



治療を続けるためのセルフチェック

交通事故による症状は、痛みが軽くなっても完全に回復していないことがあります。
計画的に通院し、早期回復を目指しましょう。

通院チェック

- ☐ 整形外科を受診した
- ☐ 接骨院で施術を受けている
- ☐ 症状を毎回伝えている
- ☐ 新しい症状も伝えている
- ☐ 通院日を空けすぎている
- ☐ 保険会社からの連絡内容を記録している
- ☐ 症状日記を記入している
- ☐ 次回予約を取って帰っている

毎週チェック

- ☐ 痛みは少しずつ改善している
- ☐ 首の動きが良くなった
- ☐ 腰の痛みが軽くなった
- ☐ 頭痛が減った
- ☐ しびれが改善している
- ☐ 日常生活が楽になった

こんな時にご相談ください

- ☐ 痛みが強くなった
- ☐ 新しい場所が痛くなった
- ☐ 保険会社との話が分からない
- ☐ 通院について不安がある
- ☐ 転院を考えている
- ☐ 通院回数について相談したい



交通事故でお困りなら
なかのう鍼灸接骨院へ
お気軽にご相談ください



交通事故サポートセンター
078-935-4535
土曜日も 21 時まで受付



交通事故サポート資料シリーズ

Vol.01	Vol.02	Vol.03	Vol.04	Vol.05
☐	☐	☐	☐	☐
Vol.06	Vol.07	Vol.08	Vol.09	Vol.10
☒	☐	☐	☐	☐



通院中に大切なポイント

- ✓ 痛みが軽くなっても自己判断で通院をやめない
- ✓ 症状の変化は毎回伝える
- ✓ 病院（整形外科）にも定期的に受診する
- ✓ 保険会社からの連絡内容はメモしておく
- ✓ 分からないことは早めに相談する

📅 () 月) 通院記録

日付	整形外科	接骨院	症状メモ
	☐	☐	
	☐	☐	
	☐	☐	
	☐	☐	
	☐	☐	
	☐	☐	
	☐	☐	
	☐	☐	
	☐	☐	
	☐	☐	
	☐	☐	
	☐	☐	
	☐	☐	
	☐	☐	
	☐	☐	
	☐	☐	
	☐	☐	
	☐	☐	
	☐	☐	
	☐	☐	

📅 () 月) 通院記録

日付	整形外科	接骨院	症状メモ
	☐	☐	
	☐	☐	
	☐	☐	
	☐	☐	
	☐	☐	
	☐	☐	
	☐	☐	
	☐	☐	
	☐	☐	
	☐	☐	
	☐	☐	
	☐	☐	
	☐	☐	
	☐	☐	
	☐	☐	
	☐	☐	
	☐	☐	
	☐	☐	
	☐	☐	

📅 () 月) 通院記録

日付	整形外科	接骨院	症状メモ
	☐	☐	
	☐	☐	
	☐	☐	
	☐	☐	
	☐	☐	
	☐	☐	
	☐	☐	
	☐	☐	
	☐	☐	
	☐	☐	
	☐	☐	
	☐	☐	
	☐	☐	
	☐	☐	
	☐	☐	
	☐	☐	
	☐	☐	
	☐	☐	
	☐	☐	

💡 ワンポイント

交通事故では、継続して通院することが回復への近道です。

症状が軽くなっても、自己判断で通院を中断すると、

痛みが再発したり、後遺症につながる場合があります。

無理のないペースで通院を続け、分からないことがあればお気軽にご相談ください。



交通事故でお困りなら
なかのう鍼灸接骨院へ
お気軽にご相談ください



交通事故サポートセンター
078-935-4535
土曜日も 21 時まで受付



交通事故サポート資料シリーズ

Vol.01	Vol.02	Vol.03	Vol.04	Vol.05
☐	☐	☐	☐	☐
Vol.06	Vol.07	Vol.08	Vol.09	Vol.10
☒	☐	☐	☐	☐