



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。

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

・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、先に受付へお出してください。

## ヘルペス（帯状疱疹）の予防接種を行っています

たいじょうほうしん

ヘルペス（帯状疱疹）という病名をご存知の方も多と思います。当院かかりつけの患者さんでも、かかったことのある方もおられます。

最初は、ピリピリとかチクチクという**神経痛**で始まります。場所は、頭・顔・胸・背中・お腹・手足どこにでもできますが、**左右どちらか片方**だけです。

数日してから**発疹（水疱）**が出れば、ヘルペスと診断ができます。できるだけ早く治療を始めた方が、後遺症（神経痛）が少ないです。

最近は、子どもに予防接種をするので、水痘（水ぼうそう）の患者さんを診ることはめったにありませんが、この水痘ウイルスが神経節に潜んでいて、**中高年**（50歳以上）になったり、**免疫が低下**する状態になった時に発病しやすくなります。

水痘ワクチンに帯状疱疹の予防効果があることは、以前にもご紹介しましたが、このたび、正式に**帯状疱疹予防の適用**が認められました。

**対象者は50歳以上です。**1回の接種で10年以上効果がありません。ただし、**予防**ですので、健康保険の適用はなく、**自費**です。

当院での接種料金は左の表の通りです。

|                   |       |
|-------------------|-------|
| 慢性疾患でかかりつけの患者さん   | 7000円 |
| 慢性疾患以外でかかりつけの患者さん | 7500円 |
| 上記以外の方            | 8000円 |

乾燥弱毒生水痘ワクチン  
**乾燥弱毒生水痘ワクチン「ビケン」**

## #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。  
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。

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。  
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 ～ 1 2 | 診察                   | 検査 | 診察 |   |   |   |    |
| 1 2 時～     | 胃カメラ・エコー<br>・大腸ファイバー |    |    |   |   |   |    |
| 午後 5 ～ 7   | 診察                   | ×  | 診察 |   | × |   |    |

## 休診予定のお知らせ

**5/13(土) 5/31(水) 8/10(木) 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/>

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

## 肺炎球菌ワクチンの接種を行っています(予約制)

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。

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(TEL 994-8480)での手続きが必要**。

**助成対象者以外**の接種料は右の通りです。

|                   |        |
|-------------------|--------|
| 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 |

## 特定健診を始めます(予約制)

予約の上、**受診券**と**健康保険証**を必ずお持ちください。定期の診察と一緒に受けることも可能ですし、その次の診察の時に結果を聞いて頂くのでも構いません。(ただし、年度末を除く)

基本的に絶食(10時間以上)でお受け下さい。食後ではよくない結果が出る場合があります。

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。**ポリープや癌が結構見つかります。ぜひお受け下さい。

大腸癌の家族歴(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。

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は、特に要注意です。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(17) 糖尿病(9)

朝食前の血糖値109以下、HbA1c 6.2以下が正常値、一般に糖尿病の**合併症を起こさないための目標は血糖値129以下、HbA1c 6.9以下**ですので、食事療法、運動療法を行ってもこれが達成できない場合は、内服薬の開始を検討します。ただ、この目標値は絶対的なものではなく、年齢や合併症の有無等によります。重症の場合は、最初からインスリンを使うこともあります。

1. **肥満**があり、**インスリン抵抗性**がある(インスリンは十分なのに血糖値が高い)場合、**インスリン**の分泌を増やす薬は、逆効果(体重増加、脂質異常症の悪化など)の可能性があります。

軽症の場合、**ビグアナイド薬**から開始することが多いです。副作用はほとんどありませんが、高齢者、腎機能障害がある場合は、使いにくいです。

**DPP-4阻害薬**は、インスリン分泌を増やす作用があるにもかかわらず、体重増加が起こりにくいいため、使うことが増えています。

2. 食後の血糖値が高い場合、軽症では、小腸からの糖の吸収を抑える**アルファグルコシダーゼ阻害薬**、中等症では速効性のインスリン分泌薬**グリニド薬**を使います。

3. 新しい薬として、**尿への糖の排泄を促進するSGLT2阻害薬**があります。体重減少が期待でき、脂質異常症や高血圧の改善も期待できるので、これを使う患者さんが増えてきています。

