

SCFHP 二十五周年纪念日来临!

感谢您使之成为可能



Santa Clara Family Health Plan 正在庆祝我们的 25 周年纪念日! 25 年来, 我们一直致力于拓展我们对全民健康的愿景。凭借对诚信、卓越服务和支持所在社区的坚定承诺, SCFHP 已经发展到为 Santa Clara County (圣克拉拉县) 的 30 多万人提供服务。我们很感激有机会将医疗保健服务范围扩大到我们的邻居和各种社区, 我们期待着将来能为您服务。

欢迎

 在 Instagram
(@scfhp) 和

 Facebook
(www.facebook.com/
scfhp) 上找到我们,
关注未来几个月庆
祝这一里程碑的新
闻资讯和活动。



注册参加健康教育课程!

Santa Clara Family Health Plan 致力于帮助我们的会员过上健康的生活。我们与许多社区组织合作, 免费为我们的会员提供健康教育课程。我们涵盖以下主题:

- › 育儿
- › 健康的自我管理 (欢迎通过 www.bit.ly/High-Blood-Pressure-Class 在线注册!)
- › 体重管理
- › 产前教育

(欢迎通过 www.bit.ly/SCFHP-BabyShower 在线注册!)

› 戒烟以及更多内容!

请访问 www.scfhp.com/for-members/health-education 以查看完整的课程列表。如要参加, 请直接致电我们的健康教育合作伙伴, 告诉他们您是 SCFHP 会员。* 大多数计划不需要医生转介。您可以随时选择退出该计划。如有任何问题或需要帮助, 请致电 SCFHP 客户服务部。

*课程可能采用虚拟或现场形式

欢迎来电

客户服务部

周一至周五上午 8:30 至下午 5 点(假日除外)

1-800-260-2055

听障专线: 711



Standard
U.S. Postage
PAID
Walla Walla, WA
Permit No. 44



不要失去您的健康福利

完成您的 Medi-Cal（加州医疗补助计划）续保

作为 Medi-Cal（加州医疗补助计划）会员，您必须每年续保 Medi-Cal 才能确保您继续享有医疗保健福利。如果您需要重新确定您的资格，我们可以向您的家庭地址邮寄续保资料包。必须填写并交还此资料包中的所有表格。

为什么填写续保资料包很重要？ 如果您换了工作、失业，或者住在您家里的人数发生了变化，您可能需要重新确定您的 Medi-Cal（加州医疗补助计划）资格。

如果您不完成此续保流程，您的 Medi-Cal（加州医疗补助计划）福利可能会被取消。

我如何交还已填妥的续保资料包？ 您可以通过电话、邮件或传真交还这些资料。

我可以在填写续保资料包时得到帮助吗？ 可以！SCFHP Blanca Alvarado 社区资源中心的社区健康工作者随时为您提供帮助。我们的社区健康工作者是经过认证的注册顾问，可以帮助您完成 Medi-Cal（加州医疗补助计划）健康保险的续保或其他健康保险的投保。请于周一至周五上午 10 点至中午 12 点以及下午 1 点至下午 5 点致电 **1-408-874-1750**（听障专线：**711**），联系我们以安排预约。



您的联系信息在过去两年内是否有变化？

向 Santa Clara County（圣克拉拉县）社会服务机构办公室提供您的最新联系信息，以便您保持投保状态。您可以致电

1-877-962-3633（听障专线：**711**）联系他们。如果您有保险补助金（SSI），请致电社会保障办公室（**1-800-772-1213**）报告您的地址变更。



制定预防流感和肺炎的计划

肺炎是指单侧或双侧肺部感染，引起炎症和积液。肺炎可能会导致氧交换问题。流行性感（流感）是引发肺炎的常见原因。因此，预防流感是降低肺炎风险的好方法。

加强自我保护

美国疾病控制和预防中心建议所有年龄在 6 个月及以上的人士都接种流感疫苗。流感疫苗对有较高风险罹患重病的人尤其重要，包括：

- ▶ 65 岁及以上人士
- ▶ 某些慢性疾病（例如哮喘、糖尿病或心脏病）患者
- ▶ 孕妇
- ▶ 残障人士，尤其是其残障会影响肌肉或肺部机能或导致咳嗽或吞咽困难的人士

