



完全予約制です (072) 990-5820

予約なしの来院は、ご遠慮ください。

夕診は、予約の方が終わり次第、終了します。

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

毎月初回受診時には、健康保険証・医療証等をご提示ください。

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。

第6波

みんなが「第6波」と言い、各都道府県知事もそう言っていますが、国は「第6波」とは言いません。国の対策会議(1/19)の議事録を読みましたが、「新型コロナウイルス感染症」という言葉は66回、「オミクロン株」は67回も使われているのに、「第6波」は0回です。なすすべもなく6回も繰り返しているという事実をよほど認めたくないのでしょうか。

昨年10月から12月は、収束ではなく終息するのではないかと錯覚するような状況でしたが、欧米から少し遅れて、やはり第6波が襲ってきました。今月号の締め切りは、1/26でしたが、この日の感染者数は、東京都で1万4千人、大阪府で9千8百人、全国で7万人を超えました。

大阪府は、人口あたりの死亡者数では全国一です。大阪府知事は「まん延防止等重点措置」はまだ早いと言った翌日に(兵庫県が要請するから一緒に)要請するという無様なことをしました。テレビ出演ばかりせずに、まともな仕事をしてもらいたいです。

国は国で「ステイホームはいらない」「人流よりも人数制限」「若者は検査せずに診断する」など訳のわからないことを言い始めました。検査キットが足りなくなってきました。

「風邪症状」の中学生を検査せずに「コロナだ」と診断して、学校を休校にするようなことは、おかしくないのでしょうか。新型コロナウイルス感染症の流行が始まってからもう2年もたつのに、進歩どころかお手上げ状態です。

臨時休診の予定はありません

最新の情報は、ホームページときくメールで、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

<https://www.mag2.com/m/0000239603/> (右のQRコードで登録できます)

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。

キャッシュレス決済をお勧めしています。
各種クレジットカード、電子マネー、QRコード
決済をご利用になれます。

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			診察			
1 2 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		×	

新型コロナワクチン接種(3回目)について

今月号の原稿締め切りは1/26でした。最新の情報は、当院ホームページ、「きくメール」等をご覧ください。

オミクロン株の流行では、ワクチンを2回接種済みの方でも感染者が出ており、ワクチンが効きにくい可能性があります。3回目を接種した方が重症化の危険は低くなるはずです。



私は、2回目接種(5/12)のちょうど8か月後の1/12に3回目の接種を受けました。副反応は、5時間後から接種した左腕が少し痛みだし、翌朝には腕が少し上がりにくくなりましたが、丸2日で治まりました。それ以外は何ともなく、1回目・2回目とはほぼ同様の副反応でした。

(左) スマホで発行された私のワクチン接種証明書です。接種の翌日に発行されました。(発行には、マイナンバーカードが必要です。国外用の証明書発行には、パスポートも必要です。)

マイナンバーカードがない場合、スマホがない場合には、紙の証明書の申請になります。

3回目の接種について (12歳以上の1・2回目の接種も接種券があれば可能です)

- ・対象年齢は、**18歳以上**です。
- ・接種料金は、**無料**です。
- ・**2回目接種後8か月以降**の接種となります。当院は2回目の接種を6/18に開始しましたので、3回目の接種開始は2/18(金)となります。
- ・当院は、今回も**ファイザー**のワクチンのみで接種を行います。
(ファイザーは1本で6人分ですが、モデルナは1本で20人分のため、扱いにくいです。)
- ・1・2回目にモデルナで接種を受けた方も、3回目にファイザーでの接種が可能です(逆も可)

※ 3回目接種の「前倒し」について (当院では、八尾市からの指示通りに実施します)

- ・医療従事者等、高齢者施設等の入所者及び従事者並びに病院等の入院患者
→ 2回目接種から6か月経過後から可能です。
- ・その他の高齢者 → 2回目接種から7か月経過後から可能です。
ただし、**前倒しで使用されるワクチンは、モデルナです。ファイザーのワクチンは前倒しの対象外ですので、当院では行えません。ご了承ください。**

前倒し可能な接種券には「モデルナでは○月×日から接種可能、ファイザーでは○月△日から接種可能」と記載されています。

モデルナでもいいから、とにかく早く接種を受けたい方は、集団接種でお受けください。

八尾市の集団接種は、2月・3月は生涯学習センター「かがやき」、4月以降は総合体育館「ウイング」で行われます。予約は1/19から始まっています。

大阪府および自衛隊の集団接種も(モデルナで)行われる予定です。

ワクチン接種についての問い合わせは下記までお願いします (平日午前9時～午後5時)

