



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

新年あけましておめでとうございます。2024年の「今年の漢字」は「金」でした。京都の清水寺で発表されますが、清水寺のご住職が決めているものではありません。「日本漢字能力検定協会」が公募して一番多くの方が応募した漢字が選ばれるのです。

2～10位の漢字は、災・翔・震・新・選・変・暑・楽・米でした。いずれも昨年の日本を語るのに必要な漢字だと思います。私は応募はしませんでした。嘘^{うそ}を考えていました。嘘と言え

ば、政治家の代名詞ですが、警察官、検察官、弁護士など嘘をついてはいけない人たちの嘘が目立ちました。まだ解決していませんが、兵庫県知事の内部告発の問題、嘘みれの選挙の問題など、このままで終わるのなら、民主主義は完全に終わってしまいます。

（左）恒例の奈良・橿原神宮の大絵馬です。

昨年からは年金受給者になってしまいましたが、「亥」歳くらいまでは頑張りたいと思っています。

本年もよろしくお願い申し上げます。



臨時休診の予定

4/25（金）夕診・4/26（土）

今月号の原稿締め切りは、12/25でした。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）
Instagram：hiroshi_kikuchi1（主に、城巡りや旅の投稿です）



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。

新型コロナについて

新型コロナウイルス感染症は、5類感染症になり、インフルエンザなどと同じ扱いになっています。多くの方が「コロナは終わった」と思っておられるのでしょうか。昨年夏に「第11波」がありましたが、しばらくは、半年每くらいにある程度の流行は起こると考えています。

新型コロナだと、咳が長引くことが多く、嗅覚・味覚障害が続くこともあります。全身倦怠感などが長期にわたる事例もあります。ただの「風邪」とは違う病気だということを、忘れないでください。**コロナ検査を受けていない人の「風邪」はコロナだと疑った方がいいです。**

また、**5類感染症となって以降の1年間に、新型コロナのために約3万2千人の方が亡くなっている**(インフルエンザの約15倍) ことはお伝えしておかなければいけません。

今シーズンからワクチンの接種料金が高くなったため、65歳以上と未満で接種率に大きな差があります。接種をほとんど受けていない65歳未満の方の今シーズンの感染状況は、新型コロナが終息に向かっているかどうかを判断する大事な指標となると考えます。

発熱外来(感染外来) (完全予約制) について

「発熱外来」というと「発熱」がなければ関係ないと思われがちですので、「感染外来」と言う方がいいと思います。「他人にうつす」可能性のある症状の方の外来と考えてください。

大きな病院で、専用の出入り口があり、受付・待合室・診察室も別にあればいいのですが、当院のように、出入り口も、受付なども一つしかない場合、たいへん難しいです。

「**空間的隔離**」として、待合室などをできるだけ分ける。また「**時間的隔離**」として、時間も分ける。このような体制をとるので精一杯です。

インフルエンザも新型コロナも、感染力はかなりつよいです。感染拡大予防にご協力ください。

「発熱の有無にかかわらず」「上気道炎(風邪)症状のある方」および「胃腸炎(嘔吐・下痢等)のある方」は、必ず電話での予約をお願いします。

飛び込み(予約なし)で来られた方は、院外(廊下)でお待ちいただくか、出直していただきますので、よろしくお願い申し上げます。

毎月の定期受診で診察室に入られてから、「風邪」を引いたとのことで検査をしたらコロナだったということが何度もありました。できるだけ早く申し出てください(できるだけ来院前に!)。

発熱外来の時間は、原則として午前診および夕診の終了後です。新型コロナの抗原定性検査を行います。高熱の場合は、インフルエンザの検査も同時に行います。

インフルエンザの場合は、抗ウイルス薬を処方します。ゾフルーザ(内服薬)あるいはイナビル(吸入薬)です。どちらも1回の投与で終了です。かなりよく効きます。

新型コロナの場合は、重症化する危険の高い方のための薬がありますが、かなり高価な薬です。3割負担の方ですと、約3万円のものと、約1万5千円のものがあります。慢性疾患で降圧剤などを服用されている方の場合、「薬の飲み合わせ」の問題があり、これも使いにくい原因になっています。ご希望の方には、処方できますので、ご相談ください。

