အများပြည်သူကျန်းမာရေးအာမခံနှင့် စပ်လျဉ်း၍

အသေးစိတ် သိရှိလိုပါက ဤနေရာကို နှိပ်ပါ

1 အများပြည်သူကျန်းမာရေးအာမခံစနစ် ဆိုသည်မှာ အဘယ်နည်း။ (နိုင်ငံသားတိုင်း မဝင်မနေရ အများပြည်သူကျန်းမာရေးအာမခံစနစ်)

"မကျန်းမာတာမျိုး ဖြစ်ဖို့ ရှိမရှိ ဆိုတာ ကြိုမှ မသိနိုင်တာ"၊ "ပရီမီယံကြေး မသွင်းချင်ဘူး" စသည့် အကြောင်းပြချက်များဖြင့် အများပြည်သူကျန်းမာရေးအာမခံသို့ မဝင်ဘဲ နေ၍ မရပါ။

အများပြည်သူကျန်းမာရေးအာမခံ ဆိုသည်မှာ အာမခံထားသူများသည် မိမိတို့၏ ဝင်ငွေအလိုက် ပရီမီယံကြေးကို အတူတကွ ထည့်ဝင်ရပြီး ဆေးကုသမှု ခံယူရာတွင် ကုသစရိတ်၏ တစ်စိတ်တစ်ပိုင်းကိုသာ ကျခံရုံဖြင့် ဆေးကုသမှု ခံယူနိုင်သည့် အပြန်အလှန် ကူညီရေးစနစ်တစ်ခု ဖြစ်ပါသည်။ 3 လထက်ပို၍ နေထိုင်ခွင့်ကာလရှိပြီး ဂျပန်နိုင်ငံတွင် နေထိုင်ခွင့် မှတ်ပုံတင်ထားသူသည် အခြားသော အစိုးရအသိအမှတ်ပြု တရားဝင် ကျန်းမာရေးအာမခံစနစ်များတွင် မဝင်ထားပါက အများပြည်သူကျန်းမာရေးအာမခံသို့ မဝင်ဘဲ နေ၍ မရပါ။ လစဉ် ပရီမီယံကြေး ပေးသွင်းရန်မှာ ပျက်ကွက်၍ မရသော တာဝန်တစ်ရပ် ဖြစ်ပြီး ထိုသို့ ပေးသွင်းသည့်အတွက် အများပြည်သူကျန်းမာရေးအာမခံဖြင့် ဆေးကုသမှု ခံယူခွင့် ရှိပါသည်။

2 ပရီမီယံကြေးနှင့် စပ်လျဉ်း၍

! ကျောင်းသားလျှော့ဈေး မရှိပါ

အာမခံထားသူ တစ်ဦးချင်းစီ ထည့်ဝင်ရမည့် "သာတူညီမျှ ထည့်ဝင်ကြေး (အခြေခံအာမခံကြေး)" နှင့် ယခင်နှစ်ဝင်ငွေပေါ် အခြေခံ၍ တွက်ချက်သည့် "ဝင်ငွေအချိုးကျထည့်ဝင်ကြေး" ဟူ၍ အများပြည်သူကျန်းမာရေးအာမခံ ပရီမီယံကြေးကို ခွဲခြားထားပါသည်။

ကျောင်းသားများနှင့် ဝင်ငွေနည်းပါးသူများပင် အများပြည်သူကျန်းမာရေးအာမခံ ပရီမီယံကြေးကို ပေးသွင်းရန် လိုအပ်ပါသည်။

သို့သော် ဝင်ငွေသည် သုည ဖြစ်နေပါက သို့မဟုတ် နည်းနေပါက (အခြေခံလုပ်ခထက် နိမ့်နေပါက) ရုံးလုပ်ငန်းစဉ်များ ဆောင်ရွက်ခြင်းဖြင့် "သာတူညီမျှ ထည့်ဝင်ကြေး"ကို သတ်မှတ်ပမာဏထက် လျှော့ချ ထည့်ဝင်နိုင်ပါသည်။

