

老人クラブ活動紹介・柔道整復師(整骨院・接骨院)を利用される方へ



会長 知念栄保

男性49名、女性67名、合計116名の会員がいます。今年度は市老連と中部老連より優良単位老人クラブの表彰を受け、90代の先輩方を筆頭に諸活動に勢力的に取り組んでいます。若い方々の入会も門を広く開放しお待ちしております。

〴〵いつ入る?
今でしょ!!

～健康・友愛・奉仕～
シニア元気づくり応援隊
老人クラブ活動紹介
普天間3区老人クラブ(三和会)
☎892-2327(公民館)

普天間3区老人クラブは「心・体・絆」の三つの和で三和会と称する。



★主な行事★

- ◆定例会(毎月第2火曜日・午後1時30分 公民館)
- ◆市老連主催行事への参加
- ◆区行事への参加
- ◆自治会主催ゲートボール大会・グラウンドゴルフ大会
- ◆ミニデイサービス(さわやかなの会)
毎週火曜日 午前10時～(公民館)

部活動及びサークル紹介

- 1、グラウンドゴルフ練習
(毎週土曜日 午前8時30分～ ゲートボール場)
- 2、ゲートボール練習
(火・木・土 午後2時30分～ 市民駐車場)
- 3、民踊サークル
(毎週木曜日 午前10時～ 公民館)
- 4、カラオケ愛好会
(毎週金曜日 午後2時～ 公民館)
- 5、ボウリング愛好会
(毎週月曜日 午前10時～ 宜野湾ボウル)



ミニデイサービス



花植え活動



市老連レクリエーション大会

柔道整復師(整骨院・接骨院)を利用される方へ

全ての施術に健康保険が使えるわけではありません

柔道整復師による施術は健康保険が適用される範囲に限られます。施術を受ける前にきちんと確認して正しく施術を受けましょう。

健康保険を使って柔道整復師による施術を受けた場合は、自己負担分を除いた額が健康保険から療養費(柔道整復療養費)として支払われます。施術を受けた後で健康保険の適用が認められなければ、全額自己負担となります。

健康保険が使えるケース

- ねんざ
- 打撲
- 挫傷(肉離れなど)
- 骨折、脱臼の応急手当
(医師の同意があれば応急手当後の施術も可能)



健康保険が使えないケース

- 日常生活における疲労や肩こり、腰痛、体調不良等
- スポーツによる筋肉痛や肉体疲労改善のための施術
- 病気からくる痛みやこり(ヘルニア・リウマチ・関節炎など)
- 脳疾患後遺症などの慢性的な症状
- 保険医療機関(整形外科等)で治療中の負傷
- 労災保険が適用となる負傷



☆健康保険で柔道整復師にかかる時の注意点☆

- 負傷の原因を正確に伝える:外傷性の負傷でない場合や労災保険に該当する場合は健康保険の対象となりません。
- 保険医療機関との重複受診はできません:同じ負傷で同時期に、保険医療機関(整形外科等)での治療と柔道整師による施術を受けた場合は、原則として柔道整復師の施術は全額自己負担となります。
- 長期にわたる施術については医師の診察を受けましょう:長期間施術を受けても症状が改善しない場合は病気などの内科的要因も考えられますので、一度医師の診察を受けましょう。

問合せ:国民健康保険課 給付係 ☎893-4411 内線158