



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

1月1日に能登半島地震が起きました。多くの犠牲者が出ており、テレビで見ている遅々として進まない復旧活動がもどかしいです。200名城巡りで訪ねた七尾城にも被害が出て立ち入り禁止になっています。その際に泊まった和倉温泉にも大きな被害が出ています。わずかな義援金くらいしかできませんが、今私が出向いていっても、足手まといになるだけでしょう。

30年以内に70～80%の確率で起こると予測されている「南海トラフ地震」のことを昨年書きましたが、能登半島には最近よく地震が起こっていたのです。地震の発生を止めることができない以上、起こったときにどれだけ迅速に対処するかが重要です。

今回どうだったでしょうか。発災後72時間を過ぎると、救命率が急激に下がります。5日経って助かった90代女性がおられました。それは例外中の例外です。救助の中心になるのは自衛隊です。1日後に現地に投入された自衛隊員はわずか1000名でした。自衛隊がわるいではありません。地元の要請があって、総理大臣・防衛大臣が決裁しないと自衛隊は動けないのです。こんな頼りない指揮系統で、本当に戦争をするつもりなののでしょうか。

石川県輪島市の南隣に志賀町があり、そこに北陸電力の志賀原発があります。幸い、運転停止中だったため大事には至りませんでした。それでも外部電源の切断、油の流出などが起こったようです。しかし、ほとんど報道されていません。能登半島の先端の珠洲市には、30年位前に原発の建設計画がありましたが、住民の反対によって計画が中止になりました。それが建設されて稼働中だったらと考えると背筋が寒くなります。地震大国に原発は絶対危険です。

1月2日に羽田空港で日本航空機と海上保安庁機の衝突事故が起きました。海保機は、能登半島に物資を輸送する任務だったそうで、ここにも地震の影響が出ていました。海保機が許可なく滑走路に入ったのが原因のようですが、管制塔で警報が出ていたのに気づかなかったとか、様々な問題が明るみに出てきました。

自民党の裏金問題は、幹部議員たちが「秘書が勝手にやった」で起訴されず、小物数人が起訴されて終わりそうです。脱税にも問われないとは、なんということなのでしょう。派閥を解散しても何の意味もありません。金の亡者の集団、自民党を解散してもらわないと、怒りが収まりません。

今年^{うるうどし}は閏年です。地球の自転は、1周24時間ちょうどではなく、365日（周）で約6時間余ります。つまり4年でほぼ1日余るので、4年に一度2月を29日にして調整します。なぜ2月かというと、古代ローマでは、2月が年末だったからだそうです。

それでもずれるため、西暦年が100で割り切れる年は、閏年ではなく平年になり、それでもずれるため、西暦年が400で割り切れる年は閏年です。直近では、2000年は閏年でした。

2月29日に予約している患者さんは、間違いなく来ていただけるでしょうか。

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、1/28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」

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、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、インフルエンザ予防接種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

八尾市の65歳以上の方の接種費用助成は、1月末で終了しましたが、ワクチンはわずかに残っていますので、接種をご希望の方は、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。現在、流行しているコロナウイルスの変異株は「JN.1」です。一昨年流行した「BA.2」から変異したものです。昨年12月末で、アメリカでは44%、日本でも31%を占めると推定されていて、今後一気にこの株に置き換わる可能性があります。

変異が起こると、すでに免疫を持っていても、効果がない(免疫回避)可能性がありますので、最新のワクチンを受けている、あるいはすでに感染したことがある場合にも、新たに感染する可能性があることは覚悟しておかなければいけません。

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、夏から秋にも流行が続き、そのまま冬期の本格的な流行に移行しています。

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。自称「普通の風邪」は、何割かの新型コロナやインフルエンザを含んでいると考えており、私は全く信用していません。

今までは「高熱ならインフルエンザ」「微熱なら新型コロナ」と推測できたのですが、最近はその「勘」がよくはずれます。感染したら仕方ないですが、「普通の風邪」と言って、周囲にうつすことのないようにしてください。そのためには検査が必要です。特に新型コロナでは、解熱後1か月以上咳や味覚障害が続くことがあり、とても普通の風邪ではすまないと考えてください。

