

苫小牧市国民健康保険加入の **30～39歳の方へ**

令和7年度

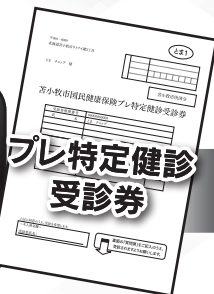
プレ特定健診のご案内

プレ特定健診とは？

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「特定健診」を、ひと足早く体験できます。
(通常は40歳以上の方が対象)

プレ特定健診の検査項目

身体測定(身長・体重・BMI)、血圧、
血液検査(脂質・肝機能・血糖)、
尿検査(尿糖・尿蛋白)、腎機能検査



通常
7,000円
以上かかる
検査が

0円

※医師が必要と判断した場合、詳細健診として貧血検査、心電図検査、眼底検査を実施します。

受診期限

令和8年2月28日まで

※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。

【健診の流れ】

STEP 1

どこで受けるかを決める

裏面の「苫小牧市プレ特定健診実施機関一覧」よりお選びください。

STEP 2

予約

健診実施機関に直接お申し込みください。

STEP 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・裏面の質問票はあらかじめご記入ください。

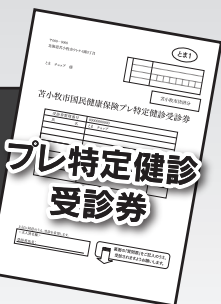


ゴー GOGO健診

～5,500円で、さらに充実した健診へ～

プレ特定健診の検査項目

身体測定、血圧、血液検査、
尿検査、腎機能検査



追加検査項目

胃部X線検査・胸部X線検査・
便潜血検査・貧血・心電図・眼底検査・
尿酸・腹部エコー・聴力・視力



健診の流れ

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。

※各年度で受診できるのは「GOGO健診」「プレ特定健診」のいずれか一方のみとなります。

※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。

裏面に、
健診実施機関一覧が
あります。

令和7年度

苫小牧市プレ特定健診実施機関一覧

■健診の期間■

令和8年
2月28日まで

- 医療機関ごとに健診実施日や休診日が異なります。必ずお確かめの上、ご受診ください。
- ご予約は、直接ご希望の健診実施機関へお申し込みください。

北海道対がん協会札幌がん検診センターでも受診できます。

※がん検診の受診が必須です。
詳しくは北海道対がん協会札幌がん検診センターにお問合せください。

住所	札幌市東区北26条東14丁目1-15
電話番号	(予約専用) 011-600-0873

地区	健診実施機関	住 所	電話番号
西部	道央佐藤病院	字樽前234	67-0236
	錦岡医院	宮前町2丁目33-4	67-0013
	苫小牧澄川病院	澄川町7丁目9-18	67-3111
	横山内科消化器科	川沿町4丁目1-2	74-0011
	たかせ内科クリニック	川沿町4丁目8-25	73-6233
	にっしん内科クリニック	日新町2丁目6-43	71-1500
	すがわら内科呼吸器科	しらかば町1丁目18-9	76-7011
中部	三好内科胃腸科クリニック	豊川町3丁目6-1	75-7711
	柴田内科循環器科	桜木町1丁目24-18	71-2225
	桜木ファミリークリニック	桜木町2丁目25-1	71-2351
	とまこまい脳神経外科	光洋町1丁目12-20	75-5111
	光洋いきいきクリニック	光洋町1丁目16-16	71-2700
	眞和會苫小牧病院	光洋町3丁目16-4	72-1201
	勤医協苫小牧病院	見山町1丁目8-23	72-3151
	稲岡内科小児科	北光町2丁目7-10	72-5141
	苫小牧日翔病院	矢代町2丁目18-1	72-7000
	阿部内科医院	本町1丁目5-12	36-0066
	苫小牧市保健センター	旭町2丁目9-7	35-0001
	沖医院	旭町4丁目4-15	32-8870
	加藤胃腸科内科クリニック	緑町2丁目5-20	35-2125
	吉川医院	表町5丁目2-3	34-4565
	よしだ内科循環器クリニック	木場町2丁目8-1	33-3855
	苫小牧緑ヶ丘病院	清水町1丁目5-7	34-4761
	苫小牧市立病院	清水町1丁目5-20	33-3131
	王子総合病院	若草町3丁目4-8	32-8111
	メンタルケアわかくさ	若草町5丁目1-5	34-2969
	苫都病院	若草町5丁目10-21	34-2135
	いまい内科クリニック	双葉町1丁目4-2	37-8686
	苫小牧市呼吸器内科クリニック	双葉町3丁目7-3	35-0002
	とまこまい心血管クリニック	三光町1丁目2-10	38-8000
	おおはた内科循環器クリニック	三光町1丁目2-11	38-8500
	合田内科小児科医院	音羽町2丁目17-3	33-9208
	同樹会苫小牧病院	新中野町3丁目9-10	36-1221
	とよた腎泌尿器科クリニック	元中野町2丁目17-12	31-2000
	三上外科整形外科	元中野町3丁目8-14	33-7815
	苫小牧泌尿器科・循環器内科	明野新町2丁目1-12	57-0455
	苫小牧東病院	明野新町5丁目1-30	55-8811
	松沢クリニック	明野新町5丁目13-21	57-7171
東部	たかぎ内科・循環器内科	北栄町1丁目22-33	53-7700
	苫小牧東部脳神経外科	北栄町2丁目27-27	53-5000
	苫小牧消化器外科	北栄町3丁目5-1	51-6655
	とまこまい北星皮ふとからだのクリニック	拓勇東町4丁目4-6	57-8000
	さくらファミリークリニック	東開町3丁目17-21	55-6526
	沼ノ端内科・脳神経クリニック	東開町4丁目20-18	51-2811

(R7.4.1現在、地区順)

お問合せ

苫小牧市保険年金課

電話:0144-32-6425