

健康診査では、生活習慣病の重症化の予防のほか、フレイル（加齢に伴う筋力や気力の衰え）の状態を確認します。健康状態を正しく知ることは、自立した生活を長く続けることにつながります。年1回の健康診査で、明日への自信を蓄えましょう。



通院中ですが、健康診査やがん検診を受ける必要はありますか？

治療中のご病気以外の検査は受けていますか？
症状がなくても、予防や早期発見のためには、ご自分の数値を把握されることが大切なため、主治医の先生にご相談の上、受診いただくことをおすすめします。



タダとく健診

お問い合わせ先：
苫小牧市
保険年金課
☎32-6425



タダとく健診は、健康診査と市が実施するがん検診と一緒に受けることができます。

お申込みは、直接、タダとく健診を実施する医療機関へ「タダとく健診を受診します」とお伝えください。
※健康診査・がん検診のみの受診も可能です

GOGO健診

お問い合わせ・申込先：
保健センター
☎35-0001



5,500円のご負担で、基本的な検査項目とがん検診（胃・肺・大腸のすべて）、貧血・心電図・眼底・尿酸・聴力・視力を検査します。予約・受診先は保健センターとなり、受診期間は令和9年2月28日（日）までです。なお、受診期間内に「GOGO健診」と「健康診査」「タダとく健診」の両方を受けることはできません。

歯科健診

お問い合わせ先：
苫小牧市
保険年金課
☎32-6425



元気に過ごすため、お口の健康度も年に1度チェックしましょう。8,000円相当の歯科健診が無料で受けられる受診券を同封しています。

お申込みは、歯科健診を実施する歯科医院へ「後期高齢者の歯科健診を受診します」とお伝えください。

令和8年度 後期高齢者医療制度

タダとく健診 申込みの流れ

受診は受診券が届いた日から2027(令和9)年2月28日(日)まで

2026年(令和8)年4月1日以降、お勤め先などで健康診断を予定されている方は、そちらの健診を優先していただいて構いません。

STEP 1



医療機関を選ぶ

中面のリストから選んでください

STEP 2

医療機関へ電話(予約)する

受付時間等を確認してください

受診券(この通知に同封しています)とマイナ保険証または資格確認書をご用意ください

自覚症状のあらわれにくい
病気の兆候を見つけるために

豊富な 検査内容

- ▶ 身体計測（身長・体重・BMI）
- ▶ 血液検査（脂質・肝機能・血糖） ▶ 血圧測定
- ▶ 尿検査（尿糖・尿蛋白） ▶ 腎機能検査

さらに!

後期高齢者医療制度に加入中の方は
市が実施するがん検診（胃・肺・大腸・子宮頸・乳）を
無料で受けられます

医療機関リスト（地区順・令和8年4月1日現在）

●：健診を実施する医療機関
○：がん検診を実施する医療機関

- ◆ 健診の前日は、アルコールの摂取や激しい運動は控えましょう。
- ◆ 午前中に受診する場合は、できるだけ朝食をとらないでください。
- ◆ 午後に受診する場合は、軽めの朝食をとり、健診までの飲食（水は摂取可）は控えましょう。

医療機関	電話 (0144)	所在地	健診	胃 内視鏡	胃 バリウム	肺	大腸	子宮 頸	乳
道央佐藤病院	67-0236	字樽前	●						
錦岡医院	67-0013	宮前町	●	○		○	○		
とまこまい西インター内科・ 消化器内科・小児科クリニック	68-1137	のぞみ町	●	○		○	○		
苫小牧澄川病院	67-3111	澄川町	●		○	○	○		
横山内科消化器科	74-0011	川治町	●	○	○	○	○		
たかせ内科クリニック	73-6233	川治町	●	○	○	○	○		
にっしん内科クリニック	71-1500	日新町	●	○	○	○	○		
すがわら内科呼吸器科	76-7011	しらかば町	●				○		
三好内科胃腸科クリニック	75-7711	豊川町	●	○	○	○	○		
柴田内科循環器科	71-2225	桜木町	●	○		○	○		
桜木ファミリークリニック	71-2351	桜木町	●	○	○	○	○		
とまこまい脳神経外科	75-5111	光洋町	●						
光洋いきいきクリニック	71-2700	光洋町	●						
眞和會苫小牧病院	72-1201	光洋町	●			○	○		
勤医協苫小牧病院	72-3151	見山町	●	○	○	○	○		
稲岡内科小児科	72-5141	北光町	●				○		
苫小牧日翔病院	72-7000	矢代町	●	○	○	○	○		○
阿部内科医院	36-0066	本町	●				○		
苫小牧市保健センター	35-0001	旭町	●	○	○	○	○	○	○
沖医院	32-8870	旭町	●	○		○	○		
加藤胃腸科内科クリニック	35-2125	緑町	●	○		○			
吉川医院	34-4565	表町	●			○	○		
よしだ内科循環器クリニック	33-3855	木場町	●			○	○		
苫小牧緑ヶ丘病院	34-4761	清水町	●						
苫小牧市立病院	33-3131	清水町	●	○	○	○	○	○	○
ほった内科・循環器クリニック	37-8011	泉町	●			○	○		

がん検診を受けることのできる方

年度内(4月1日～翌年3月31日)に右表の年齢の誕生日を迎える方が対象です。がん治療歴のある方は、実施できない場合があります。

胃がん（内視鏡）	50歳以上(偶数年齢)
胃がん（バリウム）・肺がん・大腸がん	40歳以上
子宮頸がん・乳がん（女性のみ）	40歳以上(偶数年齢)

医療機関	電話 (0144)	所在地	健診	胃 内視鏡	胃 バリウム	肺	大腸	子宮 頸	乳
王子総合病院	32-8111	若草町	●	○	○	○	○	○	○
苫都病院	34-2135	若草町	●		○	○	○		
苫小牧呼吸器内科クリニック	35-0002	双葉町	●			○	○		
とまこまい心血管クリニック	38-8000	三光町	●						
おおはた内科循環器クリニック	38-8500	三光町	●				○		
合田内科小児科医院	33-9208	音羽町	●	○		○	○		
同樹会苫小牧病院	36-1221	新中野町	●	○	○	○	○		
とよた腎泌尿器科クリニック	31-2000	元中野町	●						
三上外科整形外科	33-7815	元中野町	●						
苫小牧泌尿器科・循環器内科	57-0455	明野新町	●						
苫小牧東病院	55-8811	明野新町	●	○	○	○	○		
松沢クリニック	57-7171	明野新町	●				○		
たかぎ内科・循環器内科	53-7700	北栄町	●			○	○		
苫小牧東部脳神経外科	53-5000	北栄町	●						
苫小牧消化器外科	51-6655	北栄町	●	○	○	○	○		○
とまこまい北星皮ふとからだのクリニック	57-8000	拓勇東町	●				○		
さくらファミリークリニック	55-6526	東開町	●			○	○		
沼ノ端内科・脳神経クリニック	51-2811	東開町	●			○	○		
北海道対がん協会 札幌がん検診センター（予約専用）	011-600-0873	札幌市東区	●	○	○	○	○	○	○

がん検診のみ実施する医療機関	電話 (0144)	所在地	健診	胃 内視鏡	胃 バリウム	肺	大腸	子宮 頸	乳
青葉病院	75-8000	青葉町					○		
いわさきウイメンズヘルスクリニック	73-5353	弥生町	実施なし					○	
岩城産婦人科	38-3800	緑町	実施なし					○	
えざか産婦人科	Web予約	新開町	実施なし					○	
レディースクリニックめまのはた	Web予約	北栄町						○	