

冬場は寒さによる冷えで肩こり、腰痛、神経痛の症状が増える季節です。つらい痛みをなんとかしたくて接骨院等を利用したい人もいらっしゃるかもしれませんが、しかし、接骨院等で健康保険が使えるのは、けが(外傷)によるものだけ。健康保険が使えないと全額自己負担となりますので、十分に注意しましょう。

## 接骨院・整骨院では

# 肩こり

# 腰痛

# 神経痛

## などには健康保険は使えません

### 健康保険が使えます

- 急性の外傷性のけがによる打撲・捻挫・挫傷(肉離れなど)  
※出血を伴う外傷は除く
- 骨折・不全骨折(ひび)・脱臼  
※応急手当を除き、施術には医師の診察と同意が必要

● 平成28年10月1日以降の施術分から、柔道整復師、あん摩・マッサージ・指圧師およびはり師、きゅう師の施術料が引き上げになりました。

### 健康保険は使えません

- 日常生活における単純な疲労や肩こり、腰痛、体調不良等
- スポーツ等による筋肉痛や肉体疲労改善のための施術
- 病気(神経痛、リウマチ、五十肩、関節炎、ヘルニアなど)からくる痛み、こり
- 慰安目的のあんま、マッサージ代替りの利用
- 症状の改善の見られない長期の治療 など

全額自己負担!

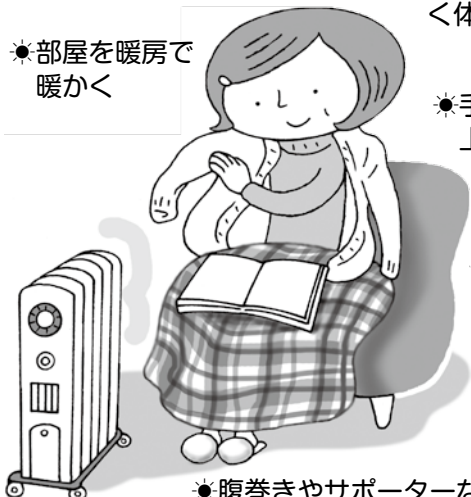
### 治療内容についてお尋ねすることがあります

電話または文書で負傷原因、治療年月日、治療内容などを照会させていただくことがあります。受診の記録や領収証を保管し、照会がありましたらご自身でご回答されるようお願いいたします。

### やってみよう!

冷えによる痛みをやわらげるには、**体を冷やさないこと**

● 部屋を暖房で暖かく



● 腹巻きやサポーターなども活用

● 手元にいつも上着を一枚

● ごろごろせずに適度に運動



● お風呂にゆっくりと入る

