



完全予約制です 電話072-990-5820

特定健診も予約制です。受診券・健康保険証・
介護保険証（65歳以上の方）をご持参下さい。
大腸がん検診・肝炎検診も行っております。



ホームページ

<http://www.kikuchi-clinic.com/>

携帯版も共通です。

(softbankはv/をつけて)

メールマガジン（PC版、携帯版）を発行しています。

登録は、上記ホームページからできます。

休診の予定 6/15（月）午前診、6/30（火）午前診

ご迷惑をおかけしますが、よろしくお願ひ申し上げます。

なお、休診等の最新情報は、広報誌、ホームページ（パソコン、携帯）、メールマガジン（パソコン、携帯）にてご確認ください。

八尾市地域商品券は
当院（を始め、全ての
医療機関）ではご利用
になれませんので、ご
了承ください。

新型インフルエンザ

国内で初めて感染者が報告されたのが、5月9日でしたから、まだ3週間しか経っていませんが、大変な騒ぎになりました。世界中で人の移動があるわけですから、日本だけ感染者が出ないはずはありません。感染してから発病するまでの潜伏期間（数日～7日）がありますから、空港で検疫しても、完全であるわけがなく、国の初期の対応には疑問を感じます。

一番こわいのは「結局たいしたことはなかった」と済ませてしまうことです。ウイルスは生き物ですから、常に遺伝子の変異を繰り返します。夏季にかけて一旦終息するにしても、この冬に再流行する可能性は十分あります。これから冬を迎える南半球の国々での状況には注目しておく必要があります。

新型インフルエンザ感染者数
WHO発表（5/29現在）

国	感染者数	うち死亡
米国	7927	11
メキシコ	4910	85
カナダ	1118	2
日本	364	
英国	203	
世界合計	15510	99

時は金なり ～ Time is money ～

皆さん、ゴールデンウィークには車でお出かけになりましたか？ 我が家は「高速乗り放題で1000円」が決まる前からの予定で、5月3日に四国へ行きました（田舎へ帰りました）。

芦屋から明石海峡大橋まで、ずっと渋滞で、鳴門まで140kmほどの道のりに約5時間かかりました。渋滞がなければ、2時間ほどで着くはずですが、「通行料は5000円の所、1000円です。」というETCの音声がかせめてもの救いでしたが、2時間で着くなら5000円払ってもいいと思いました。排気ガスもかなり増えたのではないのでしょうか？ 本当に必要な政策なのかどうか疑問を感じました。（次ページへ続く）

- ・毎月初回の受診時には、必ず「保険証」や「医療証」をご持参下さい。
- ・他院で処方を受けておられる場合は、お薬手帳などをご持参ください。
- ・健診結果などをお持ちになった場合は、診察前に受付へお出しください。

当院では、デビットカード・クレジットカードをご利用頂けます。



祖谷 (いや) のかずら橋。久し振りに、こわい思いをしました。車の通る橋よりも、低いところにあるので、甘く見ていました。川面までたった14メートルです。



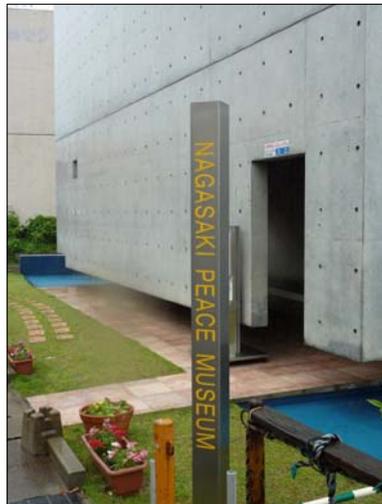
鳴門の**大塚国際美術館**。実物ではなく「セラモアート」という、陶板(セラミック)に名画を実物大に焼き付けたものです。ピカソの「ゲルニカ」(右上)、「モナリザ」(右)、「最後の晩餐(修復前と後の2枚)」を始め、世界の名画を楽しめます。順路通りに歩くと、約4kmあり、かなり運動になります。(商業目的でなければ、写真撮影可です。)



JR西日本から「**西日本パス**」が発売されています。12000円で、JR西日本・JR四国の全線とJR九州の一部が2日間乗り放題(指定席は、4回利用可)です。6月末までの、金・土・日・月のうち連続した2日間の使用に限定されますが、かなりお得です(指定席6回利用可の3日間用、グリーン車用もあります。こどもは半額。)



これを使って、5/16・17と長崎へ行ってきました。(通常料金は、片道17340円です)
 (左) 特急かもめ(長崎駅にて)
 (左下) さだまさしさん、お勧めの「江山楼」本店。特上ちゃんぽん1575円、フカヒレ・貝柱入り。
 (右下) さだまさしさん提唱の平和活動「ピーススフィア貝の火運動」の拠点「ナガサキピースミュージアム」