八尾市新型コロナワクチンコールセンター TEL 0570-008-633

（前ページから続く）

3回目の予約について

接種券は接種可能となる日の3週間くらい前までに郵送されてきます。（前倒し可能な方には、もう少し前に届きます。）

※**かかりつけの患者さん（1・2回目を当院で受けなかった方も含む）およびご家族の方は、診察日に受付で予約させていただきます。**（すでに開始しています）（接種券の到着前でも予約可能です）

混雑予防のためにできる限り**定期の診察に合わせての接種にご協力ください。**

※**かかりつけの方以外は、接種券が到着してからの予約になります**（要接種券番号）。

- ・きくメール登録済みの方は、メール予約させていただきます。
- ・窓口、電話でも予約可能ですが、混雑した場合には、前回同様に制限する可能性がありますのでご了承ください。

発熱・風邪症状等の診療について

当院は、八尾市と「行政検査の委託契約」を結んだ、「診療・検査医療機関」です。
新型コロナウイルス感染症（以下、コロナ）の検査（抗原定性検査）を保険診療（コロナの検査料のみ自己負担なし）で行っています。当院では、混乱を避けるために、**診療・検査の対象は「かかりつけの患者さん」のみとしています。**

1. まず**電話でご相談ください。**予約なしの来院はご遠慮ください。

コロナ感染者の濃厚接触者の方は、保健所の指示に従ってください。

- ・八尾市新型コロナ受診相談センター（八尾市保健所内）

TEL 072-994-0668（平日8:45～17:15） FAX 072-922-4965

上記時間以外は、音声ガイダンスでの案内になります。

2. 診療・検査は、完全予約制で、**午前診終了後**および**夕診終了後**に行っています。

できる検査は、**抗原定性検査のみです。PCR検査はできません**のでご了承ください。

3. コロナ検査（抗原定性検査）は、無症状の方は、自費検査としては可能ですが、PCR検査と比べて、無症状の場合、感染していても陽性になる可能性は低いことをご理解ください

かかりつけの患者さん：6,600円（税込） かかりつけでない方：7,700円（税込）

4. 今までにコロナに感染したことがあるかどうかを調べる、抗体検査（血液検査）も行っています。感染してから抗体が現れるのに、1週間以上かかりますので、発病すぐの診断には適していません。**ワクチンで抗体ができた確認もできます。**結果が出るのに、2～4日かかります。

かかりつけの患者さん：7,700円（税込） かかりつけでない方：8,800円（税込）

当院で新型コロナワクチン接種を受けた方は、かかりつけの料金です。

オンライン資格確認について

マイナンバーカードを健康保険証として利用することができるようになりました。



写真の「顔認証カードリーダー」にマイナンバーカードを患者さん自身で置いていただき、顔(暗証番号でも可)で確認する段取りでしたが、不都合な点がありまして、**カードをお預かりしてこちらでカードリーダーにかけることになりました。**ご了承ください。

また、保険証の情報(番号等と生年月日)を入力すると、最新の情報を確認できることになりましたので、マイナンバーカードは必須ではありません。

ただし、マイナンバーカードを保険証として利用できるように登録すれば、7500円分のポイントが付与されますので、登録をご検討ください。(今年9月までにカードの発行申請した方が対象です。)

マイナンバーカードを健康保険証として利用するためには登録が必要です。

登録方法は、下記の通りです。

- ・スマホかパソコン(カードリーダーが必要)で「マイナポータル」に接続して手続き
- ・当院の顔認証カードリーダーで手続き
- ・セブン銀行ATM(セブンイレブンなど)で手続き
- ・市役所(市民課)、各出張所、アリオ八尾にも登録用端末があります。

いずれの方法も、カードと暗証番号が必要です。

保険証でも確認は可能で、今まで通りに受診できますのでご安心ください。

薬について

昨年末から、**処方薬の一部が品薄**になり、ご迷惑をおかけしています。特に後発品メーカーで生産が停止している薬品があり、品薄になっているようです。

当院の患者さんでは、降圧剤の一部と消化剤の大部分が影響を受けていたようです。品薄状態は徐々に解消されてきているようですが、同成分の他の薬に変更になることがありますのでご了承ください。(規格が変わることもありますのでご了承ください。例えば、10mg1錠が、同成分の5mg2錠にかわるなどです。)

