



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

完全予約制です 072-990-5820
 お電話は診察開始30分前から診察終了時刻まで
 お願いします。

- ・毎月初回の受診時には「保険証」「医療証」等をご持参下さい。
- ・お薬手帳・健診結果・紹介状等をお持ちになった場合は、先に受付へお出してください。

人生の目標は？

最近、国内外でテロなど嫌な事件がよく起こっています。また50歳台も後半になると、同年代の知人が亡くなったりして、いよいよ他人事ではなくなってきています。4月から始めた、日本100名城巡りの達成に3年ほどかかりそうなので、とりあえずの目標はあと3年元気で頑張ることになりますが、その間に次の目標を見つけなければいけません。目標を達成するためには、やはり健康が大事です。足腰も鍛えなければいけません、大丈夫でしょうか？

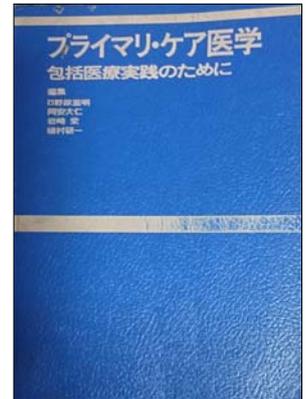
若い頃には想像もしませんでした、3年後には還暦になります。中学3年の時の担任の先生の口癖が「当年(10年)取って28歳」でした。つまり38歳ということですが、当時の先生の年齢をはるかに上回ったことに今更ながら感動しています。

本棚に「プライマリ・ケア医学」という本があります。学生の時に買った本で、今までで一番よく読んだ本です。35年前の本ですが、問診・診察の仕方や病気の考え方などについては、いまだに勉強になります。

せいろか ひのはらしげあき

著者は、東京の聖路加国際病院の日野原重明先生(現・名誉院長)です。1911(明治44)年生まれで、今年10月には105歳になられますが、まだ現役で講演や執筆活動をされています。日野原先生の手帳には、数年先までの予定がピッシリ書き込まれているそうです。

やはり目標を立てることが寿命を延ばすのでしょうか？



番組表は、別に発行しています

当院では、クレジットカード・デビットカード(キャッシュカード)・JCBプレモカードをご利用頂けます。

クレジットカードのポイントも付きます。

JCB、VISAなどのクレジットカード会社が発行するギフトカードもご利用頂けます。

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝	
午前8時半～	胃カメラ・エコー							
午前9～12	診察		検査		診察		×	
12時～ 検査終了まで	胃カメラ・エコー ・大腸ファイバー							
午後5～7	診察		×	診察		×		

休診予定のお知らせ

10/8(土) 11/5(土)

は休診させて頂きます。ご迷惑をおかけしますが、ご了承下さい。

随時変更する場合がありますので、最新情報はメルマガ、ホームページ等でご確認ください。

ホームページ <http://www.kikuchi-clinic.com/>

きくメールの登録はこちらです <http://archives.mag2.com/0000239603/>

フェイスブック <https://www.facebook.com/kikuchinaika>

日本100名城巡りの写真は、**インスタグラム** [hiroshi_kikuchi1](#) で公開します。

肺炎球菌ワクチンの接種を行っています（予約制です）

対象者：AまたはBの方で、**初めて接種を受ける方（ハガキが来ても、2回目以降は対象外）**

A. 今年度中に65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳になる方

B. 60～64歳で身体障害者手帳（心臓・腎臓・呼吸器・HIVによる免疫不全で）1級の方

接種料金：**2000円** ※市民税非課税世帯の方、生活保護受給者は免除されますが、**接種前に保健センターでの手続きが必要です。**

（保健センター：TEL 072-994-8480）

※助成以外の接種料金は右表の通りです。

八尾市公害認定患者さん	無料
脾臓摘出後の方	保険適用
慢性疾患でかかりつけの患者さん	6,500円
慢性疾患以外でかかりつけの患者さん	7,000円
上記以外の方	7,500円

2種類の肺炎球菌ワクチンについて

実は、肺炎球菌ワクチンには、**13価（商品名プレベナー13）**と**23価（商品名ニューモバックスNP）**の2種類があります。

13価・23価というのは、13種類あるいは23種類の肺炎球菌に対する効果があるという意味ですが、違いはそれだけではなく、13価のワクチンは「結合型ワクチン」、23価のワクチンは「多糖体ワクチン」で作用の仕組みも違います。

アメリカでは、13価結合型ワクチンを接種して、その6～12か月後に23価多糖体ワクチンを接種するのが推奨されています。

先に23価ワクチンを接種した方には、1年以上後で13価ワクチンの接種が推奨されています。

13価のワクチンの製造元はファイザーで、加山雄三がCMに出ています。

23価のワクチンの製造元はMSDで、西田敏行がCMに出ています。

市役所から対象者にハガキが来て、助成で自己負担が安くなるのは、23価ワクチンの方だけです。以前に自費で接種していても、2回目以降の場合は、助成は受けられません。

例外があり、1回目に13価ワクチンを接種した方は、2回目として受ける23価ワクチンは（初めてなので）助成されます。

なお、13価ワクチンの接種費用は、上の表（23価）より**3,200円**高くなります。



特定健診を行っています（予約制）

受診時には、**受診券と健康保険証**をお持ちください。原則として**絶食でお受けください。**

なお、絶食で脱水にならないよう、**カロリーゼロの水分は飲んでいただいても構いません。**

また、特定健診と同時に、当院で可能な検査（胸部X線写真、超音波検査、内視鏡検査など）も可能ですので、ご相談ください。（心電図は特定健診に含まれています）

問診票は、自宅で記入して頂いても構いませんので、ご希望の方はお申し出ください。

大腸がん検診（便潜血検査2回法）を行っています

40歳以上の八尾市民は無料です。ぜひお受け下さい。

昨年度もこの検診のおかげで、手遅れにならずに済んだ方が何人もおられます。

日本100名城めぐり(4)

