



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

## 38年

プロ野球は、阪神タイガースが38年ぶりに2回目の日本一となりましたが、その38年前（1985年）に大事故があったことを覚えておられますか？ 日本航空のジャンボジェット機が8月12日に群馬県の御巣鷹山<sup>おすたかやま</sup>に墜落し、乗員乗客524人のうち520人が亡くなるという航空機の単独事故としては最大の犠牲者を出した事故です。その犠牲者の中に阪神球団の社長もおられました。そのショックか、前日まで首位だったタイガースは翌日から6連敗を喫し3位まで落ちました。現在の岡田彰布監督<sup>あきのぶ</sup>がその時は選手会長でしたが（監督は吉田義男氏）、その後は頑張って8月27日には首位に戻りセリーグで優勝、日本シリーズでは西武ライオンズに4勝2敗で日本一になったのでした。私は、飛行機に毎年20回以上乗りますが、その度にこの事故のことを思い出します。それなら乗らなければいいのと言われそうですが、確率的にはたいへん安全な乗り物ですので、時間を考えれば、やはり飛行機を選んでしまいます。

戦後78年となり、戦後生まれの人口が85%を超えたそうです。もちろん私も戦後生まれですが、この日本がアメリカと戦争をしたことなど知らない人が増えてくるのでしょうか。ところが、この国はどこかの国が攻めてくると言って、軍事費を2倍に増やして、アメリカの手先になって戦争をしようとしています。

8月になるといつも思います。山の好きな方には申し訳ありませんが、なぜ6日（広島原爆の日）、9日（長崎原爆の日）、15日（終戦の日）が平日で、11日（山の日）が休日なのでしょう。戦前の日本に終止符を打ち、現代日本の始まりとも言えるこれらの日を、絶対に忘れないためにも、国民の休日として後世に語り継いではどうでしょうか。

忘れてはならないことは、たくさんあります。国会で100回以上の虚偽答弁をした首相がいたこと、三権分立をまったく知らなくて「私は立法府の長」（正しくは行政府の長）と言った首相がいたこと、地元の支援者たちを「国に貢献した人たち」として桜を見る会に招待した首相がいたこと（すべて安倍氏ですが）、などなど。私は決して忘れません。

大阪でも忘れてはいけなことがあります。コロナ関連で「大阪ワクチン」「イソジン吉村」「雨ガッパ松井」など私は決して忘れません。万博の「空飛ぶクルマ」はすでに消えてしまい、万博会場の円形の屋根は350億円かけてつくり、半年で壊してしまうそうです。

文部科学副大臣が女性問題、総務政務官が公職選挙法違反、財務副大臣が税金を滞納して差し押さえ。これほどの「不適材不適所」があるのでしょうか。まあ、現首相自身が「不適材不適所」と思いますが（噂では、来年3月に予算が通ったら、おしまいらしいです）。

## 臨時休診の予定

12/28 (木) 夕診 ~ 1/3 (水)

3/22 (金) 夕診 3/23 (土)

最新の情報は、ホームページ・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」（無料）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）

今月号の原稿締め切りは、11/27でした。それ以降の情報は反映されていませんので、最新の情報は、当院メールマガジン「きくメール」あるいはホームページでご確認ください。

### 新型コロナワクチン「令和5年秋開始接種」(3月末まで)

使用しているワクチンは「**オミクロンXBB1.5株**対応1価ワクチン」(ファイザー)です。

ワクチン接種や接種券についてのお問い合わせは、下記までお願いします。

八尾市新型コロナワクチンコールセンター(受付時間:平日の午前9時~午後5時)

TEL 0570-008-633 FAX 072-923-1985

当院への予約・お問い合わせは、TEL072-990-5820にお願いします。

当院メールマガジン「きくメール」に登録されている方は、メール予約が可能です。

今回接種されている方は、7回目が7割、6回目が2割、5回目以下の方が1割です。12月以降に接種希望の方は、ごく少数になっています。**ワクチン(1本6人分)を無駄にしないために、接種日を限定させていただきます**ので、早めにご予約ください。

