

6. 医療・健康

6-1. 健康支援センター

キャンパス内に健康支援センターがあり、保健師が病気やけがに対する
 応急措置を行っています。そして、みなさんの健康管理のため定期
 健康診断を毎年4月に実施していますので必ず受けてください。なお、
 定期健康診断は正規生のみを対象として実施しています。

特に、奨学金の申請や進学・就職時には健康診断証明書が必要にな
 る場合があります。大学で受診しなかった場合は、病院で検査を受けて
 健康診断書を発行してもらってください。ただし、病院での健康診断は
 健康保険適用外のため、全額自己負担となります。

また、医師と専門のカウンセラーが、健康相談や勉学・就職及び
 精神的な悩みについて、健康相談・生活相談として相談に応じています。
 日本語ができない人は、なるべくチューターと一緒に来てください。

相談日時・場所については、A棟学生ホールの学生課掲示板や健康
 支援センターのホームページなどで確認してください。

<http://www.health.tut.ac.jp/>

【学校医】成田記念病院

[所在地] 〒441-8029 豊橋市羽根井本町1 3 4 番地

[TEL] (0532) 31-2167

[診療時間] 平日 8:30～11:30

土曜日 8:30～11:30

(祝日、年末年始は除く)

※午後の診療時間については病院にお問い合わせください。

6. Medical and Health Care

6-1. Health Care Center

Health Care Center is available in the campus and there is a school nurse to take necessary emergency measures when you are ill or injured. Furthermore, medical examination is conducted each year in April and all degree students are requested to take it.

Medical Certificate might be necessary when you apply for scholarships, admission or jobs. If you have not taken this medical examination, you will have to take it at a hospital to receive a medical certificate. In this case, medical cost is not covered by the health insurance and you have to bear the full expenses.

Moreover, doctors and specialized counselors offer health advice and hold counseling sessions to help the problems related to mental strain, studies or finding a job. If you don't understand Japanese well, please come with your tutor.

As for information including consultation days, times and places, look at the bulletin board of Student Affairs Division located at Lobby of A Building or Homepage of Health Care Center

<http://www.health.tut.ac.jp/>

[School Doctor] Narita Memorial Hospital

[Address] 134 Haneihon-machi Toyohashi City, 441-8029

[TEL] (0532) 31-2167

[Consultation Hours] Weekdays 8:30 - 11:30

Saturdays 8:30 - 11:30

(Close : Sunday and Holidays, Year-end and New Year holidays)

*Please contact the hospital for afternoon consultation hours.

6-2. 国民健康保険

留学生は全員、国民健康保険に加入しなければなりません。豊橋市役所で加入手続きをすると、保険証が交付されます。病院へ行くときに保険証を持っていけば医療費は最大30%の負担ですみます。また、同一医療機関で一月に負担した医療費が自己負担限度額を超えた場合、超えた分が高額療養費として還付されます。

加入後は月々の保険料を支払いますが、所得が一定額未満であれば保険料が減額されます。減免申請は豊橋市役所で国民健康保険に加入する時に一緒に手続きをしてください。翌年度からは毎年1月頃に市役所から郵送される「市民税・県民税申告書」で年度ごとに所得を申告すれば自動的に減免が適用されます。自宅へ届かない時は国際課に申し出てください。手続きは高師台窓口センターでもできます。

転居や氏名、世帯主などが変わった時は14日以内に保険証と在留カードを持って市役所に届け出てください。

手続きは市役所のみでおこなえます。

また、在留期間が3ヶ月の場合は国民健康保険に加入できないため、日本に来る前に、旅行保険に加入してください。



6-2. National Health Insurance

All international students are required to join National Health Insurance. After joining this insurance at Toyohashi City Hall, National Health Insurance Certificate will be issued. Be sure to bring it with you when going to hospital so that you will need to pay only at most 30% of the incurred medical cost. If your payment to one medical institution in a one-month period exceeds a certain limit, the excess amount will be refunded to you at a later date.

