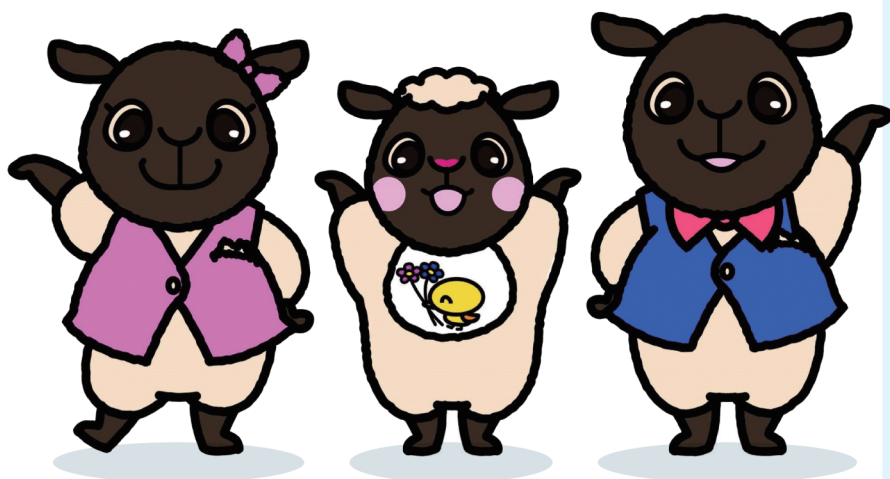


未来のわたし、守るけんしん

けんしんガイド

けんしんに行こう！



メイちゃん

みーちゃん

さほっち

受けられるけんしん
が知りたい → P3

けんしん日程
が知りたい → P4.P5

予約方法
が知りたい → P5

予約受付開始

5月7日 木

予約方法

ネット予約  もしくは 電話予約 

ネット予約

- 24時間いつでも
ネット予約ができます
- 家族の代理予約も
可能です



予約受付サイト
二次元コード

電話予約

けんしん予約コールセンター

050-5835-0219

受付時間 平日 9:00~17:00

※土日祝日・年末年始(12/29~1/3除く)

士別市のけんしんの受け方

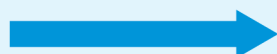


予約前に確認！

- ・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8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・経過観察中の方は予約できません。

1 受けるけんしんを選ぶ

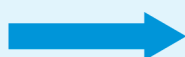
P3をチェック！



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

P4.P5をチェック！



月 日



3 予約する

集団けんしん

詳細は
P4へ

ネット予約



もしくは

電話予約

けんしん予約コールセンター

050-5835-0219

受付時間 平日 9:00~17:00

※土日祝日・年末年始(12/29~1/3除く)

その他のけんしん

詳細は
P5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
- ・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

けんしん受診後 **1か月~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**



けんしん種類別の対象者及び料金

セットでお得に受診しよう！通常料金の約**70%**を市が負担します！ 値引きの詳細はP8

けんしんの種類		対象者 (対象年齢は令和9年3月31日時点)	料金				
			国保加入者	その他の保険	検診日年齢70歳以上 生活保護		
がん 検診 等	胃がん検診		35歳以上	500円	1,700円	無料	
	肺がん 検診	X線検査	35歳以上	500円	600円		
		低線量CT検査	50～74歳	6,250円			
	大腸がん検診		35歳以上	500円	1,000円	無料	
	子宮がん検診 (2年に1回)	20歳以上の女性		500円	1,800円	無料	
		経膈超音波検査			奇数年齢で受けると 6,270円		
		★平成17年4月2日～平成18年4月1日生は無料★			500円	500円	無料
		奇数年齢で受けると 1,540円					
	子宮体部がん検査 検査時、問診にて該当になる方			500円	1,000円	無料	
	奇数年齢で受けると 2,717円						
乳がん検診 (2年に1回)	40歳以上の女性		1,000円	2,000円	無料		
	奇数年齢で受けると 40代 6,710円 50代以上 5,720円						
	★昭和60年4月2日～昭和61年4月1日生は無料★			5,665円			
乳房超音波検査(40代希望者のみ) ※「バスツアー」「旭川がん検診センターで個別に 受診する場合は50歳以上の方も受診できます。							
骨粗しょう症検診 (5年に1回)	40歳以上の女性		500円	1,000円	検診日年齢 70歳のみ無料 71歳以上：下記料金		
	料金助成 対象	40～70歳の5歳刻み年齢の方 ※生活保護の方：上記対象の方のみ無料	助成対象外の 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 2,200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		770円(生活保護受給者は無料)				
健康 診査	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 他の 検査	オフション検査		集団健診		成人病健診センター		
			心電図		2,200円		
			動脈硬化				
			前立腺検査				
			ピロリ菌検査				
			眼底検査				
		20歳以上	900円				

