

国民健康保険の特定健診
「たるトク健診」

後期高齢者健康診査
「おたるハツラツ健診」

小樽市のがん検診

令和8年度(2026年度)版

小樽のけんしん まるわかりブック

40歳以上の
小樽市民が
対象です

20~39歳の女性は
子宮頸がん検診のみ
対象です



ころばぬ先の
がん検診
特定健診

1 受けられるけんしんを
確認する
【1~2ページ】

2 けんしんの受け方を
選んで予約する
【3~8ページ】

3 けんしんを受ける
【9ページ】

お問合せ

国民健康保険の方

- ✓ たるトク健診
(特定健康診査)
- ✓ 特定保健指導
のことなら

後期高齢者医療の方

- ✓ おたるハツラツ健診
(健康診査)
- ✓ 歯科健康診査
のことなら

生活保護受給世帯
の方

- ✓ 健康診査
のことなら

- ✓ 各種がん検診
- ✓ 肝炎ウイルス検査
のことなら

保険年金課庶務係
0134-32-4111
内線395



保険年金課
後期高齢者医療係
0134-32-4111
内線312



保健所健康増進課
0134-22-3110

保健所健康増進課
0134-22-3119

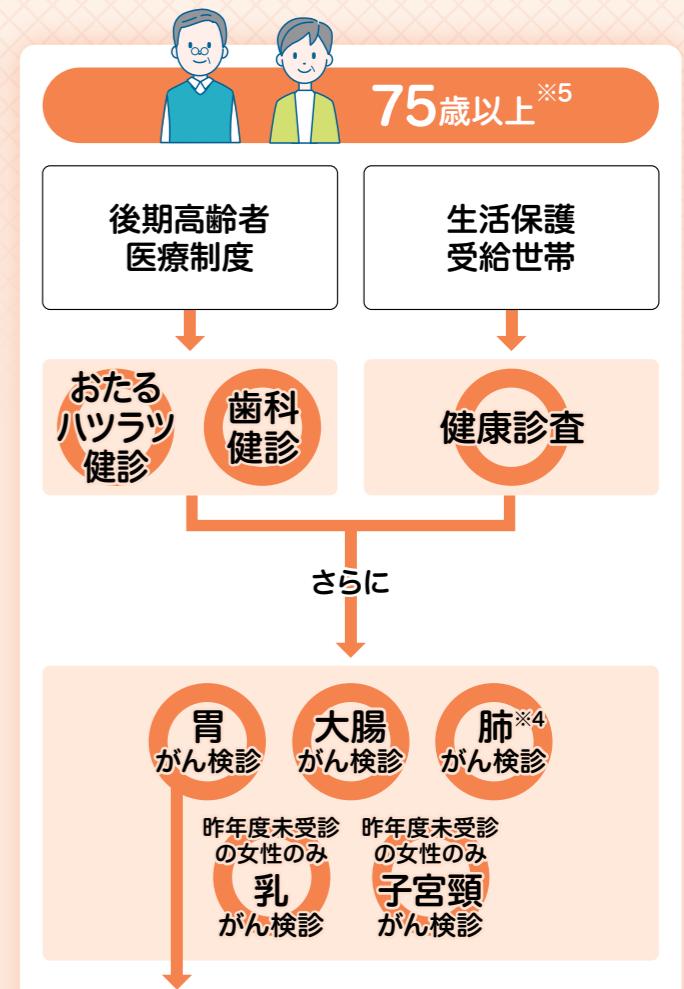
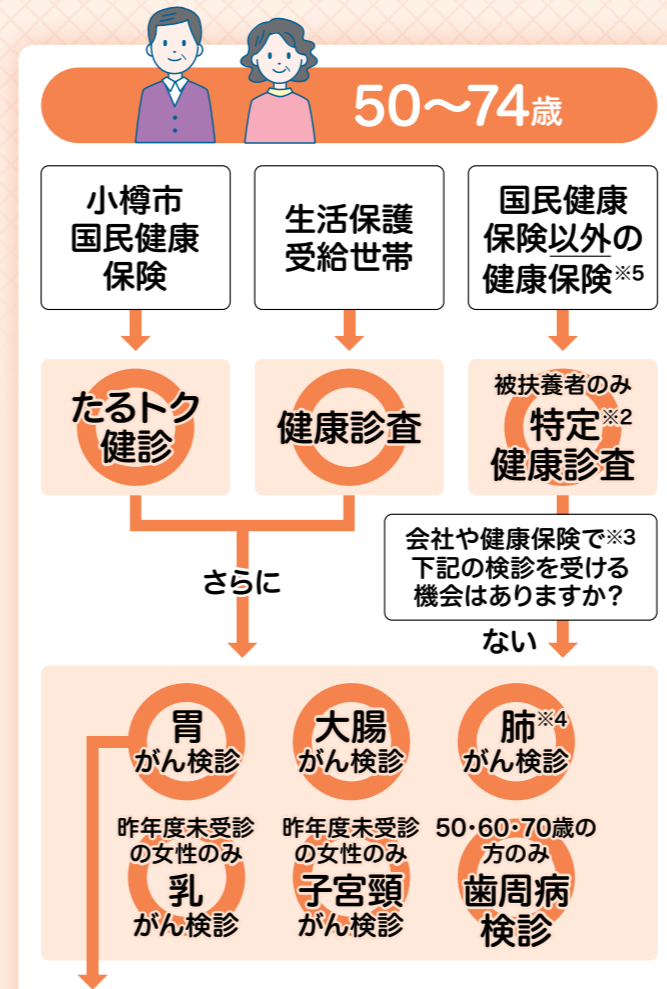
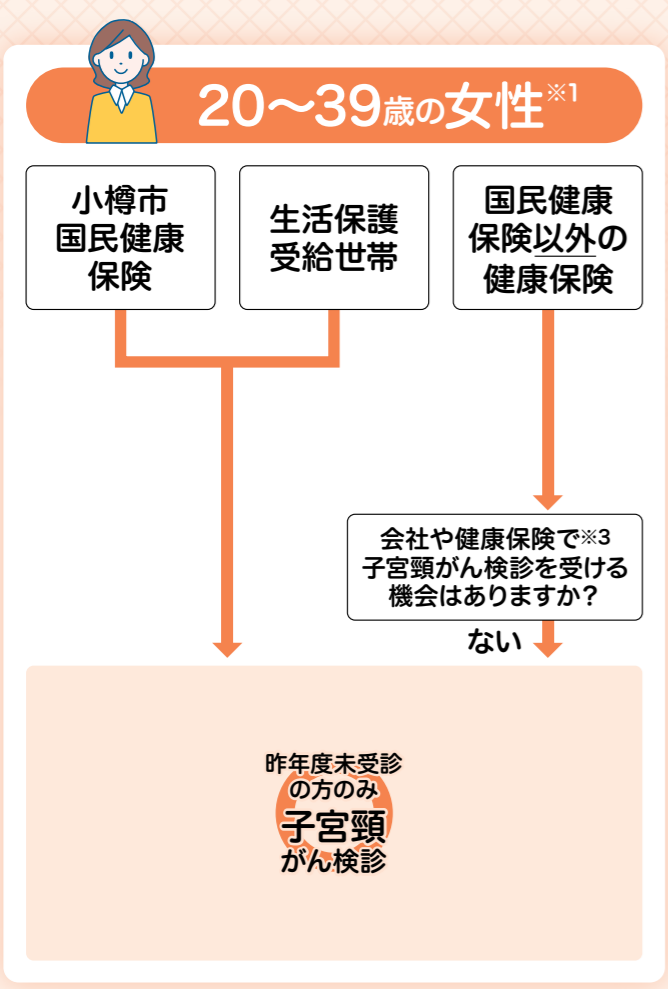