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ていません。「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日間は感染力がありかなり危険です。

【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(重症化を予防するという意味合いです)があり、当院でも処方できますが、他の薬との「飲み合わせ」の問題があったりするので、あまり処方していません。

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割負担の方は6千円、3割負担の方は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。来年度からは65歳のみが対象と決まりました。今年度対象者の方は、3月末までにぜひお受けください。

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」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」(ビケン)

<https://taijyouhoushin.jp/>

「帯状疱疹予防.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、年度末は予約が混雑します。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。

病院への紹介について

200床以上の大きな病院を受診する場合、**紹介状(診療情報提供書)**がない場合には、「**選定療養費**」という費用が、保険診療費以外にかかります(救急搬送等の場合を除く)。

特にその病院が「特定機能病院」や「地域医療支援病院」の場合、初診で7000円以上、再診で3000円以上の費用(実費)が余分にかかります。

当院からよく紹介する病院での初診では、八尾徳洲会総合病院7700円、八尾市立病院7700円、大阪赤十字病院11000円、大阪国際がんセンター11000円などです。再診はほとんどの病院で3300円です。



「**高度な専門的医療を行う病院なので、紹介状なしで安易に来ないでほしい。**」ということです。**病院によっては「紹介状がない場合、診察を行わない」所もあります**ので、ご注意ください。「風邪やと思うけど、大きな病院で診てもらおう方が安心」という時代ではないということです。

ただし、紹介状も無料ではありません。当院で初診の場合、診察だけで検査を何もしなくても

- ・初診料288点(1点=10円)
- ・医療情報・システム基盤整備体制充実加算4点または2点(マイナ保険証の利用の有無による)
- ・診療情報提供書 250点

以上の542点または540点がかかります。1割負担で540円、2割負担で1080円、3割負担で1630円または1620円(マイナ保険証の利用の有無による)がかかります。

また、大部分の病院が予約制になっています。紹介状があっても、予約をしていない場合、かなり待ち時間が長くなりますので、予約をお勧めします。当院から予約ができますので、ご相談ください。(診療科目によって、または診療時間帯によっては予約ができないことがあります)

病院によっては、検査だけの紹介もできます。当院に設備のない、CT、MRI、循環器系の検査等のご紹介をしています。当院からは八尾徳洲会総合病院、八尾市立病院への紹介がほとんどです。

日時指定で検査を受けていただきます。検査終了後に画像データ等が入ったDVD(右)ができます。病院によって、または検査によって、当日もらえる場合と後日当院宛に郵送される場合があります。

後日、検査担当の専門医の検査所見が当院に送られてきますので、結果を当院で聞いていただきます。



鎮咳剤が不足しています

現在、鎮咳剤(咳止め)を中心に、薬が不足しています。薬の生産体制に問題があるようです。発熱外来で、鎮咳剤を処方する患者さんには、どこの調剤薬局へ行かれるかあらかじめお尋ねしています。薬局によって、在庫のある薬が異なるため、在庫を確認せずに発行した処方箋では、必ずと言っていいほど薬局から問い合わせがくるからです。

日本200名城巡り（94）

【100名城】【続100名城】巡りは、2022年5月に達成しましたが、まだ城巡りは続いています。1月は千葉県の館山城、久留里城へ行く予定でしたが、1/2に起きた羽田空港の事故の影響もあり、7月に延期としました。

【100名城】【続100名城】とも、47都道府県すべてにありますので、1/1の能登半島地震の被災地になった石川県にも当然行っています。

震源に一番近いのは、七尾市にある七尾城で、21年10月に登城しました。まだあまり報道されていませんが、石垣にかなりな被害が出ているようです。住民の皆さんの生活が元に戻ってからになりますので、復旧にはかなりかかると思いますが、その時にはもう一度訪ねてみたいと思います。