如果您有孩子，也别忘了给他们接种流感疫苗。医生建议儿童从 6 个月大开始，每年秋天都要接种流感疫苗。一些 6 个月至 8 岁大的儿童可能需要接种两剂次才能获得最佳保护。请致电您的医生以接种流感疫苗。

为参加了 Medi-Cal (加州医疗补助计划) 和 Medicare (联邦医药保健计划) 的会员提供新计划!

将于 2023 年推出 SCFHP DualConnect (HMO D-SNP)

我们很高兴地宣布一项新的双重资格特殊需求计划，该计划名为 **Santa Clara Family Health Plan DualConnect (HMO D-SNP)**。SCFHP DualConnect 面向参加 Medicare (联邦医药保健计划) 和 Medi-Cal (加州医疗补助计划) 的人群，将取代 SCFHP Cal MediConnect Plan，并于 **2023 年 1 月 1 日生效**。

SCFHP DualConnect 通过一项计划协调 Medicare (联邦医药保健计划) 和 Medi-Cal (加州医疗补助计划) 服务。只需一张会员卡、一名初级保健医生和一个帮助热线电话

号码。您将拥有一名个人护理管理员来帮助您预约、获得护理服务和制定个性化护理计划，以帮助您实现医疗保健目标。

如何加入 SCFHP DualConnect?

1. 如果您参加了 Medi-Cal (加州医疗补助计划) 并且符合 Medicare (联邦医药保健计划) 的资格，可以立即加入并从 2023 年 1 月 1 日开始享受计划福利。
2. 如果您很快就能符合 Medicare (联邦医药保健计划) 的资格，请安排在您 65 岁生日之前三个

月左右进行注册，并选择 SCFHP DualConnect 作为您的双重资格特殊需求计划 (D-SNP) 健康计划。

您仍将享有您的全部 Medi-Cal (加州医疗补助计划) 福利、服务和待遇。此外，通过 SCFHP DualConnect，您将获得比 Original Medicare (原始联邦医药保健计划) 更多的福利和服务。您将享有：

- 0 美元的处方药共付额
- 每三个月最高 135 美元的非处方 (OTC) 商品
- 0 美元的健身福利共付额
- 以及更多!

H7890_17082C



要了解更多信息，请访问
www.scfhp.com/dualconnect.



新会员应完成初始健康评估 (IHA)

您是否是新会员？投保 Santa Clara Family Health Plan 后，在前 120 天内看医生非常重要。如果您不熟悉您的医生，这有助于你们互相了解。此次就诊在 SCFHP 的承保范围内，因此您无需支付费用。

当您去看医生时，医生会对您进行身体检查。您的医生还可能要求您填写一项调查，以了解您目前的健康情况和生活方式以及您的家族病史。这称为初始健康评估 (IHA)。您可能会接种流感疫苗（取决于当时

处于一年中的什么时候）以及接受其他免疫接种和筛查，以保护您自己。

作为 IHA 的一部分，将要求您填写“保持健康评估” (SHA) 问卷。SHA 可以帮助您的主要照护提供者了解您是否需要健康教育、咨询、干预、转诊和/或随访。这将有助于您减少慢性疾病并做出健康的行为改变。

如需医疗提供者，
请访问 www.smilecalifornia.org 或致电
1-800-322-6384（听障专
线：1-800-735-2922）。此电
话免费。Medi-Cal（加州医疗
补助计划）牙科计划代表在周
一至周五的上午8点至下午5
点为您提供帮助。

