

Close Up

健保のしくみ



接骨院等[※]にかかるとき

※整骨院、ほねつぎともいいます。

接骨院等で柔道整復師による施術を受けた場合は、保険医療機関と異なり、健康保険の対象となる場合と、ならない場合があります。誤って健康保険を使った場合は、あとから全額自己負担になることがありますので、正しい利用法を知っておきましょう。

健康保険が使える場合

外傷性が明らかな負傷で、慢性に至っていないものに限られます。

打撲

捻挫

挫傷（肉離れなど）

骨折

脱臼

※骨折・脱臼については医師の同意が必要です（応急処置を除く）。



健康保険が使えない場合

自費になります

- ×単なる肩こり、筋肉疲労など
- ×保険医療機関（病院、診療所など）で同じ負傷等を治療中のとき
- ×慰安目的のマッサージ
- ×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
- ×脳疾患後遺症などの慢性病
- ×過去の交通事故等による後遺症
- ×症状の改善がみられない長期にわたる施術
- ×仕事や通勤途上に起きた負傷（労災保険の対象）など



※同じけがについて保険医療機関と重複して接骨院等を利用している場合は、接骨院等の施術に健康保険は使えません。

その他の 注意点	施術前に負傷原因を正しく伝える	いつ、何をしているときに負傷したかを柔道整復師に正確に伝えましょう。
	内容をよく確認してから署名をする	「療養費支給申請書」に記載されている負傷原因・負傷名・日数・金額等をよく確認してから署名してください。
	領収書は大切に保管する	領収書は必ず受け取り、大切に保管しましょう。

当健保組合から施術内容等を確認させていただく場合があります

当健保組合では、健康保険を使って接骨院等の施術を受けた方に、後日、施術日や施術内容、負傷原因等を確認させていただく場合があります。みなさまの保険料を適切に使用するため、ご理解とご協力をお願いいたします。

はり・きゅう、あんま・マッサージ・指圧にかかるとき

はり・きゅう、あんま・マッサージ・指圧の施術を受ける場合、健康保険が使えるケースは限られています。施術を受ける前にルールを知って、正しくかかりましょう。

●健康保険が使えるのは？ 下記の疾患・症状が対象で、医師が施術を必要と認めた場合に限られます。

はり・きゅう	神経痛 リウマチ 頸腕症候群 五十肩 腰痛症 頸椎捻挫後遺症 ※慢性病であって医師による適当な治療手段のない場合に限りま。	あんま・マッサージ・指圧	筋麻痺 筋萎縮 関節拘縮 など
--------	--	--------------	-----------------

施術を受けるときの
注意点

- はじめて施術を受ける場合は、医師の同意書が必要です。
- 保険適用となる施術が可能な期間は6カ月です。継続して受ける場合は、6カ月に一度、医師の再同意が必要です。
- 自宅で施術する「往療」は、歩行困難と医師が認めた場合のみに限られます。
- 同じ傷病で、医療機関と同時にかかることはできません。（はり・きゅうの場合）

※医師の同意のある期間に受けた施術でも、厚生労働省の通知に基づく審査により「保険適用は認められない」と判断された場合は、施術料の全額について自己負担となります。

申込方法 償還払い⇒患者が施術所で金額を支払い、後日当健保組合へ療養費を申請する

医療機関ではり・きゅう等の施術に関する「医師の同意書」の交付を受ける

▶

施術を受ける

▶

施術費用を全額支払い「領収書」を受領する

▶

1カ月単位で「療養費支給申請書」を申請する

※施術者に施術内容の証明を記入してもらってください。※医師の同意書、領収書等の添付が必要です。

当健保組合にて審査のうえ、支給決定を行います。

●内容確認等のため、決定は最短で施術月から3カ月以降となります。
●審査の結果により、一部または全額不支給となる場合があります。

仕事や通勤中にけがをしたとき

仕事や通勤中にけがなどをしたときは、健康保険ではなく労災保険を使って治療を受けることになります。労災保険の対象となるけがなどの治療で健康保険を使ってしまった場合は、手続きが必要になりますので、ご注意ください。

Q

通勤中に駅の階段で転んで足首を痛めてしまったので、病院を受診しようと思います。健康保険と労災保険、どちらを使えばいいですか？



A

仕事上や通勤中にけがをした場合、健康保険は使えません。労災保険を使ってください。

病院にかかる際は、**労災であることを必ず申し出て**ください。



●労災保険を使って治療を受けるには？

労災指定病院で労災であることを伝えて治療を受けてください。原則として自己負担はありません。
※労災指定病院以外の場合は、いったん治療費を全額支払い、後日、労働基準監督署に申請することで、立て替えて支払った治療費が支給されます。

すでに健康保険で治療を受けてしまいました

労災保険の対象となるけがなどにもかかわらず、健康保険で治療を受けてしまった場合は、すみやかに受診した医療機関に連絡し、労災保険に切り替えできるかどうか確認してください。また、当健保組合にも忘れずに連絡してください。

■切り替えができる場合

医療機関の窓口で支払った金額（一部負担金）が返還されます。受診した医療機関で所定の手続きをしてください。

■切り替えができない場合

一時的に医療費の全額を自己負担したうえで、労災保険の手続きをしてください。健康保険でかかった際の医療費については、当健保組合に返還していただきます。必要な書類をそろえて労働基準監督署へ請求してください。

●労災保険の対象になる場合ってどんなとき？

仕事上のけがなどは「業務上災害」、通勤中のけがを「通勤災害」といいます。通勤とは、「就業に関し」、「住居」と「就業の場所」との間を「合理的な経路および方法」によって往復することをいう、と定められています。

業務上災害

業務上の理由によってけがや病気になったとき

- 就業場所での仕事または準備や後片付け中のけが
- 就業場所でトイレに行く途中のけが
- 出張先の工場でのけが
- 業務上のけがの治療等による皮ふ炎など



通勤災害

通勤中にけがをしたとき

- 出勤途中や帰宅途中の、駅や路上でのけが
- 家から出先に直行、または出先から直接帰宅途中のけが
- スーパー等で買い物を済ませ、通勤経路に戻った後のけが[※]など



※帰宅途中に日用品の買い物や医療機関の受診など、日常生活上で必要とされる行為をして通常の経路に戻った後も含みます。ただし、映画館に行く、飲食店で飲酒するなどの後は、通勤中とはみなされません。

——— 詳細は、お近くの労働局・労働基準監督署へお問い合わせください ———
労災保険制度に関するご質問については、「労災保険相談ダイヤル」でも応じていますのでご利用ください。

労災保険相談ダイヤル  0570-006031 ^{ろ う さ い}（土・日・祝日・年末年始除く）

4 ★ 2026 summer My Health

My Health 2026 summer ★ 5