禁煙治療(保険適用)に用いる**禁煙補助薬「チャンピックス錠」が現在、出荷停止になっているため、禁煙治療も現在中断しています。**

発がん物質が混入している可能性があったとのことで、出荷再開は今年後半になるそうです。

ニコチンパッチ(貼り薬)は保険適用ですが、ニコレット(ニコチンガム)は保険適用外です。

「バファリン配合錠A330」が、3月末で販売中止になるため、処方できなくなります。

頭痛等に根強い人気がありますが、他にも消炎鎮痛薬(ロキソニン等)があるため「需要低下」が理由となっています。

市販薬では「バファリンA」が同成分、同用量ですが、販売は継続されるようです。

なお「バファリン配合錠A81」は、血栓・塞栓予防の効能で、狭心症、心筋梗塞、脳血管障害に保険適用があり、当院でも処方していますが、販売は継続され処方可能です。

三種の神器^{じんぎ}（続き）

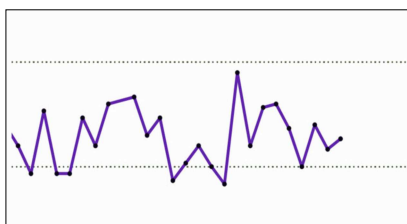
先月号で、体調管理のための三種の神器（体温計・体重計・血圧計）の話を書きました。その後、買い換えたものがありますので、ご紹介します。

体重計（体重体組成計）



オムロンのHBF-255Tという機種です。オムロンヘルスケアストアでの直販価格は16,280円です。体重体組成計は、5,000円台からありますが、スマホと連携できるのは、1万円以上のものです。

生年月日と身長を入力しておくで、体重、体脂肪率、内臓脂肪レベル、骨格筋率、体年齢、基礎代謝、BMIが表示されます。測定後は、スマホで操作すると、スマホアプリにデータが転送されます。転送しない場合は、本体に30回分記録されていて、見ることができます。



（左）私の1月の体重データです。数値は秘密ですが、1目盛が1.5 kgですので、これくらいの変動はしているということです。

体重測定の時間は「朝食前でトイレを済ませてから」が適しています。

食事、水分摂取、飲酒、入浴、運動などは、測定値に影響が出る可能性があります。毎日、同じ条件で測り続けることが大切です。

血圧計



10年以上前から使っている血圧計（オムロン）の測定結果がおかしいのではないかと思います、買い換えました。原因は不明ですが、新しいもので計ると、20～30くらい低く出るようになりました。

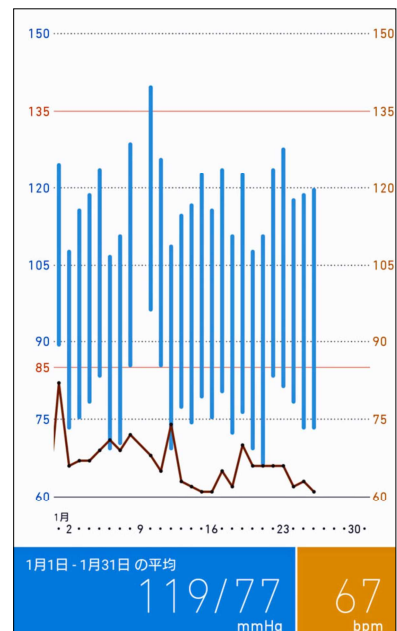
機種はオムロンのHEM-7600T オムロンヘルスケアストアでの直販価格は21,868円です。

血圧計は6,000円台からありますが、スマホと連携できるのは、1万5千円以上のものです。

この機種は、本体とカフ（腕帯）が一体化しています。測定後は、スマホで操作するとデータが転送されます。

転送まで100回分のデータを記録していますが、本体では過去のデータを見ることはできませんので、スマホが必須です。（左）最新のデータの表示。

（右）1か月分のグラフ表示。平均値も出ます。



特定健診・肝炎ウイルス検診 (予約制)

40歳以上の方が対象です。受診には、受診券と健康保険証が必要です。健診の内容は、問診・身体計測・診察・検尿・心電図・血液検査です。(健康保険によって、内容・費用が異なります。)