获得并保持健康的笑容

Medi-Cal（加州医疗补助计划）牙科计划为接受 Medi-Cal 的儿童和成人提供免费或低费率的牙科服务。

出于多种原因，定期进行牙科检查很重要。下面列出了其中一些原因：

- 可以帮助及早发现问题，这个时候更容易治疗。
- 可以帮助预防问题。
- 有些疾病的症状会表现在口腔里。
- 即使您没有任何症状，您可能仍然有只有牙医才能诊断出的问题。

每年至少看一两次牙医是个好主意。确保您看过的牙医都知道您的病史，以及您服用的所有药物。

资料来源：Academy of General Dentistry; American Dental Association

使用他汀类药物疗法降低胆固醇

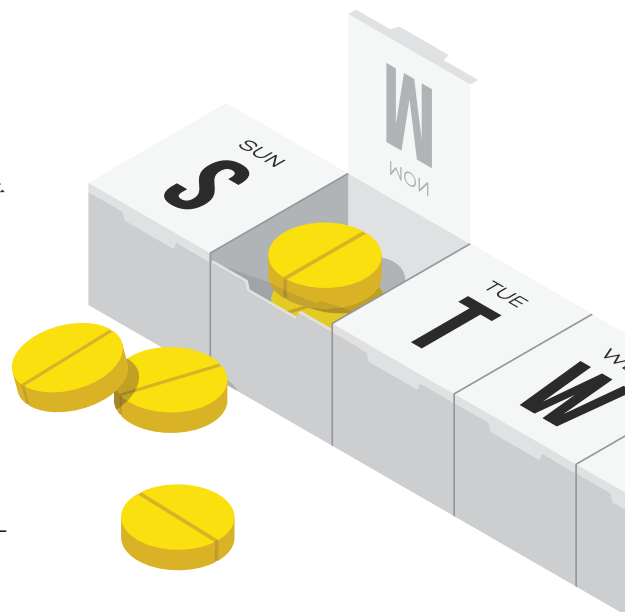
不要让高胆固醇操控您的生活。由于胆固醇研究的新进展，他汀类药物疗法可以帮助您降低胆固醇并预防心脏病。

他汀类药物是一种可以降低肝脏中有害胆固醇生成的处方药。由于您的肝脏胆固醇含量降低，您的身体会从血液中摄取一些胆固醇。因此，您的总胆固醇水平会降低。

误区：我不需要他汀类药物或其他药物来控制我的胆固醇。我可以通过饮食和锻炼来控制我的胆固醇。

事实：许多人可以通过选择健康的饮食并进行足够的锻炼来达到良好的胆固醇水平。但糖尿病和高血压患者可能需要他汀类药物来降低胆固醇水平。

与您的医疗提供者讨论控制胆固醇的最佳方法。了解他汀类药物疗法是否适合您。有关更多信息，请访问美国疾病控制和预防中心关于胆固醇事实和误区的信息页面，网址为 www.cdc.gov/cholesterol/myths_facts.htm。





接受结直肠癌筛查

进行结直肠癌筛查是明智之举。结直肠癌是一种导致结肠或直肠细胞过度增生的疾病。这种细胞增生超出正常水平，导致异常且令人担忧。及早发现癌症可以使治疗更容易。美国预防服务工作组 (U.S. Preventive Services Task Force) 建议对 45 至 75 岁的成年人进行结直肠癌筛查。有几种筛查选项，包括：

- 大便检测（粪便隐血检测 [FOBT] 或粪便免疫化学检测 [FIT]）
- 可屈性乙状结肠镜检查
- 结肠镜检查
- CT 结肠成像（虚拟结肠镜检查）

Santa Clara Family Health Plan 会员可免费享受这项筛查。与您的医生讨论哪种检测最适合您，以及应该多久检测一次。

检查您的 A1C, 这是糖尿病的一个重要风险因素

您的 A1C 不仅仅是一堆数字和字母：这是指示糖尿病患病风险的一个重要数字。

什么是 A1C 检测？

A1C 检测也称为血红蛋白 A1C 或 HbA1c 检测。A1C 检测测量您的血红蛋白上附着糖分的红细胞百分比。每个人都有附着糖分的血红蛋白，但血糖水平高的人附着比例更高。

