

難易度
E

けんぽ名人級!

問題

次の症状で整骨院・接骨院にかかるとき、健康保険が使えるのはどっち?

- A 愛犬の散歩中に階段でコケて腰を打った
- B 最近疲れやすく、肩こりがひどくなった

こたえは裏面へ

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!

健診を受けた後の行動こそが大切です!

時間が経つほどリスク大

従業員の皆さまの健康づくりにご協力ください!

従業員さまの健診結果はいかがでしたか?

異常なし

OK!



これからも食生活や、運動習慣に気を付けて、健康な生活を心掛けましょう!

生活習慣の改善が必要

事業所を通じて

健康サポート（特定保健指導）のご案内をお送りいたします!

対象者

健診を受けた40歳以上の方

腹囲

男性 85cm以上
女性 90cm以上

OR

BMI

25以上

+

血圧

血糖

脂質

喫煙

「要医療」「要精密検査」

従業員さまのご自宅に

「健診受診後の大切なお知らせ」
をお送りいたします!

対象者

血圧	収縮期血圧	160mmHg以上
	拡張期血圧	100mmHg以上
血糖	空腹時血糖	126mg/dl以上
	HbA1c	6.5%以上 (NGSP値)
脂質	LDL (悪玉) コレステロール	180mg/dl以上

※令和7年度中に、胸部X線検査においても受診勧奨の通知をお送りするようになります。

従業員の皆さまが、健康で元気に働き続けることができるよう
事業主さまからもお声がけをお願いします♪

岡山支部の保険料率を下げるチャンス! インセンティブ制度とは?

加入者さまおよび事業主の皆さまの5つの取り組みを都道府県ごとに点数化、順位付けし、上位15支部の2年後の保険料率を減算する制度です!

※今年度の取り組みは、令和9年度の保険料率に反映されます。

令和5年度の
総合順位は

18位

— 事業主の皆さまへ —

岡山支部の順位を上げるために、取り組んでいただきたい2つのお願い

インセンティブ
制度の
詳細については
こちら

1

ジェネリック医薬品の
利用促進

従業員の皆さまに、医療機関でお薬が処方される際には、積極的にジェネリック医薬品を利用いただくよう周知をお願いします!

2

健康サポート（特定保健指導）を
受けられた方のフォロー

従業員の方が健康サポート（特定保健指導）を受けられた場合は、最後までプログラムを実施できるようフォローと、必要に応じて医療機関への受診勧奨をお願いします!

ご家族さまにも健康づくりを!

ご家族(被扶養者)さま対象の集団健診を各地域の商業施設や公共施設等で順次実施します!
ぜひご家族さまに受診をお勧めください。

ご家族さま向け集団健診

内 容

- ①身体計測 ②血液検査
③血圧測定 ④尿検査 など

対象者

40歳～74歳の協会けんぽ加入の
ご家族さま(被扶養者)

基本的な健診以外にも無料で
受けられる検査や特典をご用意!

費用

0円

お一人さまにつき
年度内**1回限り**

毎年の健診受診で
健やかな暮らしを
これからもずっと!



詳細(具体的な日時、会場、無料検査や特典等)は、健診の時期が近づきましたら、
協会けんぽ岡山支部ホームページに掲載いたします。
また、対象のご家族さまにはDMでご案内を送付しておりますので、DMのハガキにて、
お早めに申し込みいただくようお願いいたします。

整骨院・接骨院の上手なかかり方

柔道整復師(整骨院・接骨院)にかかる場合、健康保険の対象となる場合と、ならない場合があります。「健康保険が
使える」と説明を受け受診されても、保険適用外の場合は治療費を返還いただきますので、ご注意ください。

健康保険の対象となる場合



打撲



捻挫



挫傷

(肉離れなど)



骨折・脱臼



同意書

骨折・脱臼については医師の同意が必要(応急処置を除く)



健康保険の対象とならない場合

- 肩こり、筋肉疲労
- リラクゼーション目的のマッサージ
- 病気(神経痛・リウマチ・ヘルニア)などからくる痛み、こり
- 仕事や通勤途上に起きた負傷



● 整骨院・接骨院にかかるときの5つの注意事項

1

負傷の**原因**を
正しく伝えましょう



2

療養費支給申請書の
内容をよく確認し、
責任欄は必ず自分で
記入しましょう



3

領収書を
もらいましょう



4

治療が**長引く**場合は
一度医師の診断を
受けましょう



5

「**ついで**」受診*は
支給対象外です
*「ついでに他の部分も」や
「家族に付き添ったついでに」
といった受診のこと



詳しくは協会けんぽホームページを
ご確認ください!



【クイズ けんぽ de Q】こたえ: ㊤ 愛犬の散歩中に階段でコケて腰を打った
整骨院・接骨院で健康保険が利用できるのは、打撲・捻挫など急性的な症状の場合に限られます。肩こりなどの慢性的な症状やリラクゼーション目的の場合は健康保険の対象外です。



全国健康保険協会 岡山支部
協会けんぽ

〒700-8506 岡山市北区本町6-36 第一セントラルビル1号館8階

☎086-803-5780 (代表)

【受付時間】8:30~17:15 (土・日・祝・年末年始を除く)

協会けんぽ 岡山

タイムリーな情報をお届け♪

スマホやパソコンで
気軽に楽しんでいただける
健康情報を月2回配信!
健康に関するコラムや
お役立ち情報をお届け!

LINE



メルマガ

