



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

## 球 春

寒かった冬もやっと終わり、待ちに待った春がやってきました。私は大学時代は野球部に所属していました。相撲部や柔道部と思っておられる方もおいででしょうが、野球部（準硬式）です。

冬の間は、ランニングや筋力トレーニングが主で、この時期からやっとボールに触ることができます。（下）公認野球規則という本がありますが、10年ぶりくらいで新しいものを買いました。

野球とは「囲いのある競技場で、監督が指揮する9人のプレーヤーから成る2つのチームの間で、1人ないし数人の審判員の権限のもとに、相手チームより多くの得点を記録して、勝つことを目的とする」と定義されています。

ところが、選挙においては「他の候補者より1票でも多くの票を獲得して、当選することを目的とする」ではなく、他の誰かが当選することを目的とする立候補者が最近出てきています。政見放送で、ウソ八百、誹謗中傷を並べたり、ポスターの掲示枠を売買して金儲けをしたりしています。

まあ、常識的にはあり得ないことですが、禁じられていないから違法ではないという考えも成り立つのでしょうか。以前に「濡れた猫を電子レンジでチンして乾かした人」が、取扱説明書では禁止されていないと言って、家電メーカーを訴えたという話を聞きました。

どこまでが常識で、どこからが非常識なのかの線引きは、非常識な人にとってはどうとでもできることなのでしょう。

兵庫県知事は、百条委員会と第三者委員会から違法性を指摘されても、まだ自分は正しいと言い続けています。そして、それを支持する人たちがいまだに存在することが不思議でなりません。

7月には、参議院選挙があります。衆議院選挙も同時に行われるかもしれません。選挙は私たちが政治に関与できる数少ない機会です。真つ当な政治家を選ばなければいけません。



## 臨時休診の予定

4/25（金）夕診・4/26（土） 5/9（金）夕診・5/10（土） 7/12（土）  
7/30（水） 8/6（水） 8/9（土） 8/15（金）・8/16（土）

今月号の原稿締め切りは、3/28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。

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<br>(製薬会社) | 水痘生ワクチン<br>(ビケン) | シングリックス<br>(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 <b>1回</b>   | 筋肉注射 <b>2回</b><br>(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                        |

**(重要) 2025(令和7)年度から、定期接種(公費助成)になりました。**

1. 接種期間: 年度実施(4月1日~翌年3月31日)

※シングリックスの場合は、2回目も同年度内に接種する必要があります。

2. 接種対象者: 接種当日に八尾市に住民登録のある下記①~③の方。ただし、**過去に任意接種で接種を受けた方は対象外です**。過去に带状疱疹にかかったことのある方も対象です。

①年度内に65歳を迎える方

②60~64歳で「ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能の障害」があり、日常生活がほとんど不可能な方(身体障害者手帳1級相当)

③令和7年度から令和11年度までの経過措置として、その年度内に、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳となる方。※101歳以上は令和7年度のみ対象。

3. 自己負担額(下表) ※不活化ワクチン(シングリックス)は2回の接種が必要です。

| 接種料金(1回分) |         |
|-----------|---------|
| 生ワクチン     | 不活化ワクチン |
| 4,400円    | 11,000円 |

①次の方は接種費用が免除されます。市民税非課税世帯の方、生活保護受給者、中国残留邦人等支援法の受給者。

②手続: 事前に保健センター窓口・郵送・電子申請により交付された予診票により接種した場合に無料となります。

定期接種の対象外の方の接種料金は右表の通りです。

申し訳ありませんが、令和7年4月1日から、若干の便乗値上げをさせていただきました。

**定期接種の対象外の方の接種料金(税込)(1回分)**

| 生ワクチン  | ワクチン種類    | 不活化ワクチン |
|--------|-----------|---------|
| 7,700円 | かかりつけ患者さん | 20,900円 |
| 8,800円 | かかりつけでない方 | 22,000円 |

**風しんの予防接種** (予約制)

「先天性風しん症候群」がこわいです。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。「**先天性風しん症候群予防対策事業**」

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。無料の抗体検査を行い、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、左

| 接種料金(税込) | 9,350円 |
|----------|--------|
|----------|--------|

の通りです。(妊娠中の女性は、接種を受けられません)

## 肺炎球菌の予防接種

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。

対象者は**65歳のみ**です。

接種期間は、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回目以降および66歳以上の方の接種料金は下表の通りです。

| 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<br>患者さん          | 無料             |
| ひそ<br>脾臓摘出後の方<br>（胃がん術後な | 保険適用<br>（2回目以降 |

