

正しく知ろう柔道整復師（整骨・接骨院）のかかり方

柔道整復師の施術では、国民健康保険の使える範囲が限られているので注意してください。

柔道整復師にかかる際の注意

● 負傷原因を正確に伝えましょう

どのような原因で負傷したかを柔道整復師に正確に伝えてください。外傷性の負傷でない場合や、負傷の原因が労働・通勤災害の場合は、原則として保険証は使えません。



● 療養費支給申請書の内容を確認してから、委任欄に署名しましょう

負傷名や施術内容、回数、支払った金額などを確認しましょう。

利用者の署名がある場合だけ、国民健康保険から療養費が支払われます。



● 領収証は必ず受け取りましょう

領収証を保管しておき、市から照会文書や医療費通知が届いたら、実際に支払った額と間違いがないか確認してください。

金額などに相違があった場合は、必ず連絡してください。

国保の保険証が使える場合

- 打撲、捻挫、肉離れなど
- 応急処置で行う骨折・不全骨折・脱臼
- 医師の同意のある骨折・不全骨折・脱臼
- 負傷原因がはっきりしている筋違い、ぎっくり腰など



国保の保険証が使えない場合(全額自己負担)

- 慢性的な肩こりや筋肉疲労
- スポーツによる筋肉疲労
- 神経痛、リウマチ、五十肩、関節炎、ヘルニアなどが原因の痛みやこり
- 脳疾患後遺症などの慢性病
- 症状の改善が見られない長期の施術
- 病院、診療所などで現在、治療中の負傷
- 労災保険が適用される仕事や通勤途上の負傷



市では、療養費支給申請書の内容（施術内容）を確認するため、被保険者に照会文書を送付する場合があります。照会があった場合は、回答書の提出をお願いします。



問合せ 保険年金課（内線2116）

熱中症に注意してください

熱中症とは

熱中症とは、高温多湿な環境に長時間いることで、体温調節機能がうまく働かなくなり、体内に熱がこもった状態をいいます。屋外だけでなく、室内でももしていないときでも発症し、救急搬送されたり、死亡したりすることもあります。

熱中症について正しい知識を身につけ、体調の変化に気をつけるとともに、周囲にも気を配り、熱中症による健康被害を防ぎましょう。



熱中症の予防方法

- 室内でも外出時でも、のどの渇きを感じる前に小まめに水分や塩分を補給しましょう
- 遮光カーテン、すだれ、打ち水を利用しましょう
- 室内にいる場合は、扇風機やエアコンで温度を小まめに調節しましょう
- 吸湿性・速乾性のある通気性のよい衣服を着用しましょう
- 暑い日は保冷材、氷、冷たいタオルなどで、体を冷やしましょう
- 外出する場合は日陰を利用し、休憩をとりましょう
- 直射日光を避け、日傘や帽子を着用しましょう



高齢者や子ども、障がいがある方は、特に注意が必要です

熱中症患者のおよそ半数は65歳以上の高齢者です。高齢者は、暑さや水分不足に対する感覚機能や、暑さに対する体温の調節機能が低下しているため、注意が必要です。子どもは体温の調節能力が十分に発達していないので気を配る必要があります。



熱中症が疑われる方を見つけたときは

- エアコンが効いている室内や風通しのよい日陰など涼しい場所に避難する
- 衣類をゆるめ、体を冷やす
* 首の周りや脇の下、足の付け根などを冷やすと効果的です。
- 水分や塩分、水に食塩とブドウ糖を溶かした経口補水液などを補給する

自力で水が飲めない、呼び掛けても返事がなかったり返答がおかしいなどを感じた時は、ためらわずに救急車を呼んでください。



問合せ 健康推進課（内線1205）