



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
 をお願いします。

毎月初回の受診時には、健康保険証・医療
 証などをご持参ください。

お薬手帳・健診結果・紹介状などをお持ち
 の方は、診察前に受付へお出してください。

消費税増税、キャッシュレス還元、プレミアム付商品券

10月から消費税が8%から10%になります。参議院選挙で、増税を訴えた政党を支持した
 方が多かったので仕方ありません。増税に伴って、負担軽減ということで「キャッシュレス消費
 者還元事業」が行われます。現金以外のクレジットカード、電子マネー、スマホ決済を利用した
 場合に、最大5%のポイント還元が行われます（今年10月から来年6月までの9か月間限定）。

残念ながら、保険診療の負担金は消費税非課税ですので、対象外となります。（自費診療や自
 費の予防接種は消費税がかかるので、対象外となるのは納得できませんが。）

また、住民税非課税の方と3歳未満の子どもがいる世帯は「八尾市プレミアム付商品券」を購
 入することができます。こちらは医療機関での支払いに利用できるはずですので、申請中です。

お盆期間の休日診療所

8/14 (水) ~ 16 (金) の午後5時~8時半
 内科・小児科の診療をしています。

(場所) 八尾市保健センター (旭ヶ丘5-85-16)
 TEL 072-993-8600

後期高齢者医療の被保険者証および国民
 健康保険の高齢受給者証（70歳以上）が
 8月から新しくなっています。

必ず、新しい保険証あるいは受給者証を
 お持ちください。

休診予定

8/15 (木) 夕診 10/22 (火) は「即位礼正殿の儀」の休日です。

ご迷惑をおかけいたしますが、ご了承ください。最新の情報は、ホームページときくメールで、
 ご確認下さい。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>

ツイッター https://www.twitter.com/Kikuchi_Clinic

救急安心センターおおさか

#7119 (または06-6582-7119)

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へ電話を！

クレジットカード、PayPay、楽天Pay、
 auPay、楽天Edy、nanaco、IC
 OCA等もご利用頂けます。

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				診察		
12時~ 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		×	

高血圧治療ガイドライン2019について (3)

降圧目標	診察室血圧	家庭血圧
<ul style="list-style-type: none">・ 75歳未満の成人・ 脳血管障害患者 (注1)・ 冠動脈疾患患者 (狭心症・心筋梗塞)・ 慢性腎臓病患者 (尿蛋白陽性) (注2)・ 糖尿病患者・ 抗血栓薬服用中	130/80未満 (正常血圧あるいは 正常高値血圧)	125/75未満 (正常血圧あるいは 正常高値血圧)
<ul style="list-style-type: none">・ 75歳以上の高齢者・ 脳血管障害患者 (注1)・ 慢性腎臓病患者 (尿蛋白陰性) (注2)	140/90未満 (高値血圧まで)	135/85未満 (高値血圧まで)

(注1) 脳血管障害は「両側頸動脈狭窄や脳主幹動脈閉塞」の有無で分けられています。これは「頸や脳の動脈に、つよい狭窄や閉塞がある場合には、過度の降圧はよくない」ためです。

(注2) 慢性腎臓病も尿蛋白の有無によって、分けられています。尿蛋白が出ているほど厳しく降圧する必要があるということです。

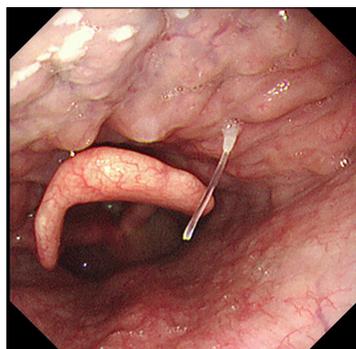
このガイドラインは、日本高血圧学会が定めたものですが、日本腎臓学会のガイドラインでは、75歳以上で慢性腎臓病の場合、150/90未満が目標となっています。