1 受けられるけんしんを確認する

2 けんしんの受け方を
選んで予約する まとめて1日で終わらせたい人
【3~4ページ】

朝早い時間や日曜日に行きたい人
【5ページ】 “予約なし”でパパッと受けたい人
【6ページ】

3 けんしんを受ける 自分のタイミングで行きたい人
【7~8ページ】



料金

たるトク健診	おたるハツラツ健診	健康診査	特定健康診査	胃がん検診		大腸がん検診	肺がん検診	乳がん検診	子宮頸がん検診	後期高齢者歯科健診	歯周病検診
				バリウム	内視鏡						
無料	無料	無料	加入する健康保険による	1,000円	3,000円	1,000円	無料	1,000円	1,300円	無料	無料

お得な情報

70歳以上の方

がん検診を受ける際に**生年月日を確認できる書類**(マイナ保険証など)を提示すれば…

生活保護世帯の方

がん検診を受ける際に**生活保護手帳**を提示すれば…

市民税非課税世帯の方

がん検診を受ける際に次のいずれかの書類を提示すれば…

- 保険料算定の基礎情報の世帯欄に「**非課税**」の表示がある **介護保険料額決定通知書** または **介護保険料納入通知書** ^{※6}
- 「**障初**」または「**老初**」の表示がある **重度心身障害者医療費受給者証**
- 「**親初**」の表示がある **ひとり親家庭等医療費受給者証**
- 保健所が発行する **検診費用が無料となる連絡票**

①を紛失した方には④を交付しますので、保健所健康増進課までお問合せください。(介護保険課では受付できません)

がん検診を無料で受けられます

胃がん検診の検査方法

受診日時点で50歳以上になっていますか？

はい ↓ いいえ ↓

今年度中に偶数年齢になりますか？

生年月	年齢	生年月	年齢
昭和51年4月~52年3月	50	昭和37年4月~38年3月	64
49年4月~50年3月	52	35年4月~36年3月	66
47年4月~48年3月	54	33年4月~34年3月	68
45年4月~46年3月	56	31年4月~32年3月	70
43年4月~44年3月	58	29年4月~30年3月	72
41年4月~42年3月	60	27年4月~28年3月	74
39年4月~40年3月	62		