A1C 水平通常以百分比表示。正常的 A1C 水平低于 5.7%。糖尿病前

期患者的 A1C 水平范围在 5.7% 到 6.4% 之间，糖尿病患者的 A1C 水平高于 6.5%。

谁应该接受 A1C 检测？

什么时候检测？

如果您超过 45 岁、超重或处于糖尿病前期或患有 2 型糖尿病，您应该进行 A1C 检测。大多数糖尿病患者的 A1C 目标为 7 或更低。与您的医生一起制定您自己的 A1C 目标。

资料来源：Centers for Disease Control and Prevention





新妈妈的产后就诊

虽然您的新生儿需要大量的关注和照顾，但也不要忘记照顾好自己。健康饮食、休息和情绪健康现在比以往任何时候都更重要。而到您的医生那里进行检查也至关重要。

这是一次必不可少的就诊

您需要在分娩后 7 至 84 天（1 至 12 周）内进行产后检查。如果您是剖腹产（又称为剖宫产），可能需要更频繁地去看医生以检查伤口，然后再做一次全面的产后检查。无论是哪种情况，此次检查都可以让您的医生有机会：

- 确保您在分娩后处于良好的康复过程中
- 了解您是否可以恢复正常活动

您可以畅所欲言

您也可以藉此机会就您的康复情况和身体的感受提出任何可能存在的疑虑。您可以向医生提出以下方面的问题：

- 哺乳
- 避孕
- 减重
- 您的饮食和保持健康
- 您的情绪

关注产后情绪低落

许多新妈妈都会经历悲伤或抑郁的情绪，这通常被称为产后情绪低落。您可能会感到沮丧、紧张，或者想为那些通常不会困扰您的事情而哭泣。这些情绪在几周后应该会有所好转。但是，如果情绪没有好转，或者如果您非常难过或无法照顾自己或您的宝宝，请立即致电您的医生。您可能患上了一种叫做产后抑郁症的严重疾病。

可以得到帮助

请访问 Santa Clara County（圣克拉拉县）产妇精神健康合作组织 (www.bit.ly/SCC-MMHC)，获取有关产后相关情绪状况（如产后情绪低落和产后抑郁症）的资源。您也可以访问 Supporting Mamas 网站 (www.supportingmamas.org)，获取更多信息和资源。请记住，您可以与您的医生谈论任何事情。



处于孕期？

欢迎加入我们的迎婴派对！

如果您是 Medi-Cal（加州医疗补助计划）会员并且正处于孕期，我们邀请您加入 Santa Clara Family Health Plan 的迎婴派对！我们每月举行的迎婴派对是有趣的活动，可帮助您获得计划福利（如产前课程、吸乳器和交通服务）以及新生儿照护和安全、社区资源等！欢迎通过 www.bit.ly/SCFHP-BabyShower 在线注册。

10 健康饮食提示

如果您对健康饮食感到困惑，这里有一些提示可以帮助您入门。试着每次做出其中一两项改变。

饮食



1

多吃水果和蔬菜。



2

多选择全谷物。



3

尝试多吃植物蛋白，如豆类。



4

选择瘦肉、未加工的肉类。



5

菜单上经常有鱼（非油炸）。



改换



6

改换为低脂或脱脂乳制品。



7

烹饪时使用更健康的油，如橄榄油。



限制



8

限制甜食和含糖饮料。



9

减少盐和钠的摄入。



10

少吃加工食品。



在美味和营养之间找到平衡

保持健康的体重并不意味着您必须少吃食物。多吃水果和蔬菜，以及全谷物、瘦肉和坚果，是减重或控制体重的健康方法。此外，富含水果和蔬菜的饮食可以降低罹患某些癌症和其他慢性疾病的风险。健康的饮食习惯可以促进您的健康，并让健康饮食变得更容易。



