

Số ra ngày:07/2026

Bản Tin Trung tâm Thông tin Cộng sinh đa văn hóa

Trung tâm Thông tin Cộng sinh đa văn hóa Thành phố Higashiosaka phát hành (1 số/ tháng)
Tầng 16 tòa nhà ủy ban thành phố, 1-1-1 Aramotokita, Higashiosaka-shi, 577-8521
TEL:06-4309-3311 Fax:06-4309-3823
https://www.city.higashiosaka.lg.jp/category/30-0-0-0-0-0-0-0-0.html



Những người là đối tượng hưởng trợ cấp nuôi con và trợ cấp nuôi con đặc biệt hãy đăng ký

児童扶養手当・特別児童扶養手当対象者は申請を
じどうふようであて とくべつじどうふようであてたいしょうしや しんせい

◆Trợ cấp nuôi con

Cha mẹ hoặc người thay cha mẹ (sống cùng trẻ) nuôi dưỡng trẻ đến ngày 31 tháng 3 đầu tiên sau khi trẻ đủ 18 tuổi (hoặc dưới 20 tuổi nếu trẻ có mức độ khuyết tật theo quy định của Chính phủ) thuộc một trong các trường hợp dưới đây có thể được nhận trợ cấp
▷Trẻ có cha mẹ đã ly hôn ▷Trẻ có cha hoặc mẹ đã qua đời ▷Trẻ có cha hoặc mẹ trong tình trạng khuyết tật theo quy định của Chính phủ ▷Trẻ không rõ cha hoặc mẹ còn sống hay đã mất ▷Trẻ bị cha hoặc mẹ bỏ rơi liên tục từ 1 năm trở lên ▷Trẻ có cha hoặc mẹ đang chấp hành lệnh giam giữ theo quy định của pháp luật liên tục từ 1 năm trở lên ▷Trẻ được sinh ra bởi người mẹ không kết hôn ▷Trẻ có cha hoặc mẹ được tòa án ban hành lệnh bảo vệ bởi bạo lực gia đình (DV) ※ Có trường hợp thuộc một trong các điều kiện trên nhưng vẫn không thể nhận trợ cấp.

◆Trợ cấp nuôi con đặc biệt

Được chi trả cho cha/mẹ (người chủ yếu duy trì cuộc sống của trẻ) hoặc người đang thay cha mẹ nuôi dưỡng trẻ dưới 20 tuổi có mức độ khuyết tật theo quy định của Chính phủ. Mức độ khuyết tật về nguyên tắc sẽ được đánh giá thông qua hồ sơ khám bệnh. Tuy nhiên, nếu có một trong các loại sỗ tay dưới đây thì có thể được miễn nộp hồ sơ khám bệnh ▷Sỗ tay người khuyết tật thể chất cấp 1~3 và một phần của cấp 4 (trừ khuyết tật bên trong cơ thể). ▷Sỗ tay khuyết tật trí tuệ A/B1 (B1 chỉ áp dụng với sỗ do phù Osaka cấp) ※ Có trường hợp thuộc một trong các điều kiện trên nhưng vẫn không thể nhận trợ cấp.

・Giới hạn thu nhập

Nếu người nộp đơn, vợ/chồng hoặc người có nghĩa vụ cấp dưỡng (người sống cùng nhà như cha mẹ, anh chị em của người nộp đơn...) có thu nhập vượt quá mức giới hạn quy định thì sẽ dừng trợ cấp. Để biết chi tiết về mức giới hạn thu nhập và số tiền trợ cấp, hãy xem trang web thành phố hoặc liên hệ cơ quan phụ trách

◆児童扶養手当

次のいずれかに該当する18歳に達する日以降の最初の3月31日まで(政令で定める程度の障害がある場合は20歳未満)の児童を監護している父・母、または父母に代わって養育(児童と同居・監護し、生計を維持)する方が受給できます。
▷父母が婚姻を解消した児童 ▷父または母が死亡した児童
▷父または母が政令で定める程度の障害の状態にある児童
▷父または母の生死が明らかでない児童 ▷父または母から引き続き1年以上遺棄されている児童 ▷父または母が法令により引き続き1年以上拘禁されている児童 ▷母が婚姻によらないで出産した児童
▷父または母が配偶者から暴力(DV)で裁判所から保護命令を受けた児童 ※上記のいずれかに該当しても受給できない場合があります。