新型コロナおよびインフルエンザのワクチン接種について

- ・65歳以上の方が接種料金の助成を受けられるのは、**令和7年1月31日（金）**までです。
- ・**接種回数はそれぞれ1回**です。2回目は助成の対象外です。
- ・**65歳の方は、誕生日の前日から接種が可能です。**
- ・市民税非課税世帯の方、生活保護受給者の方等は負担金が免除になりますが、事前の申請が必要です。接種後の払い戻しはできませんので、ご注意ください。
- ・**接種券はありません。**

接種料金	新型コロナ	インフルエンザ
接種日において八尾市に住民登録のある方で ①65歳以上の方 ②60歳以上で心臓・腎臓・呼吸器等の疾患で身体障害者手帳1級をお持ちの方	3,000円	1,200円
上記以外の方で、今年9月までに当院で一度でも（何でも）予防接種を受けたことのある方	14,300円 (本体13,000円+税)	2,970円 (本体2,700円+税)
その他の方	14,850円 (本体13,500円+税)	3,410円 (本体3,100円+税)

※**新型コロナとインフルエンザは同日接種が可能です**ので、ご検討ください。また、他のワクチン（肺炎球菌ワクチンや带状疱疹ワクチン等）との同日接種も可能です。

- ・新型コロナのワクチンは「オミクロン株JN. 1系統の1価ワクチン」です。
今シーズンは、複数の新型コロナワクチンが認可されていますが、当院では今までと同じ「**ファイザー製薬**」のワクチン（商品名：**コミナティ**）を使用しています。レプリコンワクチンなど、他のワクチンはご希望があっても対応できません。
- ・インフルエンザのワクチンは「A型2株・B型2株の4価ワクチン」です。

・新型コロナワクチンは高額のため、64歳以下の方の接種料金が高くなっておりますが、ご了承ください。国の想定価格は15,300円ですが、近隣の診療所ではほとんど15,000円以上、病院は高めで17,000円位のところが結構あります。

・**高齢者の方は、新型コロナ・インフルエンザとも原則として住民票のある市町村でのみ助成されます。**（市外の方が、八尾市内の老人施設に入所している場合等は、例外的に可能です）

メールでの予約は、今シーズンから行っていないので、お電話または窓口での予約をお願いします。**TEL 072-990-5820**（診療時間内をお願いします）

年末の時点で、ワクチン接種の意志のある方のほとんどは接種を終えられています。感染を予防できる免疫状態になるのには、接種から約2週間かかります。

年明けの接種状況によっては、ワクチンの発注を停止し、在庫の調整・返品になりますので、ご希望のある方は、できるだけ早めの予約をお願いいたします。

肺炎球菌の予防接種

(当日接種可ですが、問診票の記入が必要ですので、診察室に入る前に受付でお申し出ください)

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。

肺炎球菌ワクチンは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が、対象者は今年度から65歳のみとなりました。(右)対象者には、65歳の誕生日のあとに、ハガキが届いているはずです。

接種可能な日は、65歳の誕生日の前日から66歳の誕生日の前日までです。

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、必ず接種前に八尾市保健センター(TEL 994-8480)での手続きをしてください。

特別に負担金のことなる方があります(右表)

ワクチンの効果は5年間です。2回目以降の接種料金は下表の通りです。65歳以外の方も同額です。

接種料金(税込)	
かかりつけ患者さん	6,820円
かかりつけでない方	7,920円

情報は「肺炎予防.jp」をご覧ください。 <https://www.haien-yobou.jp/>

65歳限定

**高齢者肺炎球菌
定期予防接種のお知らせ**

接種期限: 66歳の誕生日の前日まで

例外の方の接種料金	
八尾市公害認定患者さん	無料
ひそう 脾臓摘出後の方 (胃がん術後など)	保険適用 (2回目以降も)

たいじょうほうしん

带状疱疹(ヘルペス)の予防接種(予約制)