要了解有关健康饮食和体重管理的更多信息，请访问 bit.ly/SCFHP-StayHealthy。

及时获得 医疗保健 服务

Santa Clara Family Health Plan 致力于为所有会员及时提供医疗保健服务。当您在正常工作时间打电话给我们时，我们应该会在 10 分钟内接听电话。此外，您的医生应该在特定的时间范围内为您安排一次预约。请参阅图表了解等候时间。

不确定您的健康问题是否紧急？请致电我们每周 7 天、每天 24 小时服务的护理咨询热线 **1-877-509-0294**，与有资质的保健专业人员交谈。如果有人需要给您回电话，他们必须在 30 分钟内给您打电话。

如果您在这些时间范围内无法预约，请致电 SCFHP 客户服务部：**1-800-260-2055**（听障专线：711）。您也可以拨打 **1-888-466-2219** 联系 California Department of Managed Health Care（加州健保管理局），或访问官方网站 www.dmhca.gov 进行投诉。



**您还有权在有预约的
就诊中及时获得口译服务。
致电 1-800-260-2055（听障
专线：711），联系 SCFHP
客户服务部。**



非紧急预约	等候时间
初级医疗保健预约	10 个工作日
专科医生预约	15 个工作日
心理医疗保健预约	10 个工作日
诊断或治疗健康状况服务的其他预约	15 个工作日
分类	(每周 7 天、每天 24 小时服务) 不超过 30 分钟
紧急预约	等候时间
不需要事先核准的紧急医护预约	48 小时
需要事先核准的紧急医护预约	96 小时

赢得健康

Medi-Cal Plan

2022 年秋季

《赢得健康》是 Santa Clara Family Health Plan 为朋友和支持者出版的一本社区服务指南。

《赢得健康》中的信息来自多位医学专家。如果您对可能影响到您健康的具体内容有任何疑问，请联系您的医疗服务提供者。

照片或插图人物可能是模特。

Santa Clara Family Health Plan
PO Box 18880, San Jose, CA 95158
1-800-260-2055 • www.scfhp.com
TTY: 711
50539C

2022 © Coffey Communications, Inc. All rights reserved.

歧视是违法行为。 Santa Clara Family Health Plan (SCFHP) 遵守州和联邦民权法律。SCFHP 不会出于性别、种族、肤色、宗教信仰、血统、国籍、族群认同、年龄、精神残疾、身体残疾、疾病、遗传信息、婚姻状况、性别、性别认同或性取向等因素而非法歧视、排挤或区别对待任何人。

SCFHP 提供：

- 促进残疾人士沟通交流的免费援助和服务，例如：
 - 合格的手语译员
 - 其他格式的书面信息（大字体、音频、无障碍电子格式、其他格式）
- 针对英语非第一语言人士的免费语言服务，例如：
 - 合格的口译人员
 - 以其他语言书写的信息

如需此类服务，请于星期一至星期五早上 8 点半至下午 5 点致电 **1-800-260-2055** 与 SCFHP 联系。或者，如果您有听说障碍，请致电 **711**。我们可根据要求提供此文件的盲文版、大字版、盒式录音磁带版或电子版。如需获取此类替代格式的副本，请致电或写信至：

**Santa Clara Family Health Plan
PO Box 18880
San Jose, CA 95158
1-800-260-2055（TTY 用户请致电 711）**

如何提出申诉

如果您认为 Santa Clara Family Health Plan (SCFHP) 出于性别、种族、肤色、宗教信仰、血统、国籍、族群认同、年龄、精神残疾、身体残疾、疾病、遗传信息、婚姻状况、性别、性别认同或性取向等因素而未能提供上述服务或以其他方式非法歧视您，您可以向 SCFHP 申诉和上诉部门提出申诉。您可以通过电话、信函、亲自造访或电子方式来提出申诉：

- 电话：请于星期一至星期五早上 8 点半至下午 5 点致电 **1-800-260-2055** 与 SCFHP 联系。或者，如果您有听说障碍，请致电 **711**。
- 信函：请填写投诉表格或写信并寄送至：

