



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。

2/12（金）夕診・3/12（金）午前診・3/18（木）午前診休診します
 ご迷惑をおかけしますが、よろしくお願いします。

診療報酬改定

あっという間に、1か月が過ぎてしまい、早くも今年の予定がくるってきました。

今年4月には、1年おきの診療報酬改定が行われます。うわさでは、診療所の再診料が引き下げられ、病院は引き上げられ、病院の医療崩壊が改善されるそうです。

自公政権時代、梶添元厚労大臣が、介護報酬改定によって、介護施設で働いている人の収入が月2万円増えると自画自賛していましたが、実際そうだったという話は聞こえてきません。

民主党政権になって「コンクリートから人へ」税金の使い道をかえると聞いていたのですが、新幹線や高速道路はやはり作られるようですし、医療政策がどうなるのか、見えてきません。

古い自民党時代のような、政治資金の話ばかりではなく、そろそろ本気になってほしいです。

ホームページ更新遅れのお詫びとお願い

この広報誌は、インターネットのホームページにも掲載しており、どなたでもご覧頂けます。先月は、パソコンが故障したため更新が遅れ、ご迷惑をおかけしました。お詫び申し上げます。

月1回発行の広報誌では、最新の情報をお伝えするには限界がありますので、ホームページとメールマガジンでも情報をお伝えしています。どちらも、パソコン用と携帯電話用があります。

私事で申し訳ありませんが、今月・来月は上記の通り休診させていただきます。今後も、やむなく時々休診させて頂くことがあると思います。

予約日は必ずご確認ください。パソコンや携帯電話を利用できる方は、そちらでも情報の確認をお願いいたします。また、留守番電話に伝言を残して頂く場合は、カルテ番号とお名前（同姓同名の方が結構おられますので、フルネームで）をお願いします。

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

- ・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てください。

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。

新型インフルエンザの予防接種について



接種対象の制限は、1月25日でなくなりました。

流行は一段落していますが、もう終わったと考えるのは早すぎます。昨年春から流行が始まったことを忘れてはいけません。

例年通りなら、そろそろ季節性インフルエンザが流行してきます。季節性は多くがA型ですので、検査キットでは、新型との区別はできません。

したがって、**すでに新型インフルエンザにかかった方を除いては、接種をお勧めします。**（もちろん、受けるも受けないも、自己責任です。）

現在、**随時、接種が可能です（当院のワクチンは、すべて国産です）。**

接種回数

季節性と同じで、13歳未満は2回、13歳以上は1回です。

接種料金（全国統一料金です）

1回目 3600円

2回目 2550円（当院で1回目をお受けになった場合）

※公害認定患者、生活保護世帯、住民税非課税世帯の方は、自己負担免除（無料）となりますが、市役所あるいは保健センターでの手続きが必要です。（期限は3月末です）

肺炎球菌ワクチンについて

納品状況が改善してきて、現在、1か月以内には受けていただけるようになっています。ご希望の方は、予約をお願いします。

※完全に肺炎を予防できるわけではありません。また、当然ながら、肺炎球菌以外の細菌やウイルスによる感染症には、効果はありません。

当院での接種料金は、下記の通りです。

| 条件 | 接種料金 |
|----------------------|--------|
| 八尾市の公害認定患者さん | 無料 |
| 慢性疾患で、定期的に受診中の患者さん | 6,000円 |
| 慢性疾患以外で、定期的に受診中の患者さん | 7,000円 |
| 上記以外の方 | 8,000円 |



メルマガ（メールマガジン）のご案内

この広報誌は、月1回の発行ですが、下記の2種類のメールマガジンを随時発行して、新しい情報をお知らせしています。いずれも、登録・配信は無料です。

- ・「**きくメール**」（パソコン版）
 - ・「**きくメールミニ**」（携帯電話版）（パソコンへも配信できます）
- 登録は、PCおよび携帯、それぞれのホームページからできます。
携帯版は、右のQRコードで接続できます。



大阪環状線を一周してきました

皆さん、運動していますか？ 毎日同じ道を歩くのも、飽きてきますね。久しぶりの企画ものとして、JR大阪環状線に沿って、一周してきました。

電車なら、1周21.7kmで、約40分で回れます。初めてなので、3回に分けて歩きましたが、2回でも行けそうです。1日ではちょっときついでしょでしょうか？

| 区間 | 駅間距離(km) | 所要時間・歩数 |
|--------|----------|---------------|
| 鶴橋→福島 | 8.7 | 約2時間半・約15000歩 |
| 福島→芦原橋 | 7.2 | 約2時間・約12000歩 |
| 芦原橋→鶴橋 | 5.8 | 約1時間半・約10000歩 |
| 計 | 21.7 | 約6時間・約37000歩 |

・大阪城公園・京橋間
 ・桜ノ宮・天満間
 ・西九条・弁天町間
 ・弁天町・大正間
 ・大正・芦原橋間
 の5か所で、川を渡りますが、西九条・弁天町間の安治川（あじがわ）には橋がありません。

そこで、安治川トンネルという、川底のトンネルを通ることになります。（写真下）人がやっとすれ違えるほどのトンネルです（全長約80m）。なかなかおもしろいですよ。



オムロンヘルスケア（株）のウォーキングの情報サイト：[ウォーキングスタイル・ドットコム](http://www.walking-style.com/)
<http://www.walking-style.com/>

「**きょうの健康**」 <http://www.nhk.or.jp/kenko/> (テキストあり)
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
 (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 |
|------------------|--------------------------|-------------|-------------------|---------------------------|----------------|
| 1/31 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 先どり | あなたも？ メタボでないのに糖尿病 | | | | Q&A |
| あなたも？メタボでないのに糖尿病 | 糖尿病になる理由 | 検査で見逃しを防ごう | インスリンを上手に使う | おいしく続ける食事療法 | 糖尿病 |
| 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| 先どり | 高齢者にやさしい漢方治療 | | | 専門医がすすめる健康体操3 太極拳で転倒予防 | Q&A |
| 漢方治療健康体操 | 体力低下とかぜ | 認知症と漢方 | 不眠が続いたら | | 漢方治療 |
| 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| 先どり | あなたの胃 元気ですか？ | | | | Q&A |
| 休止 | 検査で異常がないのに・・・ | どうする？ピロリ除菌 | 胃かいようになったら | 胃がんを早期発見 | 胃 |
| 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
| 先どり | 気をつけて！妊娠中の生活習慣 | | 知っておきたい抗がん剤の副作用対策 | 早めが肝心！子どもからの口コモ対策 | Q&A |
| 休止 | 忍び寄る高血圧と糖尿病 | 食事と運動で予防しよう | | | 妊娠中の生活習慣 |

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時～9時 (再放送は翌週土曜日 午後1時～2時)

- 2/6 肺がん
- 13・20 脳卒中
- 27 特別編成のため休止

鳥越俊太郎 医療の現場！

(日本医師会提供)

BS朝日 (BSデジタル5チャンネル) 毎週土曜日 午後6:00～6:30
 (地デジではありません) 再放送: 毎週日曜日 午前10:00～10:30

- 2/6 片頭痛～悩みに打ち勝つQ&A～
- 13 精神科救急～急性期病棟に密着～
- 20 激痛からの解放 リウマチ治療の今
- 27 今夜も眠れない ひよっとしてあなたも!? 「むずむず脚症候群」