



内科・消化器内科

総合内科専門医・消化器病専門医
消化器内視鏡専門医・ピロリ菌感染症認定医

日本の将来

今年の元日に、能登半島に大地震が起きました。その復興の途中の9月に豪雨災害が起こり、大変なことになっています。自然災害が、同じ地域に立て続けに起こる危険性があることを肝に銘じる必要があります。私の子どもの頃という半世紀も前の話になりますが、「猛暑日」「線状降水帯」などの用語はなかったと思います。明らかに気候が変わってきていると感じます。

他人事ではなく、私の実家がある愛媛県でも、今年になって何度か地震が起っています。南海トラフ地震が起きたら、海拔0メートルの埋め立て地にある我が家はどうなるのでしょうか。また、怖いのは近くに原子力発電所(四国電力伊方原発)があることです。どんな被害が起こるのか見当もつきません。自分が生きている間には何も起こらないで欲しいと願うのは身勝手でしょうか。

先日、立憲民主党の代表選挙があり、元首相の野田氏が選出されました。詳しいことはわかりませんが、野田氏と言えば12年前にせつかく民主党が取っていた政権を、自民党に明け渡した張本人という印象が強く、自民党に対してどれくらい戦ってくれるのか不安があります。

そして今日(9/27)、自民党の総裁選挙が行われ、石破氏に決まりました。9人も立候補したのに、議員票を得るために、裏金問題や統一教会問題にもほとんど触れず、ただの「刷新感」を競っただけのようでした。それでも一番まともな方に決まったと思います。

次点になった高市氏は、推薦人20人のうち、裏金議員、統一教会と関係のあった議員が半数以上を占めていました。それが報道されると、誰が推薦人になっているか新聞で初めて知ったと言いつきました。国民に喧嘩を売っているようなものです。よく落ちてくれたと思います。

裏金問題、統一教会問題等を経て、自民党が本当に変わるのか、石破氏がどのような手腕を発揮してくれるのかを、私たちは見ていくしかありません。誰が石破氏の足を引っ張ろうとするのかも、よく見なければいけません。

遅かれ早かれ、解散総選挙(衆議院選挙)が行われます。来年には参議院選挙もあります。他人事ではなく、自分たちの将来にかかわることであることを忘れてはいけません。

臨時休診の予定

10/12(土) 10/25(金) 夕診 10/26(土)
年末年始の休みは 12/29(日)~1/3(金)の予定です。

今月号の原稿締め切りは、9/27でした。最新の情報は、ホームページ・きくメールで、ご確認ください。ホームページ：<http://www.kikuchi-clinic.com/>
メールマガジン「きくメール」(無料)の登録はこちらです。

<https://www.mag2.com/m/0000239603/> (右のQRコードで登録できます)
Instagram: [hiroshi_kikuchi1](https://www.instagram.com/hiroshi_kikuchi1) (主に、城巡りや旅の投稿です)



救急安心センターおおさか

#7119 (または06-6582-7119)

年中無休24時間対応の救急医療相談窓口です。看護師・医師などが相談に応じます。

新型コロナについて

●猛暑はやっとおさまってきましたが、新型コロナの患者さんは、真夏にもかかわらず結構出ていました。私は9/1(日)に休日診療所の当番をしましたが、内科を受診された方のほとんどは若者で、発熱で来られていました。全員に新型コロナとインフルエンザの検査をしましたが、約半数が新型コロナでした。検査で陰性だった方も、症状はまず間違いなく新型コロナだろうと思われるものでした。

この日はインフルエンザ陽性の方はおられませんでしたが、休日診療所では8月下旬からインフルエンザの方が数人出ており、用心が必要です。

●相変わらず感染力はつよいです。家庭内で2人以上が同じような症状の「風邪」をひくことは普通起こりません。それだけで新型コロナと診断してもいいくらいです。

コロナ検査を受けていない人の「風邪」はコロナだと疑った方がいいです。

新型コロナだと、まれに肺炎を起こすことがありますし、咳が長引いたり、嗅覚・味覚障害が起こることもあります。全身倦怠感が長期にわたる事例もあります。ただの「風邪」とは違う病気だということを、忘れないでください。

