

未来のわたし、守るけんしん

けんしんガイド

令和6年度保存版

5月7日(火)から予約開始!

集団けんしんの予約が便利になりました!

✓ ネット予約 (24時間いつでも予約できます)

ネット予約はこちら



家族の代理予約
もできます♪

士別市 けんしん

検索



電話予約 (北海道けんしん予約コールセンター)

0120-149-375

受付時間 平日 8:45~17:15 第1・3土曜日 8:45~12:05

士別市の けんしんの受け方

予約前に確認!

士別市に住民票があり、勤務先などでけんしんを受ける機会がない方が対象です。
けんしん実施期間内（令和6年度中）に、各けんしんを受診できるのは1回です。
がん・骨粗しょう症ですでに治療中の方は、医療機関に相談のうえ、ご予約ください。

忘れないように
メモ!!

1 受けるけんしんを決める

P.2 をチェック!

胃 肺 大腸 / 子宮 乳 / 骨
健康診査(特定健診など)

2 受ける日程を決める

P.3、P.4 をチェック!

月 日

3 予約する

集団
けんしん

詳細はP.3へ

ネット予約 or 電話予約



北海道けんしん予約コールセンター

0120-149-375

平日8:45~17:15

第1・3土曜日8:45~12:05

けんしん
その他の

詳細はP.4へ

受診するけんしん機関へ直接予約

- ・成人病健診センター
- ・あさひクリニック
- ・旭川がん検診センター

4 受ける

がん検診・人間ドックを申込みされた方は、けんしんの約10日前に案内文が届きます。

5 結果を確認

集団けんしん

その他のけんしん

けんしん受診後1ヶ月~1か月半で
結果をハガキまたは封書でお知らせします

結果が要精密検査だった時は...

精密検査依頼書を持って

必ず受診しましょう



けんしんの種類と料金

値引きの詳細は
P.78

セットでお得に受診しよう!通常料金の70%を市が負担します!


けんしんの種類	対象者と料金 (対象年齢は令和7年3月31日時点)							
	20歳	30歳	35歳	40歳	75歳	国保加入者	その他の保険	検診日年齢70歳以上 生活保護
胃がん検診				35歳以上		500円	1,700円	無料
肺がん検診				35歳以上		500円	600円	
				喀痰検査 検診時、問診にて該当になる方		500円	1,000円	
大腸がん検診				35歳以上		500円	1,000円	
子宮がん検診 (2年に1回)	女性のみ (偶数年齢者が助成の対象)	20歳以上				500円	1,800円	無料
		経膈超音波検査				〔奇数年齢で受けると 6,105円〕 ★平成15年4月2日～平成16年4月1日生は無料		
		子宮体部がん検査 検診時、問診にて該当になる方				500円	500円	無料
						〔奇数年齢で受けると 1,100円〕		
乳がん検診 (2年に1回)				40歳以上	乳房超音波検査 40代希望者のみ	1,000円	2,000円	無料
						〔奇数年齢で受けると 40代 6,512円 50代以上5,555円〕 ★昭和58年4月2日～昭和59年4月1日生は無料		
骨粗しょう症検診 (2年に1回)				35歳以上		500円	1,000円	無料
						〔奇数年齢で受けると 成人病健診センター 2,090円 旭川がん検診センター 2,100円〕		
歯周病検診 保健福祉センターから 受診券が届きます				40歳・50歳 60歳のみ		710円 (生活保護受給者は無料)		
若年者健診 健診を受ける機会のない方		30～39歳				1,800円		
特定健診 国保加入者・その他保険の 特定健診対象者				40～74歳		無料		
後期高齢者健診 後期高齢者医療制度加入者				75歳以上 (一部の65～74歳)		国保・後期・生活保護以外の方は、 一部料金がかかることがあります。 詳しくは、各保険者にお問い合わせください。		
健康診査(生活保護) 地域福祉課から案内が届きます				40歳以上で健康診査の 対象となる方				
国保人間ドック 年間を通して市国保加入者				40～74歳		5,000円		
その他検査	オプション検査					集団健診	成人病健診センター	あさひクリニック
	心電図					1,400円	2,200円	2,200円
	動脈硬化					1,400円		
	前立腺検査			20歳以上		1,800円		
	ピロリ菌検査					1,100円		
	眼底検査					800円		