子どもの頃に感染した水痘(水ぼうそう)のウイルスが体内に潜んでいて、高齢になって免疫が低下すると带状疱疹を発症します。

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。

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。情報は下記のサイトをご覧ください。

「带状疱疹.jp」(ビケン) <https://taijyouhoushin.jp/>

「带状疱疹予防.jp」(GSK) <https://taijyouhoushin-yobou.jp/>

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) (1回分)		
生ワクチン	ワクチン種類	不活化ワクチン
7,480円	かかりつけ患者さん	20,350円
8,580円	かかりつけでない方	21,450円

※2025年度から、定期接種(公費助成)になることが決まりました。65歳が対象になりますが、25~29年度の5年間は、65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳(101歳以上は25年度のみ)が対象となります。2種類のワクチンの両方が対象になるのか、自己負担はいくらになるのかなど詳細はわかり次第お知らせします。

風しんの予防接種（予約制）

※「麻しん風しん混合ワクチン」が品不足のため、入荷待ちの予約になります。ご了承ください。

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」（今年度末で終了の予定です）

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妊婦の配偶者 ④①の同居者 ⑤妊婦の同居者**です。

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。

接種料金（税込）

9,350円

（妊娠中の女性は、接種を受けられません）
対象外の方の接種料金は、左の通りです。

子宮頸がんワクチン接種（予約制）

子宮頸がんは、VPD（Vaccine Preventable Diseases：ワクチンによって予防できる病気）のひとつです。ぜひ接種をお受けください。

定期接種（無料）の対象者は、小学6年生から高校1年生（相当）の女子です。

ワクチンは、2価、4価、9価の3種類がありますが、当院では効果の高い9価ワクチン（商品名：シルガード9）の接種を行っています。

9価ワクチン接種のスケジュールは、下記の通りです。

14歳までに接種開始した場合は、2回接種が標準です。

1回目接種 → 6か月あけて2回目接種（5か月目から12か月後まで接種可）

15歳以上で接種開始した場合は、3回接種が標準です。

1回目接種 → 2か月あけて2回目接種 → 1回目から6か月あけて3回目接種

※2回目は、1回目から1か月あければ接種可。3回目は2回目から3か月以上あければ接種可。

※**キャッチアップ接種（無料）**も実施しています。ワクチンの供給不足のため、新規の受付を中止していましたが、供給量は戻りつつあります。接種可能かどうかはお問い合わせください。

キャッチアップ接種の期間は令和7年3月末までの予定でしたが、3月末までに1回目の接種を行えば、3回目まで無料で接種を受けることができるようになりました。対象者は平成9年4月2日～平成20年4月1日生まれです。

また、**定期接種の最終年（高校1年生相当：平成20年4月2日～平成21年4月1日生まれ）の方も、3月末までに1回目の接種を受けた方は、3回目まで無料で接種できることになりました。（今年度限定です）**

※接種時のお願い

13歳未満の方の接種には、保護者の同伴が必要です。

13～15歳の方の接種には、予診票と同意書に保護者のサインが必要です。

お問い合わせ先は、八尾市健康福祉部健康推進課（TEL 072-994-8480）です。

特定健診(予約制)

75歳未満と75歳以上で受診券が異なります。今年度中に75歳になる方は、誕生日の前日までにお受けください。

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。

2月・3月は、駆け込み受診が増えるため、混雑します。検診と結果の2回の受診が必要です。余裕を持ってお受けください。

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。

八尾市国保と後期高齢者の方は無料ですが、社会保険・他の保険組合の方は、一部の検査項目が省かれたり、負担金が必要なことがありますので、あらかじめご確認ください。

特定健診はいわゆる「メタボ健診」です。内臓肥満(腹囲)プラス高血圧症・糖尿病・脂質異常症の3疾患のうち2つがあれば、メタボになります(一つの場合は、メタボ予備群です)。

「がん検診」ではありませんので、ご理解ください。

特定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、保険で可能ですが、すべて予約制ですので、必ず予約をお願いします。

