



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

酷暑日

今年の夏の気温は平年(過去30年間の平均)より2.3℃も高かったそうです。最高気温が35℃以上の日を「猛暑日」と言いますが、最近では全然珍しくありません。私の子どもの頃には「猛暑日」はなかったと思い、調べてみると、2007年に気象庁が定めたそうです。

そして、最近では最高気温が40℃を超えることもあり、40℃を超える日にも何か呼び名を付けようということで、検討中だそうですが、今のところ「酷暑日」が有力という噂です。

しかし、地球の温暖化が原因と言って、諦めるしかないのでしょうか？

石破首相が辞めることになり、1年前とほぼ同じ候補者による自民党総裁選挙が行われています。先月号で書きましたが、石破氏は近年ではまともな首相だっただけに残念です。10月4日には新総裁が決まりますが、誰になっても「解党的出直し」ではなく「先祖がえり」になるのでしょうか。もしかしたら速攻で解散総選挙かという噂もあります。

私は自民党員ではないので、投票の権利はありませんが、T氏は絶対になってほしくありません。総務大臣時代に、気に入らないテレビは電波を止める(放送免許停止)ことができると強弁していました。トランプ米大統領と一緒に。M氏も勘弁してもらいたい。人事院の給与局長(女性)が国会答弁中、当時の安倍首相に都合のわるいことを言った時ですが「シッシ」と動物を追い払うような仕草をして「帰れ帰れ」と言った人です。セクハラ・パワハラで有名な人です。

若い方のK氏は人気がありますが、いくらなんでもまだ首相の器ではないでしょう。人気があるとは、皆が自分の意のままに操れると思っているからでしょう。もう一人のK氏は、統一教会で知られた人です。すると残るは、H氏ですがどうでしょうか。一番無難な気はしますが。

下記の通り、10月は長期の休診をさせていただきます。ご迷惑をおかけいたしますが、ご了承ください。理由は先月号で書いておりますので、ご覧になっていない方はお読みください。

休診の予定

10/15(水)～11/1(土)

12/28(日)～1/4(日)

今月号の原稿締め切りは、9/26でした。最新情報は、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。

八尾市休日急病診療所

(八尾市旭ヶ丘 5-85-16 TEL072-993-8223)
日曜日・祝日のみ ①午前10:00～11:30
②午後1:00～3:30 ③午後5:00～8:30

新型コロナウイルス感染症について

昨年の夏も、COVID-19(新型コロナウイルス感染症)の流行がありましたが、今年も大流行とまではいきませんが、少し流行っています。

現在流行っているのは「ニンバス」(NB. 1. 8. 1株)という変異株です。今までの新型コロナは「微熱」と「のどの痛み」の組み合わせが多かったのですが、今回の症状は「高熱」と「きついものの痛み」の組み合わせが多いです。Nimbusとはラテン語で「雨雲」の意味です。ちなみに、ハリー・ポッターの「ほうき」の名前でもあります。

感染外来(旧:発熱外来)について

のどの痛み、鼻汁、咳、痰などの「**上気道炎症状**」(いわゆる「風邪」症状)の方、および吐き気、嘔吐、下痢などの「**消化器症状**」の方は、必ず事前にご連絡をください。

発熱の有無は問いません。そのため、以前は「発熱外来」としていましたが、「感染外来」と名称を変更しています。

診察時間帯は、午前診および夕診の最後です。指定した時間よりも、あまり早く来院されないようお願いいたします。早く来られても、診察は最後です。

できるだけ、他の患者さんとの接触を避けるためです。ご協力をお願いいたします。

インフルエンザと新型コロナの予防接種

接種期間は、昨年と同じく、**10月1日から来年1月31日まで**です。ただし、10月15日～11月1日まで休診しますので、ご了承ください。

毎年申し上げていますが、例年、流行のピークは年明けですので、それに合わせて**11月の接種をお勧めしています**。(私はインフルは毎年2回受けています)

八尾市から接種費用の助成がある「定期接種」の条件は、どちらのワクチンも昨年と同じく下記の通りです。

- ・接種の対象者は、八尾市民で65歳以上の方、60歳以上で心臓・腎臓・呼吸器等の疾患で身体障害者1級をお持ちの方です。
- ・65歳の方は、誕生日の前日から接種が可能です。
- ・八尾市民以外の方は、自費扱いです。
- ・接種回数はそれぞれ1回です。2回目以降は自費扱いです。
- ・接種費用は、次ページの通りです。
- ・市民税非課税世帯の方、生活保護受給者の方、中国残留邦人等支援法の受給者の方は、接種費用が免除(無料)になりますが、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。接種後の払い戻しはできません。

混雑防止のためもあり、下記のようにお願いしています。

- ・定期的に受診されている患者さんは、**できるだけ定期の診察日に接種をお願いいたします**。
- ・インフルエンザと新型コロナのワクチンは、同日の接種が可能です。
- インフルエンザと肺炎球菌ワクチンなど、他の組み合わせも問題ありません。