## 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（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。

※平成20年4月2日～平成21年4月1日生まれの方は、令和7年3月末までに1回以上の接種を受けていれば、3回目まで無料で接種できます。

※**キャッチアップ接種（無料）**は令和7年3月末で終了しましたが、令和7年3月末までに1回以上接種を受けている方は、3回目までは無料で接種ができます。

（対象者は**1997（平成9）年4月2日～2007（平成20）年4月1日**生まれの女子です）

※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)

令和6年度の特定健診(まったく同じ内容ですが、後期高齢者の場合は正確には「後期高齢者医療の健康診査」といいます)は、3月31日で終了しました。

年度末にお受けになった方には、結果のための受診が年度内に必要なため、日時を調整していただきありがとうございました。今年度は早めにお受けください。

令和7年度の健診は、受診券が届き次第、開始します。早い方で、4月下旬に届くと思いますので、それまでお待ちください。

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、メタボと判定します(一つの場合は、メタボ予備群です)。

来月号から、また特定健診についての説明を連載したいと思います。

特定健診は「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。

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。

### 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。

「B型肝炎訴訟」のための血液検査(自費)を行っています。国に対する訴訟になりますので、詳細は法律事務所にご相談ください。

### 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。

大腸がんで外科手術を受けた方は、手術後5年までは担当医の指示に従って検査を受けてください。ポリペクトミー(内視鏡手術)を受けた方は、悪性だった場合は、1年後、3年後、5年後と検査を受けていただいています。良性だった場合は、3年毎の検査をお勧めしていますが、この検診で陽性になった場合は、内視鏡検査を受けていただくようにお勧めしています。

## 感染外来（発熱外来）（完全予約制）について

COVID-19（新型コロナ）およびインフルエンザの流行はほぼ終わっていますが、まだ散発的に患者さんは受診されています。ご注意ください。

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

「発熱外来」は「感染外来」と呼び方を変えました。「かぜ症状」および「胃腸症状」も含めて、「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。感染外来の時間は、原則として午前診および夕診の終了後です。

大きな病院のように、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、当院では、出入り口や受付なども一つしかありませんので「**空間的隔離**」として、待合室を分け、また「**時間的隔離**」として、時間も分けています。このような体制をとるので精一杯です。感染拡大予防にご協力ください。

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。

## マイナ免許証について

今年3月24日から、運転免許証をマイナンバーカードに登録する「**マイナ免許証**」の運用が始まりました。運転免許証の持ち方は、免許更新時等に、以下の3通りから選択できます。

1. 運転免許証のみ保有（今まで通り）
2. マイナ免許証のみ保有（新規：免許証は返納になります）
3. 運転免許証とマイナ免許証の両方保有（2枚持ち）

新しいもの好きの私は「2のマイナ免許証のみ」にするだろうと思われるかもしれませんが、少なくとも次回2年後の免許更新までは、現在のまま（上記1）で行こうと思っています。

というのも、マイナ免許証をもつ利点がなさそうに思うからです。それと本人確認書類として、マイナンバーカードと運転免許証の両方が必要になる場面に、ごく最近遭遇したためです。

先日、新しいクレジットカードをつくったのですが、本人確認書類が2種類必要でした。つまりマイナンバーカードと運転免許証の両方です。まあ、パスポートという手もあるのですが・・・

それと紛失した場合の再発行のためには、何が必要なのかがよくわかりません。

（左）のように、マイナンバーカードと免許証のいずれかの有効期限が切れる場合、一時的に免許証不携帯の状態になる可能性がわかっています。

じっくりと考えて、更新されるようお願いいたします。

### 秋頃までにマイナンバーカードの有効期限が切れる方へ

- マイナ免許証を取得した後に、マイナンバーカードを更新すると、免許情報が入っていない状態となります
- 免許情報が入っていないマイナンバーカードで、**自動車等を運転することはできません**

運転するには・・・

- マイナンバーカードへの**再記録が必要**となります
- 再記録には、**手数料（¥1,500円）**がかかります

次の手順をおすすめします・・・

- ① マイナンバーカードの更新後にマイナ免許証を取得
- ② 従来の運転免許証との2枚持ち

マイナの  
有効期限  
を確認！



## ドジャースの試合を観てきました



米大リーグの開幕戦が東京ドームで開催されました。

ロサンゼルス・ドジャース対シカゴ・カブスの開幕戦が3月18・19日に行われましたが、それに先だって、3月15・16日に阪神タイガースおよび読売ジャイアンツがドジャースおよびカブスと練習試合を行いました。