### インフルエンザの予防接種(1月末まで)

八尾市民の方		八尾市民以外の方
<b>65歳以上</b> の方 60~64歳で、身体障害 (心臓・腎臓・呼吸器 ・免疫不全)1級の方	左記の方で 市民税非課税世帯の方 生活保護の方など 公害認定患者さん	非課税・生活保護などの方でも免除されませんので、居住地でお受けになることをお勧めします。
1200円	無料	かかりつけの患者さんは1800円 上記以外の方は、65歳未満と同料金

#### 65歳未満の方

<b>かかりつけの患者さん</b>	2600円
<b>かかりつけの患者さん以外で、</b> ・昨年10月から今回の接種日までの間に、特定健診他の検査を受けた方 ・ <b>昨シーズン</b> 、当院でインフルエンザ予防接種を受けた方 ・ <b>過去に</b> 当院で、新型コロナ他(インフル以外)の予防接種を受けた方	3100円
上記以外の方	3600円
当院のメールマガジン「きくメール」の登録者の方が、メルマガ経由で予約をされた場合(登録メールアドレス1つにつき、1名のみです)	上記の料金より 500円引き

インフルエンザも、11月末までに大部分の方の接種が終わり、12月以降の予約はわずかになっています。ワクチンの在庫がなくなり次第終了します(追加の入荷はしません)ので、お早めに予約をお願いします。

## 発熱外来について

（COVID-19あるいはインフルエンザの疑い）

自覚症状は、発熱・のどの痛み・頭痛・咳・痰・鼻汁・鼻閉・吐き気・腹痛・下痢・全身倦怠感・関節痛・筋肉痛などさまざまです。発熱は微熱から高熱までありますが、現在流行中の新型コロナウイルスは、1日で解熱する方が多いです。インフルエンザは高熱が続きます（例外あり）。

当院は「外来対応医療機関（B型）」で、対象は「かかりつけ患者さんのみ」です。

新型コロナウイルスの検査は「抗原定性検査」です。インフルエンザワクチンの接種をしている方は、典型的な高熱が出ない可能性がありますので、疑いがある場合にはインフルの検査もします。

まずは、**電話でご相談ください**。他の患者さんへの感染拡大防止のため、ご協力をお願いします。予約なしで来院された場合には、出直していただくか院外で待機していただきます。

発熱外来は、午前診終了後および夕診終了後に行いますので、ご協力をお願いします。

相談先は、**八尾市新型コロナ相談センター**（24時間）

TEL 072-994-0668 FAX 072-922-4965

**大阪府コロナ府民相談センター**（24時間）

TEL 06-7478-4567 FAX 06-6944-7579

### 【抗原定性検査】

ご自分で行っていただいても構いませんが、発病してから1日以内で検査した場合の「陰性」は当てになりません。もう1日経過してから検査をすると陽性になることが多いです。また「唾液の検査」で2日連続で陰性だった方が、当院の検査では強陽性だったこともあります。

### 【自宅療養】

発症日から5日間の「自宅療養」が推奨されていますが、5日たてば他人に感染させないかという、7～10日間をあぶないと考えてください。家庭や職場での感染がたいへん多いです。

### 【医療費】

通常の保険診療になっています。

### 【抗ウイルス薬】

①MSDの「ラゲブリオ」、②ファイザーの「パキロビッド」、③塩野義の「ゾコーバ」の3種の内服薬があり、当院でも処方できます。

①②は、高齢者と重症化リスクのある方が対象で、重症化の予防が目的です。

③は高齢者以外の軽症の方にも処方できます。

①は特に制限なく処方できますが、②③は「併用禁忌薬」つまり「飲み合わせ」の制限が多いです。10月以降は保険扱いとなり、①②は3割負担の方で約3万円、③は3割負担の方で約1万6千円の負担となっていますが、来年3月までは負担が軽減され、**1割負担の方は3千円、2割の方は6千円、3割の方は9千円の負担**になります。