集団けんしん・予約方法

月	日	会場	受付時間	けんしん項目										託児 予約時 要申込	予約 締切日	
				胃	肺 (X線)	肺 (低線量CT)	大腸	子宮	乳	特定・若年・後期	骨	肝炎	エキノ			オプシオン検査
6	19 (金) ※1	多寄研修センター	6:30~7:30													5月19日(火)
		保健福祉センター	8:00~10:00 上士別からの無料送迎をご利用の方は9:00出張所集合	●	●		●									
	20 (土)	保健福祉センター	7:00~10:30 (がん検診6:30~)	●	●		●			●	●	●				
	21 (日)	保健福祉センター	7:00~10:30 (がん検診6:30~)	●	●		●			●	●	●	●	●		
	22 (月)	朝日支所 保健福祉センター	6:30~8:00 9:30~10:30	●	●		●									
29 (月)	あさひサンライズホール	9:00~10:30		●					●	●	●				6月8日(月)	
7	8 (水)	成人病 健診センター (女性のみ)	13:30~15:00							●						6月15日(月)
	9 (木)		13:30~15:00							●						
	28 (火) ※2		13:00~13:20					●								7月6日(月)
8	7 (金)	保健福祉センター	6:30~10:00	●	●		●									7月7日(火)
	8 (土)		7:00~10:00 (がん検診6:30~)	●	●		●			●	●	●	●	●		
9	9 (水)	市内バス巡回	9:00~15:00		●											予約不要
	19 (土)	保健福祉センター (女性のみ)	8:30~11:00						●					●	8月20日(木)	
	23 (水・祝)		12:30~14:30					●	●					●	8月24日(月)	
10	4 (日)	保健福祉センター (女性のみ)	8:30~11:00					●	●					●	9月4日(金)	
	5 (月)		12:30~14:30					●	●				●			
		保健福祉センター(女性のみ) 朝日支所(女性のみ)	8:30~11:00 13:30~15:00					●	●							
	14 (水) ※3	旭川がん検診センター 【バスツアー】	朝日支所7:00発 上士別出張所7:15発 保健福祉センター7:30発	●	●	●	●	●	●			●			9月15日(火)	
	23 (金)	温根別出張所	8:00~9:00		●				●	●	●	●			10月2日(金)	
26 (月)	多寄研修センター	8:00~10:00		●				●	●	●	●					
27 (火)	上士別構造改善センター			●				●	●	●	●					
11	11 (水) ※3	旭川がん検診センター 【バスツアー】	保健福祉センター 7:30発	●	●	●	●	●	●	●	●				10月13日(火)	
	14 (土)	保健福祉センター	7:00~10:00 (がん検診6:30~)	●	●		●		●	●	●	●				
	15 (日)			●	●		●		●	●	●	●	●			
1	23 (土)	保健福祉センター	7:00~10:00	●	●		●		●	●	●	●	●	12月22日(火)		
	26 (火) ※2	成人病健診センター (女性のみ)	13:00~13:20					●						1月4日(月)		

※1 令和8年度から上士別地区実施のがん検診を保健福祉センターに統合するにあたり、6月19日(金)の検診に限り、上士別出張所~保健福祉センターの無料送迎を実施いたします。ぜひご活用ください。

※2 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。

※3 バスツアーについて 送迎バスに乗って旭川がん検診センターに行き、希望する検診を半日程度でまとめて受診できます。10月14日(水)に限り、朝日支所と上士別出張所を送迎バスが経由します。

集団けんしん予約方法

ネット予約は
家族の代理予約
OK!