ただし、糖尿病がある場合は、130/80未満が推奨されています。

また、糖尿病がない場合、尿蛋白A1区分 (3段階で一番軽い) で140/90未満、尿蛋白A2・A3区分で130/80未満を推奨されています。

病気の数が多いほど、また病状が進んでいるほど、目標は厳しくなるということです。

魚の骨にご注意



夕食のアジフライの骨がのどに刺さってしまいました。つよい痛みはなく、違和感程度でしたが、絶対に骨が刺さったと思いました。

ご飯の丸呑みなど全く効果がなく、半日我慢しましたが、仕方なく摘出手術を行うことにしました。自分で胃カメラを鼻から挿入しました。

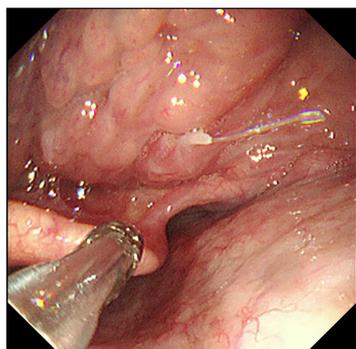
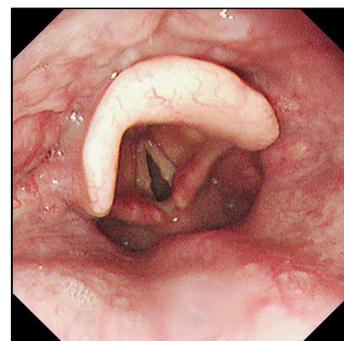
(左上) 中央に刺さった骨が見えます。

(左下) 内視鏡から鉗子という器具 (画面左下) を出したところで、これで摘出をします。

(右上) 摘出後です。きれいに取れました。

(右下) 摘出した骨です。長さは2cm弱ありました。おそらく半分くらい刺さっていたと思われます。

この後、食道・胃・十二指腸も観察し、毎年受けている胃カメラも済ませてしまいました。経鼻カメラは楽ですよ!



風しんの予防接種を行っています

抗体検査の結果が基準を満たした場合に、無料で接種を受けることができます。

先天性風しん症候群予防対策事業	風しん5期定期接種
八尾市民であり、 ①妊娠を希望する女性 （妊娠中は、接種できません） ②妊娠を希望する女性の配偶者 ③妊娠している女性の配偶者	昭和37年4月2日～ 昭和54年4月1日生まれの男性 （2019年度は、昭和47年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性にクーポン券を送付）

肺炎球菌の予防接種を行っています（原則予約制）

対象者には、八尾市から通知が来ていると思いますが、**一度（自費でも）受けた方は、通知が来ても、対象外です。**誕生日の前でも接種は可能です。

対象者は、**2000円の自己負担**で接種を受けることができますが、市民税非課税世帯の方、生活保護受給者等は自己負担が免除されます。ただし、必ず接種前に八尾市保健センター（TEL 994-8480）で手続きを行ってください。

助成対象外の方の接種料金	
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
かかりつけの患者さん 当院で2回目以降の方	6,500円
上記以外の方	7,500円

带状疱疹（ヘルペス）の予防接種を行っています（予約制）

たいじょうほうしん 带状疱疹（ヘルペス）の発病予防、および発病した場合の症状・後遺症（带状疱疹後神経痛）の軽減が目的です。50歳以上の方が対象です。

1回の接種で5～10年間有効です。
自費での接種で、接種料金は右の通りです。

かかりつけの患者さん	7,000円
かかりつけでない方	8,000円

特定健診を行っています（予約制）

40歳以上の方が対象です。八尾市国保および後期高齢者医療の方は無料ですが、それ以外の健康保険の方は異なりますのでご確認ください。受診券・健康保険証を必ずお持ちください。

内容は、問診・身体計測・診察・検尿・心電図・血液検査です。

特定健診は、生活習慣病のための健診（いわゆるメタボ健診）です。健診項目以外、胸部X線写真、超音波検査（腹部・甲状腺・頸動脈）、胃カメラ、大腸ファイバー、骨密度測定、腫瘍マーカーなども可能ですので、同時に他の検査も希望される場合は、あらかじめお申し出ください。