You will make monthly payments of insurance fee, but you will receive a discount on it if your income is less than a certain amount. This exemption system will apply to students with low or zero income. When you go to the City Hall to join the National Health Insurance, ask for this exemption. From the following year, you can declare your income through the form which will be sent to you from the City Hall around January every year. After the declaration, exemption will be applied to you automatically. If you do not get the form from the City Hall, inquire at International Affairs Division. City Branch Office (Takashidai) can also take care of this procedure.

If there is any change in name, address, or householder resulting from a move or marriage, you must notify City Hall within 14 days of the change. Your National Health Insurance Certificate and Residence Card will be required. These changes may be processed only at Toyohashi City Hall.

Besides, students with a Student Visa with a 3-month period of stay will not be eligible for National Health Insurance, are highly encouraged to buy a travel insurance policy or a other similar insurance policy before coming to Japan.

6-3. 国民年金

国民年金は日本の公的年金制度です。25年以上保険料を納めた場合に65歳から年金を受け取ることが出来ます。また、65歳未満であっても事故・病気などで障害を負った時は年金を受け取ることが出来ます。20歳以上の日本国内に住む人はすべて加入が義務づけられています。

国民年金に加入すると、保険料の納入告知書（請求書）が送付されてきますが、「国民年金保険料学生納付特例」（非正規生の場合は、「国民年金保険料免除申請書（学生用）」）を提出することで、保険料を払わなくて済みます。この免除申請は豊橋市役所で国民年金に加入する時に一緒に手続きをしてください。（学生納付特例の申請には学生証または在学証明書が必要になります。まだ持っていない場合は市役所または各窓口センターで後日申請してください）毎年申請しなければいけません。1年目に申請をすれば次の年からは4月頃に日本年金機構から送られてくる申請書で手続きをすることができます。

6-4. 学生教育研究災害傷害保険 [担当：学生課学生係]

学生が体育実技・実験実習などの正課の授業中、学校行事中、通学中及び課外活動中の災害事故による傷害に対して、その程度に応じて最高3,000万円までの救済措置がなされます。本学では全在籍学生の保険料を大学が負担し、全員加入しています。

6-3. National Pension

The National Pension System is a social security system operated by the Japanese Government, whereby everyone can receive a pension upon when a person reaches 65 years old. Also, person can receive pension if he/she becomes disabled as a result of accident or illness. All residents over 20 years old in Japan are required to join the National Pension System.

After joining national pension system, a notice will be sent to you to notify you about insurance fee you should pay. However, by submitting a National Pension Fee Exemption Application (only for students), you need not pay this fee. It is recommendable to go through the procedures for joining and exemption at the same time.

When you apply for student exemption, you need to submit a student card or “Certificate of Enrollment”. If you do not have either of them, wait until you receive one of them and go for exemption procedures to the City Hall or City Branch office. Please be aware that you have to apply for the exemption every year. From the second year, you may apply for the exemption using the application form which will be sent directly to you around April by the Japan Pension Service.

6-4. Student Accident Insurance

[Office in Charge: Student Affairs Section, Student Affairs Division]

All degree students at the university are eligible for insurance of up to 30,000,000 yen as emergency measures against accidental injury incurred during classes, such as physical education classes as well as during experiment or extracurricular activities. Toyohashi Tech pays all the students' insurance fee so that all of them are covered by Student Accident Insurance.

6-5. 休日や夜間のけがや病気

*利用のときは必ず「健康保険証」を持参してください。

① 内科・小児科

○ 豊橋市休日夜間急病診療所

[所在地] 〒441-8539 豊橋市中野町字中原 100 ほいっぷ内

[TEL] (0532) 48-1110

[診療時間] 夜間 (毎日) 20:00 ~ 7:00

休日 9:00 ~ 17:00

※この施設は、救急診療が目的です。

急病でないときは、かかりつけの医師の診断を受けてください。

○ 【学校医】 成田記念病院

[所在地] 〒441-8029 豊橋市羽根井本町 134 番地

[TEL] (0532)31-2167

[診療時間] 平日 8:30 ~ 11:30

土曜日 8:30 ~ 11:30

(祝日、年末年始は除く)

※午後の診療時間については病院に問い合わせてください。

② 外科・産婦人科・耳鼻咽喉科・眼科

担当救急医は毎月替わります。愛知県救急医療情報センター

(Tel: (0532) 63-1133) へ問い合わせてください。

6-5. Emergency Medical Care at Night, on Sundays and Holidays

*Whenever you visit the following centers or hospitals for treatment, make sure to bring your Health Insurance Card.