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、ピロリ菌検査(ABC検診)なども同時に可能です。

(ピロリ菌の検査は、胃カメラを受けない場合、健康保険がきかず、自費の検査となります。)

3回目の新型コロナワクチン接種が始まると、混み合いますので、早めにお受けください。

大腸がん検診

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。

肺炎球菌の予防接種 (原則、予約制)

対象者は**2000円の負担**で受けることができますが、**通知が来ても一度(自費でも)受けた方は対象外**です。

現在対象者の方は、3月末が接種期限ですので、お急ぎください。市民税非課税世帯の方、生活保護受給者等は免除されますが、接種前に八尾市保健センター(TEL 994-8480)での手続きが必要です。

ワクチンの効果は5年間です。2回目以降の接種は、自費(右表)となりますが、5年経過したらぜひお受けください。

助成対象外の方の接種料金(税込)	
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	6,700円
上記以外の方	7,700円

風しんの予防接種 (予約制)

「先天性風しん症候群予防対策事業」および「風しん5期定期接種(クーポン券)」を行っています。対象者の方は、**まず抗体検査(無料)を受けていただき、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。**対象外の方の接種料金は、自費で10,200円(税込)です。

帯状疱疹(ヘルペス)の予防接種 (予約制)

発病予防、および発病した場合の症状・後遺症(神経痛)の軽減が目的です。

50歳以上の方が対象です。

当院では、「水痘生ワクチン」と「シングリックス」の両方の接種ができます。

両者の比較は右表の通りですが、シングリックスを選ばれる方が最近は増えています。

商品名	水痘生ワクチン	シングリックス
ワクチンの種類	生ワクチン	不活化ワクチン
接種方法・回数	皮下注射 1回	筋肉注射 2回 (2~6か月間隔)
予防効果	50~60%	90%以上
持続期間	約5年	9年以上
接種料金(税込)	かかりつけの方 7,200円 かかりつけでない方 8,200円	かかりつけの方 1回 19,800円 かかりつけでない方 1回 20,900円 (2回接種の1回分です)

日本200名城巡り(70)

1月は【続100名城】2城に登城しました。通算では【100名城】99城、【続100名城】96城の計195城となり、残り5城です。

【続100名城】^{しんぐう}**新宮城**(和歌山県新宮市) 別名:^{かくたんじょう}鶴丹城



1602年に紀州藩初代藩主の浅野幸長が築きました。1615年に一国一城令によって廃城となりましたが、1618年に再築城が認められました。1619年に浅野氏は備後(広島)三原藩に転封となり、徳川頼宣(家康の十男)が紀州藩主となりました。付家老の水野重仲(家康の母方のいとこ)が城主となり築城を引き継ぎました。

明治維新後、1873年の廃城令によって建造物は取り壊されました。

(右上) 大手道

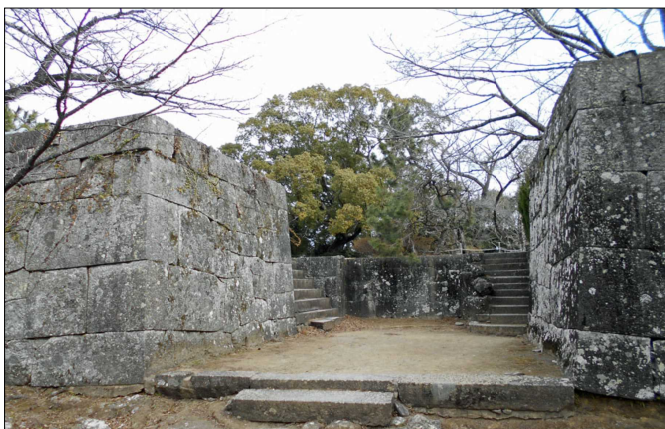
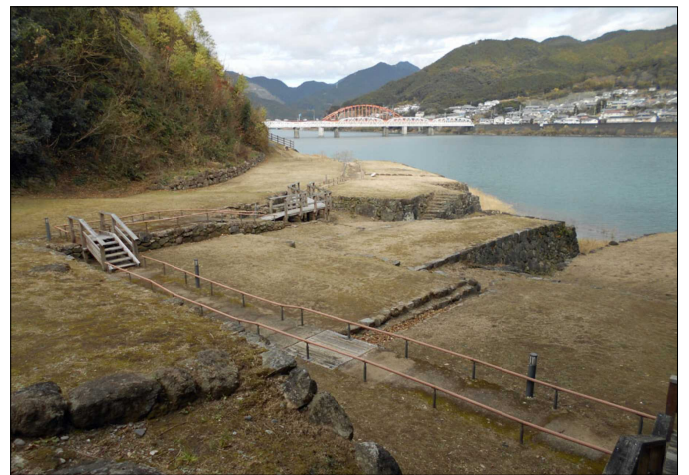


