



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」等をご持参ください。
 ・お薬手帳・健診結果・紹介状等をお持ちになった場合は、先に受付へお出しください。

超音波診断装置（エコー）が新しくなりました

開院時から、消化器の検査として、腹部エコーを行っています。
 また、頰部エコー（甲状腺・頰動脈）も途中から始めています。
 今回、エコーの装置が新しくなりましたので、ご紹介します。
 検査場所は、診察室です。検査範囲は、従来通りです。

1. 腹部：肝臓、胆のう、腎臓、脾臓、膵臓、腹部大動脈
 消化管（胃・小腸・大腸）
 専門外ですが、膀胱、（男性）前立腺、（女性）子宮・卵巣
2. 甲状腺
3. 頰動脈

糖尿病、脂質異常症などの患者さんには、動脈硬化の検査として、年1回受けて頂いております。慢性肝疾患の方は、病状によって、年2～4回検査します。腹痛などで緊急の場合は予約なしでも行いますが、通常は予約制です。予約の場合、1～3すべてを検査します。



#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。

「きょうの健康」の番組表は、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

4/22(土) 5/13(土) 5/31(水) は休診させていただきます。

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/>

メールマガジン「きくメール」の登録はこちらです <http://archives.mag2.com/0000239603/>
 (ドメイン @mag2tegami.com を許可してください)

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](https://www.instagram.com/hiroshi_kikuchi1) で公開しています。

肺炎球菌ワクチンの接種対象者がかわりました(予約制です)

高齢者の肺炎の原因となる「肺炎球菌」の予防接種です。すべての方にお勧めしていますが、特に、呼吸器疾患、循環器疾患、糖尿病の治療中の方には、つよくお勧めします。

該当者には、市役所からハガキ(5月20日頃発送予定)が来ますが、**ハガキが来る前でも、誕生日の前でも、「八尾市民であること」と「生年月日」が確認できれば接種は可能**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

対象者の生年月日は、右表の通りです。
(平成29年度中に右の年齢になる方が対象者です)

65歳	昭和27年4月2日～昭和28年4月1日生まれ
70歳	昭和22年4月2日～昭和23年4月1日生まれ
75歳	昭和17年4月2日～昭和18年4月1日生まれ
80歳	昭和12年4月2日～昭和13年4月1日生まれ
85歳	昭和7年4月2日～昭和8年4月1日生まれ
90歳	昭和2年4月2日～昭和3年4月1日生まれ
95歳	大正11年4月2日～大正12年4月1日生まれ
100歳	大正6年4月2日～大正7年4月1日生まれ

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)

助成対象者以外の接種料は下表の通りです。

八尾市公害認定患者さん	無料
脾臓摘出後の方(胃がん術後など)	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

肺炎球菌ワクチンには、13価(商品名プレベナー13)と23価(同ニューモバックスNP)の2種類がありますが、八尾市の助成の対象となるのは、23価の方だけです。
アメリカでは、13価を接種して6～12か月後に23価を接種するのが推奨されています。(23価を先に接種した場合は、1年以上後で13価の接種が推奨されています)

特定健診は受診券がお手元に届いてからになります

特定健診の受診券がお手元に届くのは、おそらく4月下旬からになると思いますので、それまでお待ちください。なお、今年度中に75歳(後期高齢者)になる方は、75歳になってから受診券が来ます。75歳になる前に受けた方は、市役所にお問い合わせください。

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、骨密度測定など)もできますので、ご相談ください。(心電図は特定健診に含まれています)

大腸がん検診(便潜血検査2回法)をお受けください

40歳以上の八尾市民は無料です。ぜひお受け下さい。クーポンがなくても無料です!