**救急安心センターおおさか**（コロナ以外のご相談はこちらへ）

**#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。

### 肺炎球菌の予防接種 (当日可)

日本人の死亡原因の第4位が肺炎です。高齢者では肺炎球菌が原因の多くを占めます。

対象者は1回目の接種のみ**2000円の自己負担**で受けることができます。今年度までは、65歳以上5歳きざみで100歳まで接種が可能ですが、来年度からは65歳のみが対象になる可能性が高いです。市民税非課税世帯の方、生活保護受給者等は負担金が免除されますが、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回目以降は自費で、接種料金は右表の通りです。

(来年度から接種料金の改定予定です)

情報は「[肺炎予防.jp](https://www.haien-yobou.jp/)」をご覧ください。

(<https://www.haien-yobou.jp/>)

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	1回目・2回目以降も無料
脾臓摘出後の方 (胃がん術後など)	1回目・2回目以降も保険適用
当院かかりつけ患者さん	6,700円
上記以外の方	7,700円

### 風しんの予防接種 (予約制)

風しんでこわいのは「先天性風しん症候群」です。妊娠初期に感染した場合、新生児に先天性白内障、先天性心疾患、難聴などが起こる可能性が高くなります。下記の2つの事業があります。

#### A「風しん5期定期接種」

対象者は、**昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性**で、クーポン券があります。

#### B「先天性風しん症候群予防対策事業(八尾市)」

対象者は、八尾市に住民票のある方で、**①妊娠を希望している女性 ②①の配偶者 ③妊娠している女性の配偶者**です。(妊娠中の女性は、接種を受けられません)

無料の抗体検査を受けていただき、その結果で接種対象となれば、無料で接種可能です。

対象外の方の接種料金は、10,200円(税込)です。(来年度から接種料金の改定予定)

### 帯状疱疹(ヘルペス)の予防接種 (予約制)

最近、発症する方が増えています。高齢になって、免疫が低下するのが一番の原因です。

ワクチン接種は、**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。

**接種対象は50歳以上**ですが、特別に免疫が低下している方には18歳以上で接種可能です。

当院では右表にある2種類のワクチン接種を行っています。

情報はそれぞれ下記のサイトをご覧ください。

「[帯状疱疹.jp](https://taijyouhoushin.jp/)」(ビケン)

<https://taijyouhoushin.jp/>

「[帯状疱疹予防.jp](https://taijyouhoushin-yobou.jp/)」(GSK)

<https://taijyouhoushin-yobou.jp/>

(来年度から接種料金の改定予定です)

商品名 (製薬会社)	水痘生ワクチン (ビケン)	シングリックス (グラクソスミスクライン)
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	約50%	約90%
効果持続期間	約5年	約10年
接種料金 (税込)	かかりつけの方 7,200円 それ以外の方 8,200円	かかりつけの方 1回 19,800円 それ以外の方 1回 20,900円

### 特定健診（予約制）

いわゆる「メタボ健診」です。「がん検診」ではありません。ご理解の上お受けください。40歳以上の方が対象です。八尾市国保加入者と後期高齢者は無料ですが、八尾市民以外の方や他の保険の方は、検査項目や費用が異なる場合がありますので、ご確認の上お受けください。受診には受診券が必要ですが、今年度中に75歳（後期高齢者）になる方は、誕生日の前日までと、以降では受診券が異なりますので、よくご確認ください。

お問い合わせは、八尾市健康保険課（TEL 072-924-3865）へお願いします。

健診の内容は、問診・身体計測（身長・体重・腹囲）・検尿・採血・心電図・診察です。血液検査の結果は当日は出ませんので、結果のための受診が必要です。

採血前に10時間以上の絶食が必要です。絶食でない場合、血糖値や中性脂肪が高く出る可能性がありますので、ご注意ください。カロリー0の水分は飲んでいただいて構いません。脱水にならないように水分は摂ったうえで受診してください。

健診に含まれない検査（胸部X線写真・骨密度測定・超音波検査（腹部・甲状腺・頸動脈）・腫瘍マーカー・胃カメラ・大腸ファイバー等）をご希望の方は、あらかじめお申し出ください。

大阪府提供の「アスマイル」というスマホのアプリがあります。大阪府の市町村国保加入者限定で、登録して特定健診を受診すると、初回3000円相当、2回目以降は1000円相当の電子マネーがもらえます。特定健診以外でもウォーキングや体重の記録などでポイントが付与され、抽選で特典交換ができます。アプリのダウンロードは、右のQRコードでできます。