はい ↓ いいえ ↓

内視鏡検査 または **バリウム検査** | **バリウム検査**

胃がん検診の検査方法

今年度中に偶数年齢になりますか？

生年月	年齢
昭和25年4月~26年3月	76
23年4月~24年3月	78
21年4月~22年3月	80
19年4月~20年3月	82
17年4月~18年3月	84
15年4月~16年3月	86
13年4月~14年3月	88
11年4月~12年3月	90

はい ↓ いいえ ↓

内視鏡検査 または **バリウム検査** | **バリウム検査**

※1…40歳未満の方は市が実施する健康診査の対象外です。
 ※2…国民健康保険以外の健康保険に加入する被保険者は市が実施する健康診査の対象外です。
 ※3…会社や健康保険でがん検診を受ける機会がある方は市が実施するがん検診の対象外です。
 ※4…65歳以上の方の肺がん検診は結核検診も兼ねます。
 ※5…65歳以上75歳未満の方で後期高齢者医療制度に加入する被保険者は「75歳以上」をご覧ください。
 ※6…令和8年6月以降に発行される①市民税非課税世帯であっても、「課税」と表示される場合があります。該当する方には、④を交付しますので、保健所健康増進課までお問合せください。(介護保険課では受付できません)

まとめて1日で終わらせたい

バスツアーけんしん

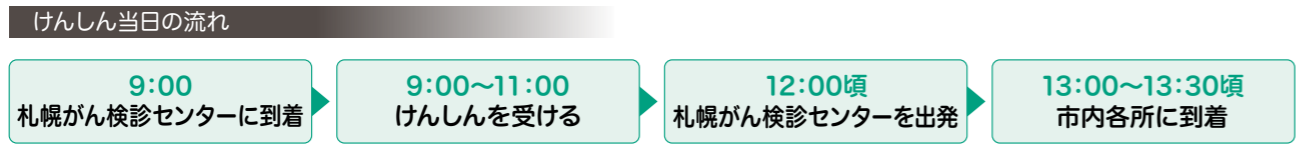
各種健康診査 (バリウム検査) 胃がん検診 (内視鏡) 大腸がん検診 肺がん検診 乳がん検診 子宮頸がん検診

※たるトク健診、国民健康保険以外の特定健康診査、生活保護世帯の健康診査、おたるハツラツ健診

電話で申し込み 0134-22-3119

ウェブで申し込み 

無料送迎バスに乗って札幌がん検診センター(札幌市東区)に向かいます。バスは市内各所に停まるので「JRを乗り継いで札幌まで行くのはちょっと…」という方にもおすすめ。



バスの発着時刻と申込期限

実施日	乗り場/発着時刻											申込期限			
	塩谷サービスセンター	オタモイ入口	幸会館	ツルハドラッグ小樽手宮店	小樽駅前	小樽市役所	住吉神社前	ばるて築港	桜交番	望洋ふれあいセンター	新光団地集会所		ラルズマート桂岡店	銭函市民センター	札幌がん検診センター
令和8年5月22日(金)									7:30	7:40	7:50	8:15	8:25	9:00	令和8年4月30日(木)
6月 3日(水)				7:40	7:50	→	8:00	8:10	→	→	→	→	→	9:00	5月13日(水)
6月19日(金)			7:35	→	7:50	→	8:00	8:10	→	→	→	→	→	9:00	5月29日(金)
7月13日(月)									7:30	7:40	7:50	8:15	8:25	9:00	6月23日(火)
8月 3日(月)				7:40	7:50	→	8:00	8:10	→	→	→	→	→	9:00	7月13日(月)
8月18日(火)	7:25	7:35	→	→	7:50	→	8:00	8:10	→	→	→	→	→	9:00	7月28日(火)
9月24日(木)									7:30	7:40	7:50	8:15	8:25	9:00	9月 3日(木)
10月 2日(金)			7:35	→	7:50	→	8:00	8:10	→	→	→	→	→	9:00	9月10日(木)
11月21日(土)				7:40	7:50	8:05	→	→	→	→	→	→	→	9:00	10月30日(金)
12月 2日(水)									7:20	7:35	7:50	8:15	8:25	9:00	11月11日(水)
令和9年1月16日(土)				7:40	→	7:50	8:00	→	→	→	→	→	→	9:00	12月23日(水)
2月 8日(月)									7:20	7:35	7:50	8:15	8:25	9:00	令和9年1月18日(月)
2月25日(木)				7:40	→	7:50	8:00	→	→	→	→	→	→	9:00	2月 4日(木)

ねらいめの日はこちら!