(左上) 本丸の石垣、この上に3層5階の天守がありました。(左下) 本丸の虎口(出入り口)

(右中) 熊野川に面した「水ノ手」。熊野川に面していて、特産品である炭の積み出しが行われていました。

(右下) 水ノ手の石垣

特急くろしお号で、天王寺から新宮へ4時間。新宮駅から車で10分。帰りは松阪回りでやはり4時間。



【続100名城】赤木城(三重県熊野市)

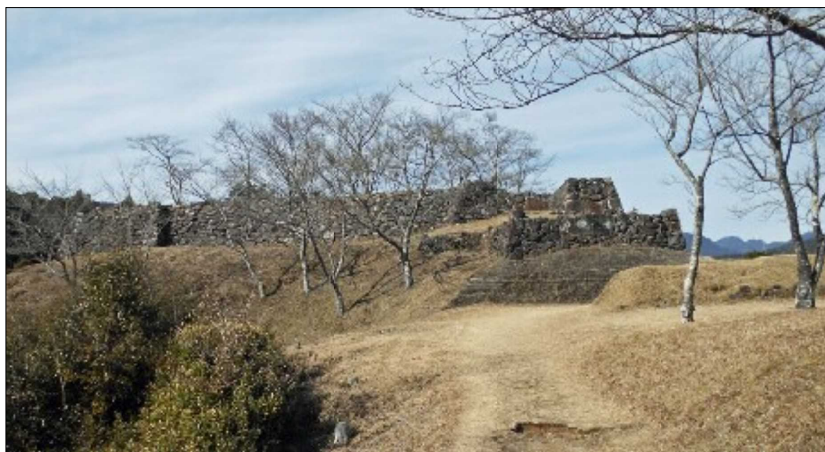


1585年、豊臣秀吉の紀州攻めの後、弟の秀長が紀州を治めますが、一揆(天正の北山一揆)を抑えるために、のちに築城の名人と呼ばれる藤堂高虎^{とうどうたかとら}に命じて1589年に築きました。(江戸時代には、熊野は紀州藩に属していました。) 1615年に一国一城令によって廃城となっています。新宮城から車で約1時間。

(左上) 東郭から見た主郭の石垣

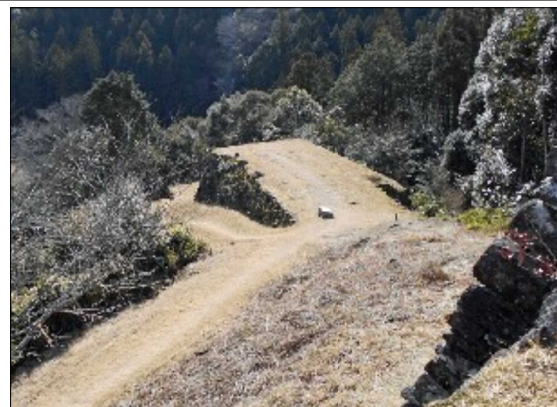
(左下) 主郭の虎口^{こぐち}(出入り口)。東郭から直角に4回曲がらないと、主郭に入れない構造になっています。

(右上) 北郭から見た主郭の石垣。



(右下) 主郭から見おろした西郭。下にさらに3段あります。

そこから降りると3段構造の南郭があります。



今後も 登城の決まりは、下記の二つの条件です。

- ①大阪府に「緊急事態宣言」が発令されていない。
- ②目的地に「緊急事態宣言」または「まん延防止等重点措置」が発令されていない。

2月の登城予定は(元々)ありません

(右) 1月末時点の都道府県別の登城地図です。

三重県と和歌山県を制覇しました。赤は制覇(4都道府県)、緑は残り1城(兵庫県、愛媛県)、黄は残り3城(新潟県)です。沖縄県も赤です。

Instagram [hiroshi_kikuchi1](#)

