

1. Về việc chuyển đổi sang thẻ bảo hiểm myna (my number)

Từ ngày 2/12/2024, việc cấp thẻ bảo hiểm như hiện hành sẽ kết thúc và sẽ chuyển sang hệ thống bảo hiểm là thẻ bảo hiểm Myna dựa trên việc đã đăng ký bảo hiểm tích hợp cùng Thẻ My Number. Sau ngày 2 tháng 12 năm 2024 thẻ bảo hiểm bạn đang có nếu không có thay đổi gì về tên, địa chỉ, phần trăm phí chi trả, v.v. thì thẻ vẫn có thể sử dụng đến ngày hết hạn ghi trên thẻ (ngày 31 tháng 7 năm 2025)

Những ai chưa có thẻ bảo hiểm myna, hãy làm thẻ my number và đăng ký sử dụng thẻ bảo hiểm sức khỏe tích hợp cùng thẻ my number. Đăng ký thẻ bảo hiểm sức khỏe tích hợp cùng thẻ my number thì có thể sử dụng tại các cơ sở y tế hoặc nhà thuốc có đầu đọc thẻ . Theo đó, khi sử dụng thẻ bảo hiểm my number tại các cơ sở y tế hoặc hiệu thuốc, hãy đặt thẻ my number của bạn lên đầu đọc thẻ có nhận dạng khuôn mặt. Để xác thực danh tính, vui lòng nhập mật mã gồm 4 chữ số. Cuối cùng, chọn đồng ý để hoàn thành các thủ tục.

Ưu điểm của việc sử dụng thẻ my number tích hợp thẻ bảo hiểm y tế là bạn có thể nhận được dịch vụ chăm sóc y tế tốt hơn do có những dữ liệu điều trị y tế và thuốc trước đây bạn đã sử dụng được lưu lại. Ngoài ra, bạn cũng sẽ không phải trả số tiền quá lớn do phải phẫu thuật hay nhập viện đột ngột nữa . Nếu bạn mang theo thẻ my number tích hợp thẻ y tế trong người nếu có xảy ra tình huống khẩn cấp đi cấp cứu, thẻ này sẽ được sử dụng để bạn nhận được sơ cứu thích hợp và lựa chọn bệnh viện phù hợp với bạn.

Nó không chỉ có thể được sử dụng làm thẻ bảo hiểm y tế mà còn có thể được sử dụng trong nhiều tình huống khác nhau trong cuộc sống. Do đó Vui hãy mang theo thẻ my number theo trong người hàng ngày và vận dụng nó khi cần thiết.

2. Về việc sửa đổi luật giao thông đường bộ đối với xe đạp

Từ tháng 11 năm 2024, ngoại trừ những lúc dừng xe, cấm nghe gọi điện thoại thông minh hoặc nhìn chăm chăm vào màn hình khi đang đi xe đạp, các hình phạt đã được tăng cường và ban bố trong luật giao thông đường bộ.

Nếu bạn sử dụng điện thoại thông minh khi đang đi xe đạp, bạn sẽ bị phạt tù tới 6 tháng hoặc phạt tiền lên tới 100.000 yên. Nếu bạn gây ra tai nạn giao thông khi sử dụng điện thoại thông minh khi đang đi xe đạp, bạn sẽ bị phạt tù tới một năm hoặc phạt tiền lên tới 300.000 yên.

Ngoài ra, “lái xe đạp trong tình trạng say rượu” cũng bị phạt tiền. Trong trường hợp “Lái xe trong tình trạng có cồn”, hình phạt có thể là phạt tù tới 3 năm hoặc phạt tiền lên tới 500.000 yên.

Cấm cung cấp đồ uống có cồn hoặc xe đạp cho những người đã uống thức uống có cồn và lái xe đạp và người cung cấp đó cũng sẽ bị phạt tiền.

Ngoài việc sử dụng điện thoại thông minh khi lái xe hoặc lái xe trong tình trạng say xỉn thì lái xe khi sử dụng ô, sử dụng tai nghe earphone hoặc headphone, v.v. làm bạn không thể nghe thấy các âm thanh hoặc giọng nói cần thiết để lái xe an toàn, việc đi xe đạp chở thêm người hoặc lái xe dàn hàng ngang cạnh nhau cũng bị cấm. Vi phạm mỗi trường hợp sẽ bị phạt tới 50.000 yên.

Người điều khiển xe đạp nhiều lần vi phạm nguy hiểm bắt buộc phải tham gia "khóa học lái xe đạp". Nếu bạn phớt lờ mệnh lệnh và không tham gia khóa đào tạo lái xe đạp, bạn sẽ bị phạt tới 50.000 yên.

Lý do tại sao các quy định về lái xe đạp được tăng cường theo cách này là do số vụ tai nạn giao thông liên quan đến xe đạp tiếp tục gia tăng trong những năm gần đây. Vui lòng dành chút thời gian để xem lại các quy định liên quan đến việc đi xe đạp và sử dụng xe đạp của bạn một cách an toàn.

3. Về việc phòng chống cảm cúm

Chúng ta đã bước vào mùa cúm. Cúm là một bệnh nhiễm trùng đường hô hấp do vi-rút cúm gây ra và cần được xem xét riêng biệt khác với "hội chứng cảm lạnh" về cơ bản là một bệnh nhẹ. Con đường lây nhiễm cúm chính là qua các giọt nhỏ từ miệng bắn ra khi ho hoặc hắt hơi. Sau khi bị nhiễm bệnh, sau thời gian ủ bệnh từ 24 đến 72 giờ, các triệu chứng như sốt cao đột ngột, nhức đầu, đau khớp và đau cơ có thể xuất hiện. . Cúm có đặc điểm là các biến chứng như viêm phế quản và viêm phổi, dễ dẫn đến bệnh nặng và đặc biệt người cao tuổi có nguy cơ bị mắc cúm cao và trở bệnh nặng.

Tiêm vắc-xin không thể ngăn chặn hoàn toàn bệnh cúm, nhưng nó có thể ngăn ngừa các triệu chứng trở nên nghiêm trọng hơn và giảm nguy cơ tử vong do biến chứng. Về thời điểm tiêm chủng, phải mất khoảng hai tuần sau khi tiêm vắc xin để khả năng kháng bệnh cúm phát triển và người ta nói rằng tác dụng kéo dài khoảng năm tháng. Điều quan trọng là phải tiêm ngừa trước khi dịch cúm xảy ra.

Để phòng ngừa bệnh cúm, hãy tuân thủ triệt để các biện pháp kiểm soát nhiễm trùng cơ bản như “phép xã giao khi ho”, “rửa tay” “tránh ba điều (tiếp xúc gần, nơi đông người và không gian kín)” ”thông gió” và “đeo khẩu trang đúng cách” để giảm nguy cơ lây nhiễm. Ngoài ra, hãy hạn chế ra ngoài nếu bạn cảm thấy không khỏe. Nếu bạn có các triệu chứng như sốt, trước tiên vui lòng liên hệ với tổ chức y tế địa phương của bạn qua điện thoại.