◆特別児童扶養手当

政令で定める程度の障害がある20歳未満の児童を監護している父母(主として児童の生計を維持するいずれか1人)または父母に代わって、その児童を養育している方に支給します。政令で定める障害の程度は、原則として診断書で判定を行います。ただし、次のいずれかの手帳をお持ちの場合は、診断書の提出を省略できる場合があります。▷身体障害者手帳1級~3級と4級の一部(内部障害を除く)▷療育手帳A・B1(B1は大阪府発行の手帳に限る) ※上記のいずれかに該当しても受給できない場合があります。
・所得制限 請求者および扶養義務者(同居している請求者の父母兄弟姉妹など)が所得制限額を超過している場合は支給停止となります。手当額や所得制限額など詳しくは、市ウェブサイトをご覧ください。

Nơi liên hệ: Ban hưu trí quốc gia TEL 06-4309-3165/FAX 06-4309-3805

問い合わせ先: 国民年金課

Tiếp nhận đăng ký miễn giảm tiền hưu trí quốc dân từ ngày 1 tháng 7

国民年金 免除申請受付 7月1日から

Tiền hưu trí quốc dân năm nay là 17920 yên (1 tháng). Nếu gặp khó khăn về kinh tế và không thể đóng, hãy nộp đơn xin miễn giảm. Chế độ miễn giảm gồm: miễn toàn bộ, miễn một phần (miễn 3/4, miễn một nửa, miễn 1/4), hoãn nộp. Đối với miễn giảm toàn bộ hoặc một phần, nếu thu nhập của bản thân, vợ/chồng và chủ hộ trong năm trước thấp hơn hoặc bằng mức tiêu chuẩn quy định thì sẽ được miễn toàn bộ hoặc 1 phần. Đối với trường hợp hoãn nộp, phải ít hơn 50 tuổi và thu nhập năm trước của bản thân, vợ/chồng phải thấp hơn hoặc bằng mức tiêu chuẩn quy định thì có thể được hoãn. Thời gian được hoãn đóng vẫn được tính là thời gian cần thiết để nhận lương hưu, nhưng không được phản ánh vào số tiền lương hưu.

今年の国民年金保険料は1万7920円(月額)です。保険料を納めることが経済的に困難な場合は、免除の申請をしてください。免除制度には「全額免除」「一部免除(4分の3免除・半額免除・4分の1免除)」のうふゆうよがあります。全額・一部免除は、本人・配偶者・世帯主の前年所得が所得基準額以下の場合、保険料の納付が全額または一部免除になります。納付猶予は50歳未満の方で、本人・配偶者の前年所得が所得基準額以下の場合、保険料の納付が猶予されます。納付が猶予された期間は、年金を受け取るために必要な期間として計算されますが、年金額には反映されません。