**Attn: Grievance and Appeals Department
Santa Clara Family Health Plan
6201 San Ignacio Ave
San Jose, CA 95119**

- 亲自造访：请前往您的医生办公室或 SCFHP 办公室，并表达您的申诉意向。
 - 电子方式：请访问 SCFHP 网站 www.scfhp.com。
-

民权办公室 - 加州卫生健康服务部

您也可以通过电话、信函或电子方式向加州卫生健康服务部 (California Department of Health Care Services) 民权办公室 (Office for Civil Rights) 提出民权投诉：

- 电话：请致电 **916-440-7370**。如果您有听说障碍，请致电 **711**（电讯转接服务）。
- 信函：请填写投诉表格或写信并寄送至：

**Deputy Director, Office of Civil Rights
Department of Health Care Services
Office of Civil Rights
P.O. Box 997413, MS 0009
Sacramento, CA 95899-7413**

如需下载投诉表格，请访问 http://www.dhcs.ca.gov/Pages/Language_Access.aspx。

- 电子方式：请发送电子邮件至 CivilRights@dhcs.ca.gov。
-

民权办公室 - 美国卫生和公众服务部

如果您认为自己因种族、肤色、国籍、年龄、残疾或性别等而受到歧视，您也可以通过电话、信函或电子方式向美国卫生和公众服务部 (U.S. Department of Health and Human Services) 民权办公室提出民权投诉：

- 电话：请致电 **1-800-368-1019**。如果您有听说障碍，请拨打 TTY/TDD 专线 **1-800-537-7697**。
- 信函：请填写投诉表格或写信并寄送至：

**U.S. Department of Health and Human Services
200 Independence Avenue, SW
Room 509F, HHH Building
Washington, D.C. 20201**

如需下载投诉表格，请访问 <http://www.hhs.gov/ocr/office/file/index.html>。

- 电子方式：请访问民权办公室投诉门户网站 <https://ocrportal.hhs.gov/ocr/portal/lobby.jsf>。

English Tagline – ATTENTION: If you need help in your language call 1-800-260-2055 (TTY: 711). Aids and services for people with disabilities, like documents in braille and large print, are also available. Call 1-800-260-2055 (TTY: 711). These services are free of charge.

Mensaje en español (Spanish) – ATENCIÓN: si necesita ayuda en su idioma, llame al 1-800-260-2055 (TTY: 711). También ofrecemos asistencia y servicios para personas con discapacidades, como documentos en braille y con letras grandes. Llame al 1-800-260-2055 (TTY: 711). Estos servicios son gratuitos.

Khẩu hiệu tiếng Việt (Vietnamese) – CHÚ Ý: Nếu quý vị cần trợ giúp bằng ngôn ngữ của mình, vui lòng gọi số 1-800-260-2055 (TTY: 711). Chúng tôi cũng hỗ trợ và cung cấp các dịch vụ dành cho người khuyết tật, như tài liệu bằng chữ nổi Braille và chữ khổ lớn (chữ hoa). Vui lòng gọi số 1-800-260-2055 (TTY: 711). Các dịch vụ này đều miễn phí.

简体中文标语 (Chinese) – 请注意：如果您需要以您的母语提供帮助，请致电1-800-260-2055 (TTY: 711)。另外还提供针对残疾人士的帮助和服务，例如盲文和需要较大字体阅读，也是方便取用的。请致电1-800-260-2055 (TTY: 711)。这些服务都是免费的。

Tagalog Tagline (Tagalog) – ATENSIYON: Kung kailangan mo ng tulong sa iyong wika, tumawag sa 1-800-260-2055 (TTY: 711). Mayroon ding mga tulong at serbisyo para sa mga taong may kapansanan, tulad ng mga dokumento sa braille at malaking print. Tumawag sa 1-800-260-2055 (TTY: 711). Libre ang mga serbisyong ito.

