

静岡県の  
外国人の方へ

GỬI TỚI NGƯỜI NƯỚC  
NGOÀI ĐANG SINH SỐNG  
TẠI TỈNH SHIZUOKA

# 考えよう老後のこと

-Hãy cùng suy nghĩ về vấn  
đề tuổi già với chúng tôi.



保険や年金、介護など福祉のことをどのくらい知っていますか？  
老後も豊かな暮らしを送るために、福祉について知っておきましょう。

-Các bạn biết như thế nào về các vấn đề: bảo hiểm,  
bảo hiểm hưu trí, điều dưỡng, và các phúc lợi xã hội?

Cùng tìm hiểu về các phúc lợi ấy để khi về già sẽ có được cuộc sống sung túc và đầy đủ.

## 福祉のことで困ったらどうしたらいいの？

-Khi gặp khó khăn về vấn đề phúc lợi, thì chúng ta nên làm như thế nào?

- ・静岡県には困っている外国人が相談できる場所があります。  
-Tại tỉnh Shizuoka có địa điểm tư vấn cho Người nước ngoài khi gặp phải các vấn đề khó khăn.
- ・市役所や、地域包括支援センター、国際交流センターに相談できます。  
-Tại ủy ban phường xã, trung tâm hỗ trợ địa phương, trung tâm giao lưu Quốc Tế cũng có hỗ trợ tư vấn.
- ・静岡県多文化共生総合相談センターかめりあ  
9か国語に対応しています。  
電話：054-204-2000 Mail:sir07@sir.or.jp  
-Tại trung tâm tư vấn tổng hợp đa văn hóa của tỉnh Shizuoka có thể hỗ trợ người nước ngoài với 9 ngôn ngữ khác nhau.
- ・お住まいの地域の相談窓口から支援へとつなげます。  
気軽にご相談ください。  
-Từ cổng tư vấn của địa phương cũng có thể kết nối với trung tâm hỗ trợ.  
Bất cứ khi nào các bạn cũng có thể sử dụng dịch vụ tư vấn.



## 介護サービスを受けるために・・・

-Để nhận được dịch vụ chăm sóc lâu dài thì:

- ・介護保険サービスを受けるためには要介護認定を行う必要があります。  
-Để nhận được dịch vụ bảo hiểm chăm sóc cần phải được chứng nhận dịch vụ chăm sóc này.
- ・要介護認定とは介護サービスを利用するにあたって、  
どのくらい介護が必要か区分する調査です。  
-Chứng nhận chăm sóc dài hạn là khi sử dụng dịch vụ chăm sóc cần được khảo sát để phân loại mức độ chăm sóc cho người đó
- ・認定を受けるには市町村の窓口へ申請が必要です。  
Để nhận được chứng nhận thì cần phải đăng ký tại quầy của các Ủy Ban Xã Huyện.
- ・要介護認定で区分された介護区分によって受けられるサービスや  
サービス利用にかかる費用が異なります。  
-Tùy vào loại chăm sóc dựa trên loại chứng nhận chăm sóc khi bạn được nhận mà dịch vụ và phí dịch vụ khác nhau.

## 要介護認定の区分

-Phân loại chứng nhận dịch vụ chăm sóc.

要介護区分は介護度が低い方から非該当・要支援1, 2・要介護1から5があります。心身の状況にあったサービスを選びましょう。

-Mục yêu cầu chăm sóc lâu dài không được áp dụng với mục chăm sóc có mức độ thấp và cần có sự hỗ trợ 1,2.

Mức yêu cầu chăm sóc có từ 1~5.



非該当  
-Không áp dụng

介護度が軽い -Mức độ chăm sóc lâu dài nhẹ

要支援1・2  
-Cần hỗ trợ 1,2

要介護1  
-Mức độ chăm sóc lâu dài 1

要介護2  
-Mức độ chăm sóc lâu dài 2

要介護3  
-Mức độ chăm sóc lâu dài 3

要介護4  
-Mức độ chăm sóc lâu dài 4

要介護5  
-Mức độ chăm sóc lâu dài 5



介護度が重い -Nặng

## 介護保険サービスの種類

-Các loại dịch vụ bảo hiểm chăm sóc:

自宅に訪問してもらう -Tới nhà chăm sóc

ホームヘルパーや看護師・リハビリの専門職が自宅で支援を行います。

-Người giúp việc, y tá và chuyên gia phục hồi chức năng sẽ hỗ trợ chăm sóc tại nhà.

施設に通う -Đi đến cơ sở chăm sóc

通所介護(デイサービス)で食事や入浴・リハビリを日帰りで受けられます。

-Với dịch vụ chăm sóc ngoại trú, sẽ được hỗ trợ các bữa ăn và vệ sinh cá nhân đi về trong ngày.

短期間施設に泊まる -Trở lại tại cơ sở chăm sóc trong thời gian ngắn.

短期入所生活介護(ショートステイ)で食事や入浴などの介護を一泊から受けられます。

-Trường hợp chăm sóc sinh hoạt ngắn hạn ( lưu trú ngắn hạn ) với dịch vụ tắm vệ sinh cá nhân, ăn uống,... thì tiếp nhận dịch vụ này khi có nguyện vọng ở từ 1 đêm trở lên.

施設に移り住む -Sống tại cơ sở chăm sóc

特別養護老人ホームなどで日常生活の介護や健康管理が受けられます。

-Tại các viện dưỡng lão đặc biệt dành cho người cao tuổi,... có thể nhận được dịch vụ chăm sóc và quản lý sức khỏe hàng ngày.

認知症対象のサービス -Dịch vụ đối với người bị lãng trí.

デイサービスやグループホームで日常生活の支援やリハビリを受けられます。

-Nhận hỗ trợ và phục hồi cuộc sống hàng ngày tại các nơi chăm sóc đi về trong ngày và nhà tập thể.



生活を整える -Chuẩn bị cho cuộc sống của bạn.

日常生活を支えるための福祉用具の貸与が受けられます。

-Để trang bị cho cuộc sống sinh hoạt hàng ngày, cũng có thể thuê các thiết bị phúc lợi.



他にもあなたの財産を守る成年後見制度という支援や、介護予防をするサービスもあります。

ぜひ介護サービスをご活用ください。

-Ngoài ra, còn có dịch vụ hỗ trợ giám hộ việc bảo vệ tài sản của bạn cũng như dịch vụ chăm sóc sức khỏe lâu dài. Xin hãy thử sử dụng dịch vụ chăm sóc điều dưỡng này để có sự lựa chọn tốt nhất cho bản thân.