予約締切日 前

キャンセル
日程変更含

ネット予約



もしくは

電話予約

けんしん予約コールセンター
050-5835-0219

受付時間 平日 9:00~17:00

※土日祝日・年末年始(12/29~1/3除く)



ネット予約の詳細は、市のホームページをご覧ください。

予約締切日 後

※空きがあれば
予約できます。

予約・キャンセル・日程変更は保健福祉センターまで電話
電話番号 **0165-22-2400**

受付時間 平日 8:30~17:15 ※土日祝日・年末年始(12/29~1/3除く)

その他のけんしん・予約方法

成人病健診センター

けんしん項目・受付時間	けんしん日程
特定健診・後期高齢者健診 ●：託児が利用できます ※予約時要申込み 時間 8:30~ (詳しい時間については、予約時にご確認ください)	6月5日(金)・19日(金)
	7月10日(金)・24日(金)
	8月14日(金)・21日(金)・28日(金)
	9月11日(金)●・18日(金)・25日(金)
	10月9日(金)・23日(金)
	11月13日(金)・27日(金)
	12月18日(金)●
若年者健診 ●：託児が利用できます ※予約時要申込み 時間 8:30~ (詳しい時間については、予約時にご確認ください)	1月15日(金)
	7月10日(金)
	9月11日(金)●
	10月9日(金)
国保人間ドック	令和8年5月下旬~令和9年3月下旬
乳がん検診	令和8年6月~令和9年3月 毎週実施：月曜日・火曜日 一部実施：金曜日(実施日は予約の際にご確認ください) ※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

成人病健診センター 予約方法

電話予約

0165-22-2600

【受付時間】

平日 **10:00~16:45**

※ただし次の期間は
受付時間を変更します。

平日 **12:00~16:45**

①4月27日(月)~
5月15日(金)

②3月15日(月)~
3月26日(金)

旭川がん検診センター 予約方法

電話予約

0120-972-489

【受付時間】

平日 9:00~17:00

第1・3土曜日

9:00~12:00

ネット予約



右記二次元コードを
読み取ってください。

旭川がん検診センター

けんしん項目・受付時間	けんしん日程
胃がん・肺がん(X線検査) 肺がん(低線量CT検査)※ 大腸がん・子宮がん・乳がん 骨粗しょう症	令和8年4月1日(水)~ 令和9年3月31日(水) すべてまとめて半日で受診できます。
子宮・乳がん検診は女性医師・技師が担当 日曜けんしん ①9月13日(日) ②12月13日(日) ③1月24日(日) ④3月28日(日)	予約は女性限定! 医師・技師も全員女性 レディースデー ①11月1日(日) ②2月14日(日)

※肺がん検診(低線量CT検査)は、定員20名(バスツアー含む)です。定員に達し次第、受付を終了しますのでご了承ください。

各けんしんの内容

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。耳のきこえや体の動きに心配のある方は、事前にご相談ください。

肺がん検診(X線検査) ※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。(二重撮影)

(注意)

肺がん検診(低線量CT検査)を受ける方は受診できません。

肺がん検診(低線量CT検査) ※2

ヘリカルCTという装置を使い、少ない放射線量でらせん状に肺のX線撮影を行う検査です(詳細P8へ)。令和8年度から新たに開始します。旭川がん検診センターで受ける個別健診およびバスツアーで受診可能です(定員:20名)。

(注意)

肺がん検診(X線検査)を受ける方は受診できません。

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併せて実施することをお勧めしています。

(注意)

乳房超音波検査は、集団検診は40代のみ、旭川がん検診センターで受ける個別検診、バスツアーは40代以外でも受けられます。

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。
- ・前腕デキサ法検査(旭川がん検診センター) → 前腕にX線をあてて測定します。

(注意)

骨粗しょう症治療中・病院で経過観察中の方は受診できません。

※1 自覚症状のある方、検査項目にある病気で治療中の方は、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。

がん検診等
※1

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。
無料で肝炎検査・エキノコックス症検査、有料でオフシオン検査を追加できます。

(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。

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、有料でオフシオン検査(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。