年度末（2月・3月）になると、予約が混雑します。受診された後は、結果を聞きに来ていただく必要もありますので、早めにお受けください。予約されていても、インフルエンザ・コロナなどに感染して、健診を受けられなくなる方が、毎年必ずおられます。ご注意ください。

### 肝炎ウイルス検診

B型・C型肝炎ウイルスの検査です。20歳以上の方が一度だけ受けることができます。肝炎ウイルスが、慢性肝炎、肝硬変、肝がん（肝細胞がん）の原因となりますので、ぜひお受けください。（肝疾患の7～8割は、肝炎ウイルスが原因です）

集団予防接種が原因で、B型肝炎に感染した場合、国から給付金が支給される場合がありますので、法律事務所にご相談ください。また、定期的な検査が無料で受けられる制度もあります。

B型肝炎・C型肝炎の抗ウイルス薬による治療を受ける場合、月1万円（所得によって2万円）で受けられる制度があります。ご相談ください。（私は、大阪府肝炎医療コーディネーターです）

### 大腸がん検診（便潜血2回法）

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日分提出していただき、1回でも血が混じっていると陽性で、要精密検査（大腸ファイバー）となります。今年度も当院では結構ポリープや癌が見つかっています。ただし、肉眼でわかる血便や、便通異常、体重減少などがある場合は、検診をとばして、内視鏡検査をお受けになることをお勧めします。

## 年金受給者になりました

年金支給日になると、会計で1万円札を出す患者さんが増えるという印象はありましたが、まさか自分が年金を受給するようになるとは、思ってもいませんでした。

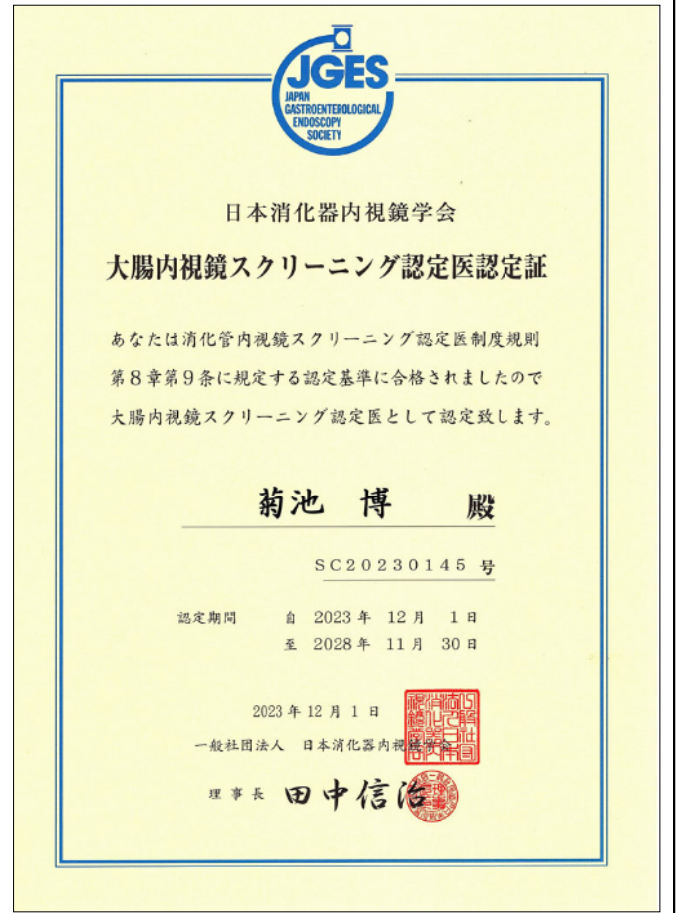
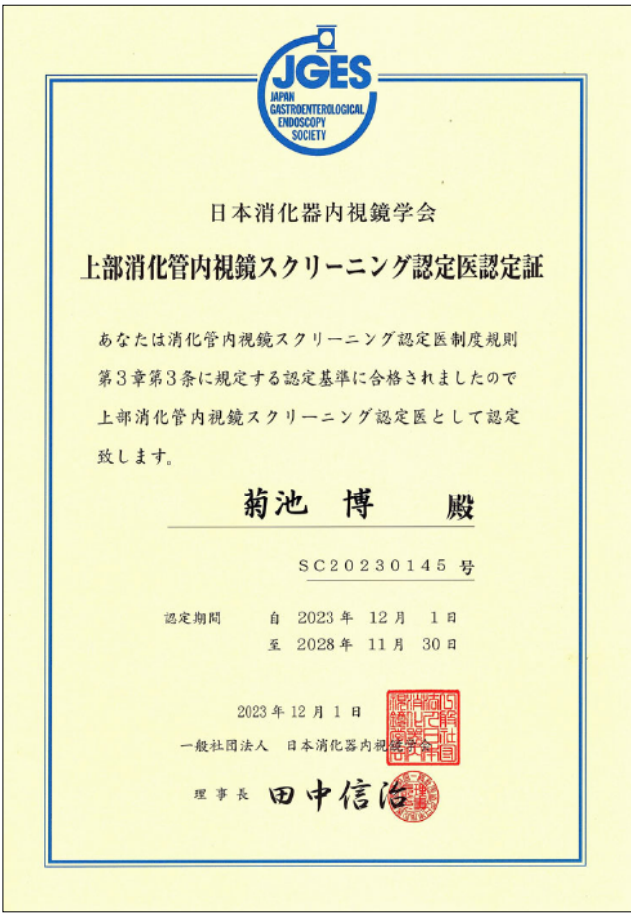
7月で64歳になり「特別支給の老齢厚生年金」を受給する権利ができました。この年金は、繰り下げても増額にならないため、早速手続きをして10月から支給されています。