7月の登城は4城で、通算の成果は10城となりました。現存12天守は1城目。

びっちゅう

備中松山城

たかはし (岡山県高梁市)

江戸時代以前から残っている現存12天守のひとつです。

標高430mの臥牛山頂にあり、現存天守の中で最も高地にあります。

2層の小さな天守(左)ですが、さすがに本物の城といった趣で、石垣(右)も見事です。天守裏の二重櫓(中)と、土塀(下右)も現存しています。忠臣蔵でおなじみ、赤穂藩の大石内蔵助が一時城主をしていたそうです。

この城の映像をコンピュータ処理した映像が、大河ドラマ「真田丸」のオープニングで使われています。



68 備中松山城(びっちゅうまつやまじょう)

登城日 16年7月17日



らいきゅうじ

こぼりえんしゅう

かれさんすい

ふもとの頼久寺の庭園は、小堀遠州(京・二条城の庭園を造った人)作の枯山水です。



きのじょう

そうじゃ

鬼ノ城

(岡山県総社市)

多くの城は戦国時代以降に築かれていますが、この城は朝鮮半島の

「白村江の戦い」で敗れた後(西暦

700年頃)に唐・新羅の侵攻に備えて築かれた古代山城です。

(右) 復元された西門。



69 鬼ノ城(きのじょう)

登城日 16年7月17日



(5 ページに続く)

(4 ページから続く)

(番外) **備中高松城** (岡山市)

1582年、明智光秀が京で本能寺の変を起こした時、羽柴秀吉はこの城で毛利軍に対して水攻めを行っていました。

秀吉は、信長の死を知り、急遽和睦を結んで帰り (中国大返し)、光秀と戦いました (山崎の戦い)。



岡山城 (岡山市)

黒く塗られており、別名「^{うじょう}烏城」と呼ばれます。隣接する日本3名園の一つ「岡山後楽園」から見える天守も格別です。

天守は1966年に再建されたものですが、月見櫓 (写真右) は現存しています。

最寄り駅：JR岡山駅。
路面電車「城下」下車。



福山城 (広島県福山市)

JR福山駅北口の目の前に本丸の石垣があります。つまり、駅と線路は二の丸にあります。天守は1945年に空襲で焼失し、1966年に再建されています。

伏見櫓 (左) は、1620年に、京の伏見城から移築されたものが現存しています。これは、熊本城の宇土櫓と並んで現存する最古の櫓です。

月見櫓 (右) も、伏見城から移築されましたが、明治初期に取り壊されたものが天守と同時に再建されています。



(6 ページに続く)

(5 ページから続く)

ともじょう

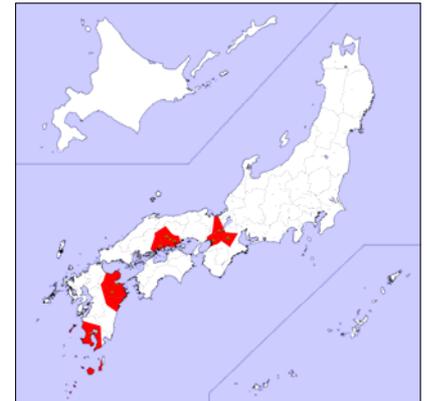
(番外) **鞆城**

(広島県福山市) 古くから港町として栄えた鞆の浦にあります。1576年、織田信長に京を追われた室町幕府最後の将軍・足利義昭が滞在し、「鞆幕府」と呼ばれました。(義昭は1588年まで将軍職にあり、その後秀吉のもと、1万石の大名となっています。)

ともうら



本丸跡に石垣が復元され、「鞆の浦歴史民俗資料館」が建っています。福山駅から鞆の浦行きバスで30分。



8月の100名城登城予定:

- ・佐倉城 (千葉県佐倉市)
- ・水戸城 (茨城県水戸市)
- ・名古屋城 (名古屋市)
- ・岡崎城 (愛知県岡崎市)

Instagramにて、
写真を公開します。

[hiroshi_kikuchi1](https://www.instagram.com/hiroshi_kikuchi1)

右の地図は、100名城巡りの進行状況です(7月末現在)。

工事中です、ご注意ください

当院の入っているビルの工事を行っております。8月末までかかる予定です。

ビルのそばを通行時には十分ご注意ください。

また、内部の壁や床の張り替えなども行われますので、ご注意ください。(診療所内は行いません)

騒音、振動、臭いなどご迷惑をおかけしますが、ご了承くださいませようお願いいたします。



自転車の駐車にご注意ください

当院周辺は、道路も歩道も、**自転車放置禁止区域**になっており、警察から注意を受けています。(バイクも同様です)

放置と見なされると、強制的に移動され、引き取りには1500円(バイクは2000円)かかります。

詳しくは八尾市だより8月号をご覧ください。



#7119 (または、06-6582-7119) 救急安心センターおおさか

年中無休24時間対応の救急医療相談窓口です。「病院へ行った方がいいの?」「救急車を呼んだ方がいいの?」「応急手当の仕方がわからない。」など迷ったら、電話をしてください。

看護師・医師などが相談に応じます。ただし一刻を争う場合は最初から119番へ電話を。