塩谷・オタモイ地区 8月18日(火)	幸地区 6月19日(金)	手宮地区 6月3日(水)	桜・望洋台・新光・銭函地区 7月13日(月)
小樽駅前 6月3日(水)	自家用車の方 11月21日(土) 市役所敷地内の駐車場に車を停められます		

小樽市立病院のセットけんしん

電話で申し込み 小樽市立病院 0134-25-1211

各種健康診査 胃がん検診 (バリウム検査) 胃がん検診 (内視鏡) 大腸がん検診 肺がん検診 乳がん検診 子宮頸がん検診

※たるトク健診、国民健康保険以外の特定健康診査、生活保護世帯の健康診査、おたるハツラツ健診

いつもは肺がん検診をしていない小樽市立病院ですが、セットけんしんの日は肺がん検診ができる検診車がやってきます。「1日で終わらせたいけど市外に行くのはちょっと…」という方にもおすすめ。

実施日 / 午前9時から受診開始

実施日	申込開始日	実施日	申込開始日	実施日	申込開始日
令和8年5月20日(水)	令和8年4月1日(水)	9月 9日(水)	8月3日(月)	令和9年1月 6日(水)	12月1日(火)
6月10日(水)	5月1日(金)	9月16日(水)	8月3日(月)	1月13日(水)	12月1日(火)
6月17日(水)	5月1日(金)	10月14日(水)	9月1日(火)	1月20日(水)	12月1日(火)
7月 8日(水)	6月1日(月)	10月28日(水)	9月1日(火)	2月 3日(水)	令和9年1月4日(月)
7月15日(水)	6月1日(月)	11月11日(水)	10月1日(木)	2月17日(水)	1月4日(月)
7月22日(水)	7月1日(水)	11月18日(水)	10月1日(木)	3月 3日(水)	2月1日(月)
8月12日(水)	7月1日(水)	12月 9日(水)	11月2日(月)	3月10日(水)	2月1日(月)
8月19日(水)	7月1日(水)	12月16日(水)	11月2日(月)		

札幌がん検診センター

電話で申し込み 札幌がん検診センター 011-748-5522

各種健康診査 胃がん検診 (バリウム検査) 胃がん検診 (内視鏡) 大腸がん検診 肺がん検診 乳がん検診 子宮頸がん検診

※たるトク健診、国民健康保険以外の特定健康診査、生活保護世帯の健康診査、おたるハツラツ健診

札幌市東区にある札幌がん検診センターでは、毎日(一部の土・日曜日を除く)けんしんを受けることができます。「忙しくて日程が合わない」「自分のタイミングで受けたい」という方におすすめ。

実施日時 ※5月は第2・3週のみ、9月は第1・4週のみ

	月	火	水	木	金	土	日
午前 8:30~11:00	○	○	○	○	○	第1・3週のみ*	12月6日、1月24日、2月7日、3月14日のみ
午後 13:00~15:00	○	○	○	○	○	×	×

ウェブで申し込み  申込期限 7日前

所在地 北海道対がん協会 札幌がん検診センター 札幌市東区北26条東14丁目1-15 (地下鉄東豊線元町駅2番出口より徒歩7分)

9月6日(日)はウイングベイけんしんデー

各種健康診査 胃がん検診 (バリウム検査) 胃がん検診 (内視鏡) 大腸がん検診 肺がん検診 乳がん検診 子宮頸がん検診

※たるトク健診、国民健康保険以外の特定健康診査、生活保護世帯の健康診査、おたるハツラツ健診

保健所がウイングベイ小樽に移転して2年目となる今年、もっと身近に・気軽にけんしんを受けてもらえるように、ウイングベイ小樽でけんしんを受けられるイベントを開催します。お買い物のついでにサクッと健康チェックをしませんか?

問合せ 保健所健康増進課 0134-22-3119

会場 ウイングベイ小樽 小樽市築港11番1号 ウイングベイ小樽 一番街4階(受付)

開催時間・申込方法など 詳細は広報おたるでお知らせ予定です。

朝早い時間や日曜日に行きたい

地域のけんしん

各種健康診査
 胃がん検診 (バリウム検査) 胃がん検診 (内視鏡) 大腸がん検診 肺がん検診 乳がん検診 子宮頸がん検診

※たるトク健診、国民健康保険以外の特定健康診査、生活保護世帯の健康診査、おたるハツラツ健診

電話で申し込む 保健所健康増進課 0134-22-3119

ウェブで申し込む



Point 町内会館などに検診車がやってきます。朝早くに受けられる日もあるので「仕事前にサッと済ませたい」「遠くまで行くのはちょっと…」という方にもおすすめ。

実施日時・会場 会場所在地は、7~8ページの地図に▲1~10表示しています。

実施日	実施時間	会場	会場所在地	地図	各種健康診査	申込期限
令和8年 5月27日(水)	7:00~9:00	天神会館	天神1-21-1	P7 ▲6		令和8年 5月14日(木)
6月24日(水)	9:00~10:30	銭函市民センター	銭函2-28-10	P8 ▲10		6月11日(木)
8月17日(月)	9:00~10:30	望洋ふれあいセンター	望洋台2-2-11	P8 ▲8		8月3日(月)
8月30日(日)	9:00~11:00	銭函市民センター	銭函2-28-10	P8 ▲10	○	8月4日(火)
9月1日(火)	6:00~8:00	和光学園	桜4-3-1	P8 ▲7		8月19日(水)
9月17日(木)	6:00~8:00	塩谷サービスセンター	塩谷1-18-7	P7 ▲2		9月4日(金)
9月17日(木)	9:00~11:00	幸会館	幸3-28-5	P7 ▲3		9月4日(金)
9月30日(水)	9:00~10:30	太田整形外科医院	見晴町8-24	P8 ▲9	○	9月14日(月)
10月21日(水)	8:00~9:00	高村内科医院	赤岩1-15-14	P7 ▲4	○	10月7日(水)
10月25日(日)	9:00~11:00	小樽市役所	花園2-12-1	P8 ▲5		10月13日(火)
11月4日(水)	9:00~11:00	蘭島会館	蘭島1-24-19	P7 ▲1		10月22日(木)

ねらいめの日はこちら!