平成21年度の特定健診について

先月号で、「自己負担額は、八尾市国保の場合：40～74歳は、無料あるいは1000円（所得による）」と書きましたが、正確には、下記の通りです。申し訳ありません。

40～64歳は、無料あるいは1000円（所得による）

65～74歳は、無料

★★今年度中に75歳になる方、つまり、後期高齢者になる方へ★★

昨年度は、75歳の誕生日の翌月に（後期高齢者の）受診券が発送される仕組みだったため、健診を受けられない方がありました。

八尾市国保では、今年度から、**誕生日の前日までは、八尾市の特定健診が受けられる**ようになりました。（下記のように、誕生日によって、扱いがちがいますのでご注意ください。）

① **誕生日が4月から9月末の方は、八尾市健康保険課に申し出れば、受診券が発送されます。**

② **誕生日が10月から来年3月末の方は、4月末に受診券が発送されています。**

つまり（大きな声では言えませんが）、今年度内に2回の健診を受けることが可能です。

	↓ 平成21年4月1日	↓ 75歳の誕生日	↓ 平成22年3月31日
昨年度	健診は受けられませんでした	後期高齢者の健診	
今年度	八尾市の特定健診を受診可能		後期高齢者の健診

AED（自動体外式除細動器）を設置しました



AEDは、公共施設などに設置されることが増えています。

ドラマなどで、患者さんの胸部に器械を当てて、電気ショックを加えている場面をご覧になったことがあるかもしれません。それを一般の方でも使えるようにした器械です

AEDは、突然死の原因となる、**心室細動**という不整脈の治療に用いられます。この不整脈は、心臓病が原因のこともあれば、少年野球で打球を胸部に受けて起こった例もあります。最近では、タレントの松村邦洋さんが、マラソン中に心停止を起こしましたが、AEDで救命されています。

・ **意識がなく、呼吸停止していたら、救急（119番）へ通報。** AEDを準備。

・ **心肺蘇生を開始**（人工呼吸2回・心臓マッサージ30回を繰り返す）。（人工呼吸は無理なら、しなくてよい。）

・ AEDの2枚の電極を指示通りの位置に貼ると、自動的に心電図がとられて、**除細動が必要かどうかを、AEDが判断しますので、音声の指示に従います。**

・ AEDの適応にならない場合には、電気ショックは行われません。つまり、**間違っても患者さんに危害を加えることはありませんので、こわがらずに使ってください。**

・ AEDを使っても、効果がない（意識・呼吸が再開しない）場合、心肺蘇生を続けます。



「きょうの健康」 <http://www.nhk.or.jp/kenko/>
 テキストが市販されています。
NHK教育テレビ (月) ~ (金) 午後8:30~8:45
 (再放送) 翌週 午後1:05~1:20

「先どり きょうの健康」 NHK総合テレビ (日) 午前5:15~5:45
 (内容は、その週の月~木の4本の放送のうち2本が放送されます。)

日	月	火	水	木	金
5/31	1	2	3	4	5
先どり	糖尿病徹底対策				Q&A
糖尿病徹底対策	“境界型”から注意!	血糖値を下げる生活	のみ薬の使い方	インスリン注射の使い方	糖尿病
7	8	9	10	11	12
先どり	これで改善! 首の痛み最新対処法			専門医がすすめる健康体操3 首の痛みを解消しよう	Q&A
首の痛み健康体操	痛みの原因を知ろう	痛みをやわらげる	手術で治療する場合		首の痛み
14	15	16	17	18	19
先どり	大腸がんの治療最前線			知っておきたい薬物性胃腸障害	Q&A
大腸がん薬剤性胃腸障害	早期発見・治療の決め手	あなたにあった手術の選択	再発の治療		大腸がん
21	22	23	24	25	26
先どり	増えるアルコール依存症				Q&A
アルコール依存症	決め手は早期発見!	なぜ増える? 高齢者・女性の患者	欠かせない! 専門治療と周囲の理解	依存症は予防できる	アルコール依存症

ここが聞きたい! 名医にQ

NHK教育テレビ 毎週土曜日 午後8:00~8:59
 再放送は翌週土曜日 午後1:00~1:59

2週連続でひとつのテーマについて「名医」がわかりやすく病気の話をしてくれます。

- 5/30 (アンコール) 脳卒中
- 6/6・13 腰痛
- 6/20・27 更年期障害

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
午前9~12	○	○	検査	○	○	○	×
午後5~7	○	○	×	○	○	×	