集団けんしん日程

黄色はセットで受けられて
おすすめの日程です

月	日	会場	受付時間	けんしん項目										託児	予約締切日	
				胃	肺	大腸	子宮	乳	特定 若年 後期	骨	肝炎	エキノ ノ	オブ ション 検査			
6月	14日(金)	多寄研修センター	6:00~7:00	●	●	●										5月15日(水)
		保健福祉センター	8:30~10:30	●	●	●										
	15日(土)	保健福祉センター	7:00~10:45 (がん検診6:00~)	●	●	●			●		●	●	●			
	16日(日)		●	●	●			●		●	●	●	●	●		
	22日(土)	朝日支所	6:00~8:30	●	●	●										
	上士別構造改善センター	9:00~10:30	●	●	●											
	24日(月)	あさひサンライズホール	9:00~10:30		●				●		●	●	●		6月3日(月)	
7月	10日(水)	成人病健診センター (女性のみ)	13:30~15:00						●						6月16日(日)	
	11日(木)		13:30~15:00						●							
	29日(月)※		13:00~13:20				●								7月8日(月)	
8月	2日(金)	保健福祉センター	6:30~10:30	●	●	●									7月2日(火)	
	3日(土)	保健福祉センター	7:00~10:45 (がん検診6:30~)	●	●	●			●		●	●	●	●		
9月	15日(日)	保健福祉センター (女性のみ)	8:30~10:30				●	●						●	8月20日(火)	
	16日(月)		12:30~14:00				●	●						●		
	25日(水)	市内バス巡回	9:30~15:00		●										予約不要	
	26日(木)		9:20~12:00		●											
10月	16日(水)	保健福祉センター (女性のみ)	8:30~10:30				●	●						●	9月18日(水)	
		朝日支所 (女性のみ)	13:30~14:30				●	●								
	21日(月)	多寄研修センター	8:00~10:00		●				●		●	●	●		9月30日(月)	
	22日(火)	上士別構造改善センター			●				●		●	●	●			
	25日(金)	温根別出張所	8:00~9:00		●				●		●	●	●			
11月	15日(金)	保健福祉センター	6:30~10:30	●	●	●									10月15日(火)	
	16日(土)	保健福祉センター	7:00~10:45 (がん検診6:00~)	●	●	●			●		●	●	●			
	17日(日)		7:00~10:45 (がん検診6:30~)	●	●	●			●		●	●	●	●		
1月	26日(日)	保健福祉センター	7:00~10:45	●	●	●			●		●	●	●	●	12月17日(火)	
	28日(火)※	成人病健診センター (女性のみ)	13:00~13:20				●								1月8日(水)	

※ 子宮がん検診無料クーポン券を持っている方(21歳)、年度末年齢が偶数年齢の方が受診できます。
肝炎検査の日程で、風しん抗体価検査も受けられます。

バスツアー  送迎バスに乗って、旭川がん検診センターにて、
胃・肺・大腸・子宮・乳・骨検診をまとめて受診できます。

① 10月9日(水) 保健福祉センター 7:00発



予約締切日

9月12日(木)

② 11月19日(火) 朝日支所 7:00発
保健福祉センター 7:00~7:20発



10月27日(日)

予約締切日が近づくと

定員となることが

ありますので

お早めに申し込んでください

集団けんしんとバスツアーの予約方法

予約締切日前

ネット予約 or 電話予約

北海道けんしん予約コールセンター

0120-149-375 (フリーダイヤル)