> ထည့်ဝင်ကြေး လျှော့ချရေးရုံးလုပ်ငန်းစဉ်ကို ဆောင်ရွက်ရန် နှစ်စဉ် ဇန်နဝါရီလ 1 ရက်နေ့တွင် မိမိနေထိုင်ရာ အရပ်ရှိ ဒေသန္တရ အစိုးရရုံးမှ အခွန်ဌာနတွင် နေထိုင်ခွန်အတွက် တင်ပြ လျှောက်ထားပါ။

အခြားသော ရပ်ကွက်၊ မြို့၊ မြို့ငယ် သို့မဟုတ် ကျေးရွာတွင် နေထိုင်ခွန်အတွက် တင်ပြထားပါက တိုရှိမာရပ်ကွက် အများပြည်သူကျန်းမာရေး အာမခံဌာနသို့ ဆက်သွယ်ပါ။

ဆက်သွယ်ရန်

အမျိုးသားကျန်းမာရေးအာမခံဌာန
အာမခံဝင်ခွင့်ရှိသူနှင့်အာမခံငွေကြေးဆိုင်ရာအဖွဲ့
(kokumin kenkou hokenka　shikaku・hokenryou guru-pu)

ဖုန်း : 03-4566-2377

3 မိုင်နမ်ဘာအာမခံကတ်နှင့် အာမခံသက်သေခံကတ်

မိုင်နမ်ဘာအာမခံကတ် (ကျန်းမာရေးအာမခံကတ်အဖြစ် မှတ်ပုံတင်ထားသော မိုင်နမ်ဘာကတ်) နှင့် အာမခံသက်သေခံကတ် ဆိုသည်မှာ ကျန်းမာရေးအာမခံဖြင့် ဆေးကုသမှု ခံယူချိန်တွင် လိုအပ်သော အထောက်အထားကတ်များ ဖြစ်ပါသည်။

မိုင်နမ်ဘာအာမခံကတ် ရှိသူသည် ဆေးရုံဆေးခန်းများတွင် မိုင်နမ်ဘာအာမခံကတ်ကို ပြသပါ။ မိုင်နမ်ဘာအာမခံကတ် မရှိသူအား အာမခံသက်သေခံကတ် ထုတ်ပေးမည်။ အာမခံသက်သေခံကတ်ကို ဆေးရုံဆေးခန်းများတွင် ပြသပါ။

အာမခံသက်သေခံကတ် သက်တမ်းတိုးခြင်း

အာမခံသက်သေခံကတ် သက်တမ်းတိုးမည့် ရုံးလုပ်ငန်းစဉ်များလုပ်ရန်အတွက် ရုံးသို့လာရန် မလိုအပ်ပါ။ သင်၏ နေထိုင်ခွင့်ကတ်ကို သက်တမ်းတိုးပြီးနောက်တွင် အာမခံသက်သေခံကတ်အသစ်ကို သင့်အိမ်သို့ ပေးပို့ပါမည်။

4 ဆေးရုံတွင် အသုံးပြုနည်း

STEP 01 စာရင်းသွင်းကောင်တာ

▷ မိုင်နမ်ဘာကတ်ကို ကတ်ဖတ်စက်ပေါ်တွင် တင်ပါ။

STEP 02 ကာယကံရှင်ကို စစ်ဆေးအတည်ပြုခြင်း

▷ မျက်နှာဖတ်စနစ်ဖြင့် အတည်ပြုပါ သို့မဟုတ် ဂဏန်း 4 လုံးပါ လျှို့ဝှက်နံပါတ်ကို ရိုက်ထည့်ပါ။

STEP 03 သဘောတူညီမှု ရယူခြင်း

▷ လူနာစမ်းသပ်ခန်း စသည်တွင် စမ်းသပ်ကုသခြင်း၊ ဆေးသောက်ခြင်းနှင့် ကျန်းမာရေးစစ်ဆေးခြင်းဆိုင်ရာ ရာဇဝင်အချက်အလက်များ အသုံးပြုခွင့် ပေးမပေးနှင့် စပ်လျဉ်း၍ စစ်ဆေးအတည်ပြုပါ။