一方で、国民年金の保険料はまだ納付しています。通常は、20歳から60歳までの40年間で満期です。ところが、以前の年金問題の時に告白しましたが、学生時代に「納付免除」の手続きをしなかったため、5年間の未納期間があったのです。つまり60歳時点で、35年間しか保険料を納付していなかったため、あと5年の納付期間が残っていました。このままでも受給はできるのですが、できれば満額受け取りたいために「任意加入」で納付しています。老齢厚生年金(14年分)と老齢基礎年金(40年分)を65歳から受給するか繰り下げするかを現在検討しています。年金だけでゆとりのある老後を送るとというのが夢でしたが、予定額の2倍でギリギリ、3倍あれば少し余裕かなと思う程度の金額なので、なかなか引退はできません。

しかし、そろそろ「終活」をしないといけないと思います。高齢者の交通事故のニュースを見る度に心配ですが、私の運転免許証は2026年(67歳)で更新になります。ゴールド免許のままなら次は72歳ですが、どうでしょうか。今のところ認知症よりも眼の方が心配です。

## 「内視鏡スクリーニング認定医」になりました

「上部消化管内視鏡スクリーニング認定医」と「大腸内視鏡スクリーニング認定医」の認定を受けました。資格としては「消化器内視鏡専門医」に含まれている感じですが、診療所で実地の内視鏡検査を行っているという意味では、こちらの方が適しているように思います。



## 日本200名城巡り（92）

【100名城】【続100名城】の計200名城巡りは、昨年5月に達成しましたが、200城にもれた城を引き続き巡っています。

【番外】<sup>せきやど</sup>関宿城（千葉県野田市）

平安時代に、足利氏の家臣である梁田氏が築きましたが、戦国時代には越後の上杉氏と小田原の北条氏が争奪戦を繰り返しました。最後は北条氏が押さえたが、秀吉の小田原征伐後は、松平康元（家康の異父弟）が城主となりました。

