

令和7年度 タダとく健診のご案内



特定健診

高血圧症や脂質異常症(高脂血症)、糖尿病などの生活習慣病のリスクが高まっていないかをチェックするための健診

がん検診

がん(胃・肺・大腸・子宮頸・乳がんなど)を早期に発見するための検診

タダとく健診の検査項目

「特定健診」+「がん検診」
(胃・肺・大腸・子宮頸・乳)

タダとく健診
受診券

通常
25,000円
以上かかる
検査が

0円

特定健診:年度内(令和7年4月1日～令和8年3月31日)に迎える誕生日で40～74歳になる方
胃・肺・大腸がん検診:年度内(令和7年4月1日～令和8年3月31日)に迎える誕生日で40～74歳になる方、
ただし胃がん検診は年度内50歳以上かつ偶数年齢となる方のみバリウム又は内視鏡のどちらかを選択できます。それ以外の方はバリウムのみ対象です。

子宮頸・乳がん検診:年度内に偶数年齢になる女性の方

※特定健診とがん検診を別日または別の実施機関で検診を受診する場合には窓口で自己負担が発生します。申請によりご指定の口座へお振り込みいたします。詳細は裏面をご確認ください。

※健診実施機関によりがん検診の実施状況が異なります。実施機関や予約状況などにより、特定健診のみ又は特定健診と一部のがん検診のみの受診となる場合があります。

※保険診療でがん検診を実施する場合は、費用助成の対象とならず、自己負担が発生します。また、過去にがんの治療歴がある方は、がん検診の対象とならない場合がありますので、実施医療機関へご相談ください。

※特定健診のみの受診も可能です。がん検診を受診済み又は希望しない場合は、健診実施機関にお申し出ください。

※とまチョップポイントの引換は、令和8年3月31日までです。受診日によっては引換が間に合わない可能性がありますので、お早目にご受診ください。

特定健診



とまチョップポイント

+ がん検診1種類につき
100ポイント

受診期限

令和8年2月28日まで

健診の流れ

とまチョップ
©2011苫小牧市



① どこで受けるかを定める

同封の「苫小牧市タダとく健診実施機関一覧」よりお選びください。

② 予約

健診実施機関に直接お申し込みください。

③ 健診を受ける

当日の持ち物:保険資格を確認する書類(マイナ保険証、資格確認書など)・受診券・前年の健診結果(お持ちの場合)

※受診券表面の署名欄・裏面の質問票は事前に記入しておくスムーズです。

※マイナ保険証とは、健康保険証を利用登録したマイナンバーカードのことです。

通院治療中の方も、健診の対象です!

健診受診について、かかりつけ医へご相談ください。

お得な情報があります
裏面もご覧ください

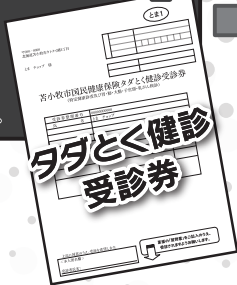
GOGO健診 ～5,500円で、さらに充実した健診へ～

タダとく健診の検査項目

「特定健診」+「がん検診」
(胃・肺・大腸)

※「GOGO健診」は、原則、特定健診とがん検診をセットで受ける方が対象です。

健診の
流れ



追加検査項目

貧血・心電図・眼底検査・尿酸・
腹部エコー・
聴力・視力



1. 予約 二次元コードよりお申し込みください。

電話での予約をご希望の方は、苫小牧市保健センター(ハスカッププラザ)電話:35-0001

2. 健診を受ける 「保険資格を確認する書類(マイナ保険証、資格確認書
など)・タダとく健診受診券・5,500円」を持ってGOGO!!



※「GOGO健診」は、実施日が決まっています。ご予約の際にご確認ください。 ※各実施日ごとに受診できる人数には限りがあります。お早目の予約をお願いします。
※子宮頸がん検診・乳がん検診は別途お申し込みの上、ご受診ください。 ※各年度で受診できるのは「GOGO健診」「タダとく健診」のいずれか一方のみとなります。



特定健診と胃・肺・大腸・子宮頸・乳がん検診を別々に受けても
がん検診の自己負担額が戻ってくる!

「苫小牧市が実施するがん検診」が対象です。
【保険診療で受けた健診等は対象となりませんのでご注意ください。】

※子宮頸がん検診・乳がん検診・胃がん検診(内視鏡検査)は年度内(R7.4.1～R8.3.31)に偶数年齢となる方が対象です。
(内視鏡検査は50歳以上である必要があります)

必要なもの

①特定健康診査等記録票(特定健診の結果)の原本、②がん検診領収書の原本、
③国保世帯主の口座のわかるもの

申請方法

郵送／申請書等を送りますので、保険年金課(電話:32-6425)へご連絡ください。
窓口／上記「必要なもの」を持参のうえ、市役所保険年金課(1階北庁舎ほけん・年金
窓口)へお越しください。

申請期限

令和8年3月31日まで

会社で受けた健診の結果を提供してください。

会社で受けた健診(事業主健診)の結果が特定健診の項目を満たす場合、結果を提供して頂く
ことで、「特定健診を受けた」ことになります。結果提供者にはとまチョップポイント
100ポイントと引換が可能な記録票をお送りいたします。また、お送りした記録票は「苫小牧
市が実施するがん検診(胃・肺・大腸・子宮頸・乳)」の費用助成申請書類として使用できます。

とまチョップ
ポイント
100
ポイント

※ポイントの引換は、
令和8年3月31日までです。

必要なもの

①健診結果提供同意書、②質問票、③特定健康診査等記録票(特定健診の結果)の原本、
④タダとく健診受診券(事業主健診と重複して受診できません)

申請方法

郵送／同意書等を送りますので、保険年金課(電話:32-6425)へご連絡ください。
窓口／上記「必要なもの」を持参のうえ、市役所保険年金課(1階北庁舎ほけん・年金
窓口)へお越しください。

お問合せ

苫小牧市保険年金課

電話:0144-32-6425