発熱外来について

発熱がなくても「風邪」症状のある方は、必ず電話での予約をお願いします。飛び込みで来られた方は、院外でお待ちいただくか、出直していただきます。感染拡大予防のためにご協力ください。診察時間は、原則として午前診および夕診の終了後です。新型コロナの抗原定性検査を行います。高熱の場合は、インフルエンザの検査も同時に行います。

新型コロナと診断がついた場合は、発病日を0日目として5日目までの自宅療養が望まれます。(実際は7日から10日くらいまでは、他人にうつす可能性があります)

新型コロナおよびインフルエンザのワクチン接種について

●高齢者の新型コロナワクチンは「定期接種」となりました。

・対象は、八尾市民で65歳以上の方、60歳以上で心臓・腎臓・呼吸器等の疾患で身体障害者手帳1級をお持ちの方です。インフルエンザの予防接種も同じ条件です。

・接種期間は、令和6年10月1日(火)～7年1月31日(金)です。

・接種回数はそれぞれ1回です。

・65歳の方は、誕生日の前日から接種が可能です。

・接種費用は、新型コロナは3,000円・インフルエンザは1,200円です。

市民税非課税世帯の方、生活保護受給者の方等は免除になりますが、事前の申請が必要です。接種後の払い戻しはできませんので、ご注意ください。

・接種券の送付はありません。

※定期的に受診されている患者さんは、昨年同様、できるだけ診察日に接種をお願いいたします。

※新型コロナとインフルエンザの同日接種が可能ですので、ご検討ください。

(私は、どちらも11月下旬に接種するつもりです)

(次ページに続く)

		新型コロナ	インフルエンザ
(高齢者) 接種費用の 免除対象	市民税非課税世帯の方 生活保護受給者 等 (要事前手続き)	○	○
	八尾市公害認定患者の方 (書類が送られてきます)	×	○
接種料金	接種日において八尾市に住民登録のある方で ①65歳以上の方 ②60歳以上で心臓・腎臓・呼吸器等の疾患で身体障害者手帳1級をお持ちの方	3,000円	1,200円
	上記以外の方で、今年9月までに当院で一度でも(何でも)予防接種を受けたことのある方	14,300円 (本体13,000円+税)	2,970円 (本体2,700円+税)
	上記以外の方 (64歳以下で当院で一度も予防接種を受けたことのない方)	14,850円 (本体13,500円+税)	3,410円 (本体3,100円+税)

- ・新型コロナのワクチンは「オミクロン株JN. 1系統の1価ワクチン」です。複数のワクチンが認可されていますが、当院では今までと同じ「ファイザー製薬」の「コミナティ」を使用します。他のワクチンはご希望があっても対応できませんので、ご了承ください。
- ・インフルエンザのワクチンは「A型2株・B型2株の4価ワクチン」です。

・新型コロナワクチンは今までは無料でしたが、インフルエンザ同様の扱いになりました。新型コロナワクチンは、高額のため64歳以下の方の接種料金が高くなっておりませんが、ご了承ください。

・高齢者の方は、新型コロナ・インフルエンザとも原則として住民票のある市町村でのみ助成されます。(市外の方が、八尾市内の老人施設等に入所している場合等は、例外的に可能です)
(新型コロナは、東京都渋谷区は0円、東大阪市は2,000円、泉大津市は7,000円と聞いています)

・インフルエンザは、昨年までは「かかりつけの方」「特定健診を受けた方」などの料金設定をしていましたが、区分が複雑になり判断が難しくなっていましたので、当院でのワクチン接種歴のみで区分をしました。また、光熱費、人件費等を含めた物価の上昇のため、昨シーズンまでと比べて、接種料金がやや高くなっております。ご理解のほどお願いいたします。

・昨年までは、当院のメールマガジン「きくメール」読者の方は割引料金としていましたが、申込みの条件をお守りいただけない方が毎年おられるため、廃止としました。

また、メールでの予約は、今年から行いませんので、お電話または窓口での予約をお願いします。**TEL 072-990-5820** (診療時間内にお問い合わせ)

肺炎球菌の予防接種

(当日接種可ですが、問診票の記入が必要ですので、診察室に入る前に受付でお申し出ください)