STEP 04 စာရင်းသွင်းမှု ပြီးဆုံးခြင်း

▷ နာမည် ခေါ်သည်အထိ စောင့်ပါ။

! မိုင်နမ်ဘာအာမခံကတ် အသုံးပြုရန် မှတ်ပုံတင်ခြင်း

▷ မိုင်နမ်ဘာအာမခံကတ် အသုံးပြုရန်အတွက် မိုင်နမ်ဘာကတ်ကို ကျန်းမာရေးအာမခံကတ်အဖြစ် ကြိုတင်၍ မှတ်ပုံတင်ရန် လိုအပ်ပါသည်။

မှတ်ပုံတင်နည်း

- Seven Bank ၏ ATM စက်မှ လည်းကောင်း
- စမတ်ဖုန်း၊ ကွန်ပျူတာမှ လည်းကောင်း
- ဆေးရုံဆေးခန်းများရှိ သို့မဟုတ် ဆေးဆိုင်ရှိ စာရင်းသွင်းကောင်တာ (ကတ်ဖတ်စက်) မှ လည်းကောင်း

အသေးစိတ် သိရှိလိုပါက ဤနေရာကို နှိပ်ပါ ↓

5 အများပြည်သူကျန်းမာရေးအာမခံ ပယ်ဖျက်ရေးရုံးလုပ်ငန်းစဉ်နှင့် စပ်လျဉ်း၍

(1) တိုရှိမာ့ရပ်ကွက်မှ ပြည်ပသို့ ပြောင်းရွှေ့လိုပါက

ပြောင်းရွှေ့ထွက်ခွာရန် တင်ပြ လျှောက်ထားပြီးလျှင် ပတ်စ်ပို့ သို့မဟုတ် နေထိုင်ခွင့်ကတ်ကို ယူဆောင်၍ အများပြည်သူကျန်းမာရေးအာမခံဌာနတွင် သို့မဟုတ် ရပ်ကွက်ရုံးရှိ ကောင်တာတွင် ရုံးလုပ်ငန်းစဉ်ကို ဆောင်ရွက်ပါ။

(2) အခြားသော ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးအာမခံအစီအစဉ်တွင် ဝင်ရောက်ထားပါက

▷ အီလက်ထရွန်းနစ်နည်းဖြင့် လျှောက်ထားခြင်း
ဘေးနားမှ QR ကုဒ်ကို အသုံးပြုပြီး လျှောက်ထားပါ။

▷ စာတိုက်၊ ကောင်တာမှ လျှောက်ထားခြင်း
ပတ်စ်ပို့ သို့မဟုတ် နေထိုင်ခွင့်ကတ်နှင့်တကွ အခြားကျန်းမာရေးအာမခံတွင် ဝင်ရောက်ထားကြောင်း အထောက်အထား စာရွက်စာတမ်းများကို ယူသွားပါ။

အီလက်ထရွန်းနစ်နည်းသုံး ရုံးလုပ်ငန်းစဉ်အတွက် ဤနေရာကို နှိပ်ပါ

* အထက်ပါ အခြေအနေမျိုးတွင် ပယ်ဖျက်ရေးရုံးလုပ်ငန်းစဉ်ကို ချက်ချင်း ဆောင်ရွက်ပါ။ ပယ်ဖျက်ရန် တင်ပြလျှောက်ထားခြင်း မပြုပါက ပရီမီယံကြေးကို ဆက်လက် ကောက်ခံသွားမည်ဖြစ်သည်။
ထို့အပြင် ထိုအခြေအနေမျိုးတွင် တိုရှိမာ့ရပ်ကွက်ရုံးမှ ထုတ်ပေးထားသော အာမခံသက်သေခံကတ်ကို ဆက်၍ အသုံးမပြုမိစေရန် သတိပြုပါ။

