



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

謹賀新年

明けましておめでとうございます。本年もよろしくお願い申し上げます。

政界がひどいことになっています。こちら側にはいくつもの「壁」があるのに、向こう側には「（目の粗い）ザル」や「抜け道」や「裏」が一杯あるようです。

年末年始にもかかわらず、頑張っておられる東京地検特捜部の皆さん、全国から応援に駆けつけておられる検察関係の皆さん、ご苦労様です。「秋霜烈日しゅうそうれつじつ」のごとく厳しい判断をお願いいたします。私個人としては、1人2人を牢屋に入れるより（こんな奴らの飯代のために税金を払いたくありません）、できるだけ多くの悪人を公民権停止にして、表に出てこなくしてほしいです。（下）恒例の奈良・橿原神宮の大絵馬です。



臨時休診の予定

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、12/24でした。それ以降の情報は反映されませんので、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」

昨年12月で予約の方の接種はほぼ終了しました。接種期間は今年3月末までですが、現在、当院で接種可能な日は、1/12(金)と3/13(水)のみです。ワクチン1瓶が6人分ですので、お一人のために発注するのは難しい状況をご理解ください。

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

来年度の接種は、インフルエンザと同じ扱いになります。秋以降に1回の接種で、65歳以上(60歳以上の身体障害者を含む)の方には助成がありますが、それ以外の方は自費となります。問題は接種料金ですが、今のところ不明です。わかり次第、お知らせします。

インフルエンザ予防接種

インフルエンザも、12月末で一部の方(こどもさんの2回目など)を除いて、予約の方はすべて終了しました。八尾市の65歳以上の方の接種費用助成は、1月末までです。接種をご希望の方は、ワクチンが発注できる限り対応しますので、ご相談ください。

COVID-19(新型コロナ)とインフルエンザ

新型コロナの発生は、一時減っていましたが、寒さの訪れとともに増加傾向にあります。また、インフルエンザは、昨シーズンの流行が終息することなく、今までに見たことのない夏から秋の流行が続き、このまま冬期の本格的な流行に移行しそうです。同時流行がこわいです。

新型コロナが5類になり、それを「コロナは終わった」と勘違いした方が多く(国の作戦通り)、電車に乗っても1,2割の方しかマスクをしていない状況です。それでこの冬を乗り切れたら、本当にコロナは終わりかもしれません。そういう意味で興味はありますが、この冬は怖いです。

最近の新型コロナの自覚症状で一番多いのは、発熱(微熱が1日)し、その後にのどの痛み・頭痛・咳・などが出る人が多いです。

インフルエンザは、発熱(高熱)と寒気、筋肉痛、関節痛はほとんどの方に出ます。

ただし、どちらも、ワクチン接種の有無、免疫反応の強さによって、程度は様々です。微熱しか出ないインフルエンザを時々診ます。

一般的に、ワクチン接種を受けている方は、軽く済んでいることが多いです。「コロナは普通の風邪」と言い続けている人がいますが、1か月以上激しい咳が続いたり、3か月以上全身倦怠感が続いたりすることがあるのは、普通の風邪ではない証拠でしょう。

発熱外来について

当院は、大阪府指定の「外来対応医療機関（B型）」です。対象は「かかりつけ患者さんのみ」です。新規の患者さんはもちろん、かかりつけ患者さんのご家族や知人の方の診察ご希望につきましても、診療状況に余裕がなければ、お断りせざるを得ないことをご理解ください。

当院での新型コロナの検査は「抗原定性検査」です。PCR検査はできません。

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。**

定期の診察予約の方でも「発熱等」の症状がある場合は、あらかじめその旨をご連絡ください。予約時間に來られて受付で「風邪を引いた」と言われた場合は、予定の診察はできません。

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 06-7178-4567 FAX 06-6944-7579

【抗原定性検査】

検査キットが市販されていますので、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、ご自身での検体採取は、なかなか上手くできません。

「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日間が推奨されていますが、7～10日間は感染する危険がかなり高いです。

【抗ウイルス薬】

インフルエンザの場合は、ゾフルーザ（内服薬）あるいはイナビル（吸入薬）を処方しています。どちらも1回で終了です。ご希望の方にはタミフルも処方できますが、5日間服用です。

新型コロナの場合は、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が、他の薬との「飲み合わせ」の問題があったり、承諾書が必要だったりして、あまり処方しにくい薬です。

また、昨年10月以降は保険扱いとなり、3割負担の方で約1万6千円から3万円の負担があります。今年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**になっています。

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。

(4月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」(令和6年度末までの予定です)

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。(4月から接種料金の改定予定です)

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/>

(4月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。

受診券が必要ですが、75歳の方は、誕生日の前日までと、以降（後期高齢者）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。



毎年、年度末（2月・3月）になると、予約が混雑します。後日に、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たりして、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。

終活(1)

昨年、私の家の近くで、診療所が2軒「院長の健康不良」にて閉院されました。それほど高齢の先生ではなく、驚いています。昨年12月には、開院前に勤めていた八尾徳洲会総合病院の消化器内科で一緒に働いていたS先生が亡くなりました。私より1歳下でした。

こういうことが続くと「自分はいつまで健康な生活を送れるのか」たいへん心配になります。

現在、日本人の「平均寿命」(正確には0歳における平均余命)、および「健康寿命」(健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間)は表の通りです。

	男	女
平均寿命	81.05歳	87.09歳
健康寿命	72.68歳	75.38歳

私の場合、健康寿命まで、もう8年しかありません。いや、あくまでも平均ですから、8年もつ保証はありません。仕事でも、個人的にもそろそろ整理していかなければならないことが、たくさんありますので、終活を始めなければと思っています。