① Toyohashi City Internal Medicine and Pediatrics

- Emergency Medical Care Center

[Address] in HOIPPU :100 Aza Nakahara, Nakano-cho, Toyohashi
City, 441-8539

[TEL] (0532) 48-1110

[Consultation Hours] Night time (daily) 20:00 ~ 7:00
Weekends and holidays 9:00 ~ 17:00

*This facility is intended for emergency treatment.

If not, you should go to your regular doctor.

- 【School Doctor】 Narita Memorial Hospital

[Address] 134 Haneihon-machi Toyohashi City, 441-8029

[TEL] (0532) 31-2167

[Consultation Hours] Weekdays 8:30 ~ 11:30
Saturdays 8:30 ~ 11:30

(Close : Sunday and Holidays, Year-end and New Year holidays)

*Please contact the hospital for afternoon consultation hours.

② Surgery, Obstetrics-Pediatrics and Ear, Nose and Throat Specialty and Ophthalmology

Emergency medical doctors are different every month.

To get information, call (0532) 63-1133 (Aichi Prefecture Emergency Medical Care Information Center).

③ **しか**
歯科

とよはしししかいしがいきゅうじつやかんしかしんりょうじょ
豊橋市歯科医師会休日夜間歯科診療所

[所在地] 〒441-8539 豊橋市中野町字中原 100 ほいっぷ内

[TEL] (0532) 39-9177

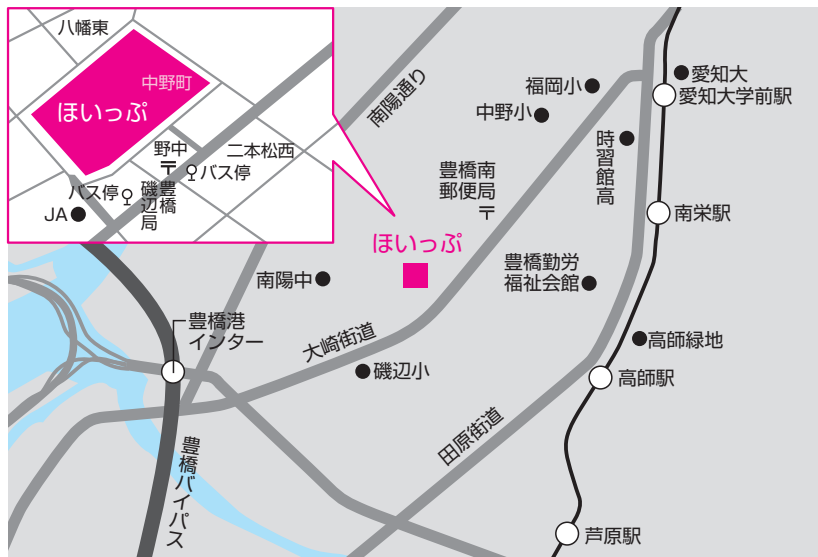
[診療時間] 平日 20:00 ~ 23:00

休 日 10:00 ~ 17:00

④ 毎月の担当救急医は、「広報とよはし1日号」に掲載されています。

「広報とよはし」は大学図書館に置いてあります。また、豊橋市のホームページにも掲載されています。

(<http://www.city.toyohashi.lg.jp/2630.htm>)



こうきょうこうつうきかん
[公共交通機関]