Nơi liên hệ: Ban lương hưu quốc gia TEL 06-4309-3165 / FAX 06-4309-3805

問い合わせ先: 国民年金課/東大阪年金事務所

Văn phòng hưu trí thành phố Higashiosaka TEL 06-6722-6001

Từ tháng 4 năm sau, trẻ 1 tuổi cũng thuộc đối tượng miễn phí giữ trẻ

保育料無償化 来年月から1歳児も対象に

Thành phố hướng tới việc tạo dựng môi trường sống nơi trẻ em, người gánh vác tương lai có thể lớn lên với nụ cười, và các bậc cha mẹ có thể an tâm sinh con và nuôi dạy trẻ, tiếp nối chính sách dành cho trẻ 2 tuổi, từ tháng 4 năm sau, đối với trẻ đã được chứng nhận vào học tại các cơ sở chăm sóc giáo dục trẻ, học phí của trẻ 1 tuổi cũng sẽ được miễn phí.
Thời gian được miễn phí là 2 năm, bắt đầu từ ngày 1 tháng 4 sau khi trẻ đủ 1 tuổi. Sau đó, trong 3 năm từ ngày 1 tháng 4 sau khi trẻ đủ 3 tuổi đến trước khi vào tiểu học, học phí tiếp tục được miễn theo chế độ hiện hành của nhà nước. Tuy nhiên, các khoản như phí đưa đón và chi phí tổ chức sự kiện... vẫn do phụ huynh chi trả
◆ Đối tượng áp dụng: Trẻ 1 tuổi sử dụng nhà trẻ hoặc cơ sở giữ trẻ được cấp phép ※ Khai báo thuế cư trú. Những hộ gia đình chưa khai báo sẽ không thuộc đối tượng áp dụng.
Để biết chi tiết, hãy xem trang web của thành phố

市では、未来を担う子どもたちが笑顔になり、子育て世代が安心して子どもを生み育てられるまちをめざして、2歳児に引き続き来年月から保育料の必要性があると認定を受けた1歳児の保育料を無償化します。無償化の期間は、満1歳になった後の4月1日から2年間です。満3歳になった後の4月1日から小学校入学前までの3年間は、これまでどおり国の制度で利用料が無償化となります。なお、通園送迎費、行事費などは保護者の負担になります。◆対象：保育所、認定こども園などを利用する1歳児 ※住民税の申告が必要で、申告していない世帯は対象外。詳しくは、市ウェブサイトをご覧ください。

Nơi liên hệ: ▷ Về xét duyệt sử dụng = Phòng tư vấn sử dụng dịch vụ giữ trẻ TEL 06-4309-3202 / FAX 06-4309-3817

▷ Về thanh toán trợ cấp = Phòng trợ cấp bảo dưỡng trẻ em TEL 06-4309-3302 / FAX 06-4309-3225

問い合わせ先: ▷ 利用認定に関すること = 保育利用相談課 ▷ 給付支払いに関すること = 保育給付課

Gửi giấy xác nhận tư cách tham gia bảo hiểm y tế quốc dân/bảo hiểm y tế người cao tuổi hậu kỳ

国保・後期高齢者医療 資格確認書などを送付

◆ Gửi "Thông báo thông tin tư cách" hoặc "Giấy xác nhận tư cách" bảo hiểm y tế quốc dân
Người có thể bảo hiểm My Number sẽ nhận "Thông báo thông tin tư cách" qua bưu điện thường, người không có thể bảo hiểm My Number sẽ nhận "Giấy xác nhận tư cách" qua bưu điện có ghi chép đặc định, gửi đến chủ hộ gia đình vào giữa tháng 7. Thời hạn hiệu lực về nguyên tắc là đến ngày 31 tháng 7 năm sau. Từ lần này, giấy xác nhận tư cách của người từ 70 tuổi đến dưới 75 tuổi sẽ ghi tỷ lệ chi trả, và sẽ không cấp thẻ người thụ hưởng cao tuổi. Giấy xác nhận tư cách cũ và các giấy tờ khác thì hãy trả lại cho ủy ban nhân dân thành phố hoặc hủy bỏ.
◆ Gửi giấy xác nhận tư cách bảo hiểm y tế người cao tuổi hậu kỳ
Chúng tôi sẽ gửi "Giấy xác nhận tư cách bảo hiểm y tế người cao tuổi (màu xanh)" bằng thư đảm bảo qua bưu điện vào khoảng đầu tháng 7. Thời hạn hiệu lực của giấy xác nhận tư cách hiện tại (màu hồng đào) là đến ngày 31 tháng 7 (thứ sáu). Người nhận được giấy xác nhận tư cách mới (màu xanh) hãy trả lại giấy cũ cho ủy ban nhân dân thành phố hoặc hủy bỏ nó.