健康診査

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

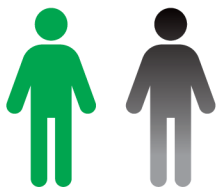
エキノコックス症検査 血液検査

対象者:令和8年度10歳以上で5歳刻みの年齢になる方

その他

健康だから大丈夫 と思っていませんか？

知っておきたい！けんしんのこと



日本では、**2人**に**1人**が**がんにかかる**と言われています。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。

特に**女性**は**若くてもがんになる**方が多く、**子宮頸がん**は**20~30代の若い世代**に増えてきています。



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)



がんは早期であれば治る時代です。

早期は自覚症状が全くありませんので、定期的な検診が不可欠です。



Q

&

A

Q

健康には自信がある、元気なのでけんしんは大丈夫です。

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。

自覚症状がなくても、病気が静かに進行していることがあります。

A

がん検診と健康診査を一緒に受けてもおよそ1時間半で帰宅できます。

A

誰でもどんな生活をしていても病気になってしまう可能性はあります。がんや生活習慣病の多くは、初期段階では自覚症状がありません。自覚症状が現れた時には手遅れになり、命に関わることもあります。治療に時間とお金を多く費やすことにもなります。定期的なけんしんで体の中で起きていることを早期に把握することが大切です。

受ける項目数にもよりますが、各がん検診は5~15分で終わる簡単な検査です、市では土日祝日や早朝から受けられる検診もあるので、自分が受けやすい日程を探してみましょう。

(日程はP4へ)

※混み具合により、時間が前後する可能性があります。

けんしんを受けるとこんなオトクも！

しべつ健康マイレージ

特定健診やがん検診の受診・市への結果提出により必要ポイントが貯まると**もれなくクーポン券**がもらえます！



特典(①②のどちらか)

①各種検診・検査(胃がん・肺がん・大腸がん・子宮頸がん・乳がん・前立腺がん検査・ピロリ菌検査)のうち**1つ無料**

②**減塩食品**と交換

詳しくは市ホームページをご覧ください。



受けないなんてもったいない！

士別市の検診は、“オトク”です！

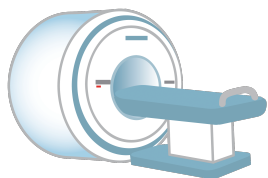
市の助成によって検診を安価に受診でき、通常より**70%**もオトクに受けられます。また、士別市国保にご加入の方はさらにオトクに受診できます。

検診の種類	通常料金		助成後		市国保助成後
胃がん検診	6,710円	70% OFF	5,010円引き	80% OFF	6,210円引き
肺がん検診(X線検査)	2,420円		1,820円引き		1,920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	6,270円		4,470円引き		5,770円引き
乳がん検診(40代)	6,710円		4,710円引き		5,710円引き
乳がん検診(50代～)	5,720円		3,720円引き		4,720円引き
骨粗しょう症検診	2,200円		1,200円引き		1,700円引き

※検診によって助成対象や料金が異なります。詳しくはP3をご覧ください。

8年度から
新項目!

低線量CTを用いた肺がん検診



低線量CT検査は50歳から74歳の**重喫煙者**(※)に対しては、肺がん検診として死亡率減少効果を示す科学的根拠があり、胸部X線は1cmの病変で発見が可能なところ、**低線量CT検査**では**5mm**程度の病変を発見することができます。

※重喫煙者とは：1日当たりの喫煙本数×喫煙年数が600以上

⚠️ 重喫煙者ではない方が受ける場合は次のことに注意が必要です

- ・死亡率減少効果は十分に証明されていません
- ・胸部のレントゲン検査より放射線量が多い(胃がん検診バリウム検査と同等)
- ・精密検査の割合が高い(精密検査の結果、異常がないこともある)
- ・異常が認められても当検査だけで良性悪性の判断はできない



問い合わせ先

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

士別市保健福祉センター

東11条5丁目3029番地1

22-2400

受付時間 平日8:30~17:15

- ・士別市国保の特定健康診査
 - ・後期高齢者健康診査
- について

士別市役所(東6条4丁目1番地)

市民部市民課医療年金係

26-7703

受付時間 平日8:30~17:15

- ・士別市健康診査(生活保護)
- について

健康福祉部地域福祉課生活支援係

26-7743

受付時間 平日8:30~17:15