今シーズンの接種料金

		新型コロナ	インフルエンザ
接種料金	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	7,800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)
	上記以外の方 (64歳以下で当院で一度も予防接種を受けたことのない方)	14,850円 (本体13,500円＋税)	3,410円 (本体3,100円＋税)
(高齢者) 接種費用の免除対象	市民税非課税世帯の方 生活保護受給者 等 (要事前手続き)	○ 無料	○ 無料
	八尾市公害認定患者の方	○ (償還払い) 接種後に申請すると 3,200円が かえってきます	○ 無料 事前に書類が送付 されてきます

新型コロナは、昨シーズンは3,000円でしたが、今シーズンから国の助成がなくなり、上記の負担額になっています。当院の「手取り」は1円も増えていませんので、ご理解ください。

新型コロナのワクチンは、当院では今シーズンもファイザー社のワクチン「コミナティ」を使います。今回のワクチンは「オミクロン株JN.1系統LP8.1株対応ワクチン」で、現在流行している変異株にも有効とされています。

インフルエンザワクチンは「A型2価＋B型1価の3価ワクチン」です。昨年まではB型も2価の4価ワクチンでしたが、B型の山形株がほとんど流行していないということで、今回から省かれています。

昨シーズンから、メールでの予約、かかりつけ患者さんの割引、メールマガジン「きくメール」読者の方の割引は、行っておりません。

予約は、電話（072-990-5820）あるいは窓口でお願いします。電話は診療時間内をお願いします。（留守番電話に録音されても無効です）

たいじょうほうしん
带状疱疹(ヘルペス)の予防接種 (完全予約制)

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。

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

「**带状疱疹.jp**」(ビケン) <https://taijyouhoushin.jp/>
「**带状疱疹予防.jp**」(グラクソスミスクライン) <https://taijyouhoushin-yobou.jp/>

2025(令和7)年度から、上記2種類のワクチンが定期接種(公費助成)になりました。(対象者には八尾市からハガキが届いたはずです)

- 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。
- 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。過去に带状疱疹にかかったことのある方も対象です。ただし、**過去に任意接種で接種を受けた方は対象外です。**
 - ①年度内に65歳を迎える方(誕生日の前でも接種できます)
 - 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。
- 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。

定期接種の接種料金(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。
(接種後の返金はできません)

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

定期接種の対象外の方の接種料金は左表の通りです。(かかりつけに該当するかどうかはお問い合わせください)

「带状疱疹ワクチンの接種が、認知症の発症を抑制する可能性」が報告されています。

イギリスでの調査で、带状疱疹ワクチンを接種した人は、接種しなかった人と比べて、認知症と診断された率が約20%低かったそうです。(イギリスの科学雑誌「ネイチャー」に掲載)
また、オーストラリアでも同様の報告がありました。(アメリカの医学界雑誌「JAMA」に掲載)。带状疱疹の発病によって、脳の血管や神経が炎症を起こし、そのためにアルツハイマー病の原因とされるアミロイドの沈着が起こるのではないかと推測されています。

肺炎球菌の予防接種（予約制）

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、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。接種後の返金はできません。

ワクチンの効果は5年間です。2回目以降および定期接種の対象外の方の接種料金は下表の通りです。

2回目以降・対象外の方の接種料金	
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

<https://www.haien-yobou.jp/> でご覧ください。

接種料金の特例	
八尾市公害認定患者さん	無料
ひそろ 脾臓摘出後の方 (胃がん術後等)	保険適用 (2回目以降も)

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。

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。

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。

※1回目の接種を受けて安心したのか、2回目以降の接種を忘れる方がおられます。1年以内に3回受けないと十分な効果は得られませんし、有料になりますのでご確認ください。

風しんの予防接種「先天性風しん症候群予防対策事業」（予約制）

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。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。

（妊娠中の方は、接種ができません）

対象外の方の接種料金	9,350円
------------	--------

RSウイルスワクチンについて

通常は「風邪」のような症状ですが、高齢者、呼吸器疾患・心疾患等をお持ちの方は、肺炎を起こすこともあります。日本の成人では、RSウイルス感染症によって1年間に63,000人の入院と4,500人が死亡していると推定されています。

60歳以上（特に感染リスクが高い方は50歳以上）を対象に、ワクチン（製品名アレックスビー）の接種が可能です。

接種料金は25,000円（税込）です。1回の接種で3年間は免疫が維持できます。

特定健診(予約制)

対象は40歳以上です。後期高齢者と八尾市国保の加入者は無料ですが、他の保険の方は、検査項目が少ない(心電図がない、貧血検査がない等)場合や、一部負担金がかかる場合がありますので、受診券でご確認ください。

特定健診の内容は、以下の通りです。(順番は前後することがあります)

1. 問診
2. 身体計測(身長、体重、腹囲)
3. 検尿(糖・たん白)
4. 心電図
5. 採血(貧血、肝機能、腎機能、脂質、糖尿病など)
6. 診察

特定健診は「メタボリックシンドローム」の判定を目的としていて、血液検査は最低限の項目に限られています。「がん」の早期発見を目的とした、検査費用の高い人間ドックなどとは比べようがありません。