(Arabic) الشعار بالعربية

يرجى الانتباه: إذا احتجت إلى المساعدة بلغتك، فاتصل بـ 1-800-260-2055 (TTY: 711). تتوفر أيضًا المساعدات والخدمات للأشخاص ذوي الإعاقة، مثل المستندات المكتوبة بطريقة بريل والخط الكبير. اتصل بـ 1-800-260-2055 (TTY: 711). هذه الخدمات مجانية.

Հայերեն պիտակ (Armenian) – ՈՒՇԱԴՐՈՒԹՅՈՒՆ: Եթե Ձեզ օգնություն է հարկավոր Ձեր լեզվով, զանգահարեք 1-800-260-2055 (TTY: 711) : Կան նաև օժանդակ միջոցներ ու ծառայություններ հաշմանդամություն ունեցող անձանց համար, օրինակ՝ Բրայլի գրատիպով ու խոշորատառ տպագրված նյութեր: Չանգահարեք 1-800-260-2055 (TTY: 711) : Այդ ծառայություններն անվճար են:

ប្រាសាទកម្ពុជា (Cambodian) – ចំណាំ: បើអ្នក ត្រូវ ការជំនួយ ជាភាសា របស់អ្នក សូម ទូរស័ព្ទទៅលេខ 1-800-260-2055 (TTY: 711)។ ជំនួយ នឹង សេវាកម្ម សម្រាប់ ជនពិការ ដូចជាឯកសារសរសេរជាអក្សរផុស សម្រាប់ជនពិការភ្នែក ឬឯកសារសរសេរជាអក្សរព្យួរជំរុញ ក៏អាចរកបានផងដែរ។ ទូរស័ព្ទមកលេខ 1-800-260-2055 (TTY: 711)។ សេវាកម្មទាំងនេះមិនគិតថ្លៃឡើយ។

(Farsi) فارسی زبان به مطلب

توجه: اگر می‌خواهید به زبان خود کمک دریافت کنید، با 1-800-260-2055 (TTY: 711) تماس بگیرید. کمک‌ها و خدمات مخصوص افراد دارای معلولیت، مانند نسخه‌های خط بریل و چاپ با حروف بزرگ، نیز موجود است. با 1-800-260-2055 (TTY: 711) تماس بگیرید. این خدمات رایگان ارائه می‌شوند.

हिंदी टैगलाइन (Hindi) – ध्यान दें: अगर आपको अपनी भाषा में सहायता की आवश्यकता है तो 1-800-260-2055 (TTY: 711) पर कॉल करें। अशक्तता वाले लोगों के लिए सहायता और सेवाएं, जैसे ब्रेल और बड़े प्रिंट में भी दस्तावेज़ उपलब्ध हैं। 1-800-260-2055 (TTY: 711) पर कॉल करें। ये सेवाएं निः शुल्क हैं।

Nqe Lus Hmoob Cob (Hmong) – CEEB TOOM: Yog koj xav tau kev pab txhais koj hom lus hu rau 1-800-260-2055 (TTY: 711). Muaj cov kev pab txhawb thiab kev pab cuam rau cov neeg xiam oob qhab, xws li puav leej muaj ua cov ntawv su thiab luam tawm ua tus ntawv loj. Hu rau 1-800-260-2055 (TTY: 711). Cov kev pab cuam no yog pab dawb xwb.

日本語表記 (Japanese) – 注意日本語での対応が必要な場合は 1-800-260-2055 (TTY: 711) へお電話ください。点字の資料や文字の拡大表示など、障がいをお持ちの方のためのサービスも用意しています。1-800-260-2055 (TTY: 711) へお電話ください。これらのサービスは無料で提供しています。

한국어 태그라인 (Korean) – 유의사항: 귀하의 언어로 도움을 받고 싶으시면 1-800-260-2055 (TTY: 711) 번으로 문의하십시오. 점자나 큰 활자로 된 문서와 같이 장애가 있는 분들을 위한 도움과 서비스도 이용 가능합니다. 1-800-260-2055 (TTY: 711) 번으로 문의하십시오. 이러한 서비스는 무료로 제공됩니다.