日本人の死亡原因の第4位が肺炎です。高齢者では肺炎球菌が原因の多くを占めます。

対象者は1回目の接種のみ2000円の自己負担で受けることができます。

今年度から65歳のみが対象です。接種可能な日は、65歳の誕生日の前日から66歳の誕生日の前日までです。

市民税非課税世帯の方、生活保護受給者等は負担金が免除されますが、必ず接種前に八尾市保健センター(TEL 994-8480)での手続きをしてください。また、特別に負担金のことなる方があります(右表)

ワクチンの効果は5年間です。2回目以降の接種料金は

例外の方の接種料金	
八尾市公害認定患者さん	無料(2回目以降も)
ひそう 脾臓摘出後の方 (胃がん術後など)	保険適用(2回目以降も)

接種料金(税込)	
かかりつけ患者さん	6,820円
かかりつけでない方	7,920円

左表の通りです。

情報は「肺炎予防.jp」をご覧ください。

(<https://www.haien-yobou.jp/>)

たいじょうほうしん

带状疱疹(ヘルペス)の予防接種(予約制)

子どもの頃に感染した水痘(水ぼうそう)のウイルスが体内に潜んでいて、高齢になって免疫が低下すると带状疱疹を発症します。

ワクチン接種は、発病予防および発病した場合の症状・後遺症(神経痛)の軽減が目的です。

接種対象は50歳以上です。

商品名(製薬会社)	水痘生ワクチン(ビケン)	シングリックス(グラクソスミスクライン)
ワクチンの種類	生ワクチン	不活化ワクチン
接種方法・回数	皮下注射 1回	筋肉注射 2回(2~6か月間隔)
予防効果	約50%	約90%
効果持続期間	約5年	約10年

当院では表にある2種類のワクチン接種を行っています。情報は下記のサイトをご覧ください。

「带状疱疹.jp」(ビケン) <https://taijyouhoushin.jp/>

「带状疱疹予防.jp」(GSK) <https://taijyouhoushin-yobou.jp/>

接種料金(税込)(1回分)		
生ワクチン	ワクチン種類	不活化ワクチン
7,480円	かかりつけ患者さん	20,350円
8,580円	かかりつけでない方	21,450円

RSウイルスワクチンについて

さだまさしさんがTVのCMに出ています。RSウイルス感染症は、通常は「風邪」のような症状ですが、高齢者、呼吸器疾患・心疾患等をお持ちの方は、肺炎を起こすこともあります。60歳以上を対象に、ワクチン接種が可能になりました。接種料金は25,000円(税込)です。

1回の接種で2年間は免疫が維持できます。(新しいワクチンのため、2年以上効果が持続するかどうかのデータがまだないようです。)

風しんの予防接種（予約制）

※「麻しん風しん混合ワクチン」が品不足のため、入荷待ちの予約になります。ご了承ください。

風しんでこわいのは「先天性風しん症候群」です。妊娠初期に感染した場合、新生児に先天性白内障、先天性心疾患、難聴などが起こる可能性が高くなります。下記の2つの事業があります。

A「風しん5期定期接種」（今年度末で終了の予定です）

対象者は、**昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性**で、クーポン券があります。

B「先天性風しん症候群予防対策事業（八尾市）」

対象者は、八尾市に住民票のある方で、**①妊娠を希望している女性 ②①の配偶者 ③妊婦の配偶者 ④①の同居者 ⑤妊婦の同居者**です。

無料の抗体検査を受けていただき、その結果で接種対象となれば、無料で接種可能です。（妊娠中の女性は、接種を受けられません）

接種料金（税込）	9,350円	対象外の方の接種料金は、左の通りです。
----------	--------	---------------------

子宮頸がんワクチン接種（予約制）

子宮頸がんは、VPD（Vaccine Preventable Diseases：ワクチンによって予防できる病気）のひとつです。2010年11月から定期接種となりましたが、一時積極的勧奨が差し控えられていました。副作用は問題ないとなり、22年4月から再度勧奨されています。

定期接種（無料）の対象者は、小学6年生から高校1年生（相当）の女子です。

ワクチンは、2価、4価、9価の3種類がありますが、当院では効果の高い9価ワクチン（商品名：シルガード9）の接種を行っています。

9価ワクチン接種のスケジュールは、下記の通りです。

14歳までに接種開始した場合は、2回接種が標準です。

1回目接種 → 6か月あけて2回目接種（5か月目から12か月後まで接種可）

15歳以上で接種開始した場合は、3回接種が標準です。

1回目接種 → 2か月あけて2回目接種 → 1回目から6か月あけて3回目接種

※2回目は、1回目から1か月あければ接種可。3回目は2回目から3か月以上あければ接種可。

接種が勧奨されていなかった期間に接種機会を逃した方を対象に**キャッチアップ接種（無料）**を実施しています。対象者は、**平成9年度～平成19年度生まれ**の女子です。