蘭島地区 塩谷・幸地区 市内中心部 奥沢・天神地区 桜・望洋台地区 銭函地区

11月4日(水) 9月17日(木) 10月25日(日) 5月27日(水) 8月17日(月) 9月30日(水)

済生会小樽病院のセットけんしん

各種健康診査
 胃がん検診 (バリウム検査) 胃がん検診 (内視鏡) 大腸がん検診 肺がん検診 乳がん検診 子宮頸がん検診

※たるトク健診、国民健康保険以外の特定健康診査、生活保護世帯の健康診査、おたるハツラツ健診

電話で申し込む 済生会小樽病院 0134-25-4321

Point いつもは肺がん検診をしていない済生会小樽病院ですが、セットけんしんの日には肺がん検診ができる検診車がやってきます。朝早くに受けられるので「仕事前にサッと済ませたい」という方にもおすすめ。

実施日 / 午前6時30分から受診開始

実施日	申込開始日	実施日	申込開始日
令和8年 5月20日(水)	令和8年 4月1日(水)	令和8年 9月16日(水)	令和8年 8月3日(月)
6月17日(水)	5月1日(金)	10月14日(水)	9月1日(火)
7月15日(水)	6月1日(月)	11月18日(水)	10月1日(木)
8月19日(水)	7月1日(水)		

“予約なし”でパッと受けたい

肺がん・結核の巡回検診

各種健康診査
 胃がん検診 (バリウム検査) 胃がん検診 (内視鏡) 大腸がん検診 肺がん検診 乳がん検診 子宮頸がん検診

※たるトク健診、国民健康保険以外の特定健康診査、生活保護世帯の健康診査、おたるハツラツ健診

予約不要
直接会場へお越しください

- 金属類の付いた服装は避けてください。
- 妊娠中の方は受診できません。

Point 肺がん検診ができる検診車が市内を巡回します。「予定を立てるのが難しい」「隙間時間にパッと終わらせたい」という方にもおすすめ。

実施日時・会場 会場所在地は、7~8ページの地図に1~26表示しています。

実施日	実施時間	会場	会場所在地	地図
令和8年 5月7日(木)	13:30~14:30	張碓町民会館前	張碓町189	P8 20
5月7日(木)	15:00~16:00	ヤマダデンキグループCMS銭函店横	銭函2-5-3	P8 23
5月8日(金)	13:30~14:30	銭函1丁目公園前	銭函1-8	P8 22
5月12日(火)	13:30~14:30	東小樽病院駐車場	新光2-29-3	P8 18
5月13日(水)	13:30~14:30	セブンイレブン小樽朝里3丁目店駐車場	朝里3-18-12	P8 19
5月27日(水)	10:00~11:00	潮見ヶ岡神社境内	若竹町1-10	P7 14
6月1日(月)	13:30~15:00	緑本町会館前	緑2-28-5	P7 7
6月24日(水)	11:30~12:30	元ビューティーサロンなかむら前	銭函3-16-10	P8 25
7月17日(金)	13:30~14:30	真栄会館前	真栄1-16-21	P7 12
7月17日(金)	15:00~16:00	奥沢中央町会館前	奥沢3-22-6	P7 11
8月17日(月)	11:30~12:30	ぼえむガーデン(小樽望洋台郵便局隣)前	望洋台2-30-7	P8 17
8月21日(金)	13:30~14:30	オタモイ住宅1号棟駐車場	オタモイ1-26	P7 1
8月21日(金)	15:00~16:00	石山公園前	石山町27	P7 3
8月24日(月)	13:30~14:30	ひろせ商店横	星野町12-7	P8 26
9月2日(水)	13:30~14:30	入船六三町会館前	入船2-23-16	P7 10
9月2日(水)	15:00~16:00	上部入船会館前	入船4-13-6	P7 9
9月7日(月)	13:30~15:00	長崎屋小樽店静屋通り入口前	稲穂2-20-1	P8 6
9月8日(火)	13:30~14:30	セイコーマート小樽長橋店前	長橋4-6-1	P7 2
9月8日(火)	15:00~16:00	ツルハドラッグ小樽手宮店前	手宮1-2-1	P7 5
9月15日(火)	13:30~14:30	東小樽会館前	桜1-4-16	P8 15
9月15日(火)	15:00~16:00	セブンイレブン小樽桜町店前	桜5-6-6	P8 16
9月20日(日)	10:00~12:00	小樽市総合体育館玄関前	花園5-2-2	P7 8
9月24日(木)	13:30~15:00	コープさっぽろ小樽南店駐車場(保育園横)	入船1-7-7	P8 13
9月28日(月)	13:30~14:30	ラルズマート桂岡店駐車場	桂岡町2-8	P8 21
9月28日(月)	15:00~16:00	銭函市民センター	銭函2-28-10	P8 24
10月21日(水)	10:00~11:00	高島会館前	高島5-1-4	P7 4

ねらいめの日はこちら!