ピロリ菌検査は、胃カメラを受けられる場合に限り、保険で検査可能です。保険外で検査をした場合は「除菌治療」も「除菌判定の検査」も保険外(自費)です。

採血は「空腹時」が原則です。空腹とは「10時間以上の絶食」です。食事をすると、血糖値と中性脂肪は高い数値が出やすいです(基準値もかわります)。ただし、絶食のために、脱水状態になると困ります。水やお茶その他「カロリーゼロ」の水分は、飲んでも支障ありません。

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無料で受けることができます。**受診券はありません。肝炎ウイルスが、肝疾患(慢性肝炎、肝硬変、肝がん(肝細胞がん))の原因の7~8割を占めます。ぜひお受けください。

私は、研修を受けて「大阪府肝炎医療コーディネーター」の認定を受けています。ご質問があれば、ご相談ください。

大腸がん検診(便潜血2回法)

40歳以上の八尾市民は年1回無料で受けられます。受診券はありません。検査キットは、受付および診察室でお渡しします。便を2日分提出していただき、1回でも陽性(血液が混じっている)なら、要精密検査(大腸ファイバー:当院でできます)となります。

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。

また、2親等以内(親・子・祖父母・孫・きょうだい)に、大腸癌や大腸ポリープになった方がおられる場合は、一度は内視鏡検査をお受けになることをお勧めします。

今年も「お城EXPO」に行ってきました



毎年12月下旬に、横浜で「お城EXPO」が開催されます。2024年は12月21日（土）22日（日）に開催されました。私も、参加が毎年の恒例行事となっています。

全国のお城好きが集合しますので、毎年、入城には長蛇の列ができます。休憩場所も広い部屋が確保されていますが、毎年昼食の弁当を食べる席を確保するのが大変です。

100名城・続100名城に関する展示、城のある自治体や団体の出展、小中学生の研究、講演会など様々なイベントがあります。2023年は約1万8千人が参加したそうです。

彦根城のマスコット・ひこにゃんも毎年かけつけます。

時間の関係でくまモンには会えませんでした。



「d払い」と「スマートコード」がご利用可能になりました

当院では、キャッシュレス決済を推進していますが、このたび「d払い」（左上）と「スマートコード」（左下）のご利用が可能になりました。

「スマートコード」には「ANAペイ」「JALペイ」「ファミペイ」「メルペイ」「ゆうちょペイ」などが含まれます。ご利用ください。

ご利用になれるクレジットカードは、右の通りです。リップルマークのついてるカードは、端末にタッチするだけでお支払いが完了します。サインも暗証番号も不要です。お気軽にご利用ください。



マイナ保険証について

昨年12月2日以降「健康保険証」の新規発行はされませんが、現在お持ちの「健康保険証」は有効期限までは今まで通りにご利用いただけます。有効期限の記載のない「健康保険証」は、今年12月1日まで有効です。

マイナンバーカードに健康保険証を紐付けた「マイナ保険証」をお持ちでない方には「資格確認書」が届きますが、健康保険証と同様にご利用いただけます。



健康保険証のマイナンバーカードへの紐付けをご希望の方は、まず受付の「カード読取り機」(写真左)で確認をお願いします。紐付けをご希望の方の3人に1人くらいは、すでに紐付けが済んでいます。

本来は、この読取り機で、紐付けができるはずですが、当院の装置ではできないことが多いようですので、その場合は診察室で処理させていただきます。

以前にも書きましたが、紐付けするのに特別な装置が必要なわけではありません。パソコンでもできますし、スマートフォンに「マイナポータル」のアプリ(写真右)を入れれば、ご自分でできます。



医療機関での「オンライン資格確認」は義務化されていますが、当院でマイナ保険証を利用していただいている方は約15%です。マイナンバーカードの取得も、マイナ保険証の利用も任意ですので、仕方がありません。国はこれからどうしていくつもりなのでしょう。

医療情報取得加算		24年11月まで	24年12月から
初診時	現行の保険証の場合	3点	1点
	マイナ保険証の場合	1点	
再診時 (3か月に1回)	現行の保険証の場合	2点	1点
	マイナ保険証の場合	1点	

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	感染外来						
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	感染外来	×		感染外来		×	