肝炎ウイルス検診も行っています。20歳以上の方が対象です。B型肝炎、C型肝炎の検査を受けたことのない方は、ぜひお受けください。

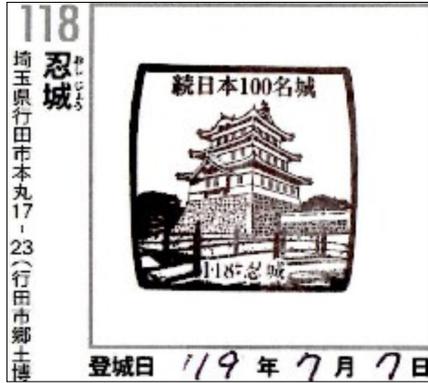
八尾市大腸がん検診をおうけください

40歳以上の八尾市民は無料です。受診券はありません。便を2回分提出し、1回分でも血液が混じっていると陽性で、要精密検査（大腸ファイバー、当院で行います）となります。

日本200名城巡り(40)

7月は、【続100名城】1城(計52城)に登城し、【100名城】(79城)と合わせて131城となりました。

【続100名城】**忍城** (埼玉県行田市)



室町時代の1478年頃、地元の豪族である成田氏が築きました。

1590年、豊臣秀吉の関東平定の際、城主の成田氏長は小田原城に入ったため、叔父が城代を務め、農民も含めて約3千人が籠城しました。

豊臣方は石田三成を総大将に大谷吉継、



真田昌幸らも加わりましたが、沼地にはばまれて攻め落とせず、総延長28kmにおよぶ石田堤を築いて水攻めを行いました。結局それでも落とせず、本城の小田原城が落城したことにより、開城となりました。小田原城の支城で最後まで残ったのがこの城でした。

この忍城の戦いは、映画「のぼうの城」(主演：野村萬斎)で有名になりました。

(右上) 水城公園。外堀の沼を、公園として整備しています。

(右下) 御三階櫓(模擬櫓：位置、規模は史実と異なります)

東京駅からJR高崎線で行田駅まで約70分。
行田駅からバス10分、水城公園下車。



8月の登城予定

【100名城】

高岡城(富山県高岡市)

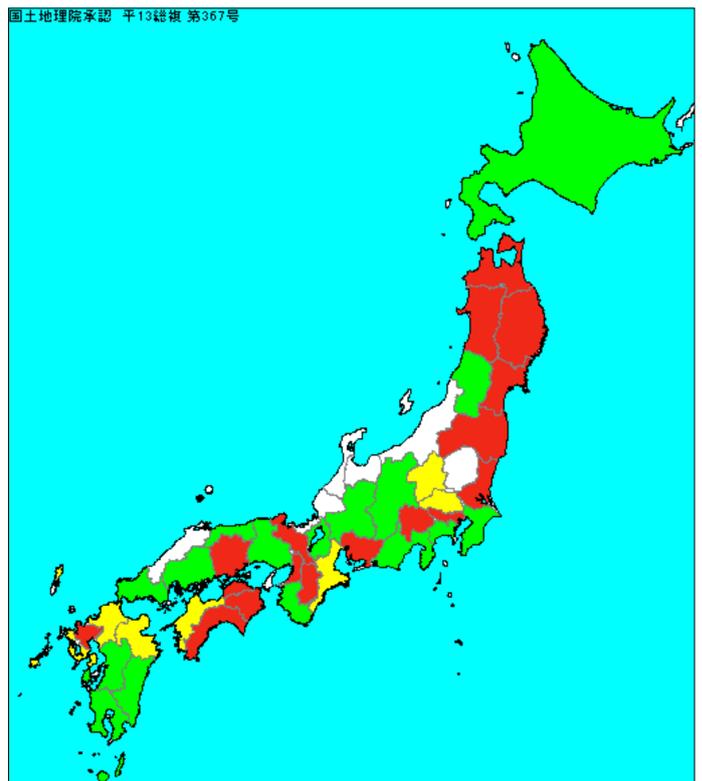
【続100名城】

小倉城(福岡県北九州市)

富山城(富山市)

(右) 7月末時点の都道府県別の登城地図です。

赤は制覇(17都府県)、緑は残り2城以内、黄は残り3城以上、白は未登城です。沖縄県は緑です。



インスタグラム [hiroshi_kikuchi1](#)