とよてつ なかはおおきせん せえげしや とよはしえき やく ぶん
豊鉄バス（中浜大崎線）ほいっぷ前下車（豊橋駅より約20分）

*この地図は豊橋市役所の許可を得て掲載しています。

③ Dentistry

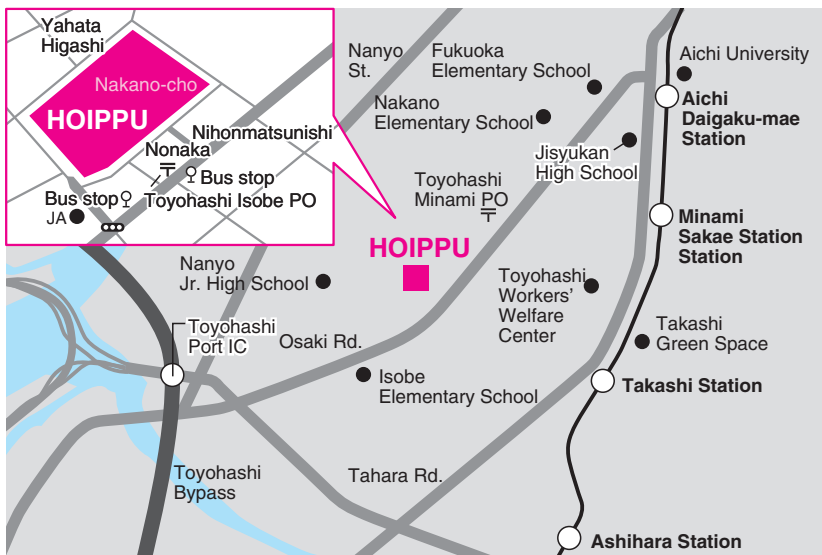
After Hours Emergency Dental Center

[Address] in HOIPPU : 100 Aza Nakahara, Nakano-cho, Toyohashi
City, 441-8539

[TEL] (0532) 39-9177

[Consultation Hours] Weekdays 20:00 ~ 23:00
Weekends and holidays 10:00 ~ 17:00

- ④ Lists of Emergency doctors every month is published in the “*Kouhou Toyohashi*” (bulletin of Toyohashi City). This bulletin is available at the University Library. In addition, you can see that on the Toyohashi City website: <http://www.city.toyohashi.lg.jp/2630.htm>



[Public Transportation]

Take the Toyotetsu Bus (Nakahama Osaki Line) to the Hoippu-mae stop (about 20 minutes from Toyohashi Station)

* This map is published with permission from Toyohashi City.

6-6. 医療通訳について

愛知県では、言葉の壁のある外国人の方が安心して医療を受けられるように、「あいち医療通訳システム」が運用されています。

このシステムでは、通訳者の派遣（有料）、電話通訳（24時間365日対応）、翻訳サービスなどが提供されています。対応言語は、英語、中国語、ポルトガル語、スペイン語、フィリピン語、韓国語（※韓国語のみ電話通訳のみ）です。

ただし、本システムに参加している医療機関でしか、サービスを受けることが出来ませんので、本サービスを利用する場合は必ず、本システムの参加医療機関であるかどうかを確認してください。（非公表の医療機関もありますので、詳しくは、運営事務局〈050-5814-7263〉へお問い合わせください。）

【豊橋市内のあいち医療通訳システム参加医療機関】

・成田記念病院

住所：豊橋市羽根井本町134

電話：0532-31-2167

・豊橋医療センター

住所：豊橋市飯村町字浜道上50

電話：0532-62-0301

【「あいち医療通訳システム」利用についての問い合わせ先】

あいち医療通訳システム運営事務局

電話：050-5814-7263

（平日 午前9時～午後5時30分）

ホームページ：http://www.aichi-iryoku-tsuayaku-system.com

6-6. Medical Interpretation

Aichi Prefecture operates the “Aichi Medical Interpretations System” as a service that allows foreign residents who experience a language barrier in Japan to receive medical care with confidence.

This system provides dispatch interpreters (charged), phone interpreting (round-the-clock, year-round), and translation services, among other things. The available languages are English, Chinese, Portuguese, Spanish, Tagalog, and Korean (only phone interpreting for Korean).