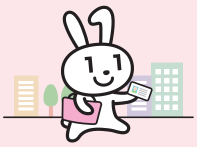
6 ပရီမီယံကြေး မပေးသွင်းလျှင်

(1) ပရီမီယံကြေးကို သတ်မှတ်ရက်အတွင်း ပေးသွင်းခြင်း မပြုပါက သတိပေးစာ သို့မဟုတ် အကြောင်းကြားစာဟု ခေါ်သော စာများကို ပေးပို့ပါမည်။
(2) သတိပေးစာ ပေးပို့ပြီးသည့်တိုင် သတ်မှတ်ရက်အတွင်း ပရီမီယံကြေးကို ပေးသွင်းခြင်း မပြုပါက သင်၏ ဘဏ်အကောင့်ရှိငွေနှင့် လစာကို ချိပ်ပိတ်ပါမည်။
ချိပ်ပိတ်ခံရပါက သင့်ဘဏ်အကောင့်မှ ငွေမထုတ်နိုင်ခြင်း၊ လစာ၏ တစ်စိတ်တစ်ပိုင်း မရနိုင်ခြင်းတို့ ဖြစ်ပွားနိုင်ပါသည်။
(3) 2026 ဇွန်လ၏ ပရီမီယံကြေးမှစ၍ သတ်မှတ်ပရီမီယံကြေးများကို သတ်မှတ်ရက်အတွင်း ပေးသွင်းခြင်း မပြုပါက သတ်မှတ်ရက်၏ နောက်တစ်ရက်မှ စ၍ ငွေပေးသွင်းမည့် ရက်အထိ ရက်အရေအတွက်အလိုက် နောက်ကျကြေးကို ထပ်ပေါင်း ပေးသွင်းရပါမည်။
(4) ဆေးရုံ စသည်တို့တွင် ကျသင့်ငွေ ရှင်းသည့်အခါ ယာယီအားဖြင့် ကျသင့်ငွေ ပမာဏအားလုံးကို ကိုယ်တိုင် စိုက်ထုတ်ထားရတတ်ပါသည်။
(5) နေထိုင်ခွင့် ရှိသူ ဖြစ်ပါက သင်၏ နေထိုင်ခွင့်အမျိုးအစား ပြောင်းလဲခွင့် သို့မဟုတ် နေထိုင်ခွင့်ကာလ သက်တမ်းတိုးခွင့် မရနိုင်တော့ခြင်းမျိုးလည်း ဖြစ်နိုင်ပါသည်။

ဆက်သွယ်ရန်

အများပြည်သူကျန်းမာရေးအာမခံဌာန စီမံကောက်ခံရေးအဖွဲ့နှင့် အထူးစီမံရေးအဖွဲ့
(kokumin kenkou hokenka seiri shuno guru-pu・tokubetsu seiri guru-pu)
အသေးစိတ် သိရှိလိုပါက ဤနေရာကို နှိပ်ပါ ▶

7 အာမခံကြေး ခံစားခွင့်များနှင့် စပ်လျဉ်း၍



ဆေးကုသမှု ခံယူသည့်အခါ မိုင်နမ်ဘာအာမခံကတ် စသည်တို့ကို ပြသပါက ကုသစရိတ်၏ 30% သို့မဟုတ် 20% သာ ကုန်ကျခံရုံဖြင့် ကုသမှု ခံယူနိုင်ပါသည်။ မိုင်နမ်ဘာအာမခံကတ် စသည်ကို ပြသခြင်း မပြုပါက ကုသစရိတ်၏ 100% လုံးကို ပေးချေရမည်ဖြစ်ပြီး ငွေပြန်အမ်းရန်အတွက် လျှောက်လွှာတင်ရန် လိုအပ်ပါသည်။