大腸癌の家族歴(通常、2親等：親・子・きょうだい・祖父母・孫まで)がある方は要注意です。当院でも親子で大腸癌が見つかった方が数組あります。

便通がおかしくなった(下痢が続く、便秘が続く、下痢と便秘を繰り返す)、血液が混じった等の場合には、要注意です。検診を飛ばして、大腸内視鏡検査を受けてもいいと思います。

生活習慣病(16) 糖尿病(8)

やっと糖尿病の薬の話になります。大きく分けると2種類、内服薬と注射薬です。

まず、内服薬ですが、作用によっていくつかに分けられます。

1. **インスリン抵抗性改善薬** 2月号で書きましたが、インスリンが多いのに血糖値が高い場合(特に肥満の方)、つまりインスリンの効き方がわるい時に使います。
 - A. **ビグアナイド薬**: メトホルミン(先発品の商品名: メトグルコ)
 - B. **チアゾリジン薬**: ビオグリタゾン(同: アクトス)
2. **インスリンの分泌を増やす薬** 膵臓のベータ細胞を刺激して、インスリンを増やす薬です。
 - A. **SU(スルホニルウレア)剤**
 グリベンクラミド(先発品の商品名: オイグルコン、ダオニール)
 グリクラジド(同: グリミクロン)
 グリメピリド(同: アマリール)
 - B. **グリニド薬** 速効性があるため、食後高血糖の場合に使います。
 ナテグリニド(先発品の商品名: スターシス、ファスティック)
 ミチグリニド(同: グルファスト)
 - C. **DPP-4阻害薬**(後発品はありません)
 インスリンを増やす上に、血糖を上げるグルカゴンを抑える作用があります。
 主な商品名: グラクティブ、ジャヌビア、エクア、ネシーナ、トラゼンタ、テネリア
3. **糖の吸収を遅らせる薬**
アルファーグルコシダーゼ阻害薬
 アカルボース(先発品の商品名: グルコバイ)
 ボグリボース(同: ベイスン)
 ミグリトール(同: セイブル)
4. **糖の排泄を促進する薬** 腎臓に作用して、尿糖排泄を増やして血糖を下げます。
SGLT2阻害薬(後発品はありません)
 主な商品名: スーグラ、フォシーガ、ジャディアンス

上記のうち一つの薬で十分治療ができる方もあれば、数種類を組み合わせる必要のある方もおられます。高齢者には使いにくい薬、腎臓のわるい場合に使えない薬、肥満の人には使いたくない薬などがありますので、全ての患者さんに全ての薬が使える訳ではありません。それぞれの薬については、次号に続きます。

体温測定をお願い。体温計はぜひ常備してください。

風邪、急性胃腸炎などで受診される方には、体温を伺いますが、「測っていない」方が結構おられます。中には「体温計を持っていない」という方も・・・インフルエンザの季節には、隔離が必要かどうかの目安にもなりますので、ぜひ測定をお願いします。

さて、体温を測って、下の写真の場合、どう読みますか？
 単位は非常に大事で、体温・気温の読み方は、NHKでは「36度6分」と決まっています。民放では「36.6度」が多いようです。

なお、野球の打率では「3割2分4厘5毛」となりますが、100m走では秒以下の単位がないため「10秒34」です。



NHK放送文化研究所によると、**小数をできるだけ使わずに、より小さな単位を使うのが日本文化**ということです。



日本100名城めぐり(12)

3月の登城は4城で、昨年4月から始めて一年間で通算39城となりましたが、この4月6日(城の日)に「続100名城」が発表され、目標が一挙に200城になります。当初、3年の予定だったのが、あと5年はかかりそうです。

姫路城 (兵庫県姫路市) 国宝・世界遺産で、現存12天守(5城目)のひとつです。



織田信長が西日本に勢力を伸ばし始めた頃、黒田官兵衛から羽柴秀吉に城代が交替しました。本能寺の変後の秀吉の「中国大返し」では重要な経由地となりました。

関ヶ原の戦いの後、池田輝政が城主となり、現在の城郭が築かれました。(右上) 二の丸の入口、菱の門。一番大きな櫓門です。



その後、本多忠政(昨年大河ドラマで藤岡弘が演じた本多忠勝の長男、真田信之の正室・小松殿の弟)が初代藩主となりました。



1616年、忠政の長男・忠刻に大坂から出戻った千姫(徳川家康の孫)が嫁ぎ、化粧料(持参金)10万石で、西の丸が整備され、化粧櫓(上)が建ちました。



(左) 天守は、大天守と3つの小天守が渡櫓でつながった連立式天守です。写真左から、乾小天守、東小天守(わずかに見えます)、西小天守、大天守。

(右) 大天守の中は結構広いです。

ちなみに、姫路城、和歌山城、松山城が、三大連立式天守と呼ばれています。



別名白鷺城で、屋根まで真っ白に見えますが、近くから見れば、瓦を固定している漆喰が白いのがわかります。(左下)