オタモイ地区 長橋・手宮地区 小樽駅前 緑・花園地区 入船地区

8月21日(金) 9月8日(火) 9月7日(月) 9月20日(日) 9月2日(水)

奥沢地区 若竹地区 桜・望洋台地区 新光・朝里地区 銭函地区

7月17日(金) 5月27日(水) 9月15日(火) 5月13日(水) 5月7日(木)

1 受けられるけんしんを確認する

2 けんしんの受け方を選んで予約する

3 けんしんを受ける

自分のタイミングで行きたい

胃がん検診は 内視鏡がいい

かかりつけの病院で受けてたい

市内医療機関

下記医療機関では通年で受け付けています。受診できる日時や予約が必要かどうかは医療機関によって異なりますので、受たい医療機関に受たいけんしんを伝えてお問合せください。

地区	番号	医療機関名	所在地 電話番号	特定 健診	胃 がん バリウム	大腸 がん 内視鏡	子宮 頸がん	乳がん	肝炎 ウイルス
塩谷・長橋・オタモイ・高島・手宮地区	1	高橋医院	塩谷2-17-13 26-4131	●	●	□ か鼻	●	●	●
	2	谷口内科医院	幸4-30-5 22-6038	●	●	●	●	●	●
	3	勤医協小樽診療所	長橋4-5-23 25-5722	●	●	●	●	●	●
	4	小樽長橋内科	長橋2-17-16 33-3535	●	●	●	●	●	●
	5	高村内科医院	赤岩1-15-14 23-8141	●	●	●	●	●	●
	6	なつ胃腸内科・ 歯科クリニック	梅ヶ枝町24-13 31-3131	●	●	□ か鼻	●	●	●
	7	梅ヶ枝内科・ 眼科クリニック	梅ヶ枝町1-3 27-2323	●	●	●	●	●	●
	8	直江クリニック	豊川町3-10 22-5052	●	●	●	●	●	●
	9	錦町医院	錦町1-5 22-2929	●	●	●	●	●	●
	10	島田脳神経外科	錦町1-2 22-4310	●	●	●	●	●	●
小樽駅周辺	11	大本内科クリニック	稲穂4-9-17 24-0066	●	●	●	●	●	●
	12	おたるレディース クリニック	稲穂4-1-7 25-0303	●	●	●	●	●	●
	13	藤澤心臓血管 クリニック	稲穂3-1-16 22-2238	●	●	●	●	●	●

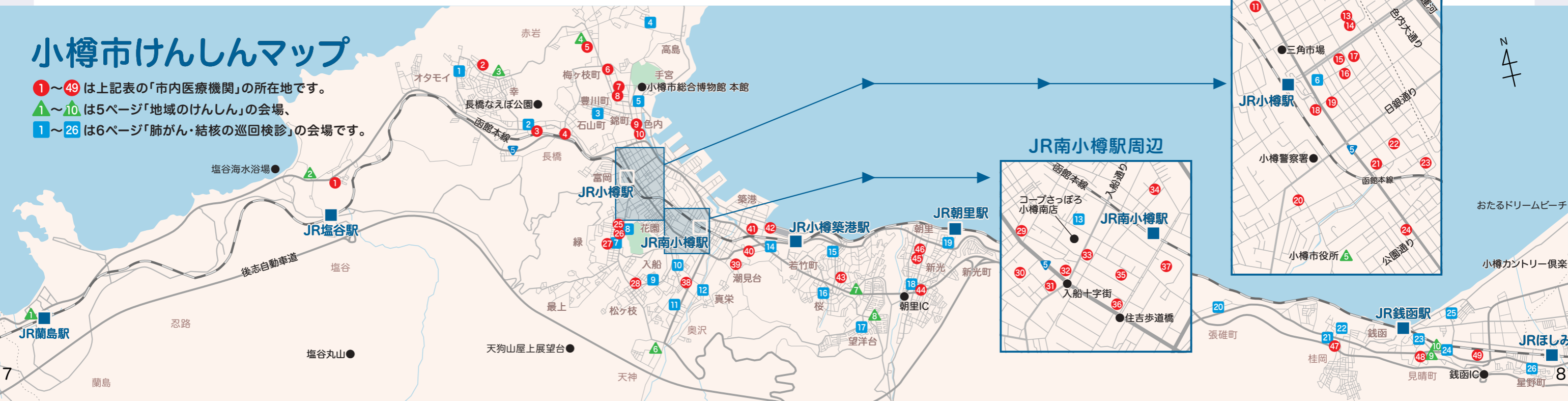
地区	番号	医療機関名	所在地 電話番号	特定 健診	胃 がん バリウム	大腸 がん 内視鏡	子宮 頸がん	乳がん	肝炎 ウイルス	
小樽駅周辺	14	太田医院	稲穂3-1-17 27-2131	●	●	●	●	●	●	
	15	新開レディース クリニック	稲穂2-9-11 24-6800	●	●	●	●	●	●	
	16	松原内科クリニック	稲穂2-11-13 33-0099	●	●	●	●	●	●	
	17	おたるの外科内科 クリニック	稲穂2-8-18 050-5799-4526	●	●	●	●	●	●	
	18	野口病院	稲穂2-22-6 32-3775	●	●	●	●	●	●	
	19	本間内科医院	稲穂2-19-13 25-3361	●	●	●	●	●	●	
	20	板谷 内科胃腸科医院	富岡1-13-21 33-0733	●	●	●	●	●	●	
	21	三ツ山病院	稲穂1-9-2 23-1289	●	●	●	●	●	●	
	22	小樽掖済会病院	稲穂1-4-1 24-0325	●	●	□ か鼻	●	●	●	
	23	小樽なかがき糖尿病・ 内科クリニック	花園1-1-9 64-6321	●	●	●	●	●	●	
	24	きたおか 内科消化器クリニック	花園2-5-4 21-1222	●	●	●	●	●	●	
	山手地区	25	松島内科	緑1-16-3 33-0551	●	●	●	●	●	●
		26	札幌・すがた医院	緑2-29-3 23-8266	●	●	●	●	●	●