◆ 国保「資格情報のお知らせ」または「資格確認書」を送付
マイナ保険証をお持ちの方には「資格情報のお知らせ」を普通郵便で、マイナ保険証をお持ちでない方には「資格確認書」を特定記録郵便で、7月中に世帯宛に送付します。有効期間は原則来年月7月31日までです。今回から、70歳から75歳未満の方の資格確認書には一部負担割合を記載し、高齢受給者証は交付しません。古い資格確認書などは、市役所に返却するか破棄してください。
◆ 後期高齢者医療資格確認書を送付
「後期高齢者医療資格確認書(水色)」を7月上旬に簡易書留郵便で送付します。現在お持ちの資格確認書(桃色)の有効期間は7月31日(金)までです。新しい資格確認書(水色)が届いた方は、市役所に返却するか破棄してください。

Nơi liên hệ: Ban Tiêu chuẩn trợ cấp TEL 06-4309-3167 / FAX 06-4309-3804

問い合わせ先: 資格給付課

Tránh nóng, bảo vệ bản thân

暑さを避ける、身を守る

◆ Trong trường hợp này hãy nghi ngờ bị say nắng: • Chóng mặt • Chuột rút cơ bắp • Đau cơ • Đổ mồ hôi nhiều • Ngáp • Hoa mắt
◆ Khi bệnh tiến triển sẽ có những triệu chứng sau: • Đau đầu • Cảm giác rã rời mất sức, kiệt sức • Giảm khả năng tập trung • Giảm khả năng phán đoán • Cảm giác uể oải mệt mỏi • Nôn mửa
◆ Hãy chú ý đặc biệt vào ban ngày!
Point : Khi ở ngoài trời vào ban ngày: • Che ô hoặc đội mũ • Tận dụng bóng mát, nghỉ ngơi thường xuyên • Những ngày thời tiết nắng, hạn chế ra ngoài vào ban ngày càng nhiều càng tốt
◆ Khoảng 60% trong số những người được cấp cứu vì say nắng là người cao tuổi từ 65 tuổi trở lên.
Point : Để tránh tích nhiệt trong cơ thể • Mặc quần áo thoáng khí, có tính thấm hút mồ hôi, mau khô • Dùng túi chườm lạnh, nước đá, khăn lạnh để làm mát cơ thể
◆ Ngay cả khi ở trong nhà cũng có nguy cơ bị say nắng.
Point : Trong nhà dùng điều hòa để điều chỉnh nhiệt độ • Nhiệt độ phòng nên duy trì ở mức 28 độ • Dùng nhiệt kế • Dùng điều hòa cả ban đêm • Chạy thử trước khi mùa hè oi nóng bắt đầu • Dùng rèm che nắng

◆ こんな時は熱中症を疑って • めまい • 筋肉のこむら返り
• 筋肉痛 • 大量の発汗 • 生あくび • 立ちくらみ
◆ 病状がすすむと • 頭痛 • 虚脱感 • 集中力低下
• 判断力低下 • 倦怠感 • 嘔吐
◆ 昼の時間帯に要注意!
Point : 日中の屋外では • 日傘や帽子の着用 • 日陰の利用、こまめな休憩 • 天気の良い日は、日中の外出をできるだけ控える
◆ 熱中症で救急搬送された方の約6割が65歳以上の高齢者です。
Point : 体の蓄熱を避けるために • 通気性のよい、吸湿性・速乾性のあふる衣服を着用する • 保冷剤、氷、冷たいタオルなどで体を冷やす
◆ 室内でも熱中症の危険があります。
Point : 室内ではエアコンなどで温度を調節 • 室温は28度を目安に • 温度計を使う • 夜間もエアコンを上手に使う • 本格的な夏の前に試運転を • すだれ、遮光カーテンを利用

Nơi liên hệ: Ban kiến tạo sức khỏe TEL 072-960-3802 / FAX 072-970-5821

問い合わせ先: 健康づくり課

Số liên lạc chuyên dụng cho người muôn trao đổi về vấn đề bạo lực gia đình (DV); 06-4309-3191 (9:00 đến 17:30 từ thứ hai đến thứ sáu (trừ ngày lễ và khoảng thời gian từ 29 tháng 12 đến mùng 3 tháng 1))

はいぐうしゃ ぼうりよく なや かた せんよう げつようび きんようび じ じぶん しゅくきゅうじつ がつ にち がつみつか のぞ
配偶者からの暴力 (DV) に悩む方のための専用ダイヤル06(4309)3191 (月曜日～金曜日9時～17時30分 〈祝休日・12月29日～1月3日を除く〉)