連休などは、整理券が発行されるくらい混雑するようですので、できれば平日の登城をお勧めします。

近鉄八尾→鶴橋→大阪→新快速で姫路まで約1時間半。

(4 ページから続く)

しゅり

首里城 (沖縄県那覇市)

世界遺産。



登城日 17年3月18日

別名：中山グスク (グスク=城)
琉球王国の居城として、1406年から1879年まで使われました。

第二次世界大戦で焼失し、戦後は琉球大学となっていました。大学が移転した後、1992年に木造で復元され、2000年に世界遺産に登録されました。

(右上) 石垣は直線的ではなく、独特の形をしています。

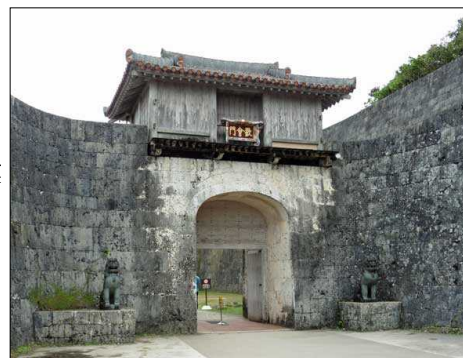


(右中) 正門である歓会門

(左) 中心的な建物、正殿

(左下) 正殿の中の王様の椅子

(右下) 守礼の門



大阪から飛行機で那覇まで2時間。

ゆいレール (モノレール) で、那覇空港駅から首里駅まで27分。首里駅から徒歩15分。



なきじん

くになみぐんなきじんそん

今帰仁城 (沖縄県国頭郡今帰仁村) 世界遺産。

12から14世紀に築されました。琉球王国ができる前の三山 (北山・中山・南山) 時代の北山王の居城でした。

1609年、薩摩藩の侵攻の際に建造物は焼失しました。

こちらも、曲線的な石垣が特徴的です。上から見ると、小さな万里の長城のようです。



登城日 17年3月19日



那覇市から、沖縄自動車道経由で約2時間。

(6 ページに続く)

(5 ページから続く)

なかぐすく

なかがみ

中城城 (沖縄県中頭郡中城村) 世界遺産。



99 中城城 (なかぐすく)

登城日 17年3月19日

13から15世紀に築城されました。建造物はありませんが、こちらも琉球独特の石垣などが残っています。

- (上) 三の郭城壁
- (中) 正門
- (下) 裏門

この日は天気が悪く、雨に煙って視界がかなり悪く、幻想的な雰囲気でした。



あのペリー提督一行が、1853年に浦賀（神奈川県横須賀市）に黒船でやってきましたが、その前に琉球を訪れ、この城を調査しました。

その時にペリーは、築城技術が素晴らしいと絶賛したそうです。とくに裏門のアーチ形状は、かなりの技術だそうです。

余談ですが、ペリー一行は太平洋を横断してやってきたものではありません。アメリカ東海岸のノーフォークを出港し大西洋を横断、ケープタウン（南アフリカ）→セイロン→シンガポール→マカオ・香港→上海と経由して琉球に着いています。



(左) 3月12日、満開との噂を聞き、大阪城梅林へ行ってきました。

4月の100名城登城予定

- ・宇和島城 (愛媛県宇和島市)
- ・佐賀城 (佐賀市)
- ・吉野ヶ里遺跡 (佐賀県神埼郡吉野ヶ里町)

右の地図は3月末の進行状況です。

インスタグラムにて、写真を公開しています。

[hiroshi_kikuchi1](#)