利根川から江戸川が分岐する所で、水運の拠点だったこともあり、幕府にとって重要な土地で、関宿藩には代々譜代大名が藩主となり、老中も多く輩出しています。

天守が損壊し、1671年に御三階櫓が再建されましたが、江戸城の富士見櫓を模したそうです。1871年に廃城。

（右上）模擬天守（千葉県立関宿城博物館） 実際にあった場所は500mほど離れていて、石碑だけがあります。

（右下）日蓮宗實相寺の客殿。明治時代に関宿城の本丸御殿の一部を移築したものです。博物館から車で約10分。

東京駅からJR宇都宮線で久喜駅まで約1時間。車で40分。



【番外】宇都宮城（栃木県宇都宮市）

平安時代に藤原氏が築きました。関ヶ原の戦いの後、奥平氏が藩主となりましたが、1619年に徳川家康の懐刀と言われていた本多正純が藩主となり、城郭の改修を行いました。

徳川将軍が日光東照宮に参拝する時の宿泊施設として利用されていました。1622年に2代将軍秀忠が日光東照宮に参拝するときに、寝所に釣天井をつくり秀忠の暗殺を企てた（宇都宮城釣天井事件）として、本多氏は改易、正純は流罪（出羽国横手に幽閉）となりました。

1868年、<sup>ぼしん</sup>戊辰戦争の戦地となり、焼失しました。

（右上）清明台櫓（木造復元）二重二階の櫓ですが、天守の代用として使われていました。

（右下）富士見櫓（木造復元）

東京から東北新幹線で宇都宮まで50分（在来線では2時間）。宇都宮駅から徒歩30分。



12月の登城予定

【番外】お城<sup>エキスポ</sup>EXPO2023（横浜市）

Instagram [hiroshi\\_kikuchil](https://www.instagram.com/hiroshi_kikuchil)

### 発刊300号となりました

当院は、1998年(平成10年)9月1日に開院しましたので、今年9月で丸25年となりましたが、この広報誌は、少し遅れて1999年1月に発刊しましたので、今月号で丸25年の300号となりました。

1号から最新号までの全号を、ホームページで公開しています。PDFファイルなので、「アクロバットリーダー」(無料)などのPDFソフトがあれば、閲覧および印刷が可能です。

ただし、1号から35号までは、A3用紙に印刷していただきましたので、普通のプリンターでA4用紙に印刷した場合には、半分の大きさになります。時間があれば、A4に変換したいと思っておりますが、なかなか実現しません。

当初は、院内のプリンターで印刷していましたが、大量の印刷になりますので、用紙を巻き込んだり、インクがもれたり、にじんだりと様々な問題が起こっていました。ホチキスで留める手間もあります。

そういった理由で、243号(2019年3月号)から、印刷を外注しています。原稿をインターネットで送信するだけで、数日後には完成品が届くようになり、もう元には戻りません。

「毎月よくこんなに書くなあ」と感心していただくことがあります。よくご覧ください。半分以上のページはほとんど変えていません。今月号でも、予防接種や発熱外来のページ、健診のページはほとんど変わっていません(よく見てもらうと、少しずつ変えてはいますが)。

毎号、原則8ページですが、時々6ページにしたいときもあります。それでも無理やり8ページにしています。なぜかという、6ページの方が8ページよりも印刷料金が高いのです。おそらく、紙代やインク代はたいした違いではなく、折ったり綴じたりする手間賃の違いだと思います。

また、院内で印刷しているときは、毎月末日の夜が締め切りでしたが、外注の場合は発注から4日目に届く条件にすると、毎月26日頃が締め切りになります(12月は24日の予定)ので、ご了承ください。(完成を1日早めると、印刷料金が数千円上がるという事情もあります)

**完全予約制です (072) 990-5820**

自動ドアを開ける時刻は、下記の通りです  
午前診：午前8時 夕診：午後4時45分  
(多少前後します) ご協力をお願いいたします。

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。マイナンバーカード(マイナ保険証)も受付しています。  
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。

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
午前8時半～	胃カメラ・エコー						水曜日の午前診は、胃カメラ・エコー等の検査優先ですが、空きがある場合に限り一般の診察を行います。  午後の検査は、都合によって行わない日がありますので、ご了承ください。  夕診は予約の患者さんが終わり次第、終了としますので、ご了承ください。
午前9～12	診察				診察		
午前診終了後	発熱外来						
発熱外来終了後	胃カメラ・エコー 大腸ファイバー						
午後5～7	診察				診察		
夕診終了後	発熱外来		×		発熱外来	×	