physical examinations
- Immunizations
- Cosmetic surgery
- Dental correction (orthodontist)
- Injuries resulting from accidents in the workplace or commuting to work. (These are covered by Workmen's Accident Compensation Insurance)
- Acupuncture, *kyū* (moxa cautery), massage (unless ordered by a doctor, in which case it may be covered)
- Other (alternative) medicines, examinations, procedures and treatments.
- Bed/room charges and food charges over and above the set threshold.

【Word of caution】

In the case of automobile accidents or cases of assault, please submit an "Notification of Injury and Sickness due to an action by a Third Party" form to the reception desk of the Citizens National Health Insurance and Pension Division at city hall.

国民健康保険等が効かないもの

次の場合は、国民健康保険等が使えません。

- 正常な妊娠・出産
 - 経済上の理由による妊娠中絶
 - 健康診断、人間ドック
 - 予防接種
 - 美容整形
 - 歯列矯正
 - 通勤途中や仕事上のけがや事故(労災保険の対象となります。)
 - 鍼、灸、マッサージ(医師が認めた場合は、保険診療の対象となることがあります。)
 - 保険外診療の検査・手術・治療や薬
 - 入院時の差額ベッド代、食事代など
- 【注意事項】**
交通事故や暴力行為などによるけがで受診した場合は、「第三者行為による傷病届」を国民健康保険等担当窓口へ提出してください。

入院するとき

入院しなければならないとき、一般的には、入院日時・必要な持ち物・入院保証書

- (*) 注意事項など事前に説明されます。
- (*) 入院保証書には、入院費用の支払いを保証する連帯保証人が必要です。連帯保証人になれるのは、患者本人とは別世帯の支払い能力のある成人に限られます。

手続き

- 入院申込書に記入します。
- 必要なもの(国民健康保険証等、診察券、入院保証書、保証金など)を提出します。
- 必要な場合は、栄養士(看護師)に、食事習慣や宗教的なことなどを話しておきます。
- 手術のときは、事前に医師の説明があり、意思確認のため、手術同意書にサインを求められます。

退院

- 入院費用を精算して、退院します。

On Hospitalization

Explanation of hospitalization dates, necessary items, arranging for a guarantor (*) and other matters will usually be conducted beforehand.

- * A guarantor is required to ensure that the expenses of hospitalization will be paid. This person must be an adult of solvency, and a member of a different household from the patient's.

Check-in

- Complete the hospital admittance form
- Submit your Insurance Certificate, consultation card, guarantor form, cash deposit and any other required documentation.

In Hospital

- Inform the dietician (or nurse) of any cultural or religious dietary restrictions.
- If an operation is required, the doctor's explanation will be provided in advance. And as confirmation of intention, you will be required to sign a waiver indicating that you have been informed of the operating procedure by the doctor.

Leaving Hospital

- Pay the hospital bill before returning home from hospital.