接種期間は令和7年（来年）3月末までですので、ご希望の方はお急ぎください。

1回目の接種を期間内に済ませても、来年4月以降の接種分は、**自費（消費税込み29,700円）**になります。（上記※のように、接種間隔を詰めれば、まだ3月末までには間に合います）

接種時のお願い

13歳未満の方の接種には、保護者の同伴が必要です。

13～15歳の方の接種には、予診票と同意書に保護者のサインが必要です。

厚生労働省の感染症・予防接種相談窓口

TEL 03-5656-8246（平日の午前9時～午後5時）

大阪府の相談窓口

TEL 06-4397-3549（平日の午前9時～12時15分、午後1時～6時）

特定健診(予約制)

75歳未満と75歳以上で受診券が異なります。今年度で75歳になる方で10月～3月生まれの方には、受診券が届いているはずですので、誕生日の前日までにお受けください。

お問い合わせは、八尾市健康保険課(TEL 072-924-3865)へお願いします。

健診の内容は、問診・身体計測(身長・体重・腹囲)・検尿・採血・心電図・診察です。血液検査の結果は当日は出ませんので、結果のための受診が必要です。

八尾市国保と後期高齢者の方は無料ですが、社会保険・他の保険組合の方は、一部の検査項目が省かれたり、負担金が必要なことがありますので、あらかじめご確認ください。

健診に含まれない検査(胸部X線写真・骨密度測定・超音波検査(腹部・甲状腺・頸動脈)・腫瘍マーカー・胃カメラ・大腸ファイバー等)をご希望の方は、保険で可能です。あらかじめお申し出ください。

ピロリ菌検査は、胃カメラを受けられる場合に限り、保険で検査可能です。保険外で検査をした場合は「除菌治療」も「除菌判定の検査」も保険外(自費)です。

採血は「空腹時」が原則です。空腹とは「10時間以上の絶食」です。食事をすると、血糖値と中性脂肪は高い数値が出やすいです。ただし、絶食のために、脱水状態になると困ります。水やお茶その他「カロリーゼロ」の水分は、飲んでも支障ありません。

先月号で書きましたが、特定健診はいわゆる「メタボ健診」です。肥満プラス高血圧症・糖尿病・脂質異常症のうち2つがあれば、メタボになります。逆に、肥満がなければ、高血圧症・糖尿病・脂質異常症があってもメタボではないのです。また特定健診では、後期高齢者の方にはメタボの判定をしないことになっています。つまり、メタボでないから安心という話ではありません。むしろ肥満の方は減量することで改善する可能性が高いわけで、やせている高齢者の生活習慣病治療は難しい面があります。

肝炎ウイルス検診

B型・C型肝炎ウイルスの検査です。20歳以上の方が一度だけ無料で受けることができます。受診券はありません。肝炎ウイルスが、肝疾患(慢性肝炎、肝硬変、肝がん(肝細胞がん))の原因の7～8割を占めます。ぜひお受けください。

私は、研修を受けて「大阪府肝炎医療コーディネーター」の認定を受けています。ご質問があれば、ご相談ください。

大腸がん検診(便潜血2回法)

40歳以上の八尾市民は年1回無料で受けられます。受診券はありません。検査キットは、受付および診察室でお渡しします。便を2日分提出していただき、1回でも陽性(血液が混じっている)なら、要精密検査(大腸ファイバー:当院でできます)となります。