連載するほど話のネタはありませんが、不定期に書いていきたいと思えます。

先月号で年金受給者(特別支給の老齢厚生年金)になったことを書きました。65歳からの通常分の受給開始を繰り下げると、1か月につき0.7%(1年で8.4%、5年で42%)増額になりますが、年金額が増えると税金が増えるため、思うほど手取りは増えないようです。

老齢基礎年金と老齢厚生年金の両方を通常通り(65歳から)受け取るか、片方だけ繰り下げるか、両方繰り下げるか、あと半年で決めなければいけません。

「消化器病専門医」を更新しました

私は、日本消化器病学会認定の「消化器病専門医」ですが、5年毎の更新を今回行いました。このために、時々休診して、学会に参加したりしてご迷惑をおかけしました。申し訳ありません。

思えば、私の学年はずっと「境目」の学年でした。

大学受験は、私たちの次の学年から「共通一次試験」が導入されました。(その後、センター試験、共通テストなどと名称は変わっています)

医師国家試験は、年2回実施されていましたが、私たちの次の年から、年1回となりました。

いくつか持っている「専門医」の資格も、現在は研修などの条件が厳しくなっていますが、私たち世代は学会の会員歴を満たし上で、試験を受けて合格になっています。

今年は、消化器内視鏡学会の専門医の更新、2年後には内科学会の総合内科専門医の更新がありますので、また皆さんにはご迷惑をおかけするかと思いますが、ご了承ください。



処方箋^{せん}について

当院は、原則として「院外処方」をしています。当院で処方箋を発行して、調剤薬局で薬をもらう形です。わかりにくいところがありますので、定期的に説明させていただいています。

処方薬には「先発品」と「後発品(ジェネリック医薬品)」があります。新薬が保険収載(発売)されて、特許が切れるまでは、他の製薬会社は製造できません。10年くらい経って、特許が切れると他の製薬会社が製造できるようになります。開発費用がかかっていない分、安く製造販売することができます。薬によりますが、5分の1位の薬価のものもあります。

当院の処方箋は、「一般名処方」です。例えば、高血圧症で処方する薬ですが、後発品がまだ出ていないものは、カルテ上も処方箋上も同じ記載です。

(カルテ上) エンレスト錠100mg → (処方箋上) エンレスト錠100mg
後発品の出ているものでは、次のように変わります。

(カルテ上) アムロジピン錠5mg → (処方箋上) 【般】アムロジピン錠5mg

【般】とは、一般名という意味で、成分名です。成分が「アムロジピン」であれば、どの製薬会社の薬でも処方が可能という意味です。(アムロジピンは住友製薬の商品名です)

後発品は「アムロジピン錠5mg「サイ」」のように成分名のあとに製薬会社名が入ります。成分が同じと書きましたが、実際の有効成分は同じでも、それ以外の成分は違います。例えば、アムロジピン錠5mgの重さは約200mgです。つまり、有効成分は1錠の40分の1です。肉眼では見えないくらいなので、賦形剤(添加剤)によって嵩を増やしているのです。そのために、薬の溶け方や吸収のしかたに差が出ますので、効果や副作用がまったく同じとは言えません。

先発品か後発品かを選ぶのは、患者さんですが、半ば強制的に後発品を勧める薬局もあります。後発品の調剤の割合が高い方が、収入が増えるからですが、遠慮せずに選んで構いません。

薬の定価は「薬価」といい、市場価格に合わせて毎年改定(値下げ)されます。薬価が低い方が医療費が安くなるわけで、国は後発品の使用を勧めています。市役所や保険組合などから、「薬を後発品にしたら、これだけ支払いが安くなります」というような通知を受け取ったことのある方も多いと思います。※**今秋から先発品の支払い額が今までより多くなる仕組みになります。**

処方箋には有効期限があります。通常は発行日を含めて4日間です。休日も日数に含めますので、金曜日に発行した処方箋の有効期限は月曜日です。期限を過ぎて調剤薬局に持って行くと、当院に問い合わせがあり、再発行が必要になります。4日目までに薬局へ行けないことがわかっている場合は、当院での発行時にお申し出いただくと、有効期限の延長を行うことができます。

薬を紛失した場合(盗難や地震・火災などは例外)は、自己責任で、再処方のための診察も薬局での支払いも自費(10割負担)になりますので、くれぐれもなくさないようにしてください。

残薬があって日数の調整が必要な場合は、当院でお申し出ください。薬局で申し出られると、当院への問い合わせがあり、処方箋の再発行となりますので、よろしくお願ひします。

日本200名城巡り(93)

【100名城】【続100名城】の計200名城巡りは、一昨年(22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。今回は、登城はありませんでした。

【番外】お城EXPO2023(横浜市)



全国のお城好きが集まる、お祭りです。毎年12月に横浜で開催されており、私も毎年行っています。

【100名城】【続100名城】の写真パネル展示、小中学生の自由研究発表、イベントステージ(全国のご当地キャラ、武将隊等)、専門家による講演も行われます。もちろん、くまモン、ひこにゃんも、毎回登場します。

城巡り観光情報ゾーンには、多数の自治体や関連団体が出展していて、にぎわいます。

昨年9月には姫路で「特別版」が開催され、今年3月には「にっぽん城まつり」が名古屋で開かれます。興味のある方はお出かけください。



1月の登城予定

【番外】館山城(千葉県館山市)

【番外】久留里城(千葉県君津市)

Instagram [hiroshi_kikuchil](#)

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	×	