

健康保険に関するタイムリーな話題をお届け！職場内で回覧してください。

正しく使おう
健康保険

はり・きゅう、あん摩・マッサージのかかり方

はり・きゅうやあん摩・マッサージの施術について、以下の要件を満たす場合は「療養費」として健康保険の対象になります。なお、健康保険の**対象とならない場合は、全額自己負担**となりますのでご注意ください。また、初回申請時には、医師の同意書が必要です。

健康保険の対象となる場合

はり・きゅうの場合

以下の**2つの要件**を満たす
場合のみ対象となります。

1 対象となる傷病であること

神経痛・リウマチ・五十肩
頸腕症候群・腰痛症・頸椎捻挫後遺症

2 医師がはり・きゅうの
施術について**同意**していること

医療機関において治療を行い、その結果治療の効果が現れなかった等、医師による適当な治療手段がない場合に限ります。



あん摩・マッサージの場合

医師があん摩・マッサージの
施術について**同意**していること



※疲労回復や慰安目的などの
マッサージは健康保険の対象外です。

ご協力をお願いします！



はり・きゅう師、あん摩・マッサージ師から提出された療養費支給申請書について、適正な支払いを行うため、**施術を受けた加入者さま**に「協会けんぽ」より**電話または文書**で、施術年月日・施術内容などを照会させていただくことがあります。健康保険の適正な運営のために、ご協力のほどをよろしくお願い申し上げます。

資格喪失後の保険証は必ず返却を!

退職などで使えなくなった以前の健康保険証がお手元にある方はいらっしゃいませんか？
資格がなくなった健康保険証は無効となり、使用できません。(ご家族の方も同様です)

保険証が使えなくなる時

被保険者(加入者ご本人)

- 退職した日の翌日から
- 75歳になった日から

被扶養者(被保険者のご家族)

- 就職等により被扶養者でなくなった日から
- 被保険者が退職した日の翌日から
- 75歳になった日から

もし誤って使ってしまうと・・・

協会けんぽ負担分(7割～8割)を返納金としてご返還いただくようになります。



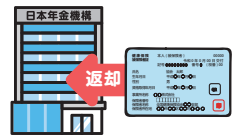
被保険者のみなさまへのお願い

- 退職した場合は、退職したお勤め先の事業主さまへ健康保険証(ご家族分も含む)をご返却ください。



事業主のみなさまへのお願い

- 退職される方に、退職日の翌日以降は保険証が使用できない旨をお伝えください。
- 回収した保険証は、資格喪失届と併せて速やかに日本年金機構へご返却ください。



「スマトレ」を始めてみませんか?

「スマトレ」とは、岡山支部の加入者さまの健診データを分析し、健康増進のための運動習慣定着ツールとして作成した、岡山支部オリジナルの体操です。健康づくり(メタボ予防・改善、ロコモ予防)だけでなく、労災予防(特に転倒防止)の効果が高い内容となっています。



(女性向け)

朝礼時などに手軽にできる内容となっております。健康づくりのはじめの一歩としてもおすすめです！ホームページには、体操動画も掲載しておりますので、ぜひご覧ください。



動画はこちら



PCで検索する場合

- 1 協会けんぽ岡山支部ホームページ
 - 2 健康づくり
 - 3 健康法
- 1回5分の職場体操！
みんなで「スマトレ」始めませんか！