地区	番号	医療機関名	所在地 電話番号	特定 健診	胃 がん バリウム	大腸 がん 内視鏡	子宮 頸がん	乳がん	肝炎 ウイルス
山手地区	27	大橋内科胃腸科 クリニック	緑2-34-3 22-7089	●	●	□ のみ	●	●	●
	28	本多医院	松ヶ枝1-18-10 23-0873	●	●	●	●	●	●
南小樽駅周辺	29	花園内科クリニック	花園3-15-15 31-0717	●	●	●	●	●	●
	30	小樽中央病院	入船2-2-18 21-2222	●	●	●	●	●	●
	31	中垣 内科小児科医院	入船2-4-8 22-9631	●	●	●	●	●	●
	32	栗栖 皮膚科泌尿器科	入船1-11-15 32-5555	●	●	●	●	●	●
	33	せのた 内科クリニック	入船1-8-15 27-7171	●	●	●	●	●	●
	34	うのクリニック	住吉町7-5 33-6586	●	●	●	●	●	●
	35	小樽協会病院	住ノ江1-6-15 23-6234	●	●	●	●	●	●
	36	阿久津内科医院	住ノ江1-8-16 33-5678	●	●	●	●	●	●
	37	小樽市立病院	若松1-1-1 25-1211	●	●	□ か鼻	●	●	●
南小樽地区	38	小野内科医院	奥沢2-6-12 22-5792	●	●	□ か鼻	●	●	●
	39	南小樽病院	潮見台1-5-3 21-2333	●	●	●	●	●	●

それぞれの医療機関の場所は下記の地図でご確認ください。表の番号(1~49)と地図中の番号は連動しています。

小樽市けんしんマップ

- 1~49 は上記表の「市内医療機関」の所在地です。
- 1~10 は5ページ「地域のけんしん」の会場、
- 1~26 は6ページ「肺がん・結核の巡回検診」の会場です。



JR小樽駅周辺



JR南小樽駅周辺



1 受けられるけんしんを確認する 2 けんしんの受け方を選んで予約する 3 けんしんを受ける

けんしん当日の持ち物

マイナ保険証
または
資格確認書

70歳以上の方はがん検診が無料となりますが、生年月日を確認できる書類がない場合は有料となります。**後日の払い戻しはありません**のでご注意ください。



健康診査を受ける方

受診券

5月中旬に発送します。紛失した方は保険年金課へご連絡ください。**受診券の提示がない方は健康診査を受けられません。**



がん検診を受ける方で
事前に送付されている方

問診票

申し込み後に発送します。(検診の種別や受診機関によって送付しない場合があります)



大腸がん検診を受ける方

採便済みの検査キット

申し込み後に発送します。同封する案内に沿って受診前に採便してください。



がん検診を受ける方で
市民税非課税世帯の方

非課税世帯であることを証明する書類

1ページ参照



生活保護世帯の方

生活保護手帳



たるトク健診は次の方法で代用することができます

通院中の方

「みなし健診」

ふだんの治療で「たるトク健診」の項目と同様の検査を実施していた場合、そのデータを提供いただくことで「たるトク健診」を受診したとみなす制度です。検査結果データは医師が判断し、医療機関から提供いただきます。

▼

「みなし健診」を受けるためには

かかりつけ医へご相談ください
(みなし健診対応医療機関は7~8ページを参照)

職場の健診や人間ドックを受けた方

「自己申告健診」

職場の健診や人間ドックで「たるトク健診」と同様の検査を実施していた場合、その検査結果(医師の判定を含む)を提供いただくことで「たるトク健診」を受診したとみなす制度です。 ※質問票(同意書)のご記入が必要です。