ただし、肉眼でわかる血便や、便通異常、体重減少などがある場合は、検診をとばして、内視鏡検査をお受けになることをお勧めします。

また、2親等以内(親・子・祖父母・孫・きょうだい)に、大腸癌や大腸ポリープになった方がおられる場合は、一度は内視鏡検査をお受けになることをお勧めします。

ツシマヤマネコに会ってきました



9/15～16に、対馬（長崎県）に行ってきました。2020年10月に、【続100名城】金田城、【番外】金石城、【番外】清水山城に登城して以来2回目です。

対馬空港から車で約2時間かかりますが、対馬の北端近くの対馬野生生物保護センターへ行きました。10万年前に日本が大陸と陸続きだったときに渡ってきたそうです。

ここにいるのは、9歳のオス・かなた君です。午後は昼寝の時間らしく、熟睡していました。国の天然記念物で絶滅危惧種です。

（左）保護センター近くのさおさき棹崎公園に、昭和13年に設置された砲台の跡があります。



ここは、日本の最北西端（微妙ですが）ということで、碑があります。

前回も行きましたが、金石城跡に行きました。^{そう}宗氏の居城で、朝鮮通信使を迎えるために改修したそうです。現在は大手門が復元され、庭園が見学できます。隣接して対馬博物館および対馬朝鮮通信使歴史館があります。前回行ったときには、どちらもできていなかったの、見学しました。

今年5月に、韓国・釜山^{プサン}の朝鮮通信使歴史館を見学しましたが、両方を見学して、理解がより深まりました。来年また韓国へ別の「倭城」を見学しに行きたいと思っています。



9/23には、関ヶ原古戦場（岐阜県不破郡関ヶ原町）を訪ねました。1600年9月15日に合戦が行われました。その中心地に「関ヶ原古戦場記念館」が建っており、最上階から各武将の陣地跡を見ることができます。裏には徳川家康の陣地跡、歩いて約15分の笹尾山に石田三成の陣地跡（右下）があります。（上が三成の陣地跡、下は重臣・島左近の陣地跡）



生活習慣病管理について

今年6月の診療報酬改定によって、高血圧症・糖尿病・脂質異常症の3つの疾患については、「生活習慣病」として診療することになりました。この3疾患の患者さんには、問診票を書いていただき、身長・体重測定をして、「療養計画書」を発行させていただきました。

「療養計画書」は概ね4か月に一度発行することになっています。問診票および署名は初回だけで、身長・体重測定を、4か月毎に行いますので、ご協力をお願いします。

10月は、ほとんどの「生活習慣病」患者さんが、4か月目を迎えるため、2回目の「療養計画書」のため、診察時間が多少余分にかかる可能性がありますので、ご了承ください。なお、「療養計画書」を発行しても、診察代は1円たりとも変わりませんので、ご安心ください。

薬の選定療養（保険外し）について

今月から始まった制度です。後発品のある先発医薬品について、薬価（薬の公定価格）の一部を自己負担とする制度です。先発品と後発品の薬価差の4分の1を自己負担（実費）とするものです。国の考えは「先発品を選ぶのは、ぜいたくである。ぜいたくは敵だ！」です。

たとえば、先発品が1錠100円、同成分の後発品が1錠60円とします。

→差額は40円ですので、その4分の1の10円が、実費になります。

保険が3割負担の場合、先発品の自己負担は1錠30円、後発品は18円ですが、先発品には上記の10円が加算され40円（実質4割負担）となり、後発品との差が広がります。

※この負担金は保険診療ではないため、さらに消費税が加算されます。

一応、例外はあります。・先発品と後発品で適用病名（効能）が異なる場合。・後発品で副作用が出たため使えない場合。・薬局に後発品の在庫がなく先発品を選ぶしかない場合、などです。

当院は院外処方をしていきますので、当院での会計に変わりはありません。詳しくは、調剤薬局で聞いていただく方がいいと思います。

完全予約制です (072) 990-5820

自動ドアを開ける時刻は、下記の通りです
午前診：午前8時 夕診：午後4時45分
(多少前後します) ご協力をお願いいたします。

毎月初回受診時には、健康保険証・医療証等をご提示ください。マイナンバーカード（マイナ保険証）も受付しています。
お薬手帳・健診結果・紹介状などをお持ちの方は、診察前に受付へお出しください。

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
午前8時半～	胃カメラ・エコー						水曜日の午前診は、胃カメラ・エコー等の検査優先ですが、空きがある場合に限り一般の診察を行います。 午後の検査は、都合によって行わない日がありますので、ご了承ください。 夕診は予約の患者さんが終わり次第、終了としますので、ご了承ください。
午前9～12	診察				診察		
午前診終了後	発熱外来						
発熱外来終了後	胃カメラ・エコー 大腸ファイバー						
午後5～7	診察				診察		
夕診終了後	発熱外来		×		発熱外来	×	