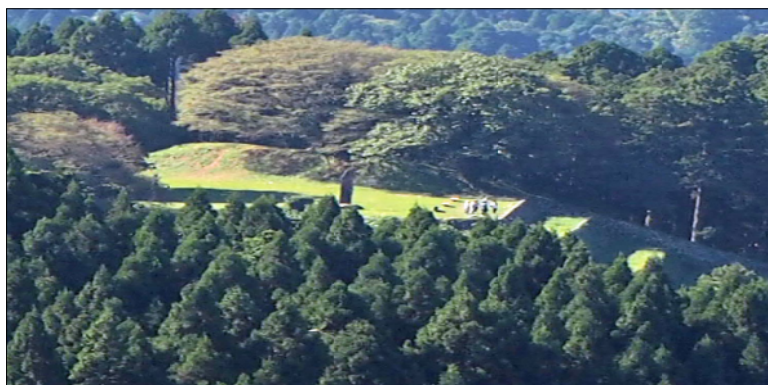
金沢城の石垣にも損傷が出ているようで、一部立ち入り禁止になっているようです。



(上) 桜馬場の五段石垣

(左) 本丸の石垣

(下) 近くの展望台から見た本丸



2月の登城予定

原稿の締め切り日時点で、まだ未定です。

インスタグラム [hiroshi_kikuchil](#)



(左) トヨタの「C-HR」という車です（模型です）。私にとって5台目の車で、7年弱乗りりましたが、昨年末で引退しました。

この車で登城した200名城は、多気北畠氏城館／霧山城（三重県）、佐柿国吉城（福井県）、鎌刃城・小谷城・八幡山城・玄蕃尾城（滋賀県）、飯盛城（大阪府）、宇陀松山城（奈良県）、篠山城・出石城／有子山城・黒井城・福知山城・洲本城（兵庫県）、引田城（香川県）、一宮城・勝瑞城（徳島県）の16城です。

もう一つ前の「バンガード」という車で、安土城・観音寺城（滋賀県）、高取城（奈良県）、千早城（大阪府）の4城に登城しましたので、自家用車での登城は合計20城でした。

遠方では、レンタカーをよく使いましたが、近くでも電車等の方が便利な所も多いので、案外自家用車での登城は少なかったです。

登城は、体力の続く限り（と言っても、腰痛などのために山城はもう無理ですが）続けたいと思っています。200名城の連載は、切りのいい100回で終了しようと思っていますので、そろそろ総括しておかなければと考えています。

マイナ保険証

全国で「マイナ保険証」(マイナンバーカードに健康保険証を紐付けした^{ひもづ}もの)の利用率は、5%弱だそうです。それでも今年秋には、健康保険証を廃止するそうです。マイナカードのない人には、「資格証明書」を出すそうですが、混乱するのが目に見えるようです。

当院では、今までご紹介してきたように、マイナ保険証をご利用できます。

医療費として皆さんに支払っていただいている中に「医療情報・システム基盤整備体制充実加算」という診療点数があり、マイナ保険証を利用するかどうかで、点数に差があります。

理由はよくわかりませんが、下表の通り、今年1月から点数が変更になっています(今までの経過措置だったそうです)。ご案内が遅れ申し訳ありません。

初診・再診とも、マイナ保険証を利用しない場合の負担が2点少なくなりました。利用しない人への罰則的な点数かと思っていましたが、そうでもないのでしょうか。

	マイナ保険証の利用	昨年12月まで	1月から
初診	しない	6点	4点
	する	2点	2点
再診	しない	2点	なし
	する	なし	なし



(上表) 1点=10円です。医療費の合計で、10円未満を四捨五入しますので、大部分の方の支払額は変わらないと思います。変わっても10円です。

マイナンバーカードに健康保険証を紐付ける手続きは、カード読み込み機能のあるスマホ、あるいは(左)のようなカード読み取り装置を接続したパソコンでできますが、知識がないと難しいかもしれません。

診察室のパソコンで手続きできますので、ご希望の方は、受付でお申し出ください。

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	×	