▼

「自己申告健診」を受けるためには

保険年金課
0134-32-4111 内線395
までお問合せください

みなし健診と自己申告健診もQ.U.Oカードが当たるキャンペーンの対象です。詳しくは裏面へ

小樽のけんしんまるわかり早見表

けんしんの種類	けんしんの方法・内容	対象者	受診頻度	料金	
健診	【たるトク健診】 国民健康保険の特定健康診査	●問診 ●身体計測(身長、体重、肥満度、BMI、腹囲) ●血圧測定 ●血液検査(血糖、血中脂質、肝機能、腎機能、代謝機能) ●尿検査(尿糖、尿たん白)	40~74歳	年度に1回	無料
	国民健康保険以外の特定健康診査	〃	40~74歳	年度に1回	加入する健康保険による
	生活保護世帯の健康診査	〃	40歳以上	年度に1回	無料
歯科けんしん	【おたるハツラツ健診】 後期高齢者健康診査	●問診 ●身体計測(身長、体重、BMI) ●血圧測定 ●血液検査(血糖、血中脂質、肝機能、腎機能、代謝機能) ●尿検査(尿糖、尿たん白)	75歳以上	年度に1回	無料
	後期高齢者歯科健診	歯や噛み合わせの状態、口腔内の衛生、歯周組織の状況、舌の動き、噛む力、飲み込む力を検査します。	75歳以上	年度に1回	無料
	歯周病検診	歯や噛み合わせの状態、口腔内の衛生、歯周組織の状況などを検査します。	年度内に 40・50・60・70歳になる方	年度に1回	無料

けんしんの種類	けんしんの方法・内容	対象者	受診頻度	料金		
がん検診	胃がん検診	バリウム検査	バリウムと胃を膨らませる発泡剤を飲み、胃のレントゲンを撮ります。胃の大きさや形、胃壁の変化などを観察します。	40歳以上	年度に1回	1,000円
		内視鏡検査	胃内視鏡(胃カメラ)を口または鼻から挿入して、胃粘膜の変化などを観察します。	50歳以上で 年度内に偶数年齢になる方	2年度に1回	3,000円
	大腸がん検診	検査日前の2日分の便を採って提出する便潜血検査です。便に血が混じっていないか検査します。	40歳以上	年度に1回	1,000円	
	肺がん検診	胸部のレントゲンを撮ります。65歳以上は結核検診も兼ねています。	40歳以上	年度に1回	無料	
	乳がん検診	乳房を板で挟み、薄く伸ばした状態でレントゲンを撮るマンモグラフィ検査です。	40歳以上の女性	2年度に1回	1,000円	
	子宮頸がん検診	専用のブラシや綿棒などで子宮頸部の細胞をこすり取り、ガラスに塗って顕微鏡で調べる検査です。	20歳以上の女性	2年度に1回	1,300円	
その他	肝炎ウイルス検査	B型とC型の血液検査です。	これまで受けたことがない方	生涯に1回	無料	
	風しん抗体検査	HI法またはEIA法による血液検査です。	妊娠を希望する女性と、同居するその家族	生涯に1回	無料	



お得な情報



対象

小樽市国民健康保険に加入している40歳以上の方



たるトク健診を受けて QUOカードをゲットしよう

1

小樽市国民健康保険に加入している
40歳以上の方は全員

たるトク健診が無料
(個人で受診すると8,500円以上)

早期受診キャンペーン

2

たるトク健診を令和8年10月までに受診した方は全員
令和8年11月～令和9年3月に受診した方は抽選で毎月20人に

QUOカード1,000円分をプレゼント
(受診から約3か月後に発送)

連続受診キャンペーン

3

たるトク健診を令和6～8年度に
3年連続で受診した方は抽選で20人に

脳ドック受診券をプレゼント
(令和9年6月頃に抽選・発送)

※上記キャンペーンは、みなし健診、自己申告健診の方(10ページ参照)も対象となります。
※QUOカードと脳ドック受診券の当選者の発表は、発送をもって代えさせていただきます。

対象

後期高齢者医療制度に加入している方



おたるハツラツ健診(後期高齢者健康診査) を受けてQUOカードをゲットしよう

令和8年度
開始

1

後期高齢者医療制度に加入している方は全員

健康診査が無料
(個人で受診すると8,500円以上)

早期受診キャンペーン

2

おたるハツラツ健診を令和8年10月までに
受診した方は抽選で毎月150人に

QUOカード1,000円分をプレゼント
(受診から約3か月後に発送)

※QUOカードの当選者の発表は、発送をもって代えさせていただきます。

対象

小樽市のがん検診を受診した方や対象の健康講座等に参加した方



市のがん検診や講座を受けて 健康ポイントをゲットしよう

詳細は
こちら



1

25ポイントためると

ウイングベイ小樽館内店舗の各種特典をプレゼント

2

50ポイントためると

イオンシネマ映画鑑賞チケット、オタルポウルプレー券、スマートスタジオ
パーソナルトレーニング20分無料券など、いずれか一つをプレゼント

がん検診や
対象の講座等
を受ける

「ウェルネス知恵袋」の
LINE公式アカウントを
「友だち追加」する



検診結果を健康増進課に提示する
ポイントを付与するスマートフォンもお持ちください
(場所)ウイングベイ小樽 一番街4階 小樽市保健所6番窓口
(時間)午前9時～午後5時20分

ポイント
ゲット

各種がん検診
10～25ポイント
対象の講座など
1～25ポイント