However, since these services are available only at medical institutions that participate in this system, in order to use these services, please make sure that the medical institution you will be using participates in this system. (As some medical institutions do not publicize their participation in this system, please call the Operation Office at 050-5814-7263 to find out.)

[Medical Institutions that Participate in the Aichi Medical Interpretations System in Toyohashi City]

- Narita Memorial Hospital

Address: 134 Haneihonmachi, Toyohashi City

TEL: 0532-31-2167

- Toyohashi Medical Center

Address: 50 Hamamichiue Aza Imure-cho Toyohashi City

Phone: 0532-62-0301

[Inquiries about using the “Aichi Medical Interpretations System”]

Aichi Medical Interpretations System Operation Office

Phone: 050-5814-7263 (Weekdays 9:00 to 17:30)

Website: <http://www.aichi-iryoku-tsu-yaku-system.com>

6-7. その他

(1) 感染症

以下のような感染症にかかった場合、学校保健法により出席停止となります。もし感染症にかかってしまった場合は、すぐにあなたの症状と医師の診断結果を大学に報告してください。

例：はしか、インフルエンザ、鳥インフルエンザ、SARS、百日咳 など

また、感染症に関する注意喚起は、国際交流センターのホームページで随時更新していますので、確認してください。

(2) 喫煙

大学内での喫煙は基本的に禁じられています。喫煙をするときは学内の指定喫煙所を使用してください。また喫煙による健康被害を避けるため、できるだけ禁煙を行ってください。

▶喫煙は以下の様な健康被害の高い病気を引き起こします。

あらゆる内臓のガン、心血管疾患、呼吸器疾患。女性においては、卵巣機能低下、子宮ガン、胎児への悪影響。また、これらの健康被害は受動喫煙であっても引き起こされます。

(3) 薬物濫用

違法薬物の所持・使用は重大な犯罪です。例えば友人等からの誘いがあったとしても、絶対に違法薬物を使ってはいけません。違法薬物は脳機能に深刻な影響を与えます。薬物を使うことは自身の社会的信頼を失わせるだけでなく、家族・友達などあなたの大切な人々も巻き込んでしまいます。

6-7. Others

(1) Infectious diseases

In case of acquiring an infectious disease as below, you will be a suspension by the School Health Act. Report your diagnosis and observations to university when you acquire an infection immediately (see the end of the book of this manual to contact university staff). You can attend university after the doctor allows your attending university and completely recover from infection.

- ▶ measles, influenza, bird influenza, SARS, tuberculosis etc.

Please look at the latest information on infectious diseases updated on Homepage of Center for International Relations (CIR).

(2) Smoking

Smoking is not allowed on campus basically. Use the designated smoking area located on campus. Stop smoking and avoid the health risks of smoking.

- ▶ Smoking cause higher morbidity of health damage as below.

Cancer of every internal organs, cardiovascular disease, respiratory disease, For women; inadequate ovarian function, uterus cancer, harm a growing fetus [baby] In addition, these health risks are also caused by secondhand/passive smoking.

(3) Hazards of drug abuse

Not only using but also possessing of illegal drugs are criminal act punishable by law. You must avoid using illegal drugs casually even if your friend asks.

Illegal drugs have harmful effects to your brain work. You also lost a trust of your dearest family, friends and people around you as a result of using drugs.

だいひょうてき いほうやくぶつ
▶ 代表的な違法薬物

かくせいざい
覚醒剤 (エス, アイス, スピードなど), たいま
大麻 (マリファナ, ハシッ
シュ, チョコなど), コカイン (コーク, コカ, クラックなど), ヘ
ロイン (ホワイトジャンク など), LSD (アシッドなど)

▶ The example of main illegal drugs

stimulant drug (S, ice, speed etc.) cannabis (marijuana, hashish, choco etc.) cocaine (coke, coca, crack etc.), heroin (white junk etc.), LSD (acid etc.) and so on.