平日 8:45～17:15

第1・3土曜日 8:45～12:05

ネット予約
の詳細は
市HPへ



予約締切日後

※空きがあれば予約可

予約・キャンセル・日程変更

保健福祉センター 0165-22-2400

その他のけんしん日程・予約方法

1 成人病健診センター

けんしん項目	けんしん日程				予約方法
特定健診・後期高齢者健診	6月12日(水)	6月26日(水)	7月10日(水)●	7月24日(水)	☎ 0165-22-2600 平日13:00～17:00
若年者健診 (●: 託児が利用できます)	8月7日(水)	8月14日(水)	8月21日(水)	8月28日(水)	
※若年者健診は赤字の日程で受けられます	9月4日(水)●	9月11日(水)	9月18日(水)●	9月25日(水)	
時間 8:30～10:00・10:00～11:30 託児は10:00～11:30となります。	10月9日(水)●	10月23日(水)	11月13日(水)	11月27日(水)	
	12月11日(水)●	12月25日(水)	1月15日(水)	1月29日(水)	
国保人間ドック	令和6年5月下旬～令和7年3月下旬				
乳がん検診	毎週月・火・水(令和6年6月～令和7年3月) ※乳がん検診無料クーポン券を持っている方(41歳)と年度末偶数年齢の方が受診できます				

2 あさひクリニック

けんしん項目	けんしん日程	予約方法
特定健診・後期高齢者健診 若年者健診	令和6年6月12日(水)～令和7年1月29日(水)	☎ 0165-28-3333
国保人間ドック	令和6年5月下旬～令和7年3月下旬	平日 8:30～16:00

3 旭川がん検診センター

けんしん項目	けんしん日程	予約方法
胃がん・肺がん・大腸がん 子宮がん・乳がん 骨粗しょう症検診	令和6年4月1日(月)～令和7年3月31日(月)	☎ 0120-972-489 平日 9:00～17:00 第1・3土曜日 9:00～12:00
<p>子宮・乳がん検診は女性医師・技師が担当します! 受診者・医師・技師も全員女性のみ!</p> <p>日曜けんしん ①9月29日 ②11月24日 ③12月22日 ④2月9日 ⑤3月23日</p> <p>レディースデー 10月20日(日)</p>		<p>☎ ネット予約</p>

各けんしんの内容

がん検診等 ※1

胃がん検診 ※2

胃をふくらませる発泡剤とバリウムを飲み、検査台の上で体の向きを変えながら、エックス線で、胃粘膜の状態を見ます。

肺がん検診 ※2

胸部のレントゲン検査を行い、2人の医師がじっくり診ます。（二重読影）
 ・喀痰検査：たばこの本数が多い人など、**問診時に該当になる方が対象**です。検診後に3日分の痰をとり提出します。

大腸がん検診 ※2

2日分の便をとり、消化管からの出血を調べます。
 （注意）血液が混じると陽性になるため、月経中の人は日を改める必要があります。

子宮がん検診 細胞診

子宮の入り口を専用の器具でこすって細胞をとり、検査します。
 ・経膈超音波検査：膈から親指大の超音波機器を挿入し、子宮全体や卵巣を観察します。
 ・子宮体部がん検査：子宮の奥（体部）の細胞をこすりとりまします。**問診時に該当になる方が対象**です。
 （注意）性交経験のない方は検診をお勧めしていません。月経中でも受診でき、検査結果には影響しません。

乳がん検診 マンモグラフィ検査

乳房を片方ずつ2枚の板で挟み、できるだけ平たくしてエックス線で撮影します。
 40代は乳房超音波検査も合わせて実施することをお勧めしています。
 （注意）集団検診は**40代のみ**、バスツアー・旭川がん検診センターは40代以外も受けられます。

骨粗しょう症検診 骨密度を測定します。

- ・踵骨超音波検査（成人病健診センター）→かかとの骨に超音波をあてて測定します。
- ・前腕DEXA法検査（旭川がん検診センター）→前腕にX線をあてて測定します。

※1 自覚症状のある方、検診項目にある病気で既に治療中の方は、病院に相談してください。
 ※2 国保ドック受診予定の方は同様の検査が含まれているため、受診できません。

健康診査

特定健診・若年者健診・後期高齢者健診・健康診査(生活保護)

身体計測、尿検査、血圧測定、血液検査、医師診察、問診をします。
 （注意）医師が必要と認めた方には、貧血検査、心電図検査、眼底検査を実施します。
 無料で肝炎検査、エキノコックス症検査、有料でオプション検査を追加できます。

国保人間ドック

特定健診の項目に加え、胃がん検診（バリウム・カメラから選択可）、便潜血、胸部エックス線腹部超音波、眼底、視力、聴力心電図、血液検査を行います。
 無料で肝炎検査、有料でオプション検査（動脈硬化、ピロリ菌、前立腺がん、内臓脂肪CT子宮がん検診、乳がん検診）を追加できます。詳細は医療年金係から送付する受診券を参照ください。