8 အာမခံတွင် အကျုံးမဝင်သော ဆေးကုသမှုများ

အောက်ပါတို့သည် ကုန်ကျစရိတ်အားလုံးကို ကိုယ်တိုင် စိုက်ထုတ်ကျခံရပါမည်။

- ပုံမှန်ကျန်းမာရေးစစ်ဆေးမှု၊ အသေးစိတ်ကျန်းမာရေးစစ်ဆေးမှု၊ ကာကွယ်ဆေး ထိုးခြင်း
- ပုံမှန်ကိုယ်ဝန်ဆောင်ခြင်း၊ ပုံမှန်မီးဖွားခြင်း
- အလှအပဆိုင်ရာ ခွဲစိတ်ကုသမှု၊ သွားညှိခြင်း
- အလုပ်တာဝန်ကြောင့် ရရှိသော ဒဏ်ရာများနှင့် ရောဂါများ
- အာမခံတွင် အကျုံးမဝင်သော ကုသမှု
- ဆေးရုံတက်စဉ် အခန်းခ ကွာဟမှုပမာဏ
- သွားဘက်ဆိုင်ရာ ကုသရာ၌ အာမခံတွင် အကျုံးမဝင်၍ မိမိ ကျခံရမည့် ကုသမှု
- ရာဇဝတ်မှုကြောင့် သို့မဟုတ် ရည်ရွယ်ချက်ရှိရှိ ပြုလုပ်၍ ရရှိသော ဒဏ်ရာ
- ရန်ဖြစ်ခြင်း၊ အရက်မူးခြင်းကြောင့် ရရှိသော ရောဂါနှင့် ဒဏ်ရာ

9 ကလေး မွေးဖွားချိန် (မွေးစရိတ်နှင့် ကလေးပြုစုစရိတ် တစ်ပေါင်းတည်း ထောက်ပံ့ကြေး/ကလေးမီးဖွားစရိတ် ထောက်ပံ့ကြေး)

ကလေး မွေးဖွားပါက မွေးကင်းစကလေးငယ် တစ်ဦးလျှင် အာမခံကြေး ယန်း 500,000 ရရှိမည်။ (ကိုယ်ဝန်ဆောင်ကာလ 85 ရက် ပြည့်ပြီးမှ ကလေးအသေ မွေးဖွားသူ၊ ကိုယ်ဝန် ပျက်ကျသူနှင့် ပြည်ပတွင် မွေးဖွားသူများလည်း အလားတူ အကျုံးဝင်သည်)
* အခြားသော ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးအာမခံမှ အာမခံကြေး ရရှိထားသူသည် အများပြည်သူကျန်းမာရေးအာမခံမှ အာမခံကြေး မရနိုင်ပါ။

10 ကုသစရိတ် အလွန်အမင်း များပြားပါက (တန်ဖိုးကြီး ဆေးကုသစရိတ်)

အလွန်အမင်း များပြားသော ကုသစရိတ်ကို ပေးချေထားပါက ကန့်သတ်ချက်ထက် ကျော်လွန်သော ပမာဏအတွက် အာမခံကြေး ရရှိရန် လျှောက်ထားနိုင်ပါသည်။ အကျုံးဝင်သူထံ နောက်ရက်များတွင် လျှောက်လွှာပုံစံကို ပေးပို့မည်ဖြစ်၍ လိုအပ်သော အချက်အလက်များကို ဖြည့်စွက်ပြီး ပြန်ပို့ပေးပါ။
* မိုင်နမ်ဘာအာမခံကတ်ကို ပြသပါက ဆေးရုံဆေးခန်းများတွင် ကိုယ်တိုင် စိုက်ထုတ်ကျခံရမည့် ကန့်သတ်ပမာဏကိုသာ ပေးချေရမည်။
မိုင်နမ်ဘာအာမခံကတ် မရှိသူသည် ကုသစရိတ် အမြင့်ဆုံး ကန့်သတ်ပမာဏ ခံစားခွင့်လက်မှတ်ကို လျှောက်ထားရန် လိုအပ်ပါသည်။

11 ပြည်ပကုသစရိတ်

ပြည်ပတွင် အရေးပေါ်ဖြစ်၍ မလွှဲမရှောင်သာ ကုသမှု ခံယူထားပြီး ထိုကုသမှုသည် ဂျပန်နိုင်ငံတွင် အာမခံနှင့် အကျုံးဝင်သော ကုသမှုမျိုးဖြစ်ပါက အာမခံကြေး ရရှိနိုင်သည်။ ဆေးကုသမှု ခံယူရန် ပြည်ပသို့ သွားသည့်အခါတွင်မူ အကျုံးမဝင်ပါ။

ဆက်သွယ်ရန်

အမျိုးသားကျန်းမာရေးအာမခံဌာန အာမခံ ပေးချေသည့်ဌာန
(kokumin kenkou hokenka kyufu guru-pu)
အသေးစိတ် သိရှိလိုပါက ဤနေရာကို နှိပ်ပါ ▶