

健康保険が使える？  
or 使えない？

## 整骨院・接骨院の正しいかかり方

整骨院・接骨院での治療（柔道整復師による施術）には健康保険が使える場合と使えない場合があります。

## 健康保険が使えます！

外傷性が明らかな

- ◎打撲、ねんざ、挫傷（肉離れ等）
- ◎骨折、脱臼

※骨折・脱臼は応急手当てを除き、  
医師の同意が必要です。

## 健康保険が使えません！

- ◎単なる肩こり、筋肉疲労
- ◎リラクゼーション目的のマッサージ
- ◎神経痛、リウマチ、ヘルニアなどの病気からくる痛み
- ◎過去の交通事故等による後遺症

など



## ～整骨院・接骨院にかかる際の注意点～

## ①けがの原因を正しく伝えましょう

労働災害や通勤災害に該当する場合、健康保険は使えません。

## ②「療養費支給申請書」の内容を確認してから署名しましょう

健康保険を利用して柔道整復師による施術を受ける場合、「療養費支給申請書」に署名します。負傷名や日数、金額をよく確認しましょう。また、領収証も必ず受け取るようにしましょう。

## ③病院との重複受診はやめましょう

同一の負傷について、同時期に医師と柔道整復師に重複してかかることはできません。

※負傷状態を確認するために定期的に検査を受けることや、継続して施術が必要かを医師に確認することは可能です。

## ④治療が長引く場合は、医師の診断を受けましょう

長期間治療を受けても快方に向かわない場合は、内科的要因も考えられます。一度医師の診断を受けましょう。

整骨院・接骨院のかかり方に関するお問い合わせは業務グループ（026-238-1250）まで

## 負傷原因の照会にご協力ください

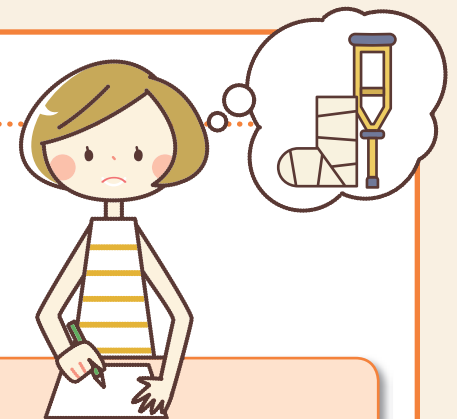
健康保険を使用してケガ（負傷）の治療をした場合、その原因等について加入者（被保険者）様宛てに、文書で照会をしております。

なお、この照会は健康保険の適用可否等の確認となります。

照会の際には必ずご回答いただきますようお願いいたします。

確認後、以下に該当する場合には協会けんぽより改めてご連絡をしております。

- ①業務上や通勤途中のケガの場合（健康保険を使用できないため）
- ②交通事故や喧嘩等の、第三者行為による病気やケガの場合（別途、所定の手続きが必要となるため）



負傷原因照会に関するお問い合わせはレセプトグループ（026-480-0562）まで

# 上手な医療機関へのかかり方



皆さんは、病気やケガをしたとき、医療機関への受診の仕方を意識したことはありますか？  
家計や身体にもやさしい上手な医療機関へのかかり方、4つのポイントを紹介します！

## 1. 受診時間に注意しましょう！

休日や夜間の受診には割増料金がかかります。  
休日、夜間の安易な受診は、自己負担の増加だけでなく、**本当に治療が必要な方の治療機会を奪うことになりかねません。**

緊急時以外は、診療時間内に受診しましょう



## 2. 「かかりつけ医」をもちましょう！

日常的な診療や健康管理を行ってくれる身近なお医者さん「**かかりつけ医**」や、服薬状況を管理してくれて、健康相談に応じてくれる「**かかりつけ薬局**」を上手に活用しましょう。



## 3. はしご受診はやめましょう

同じ病気で同時期に複数の医療機関を受診することを「はしご受診」といいます。

**はしご受診をすると、受診するたびに初診料がかかり、医療費の負担につながります。**むやみに医療機関を変えずかかりつけの医師に不安や疑問を伝えましょう。



## 4. 子どもの症状で迷ったら救急相談へ

休日や夜間に、こどもの症状で迷ったら「**こども医療でんわ相談 (#8000)**」に電話すると、小児科医師や看護師などの専門家に相談できます。詳細は、厚生労働省のホームページでご確認ください。

※明らかに緊急を要する場合は医療機関を受診してください。



こども医療でんわ相談 検索

# 健康保険委員の登録はお済みですか？

協会けんぽ長野支部では、加入事業所様に対し「**健康保険委員**」へのご登録をお願いしております。  
従業員皆様の健康づくりに役立つ、お得なサポートを無料で受けられますので、是非ご登録ください！

## 健康保険委員がいる事業所へのお得なサポート

### ①健康保険に関する広報誌等をお届け！

健康に役立つ情報が満載の広報誌、健康保険の制度などが網羅されたパンフレットや、広報マンガ等をお届けします。

### ②健康づくりに関する、無料講習会の実施！

運動、メンタルヘルスなど、4つのメニューからお好きな講座を受講いただけます。  
事業所様に赴き実施するほか、オンラインでの受講も可能です。※講座はすべて無料です。

### ③研修会の実施！

年1回、年金事務所と合同で健康保険に関する研修会にご参加いただけます。※参加は任意です。

※健康保険委員への登録にあたり、登録費・会費等はありません。



お申し込みの際は、届出書をFAX (026-238-1257) または郵送にてお申し込みください。  
届出書はこちらからダウンロードできます。

協会けんぽ長野支部 健康保険委員 検索



健康保険委員に関するお問い合わせは企画総務グループ (026-238-1251) まで



共に目指します。世界で一番 (ACE) の健康長寿。  
**全国健康保険協会 長野支部**  
協会けんぽ

メルマガ登録から健康づくりを始めよう♪  
毎月10日に健康情報配信中！  
登録はこちらから▶▶▶



kyoukaikenpo.or.jp (@の後ろ) からのメールを受信できるように設定してください