病状によって1種類の薬で済む方もあれば、数種類以上の併用になることもあります。



## 日本200名城めぐり(13)

4月の登城は3城で、通算42城となりました。江戸時代から残る「現存天守」は12城のうち6城(登城順に、備中松山城、犬山城、彦根城、丸亀城、姫路城、宇和島城)に行き、残るは6城(北から、弘前城、松本城、丸岡城、松江城、松山城、高知城)となりました。

4月6日(城の日)に「続100名城」が発表され、目標が一举に200城になりましたので、このページのタイトルも【日本200名城めぐり】に変更しました。

訪ねた【番外】の城のうち6城が【続100名城】に入り、再登城が必要となりました(北から、名胡桃城、沼田城、浜松城、小牧山城、大垣城、備中高松城)。【続100名城】には、予想外の城もあり、計画がなかなか難しいです。3年の予定が、あと5年はかかりそうです。

うわじま

**宇和島城**(愛媛県宇和島市) 現存12天守のひとつです。



登城日 17年4月9日



現在の城郭は1601年に、築城の名手・藤堂高虎が築きました。1615年に、仙台藩の独眼竜・伊達政宗の長男・秀宗が藩主となり、明治維新まで宇和島伊達藩が続きました。

伊達秀宗は正宗の長男ですが、側室の子で、豊臣秀吉の一字をもらっていることもあり、仙台藩を継げず、正宗の正室の子である弟・忠宗が、二代将軍秀忠から一字をもらい、仙台藩を継いでいます。

現在の天守は1671年に伊達家が改修したものです。天守最上階からは海が見えます(写真右下)が、江戸時代には、海がもっと近くまであり、いわゆる海城でした。

この日は、桜が満開でした。

伊丹空港から松山空港まで飛行機で1時間。松山空港からJR松山駅までバスで20分。松山駅から宇和島駅まで特急で1時間半。宇和島駅から徒歩約15分。



**佐賀城**(佐賀市)



登城日 17年4月23日

佐賀藩・鍋島氏の居城でした。1611年に築かれましたが、1726年に大火で、天守以下本丸建造物の大半が焼失しました。

天守は5層でしたが、再建されず、天守台(右)だけが残っています。

1835年の火災で二の丸が焼失したため、本丸が再建されました。

現存する鯨(しゃち)の門、続櫓は1838年に完成したものです。





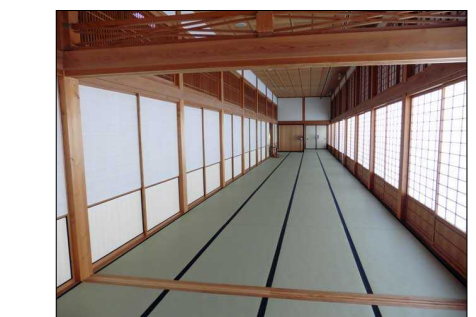
(3 ページから続く)

(右上) 木造で復元された本丸御殿が「佐賀城本丸歴史館」として公開されています。

(右下) 歴史館内の立派な部屋、ではありません。廊下です！

(左下) 鯨の門（現存）。両端には立派な鯨がいます。

佐賀駅からバスで10分。



よしのがり

## 吉野ヶ里遺跡 (佐賀県神埼郡吉野ヶ里町)



88

吉野ヶ里(よしのがり)

登城日 '17年4月23日

弥生時代（3世紀頃）の環壕集落<sup>かんごう</sup>の遺跡が復元されています。外敵の侵入を防ぐために、集落の周囲に壕を掘り、その土を積み上げて土塁とし、さらに柵や逆茂木（さかもぎ：右の写真のとがった柵）を設置して防御しています。

近世以降の石垣を使った城を見慣れていると、これが城？と思いますが、「城」という漢字は「土から成る」と書くので、これが城の原型と言われると納得します。



J R 吉野ヶ里公園駅（佐賀駅から12分）から徒歩15分。



(左) 4月2日夜の大坂城天守。  
「世界自閉症啓発デー」の青いライトアップ。

5月の登城予定

【100名城】

- ・仙名城（宮城県仙台市）
- ・多賀城（宮城県多賀城市）
- ・山形城（山形市）

右の地図は4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](#)