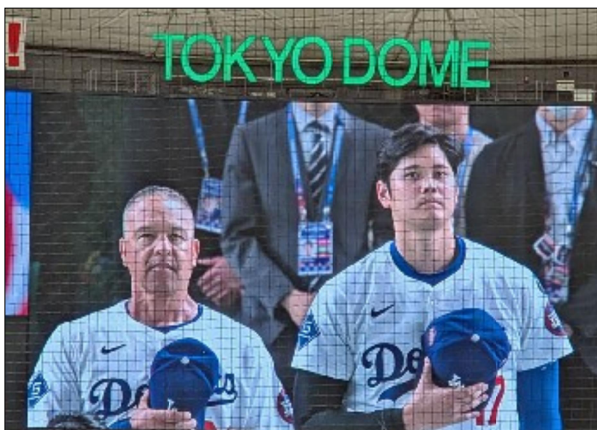
私は、3/15のドジャース対ジャイアンツ、3/16のドジャース対タイガース、3/19のドジャース対カブスの3試合のチケットを申し込みました(それぞれ第3希望まで)が、かろうじて3/16正午からのドジャース対タイガース戦に当選しました。



バックネット裏の26列目で、比較的前の方でした。タイガースは、前日のカブス戦・この日のドジャース戦とも3対0で勝利しました。対戦相手は、時差ぼけの調整中ということもありますが、いい試合でした。入場者数は4万2千人余りで、満員でした。大谷翔平選手は2打席凡退(三振とセンターフライ)で交代したのが残念でした。

グッズ売場は超満員で何時間も並ぶ感じだったので、諦めました。食べ物にもなかなかありつけず、600円の東京ドームドッグと400円のコーラをやっと買えました。

36年前、1989年6月にロサンゼルス・ドジャーススタジアムへ行き観戦したことがあります。その時の写真を探したのですが、出てきません。出てきたら掲載します。



## あたみ 熱海城に行きました



熱海城（静岡県熱海市）に行ってきました。1959（昭和34）年に築されましたが、歴史的には存在しない城です。

1962年に公開された映画「キングコング対ゴジラ」では、キングコングとゴジラが戦い、ミニチュアの熱海城は破壊されてしまいます。

2階は、日本城郭資料館になっていて、100名城などの展示がされています。大きな姫路城の模型もありました。

熱海駅からバスで約10分、ロープウェイで登ります。



熱海駅の次に、横須賀へ行きました。京浜急行久里浜駅から徒歩15分で、海岸のペリー公園に着きます。

ペリーたちは1852年11月に米東海岸から東回りに航行し、1853年7月14日に、ここ久里浜に上陸しました。

船は浦賀港に停泊しましたが、上陸したのは少し離れた、久里浜でした。

（左）大きな記念碑が建っています。碑の文字は、伊藤博文によるものだそうです。

（右）公園内の「ペリー記念館」に、資料が展示されています。



（右）横須賀港には、日露戦争（1904～05年）の日本海海戦で、連合艦隊旗艦としてロシアのバルチック艦隊と戦って勝利した、戦艦「三笠」が復元保存されていて、見学できます。

手前の銅像は、連合艦隊司令長官・東郷平八郎です。

羽田空港から、京浜急行で約1時間。横須賀中央駅から徒歩15分。



電車もキャッシュレスで

当院では、キャッシュレス決済を推進しています。今回は電車の乗り方の話です。  
関西では、近鉄電車、南海電車、阪急電車、大阪モノレール、大阪メトロ（地下鉄）等で、クレジットカードのタッチ決済が可能です。左は、近鉄電車の駅の自動改札機です。



- ①一番奥の紫色の部分、ICカードをタッチする部分です。  
PiTaPa（ピタパ）、ICOCA（イコカ）、Suica（スイカ）などのいわゆる交通系ICカードが使えます。
- ②黄色の部分、紙の切符を入れる部分です。
- ③青い部分がクレジットカードをタッチする部分です。
- ④QRと書かれている部分は、QRコード決済ですが、PayPayなどが使えるのではなく、スマホで「デジタルきっぷ」を購入して、そのQRコードを当てます。

注意：すべての自動改札機は対応していません。複数台並んでいても、1台だけが対応していることが多いです。  
駅によっては、右のような簡易型の改札機です。（近鉄・道明寺線の柏原駅）



（左下）現在、三井住友カード発行のVISAカードを設定したスマホでタッチ決済を行った場合、7%分のVポイントが還元されるキャンペーンが行われています。  
※キャンペーン期間は、5月31日（土）までです。  
※還元額の上限は1000円（分のVポイント）です。  
（利用額14300円が7%還元の上限になります）  
※カードのタッチ決済では、還元率は1.5%です。

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。<br><br>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。<br><br>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<br>終了後 | 胃カメラ・エコー<br>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 |   |                                                                                                                                      |
|             |                     |   |   |   |      |   |                                                                                                                                      |