その他

肝炎ウイルス検査（B型・C型）血液検査

対象者：40歳以上で過去に市で肝炎検査を受けていない方

エキノコックス症検査 血液検査

対象者 ①令和6年度10歳以上で5歳刻みの年齢になる方
 ②令和6年度10歳以上で多寄地区に居住しているすべての方
 ※温根別・下士別・朝日・上士別・中士別・武徳地区居住者は対象外

風しん抗体価検査 血液検査

対象者：昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性
詳しくは、保健福祉センターへお問い合わせください。

教えて！けんしんのこと

健康だから、けんしんは受けなくて良い。そう思っていませんか？



日本では、**2人に1人**が
がんにかかると言われてています。

毎年およそ100万人が新たにがんになって
いますが、その約**3分の1**が働く世代
(20～60代)です。

医学の進歩などにより、
がんは早期であれば治る時代
になりました。

早期発見のためには、
がん検診を定期的に受ける
ことが大切です。



ここでいう「生存率」とは、診断時からの5年相対生存率です。
相対生存率は、がん以外の原因で亡くなる人の影響を除いた数値です。
出典：全がん協加盟施設における5年生存率(2011～2013年診断例)

Q

健康診査を受けないと
どうなるの？

A

あなたの体が
ブラックボックス化します。

健診を受けないと、あなたの体や健康状態
を正確に把握できなくなります。

気付いた時には**重症化**しており、治療に
時間とお金を多く費やすことになります。

重症化を防ぐためにも、毎年健診を受けること
が大切です。

Q

仕事が忙しく、けんしんを
受けに行く時間がありません。

A

がん検診と健康診査を一緒に
受けても、およそ**1時間**で帰宅
することができます。

各がん検診は**5～15分**で終わる**簡単な検査**
です。また、けんしん日程は、「土日」や
「早朝」から行っているものもあるので、
自分が受けやすい日程を探してみましょう。

(けんしん日程はP. 3、P. 4へ)

士別市の検診は“オトクです”

士別市では、市の助成によって、通常より70%もオトクに受けられます。
さらに、市国保加入者はよりオトクに受診できます。

検診の種類	通常料金		助成後		市国保
胃がん検診	5,808円	70% OFF	4,108円 引き	80% OFF	5,308円 引き
肺がん検診	2,343円		1,743円 引き		1,843円 引き
大腸がん検診	2,772円		1,772円 引き		2,272円 引き
子宮がん検診	6,105円		4,305円 引き		5,605円 引き
乳がん検診(40代)	6,512円		4,512円 引き		5,512円 引き
乳がん検診(50代～)	5,555円		3,555円 引き		4,555円 引き
骨粗しょう症検診	2,100円		1,100円 引き		1,600円 引き

※検診日70歳以上の場合は無料で受けられます(一部対象外あり)
詳細は P.2 の「けんしんの種類と料金」をご覧ください。

しべつ健康マイレージ

特定健診やがん検診の結果を市に提出することで、ポイントがたまります。
必要ポイントをためた方全員に**マイレージ達成クーポン券**をさしあげます！

対象者

20歳以上の士別市民

参加方法

- ①ネットから申し込む
- ②「参加登録申込書」を保健福祉センターに提出
…①②のどちらかで申込み

特典

マイレージ達成クーポン券

翌年度に胃がん・肺がん・大腸がん・子宮頸がん
乳がん検診・前立腺がん検査・ピロリ菌検査のうち
1つ無料もしくは**減塩食品**と交換できます！

詳しくはこちら



問い合わせ先

がん検診
バスツアー
骨粗しょう症検診
Eキノコックス症検査
肝炎検査
若年者健診
歯周病検診

保健福祉
センター

22-2400

東11条5丁目
3029番地1

士別市役所 (東6条4丁目1番地)

士別市国保の特定健康診査

市民部市民課
医療年金係

26-7703

後期高齢者健康診査

健康診査(生活保護)

地域福祉課 生活支援係

26-7743