ແທກໂລພາສາລາວ (Laotian) – ປະກາດ: ຖ້າທ່ານຕ້ອງການຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອໃນພາສາຂອງທ່ານໃຫ້ໂທຫາເບີ 1-800-260-2055 (TTY: 711) . ຍັງມີຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອແລະການບໍລິການສໍາລັບຄົນພິການ ເຊັ່ນເອກະສານທີ່ເປັນອັກສອນນູນແລະມີໂຕພິມໃຫຍ່ ໃຫ້ໂທຫາເບີ 1-800-260-2055 (TTY: 711). ການບໍລິການເຫຼົ່ານີ້ບໍ່ຕ້ອງສອຄ່າໃຊ້ຈ່າຍໃດໆ.

Mien Tagline (Mien) – LONGC HNYOUV JANGX LONGX OC: Beiv taux meih qiemx longc mienh tengx faan benx meih nyei waac nor douc waac daaih lorx taux 1-800-260-2055 (TTY: 711). Liouh lorx jauv-louc tengx aengx caux nzie gong bun taux ninh mbuo wuaaic fangx mienh, beiv taux longc benx nzangc-pokc bun hluc mbiutc aengx caux aamz mborqv benx domh sou se mbenc nzoih bun longc. Douc waac daaih lorx 1-800-260-2055 (TTY: 711). Naaiv deix nzie weih gong-bou jauv-louc se benx wang-henh tengx mv zuqc cuotv nyaanh oc.

ਪੰਜਾਬੀ ਟੈਗਲਾਈਨ (Punjabi) – ਧਿਆਨ ਦਿਓ: ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਤਾਂ ਕਾਲ ਕਰੋ 1-800-2602055 (TTY: 711). ਆਪਣੇ ਲੇਖਾਂ ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬ੍ਰੇਲ ਅਤੇ ਮੋਟੀ ਛਪਾਈ ਵਿੱਚ ਦਸਤਾਵੇਜ਼, ਵੀ ਉਪਲਬਧ ਹਨ। ਕਾਲ ਕਰੋ 1-800-260-2055 (TTY: 711). ਇਹ ਸੇਵਾਵਾਂ ਮੁਫਤ ਹਨ।

Русский слоган (Russian) – ВНИМАНИЕ! Если вам нужна помощь на вашем родном языке, звоните по номеру 1-800-260-2055 (линия TTY: 711). Также предоставляются средства и услуги для людей с ограниченными возможностями, например документы крупным шрифтом или шрифтом Брайля. Звоните по номеру 1-800-260-2055 (линия TTY:711). Такие услуги предоставляются бесплатно.

แท็กไลน์ภาษาไทย (Thai) – โปรดทราบ: หากคุณต้องการความช่วยเหลือเป็นภาษาของคุณ กรุณาโทรศัพท์ไปที่หมายเลข 1-800-260-2055 (TTY: 711) นอกจากนี้ ยังพร้อมให้ความช่วยเหลือและบริการต่าง ๆ สำหรับบุคคลที่มีความพิการ เช่น เอกสารต่าง ๆ ที่เป็นอักษรเบรลล์และเอกสารที่พิมพ์ด้วยตัวอักษรขนาดใหญ่ กรุณาโทรศัพท์ไปที่หมายเลข 1-800-260-2055 (TTY: 711) ไม่มีค่าใช้จ่ายสำหรับบริการเหล่านี้

Примітка українською (Ukrainian) – УВАГА! Якщо вам потрібна допомога вашою рідною мовою, телефонуйте на номер 1-800-260-2055 (TTY: 711) . Люди з обмеженими можливостями також можуть скористатися допоміжними засобами та послугами, наприклад, отримати документи, надруковані шрифтом Брайля та великим шрифтом. Телефонуйте на номер 1-800-260-2055 (TTY: 711) . Ці послуги безкоштовні.