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、ほとんどが保険で可能ですのでご検討ください。(要予約)

「**ピロリ菌検査**」は胃がんの発見には重要な検査ですが、**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、ピロリ菌が陽性だった場合に行う「除菌治療」も「除菌判定の検査」も保険外ですのでご了解ください。**

肝炎ウイルス検診

B型肝炎ウイルスおよびC型肝炎ウイルスの検査です。**肝炎ウイルスの感染が、肝臓がん(肝細胞がん)の原因の大部分を占めます**ので、大切な検査です。

20歳以上の方が、一度だけ受けることができます。無料です。受診券はありません。

肝炎の検査を一度も受けたことのない方は、ぜひお受け下さい。

私は、大阪府の研修を受けて「肝炎医療コーディネーター」に認定されています。肝臓病についてはお気軽にご相談ください。

B型肝炎訴訟について

昭和23年7月1日から昭和63年1月27日の間に受けた「集団予防接種」によってB型肝炎に感染した方(一次感染者)、一次感染者である母親から感染した二次感染者が対象です。

手続きが大変ですので、専門家に依頼する必要があります。待合室に法律事務所のパンフレットをおいていますので、ご覧ください。(この法律事務所を推薦しているわけではありません)

大腸がん検診

大腸がんは、増えつつありますが、早期に発見をすれば、治療成績の高いがんのひとつです。40歳以上の八尾市民を対象に、検診を行っています。年1回無料です。受診券はありません。

方法は、便を2日分採って提出していただくだけです。2回分のうち1回でも陽性(血液が混じっている)であれば、精密検査の対象となります。精密検査は大腸内視鏡検査(大腸ファイバー)で、当院で行っています。

ただし、明らかな血便、便通異常(急に便秘あるいは下痢になった、便秘と下痢を繰り返す)、体重減少がある場合は、検診を飛ばして、大腸ファイバーを受けることをお勧めします。

「スマホ保険証」について

マイナ保険証のご利用ありがとうございます（当院での利用率はまだ約20％です）。さて、9月19日から、**マイナ保険証をスマホに搭載して利用可能になりました**ので、お知らせします。

「スマホ保険証」を利用するためには、まず、マイナンバーカードに健康保険証を紐付けて「マイナ保険証」をつくる必要があります。この手続きについては、以前に何度も掲載していますので、そちらをご覧ください。受付でお尋ねください。

この「マイナ保険証」をスマホに入れる手続きの説明をします。

まず、スマホに「**マイナポータルアプリ**」を入れます。右のQRコードを読み取ると、インストールできます。

アプリは、スマホの機種が「**iPhone**（アイフォン）」か「**Android**（アンドロイド）」かによって違います。

なお「NFC」という機能に対応していない一部のスマホでは利用できませんので、ご確認ください。

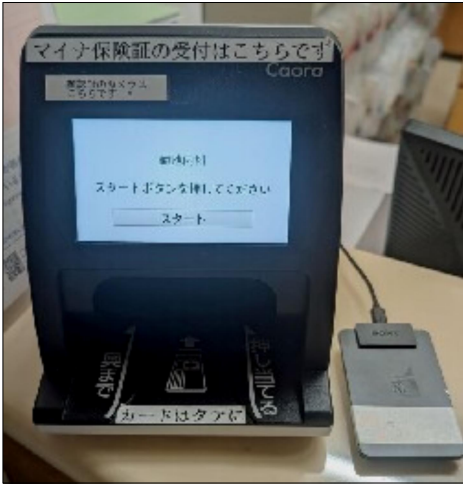


準備するものは、①マイナ保険証、②**暗証番号（数字4けた）**、③**署名用パスワード（英字・数字6～16文字）**です。

「マイナポータルアプリ」を開くと、左下の画面になります。右下の「メニュー」を押すと、中央の画面になりますので、「スマホ用電子証明書を申請する」（青い部分）を押します。右下の画面になりますので、ここでパスワードを入力すると、手続きは終了です。（次ページに続く）



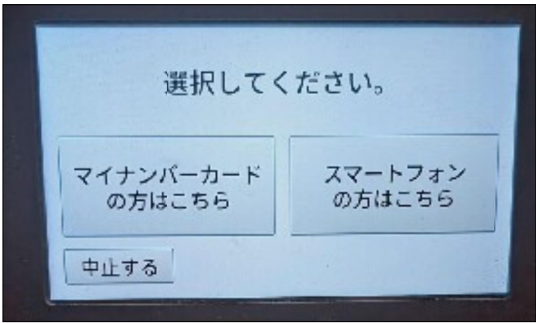
(前ページから) 次に受付での「スマホ保険証」の利用方法をご説明します。



(左上) いつもご利用いただいている「顔認証カードリーダー」です。右隣に、スマホ用カードリーダー(右)を新しく設置しました。



(左中) 画面に触れると、「マイナンバーカード」か「スマートフォン」を選択する画面になります。「マイナンバーカード」を選択すると、今まで通りに「マイナ保険証」での手続きになります。



「スマートフォン」を選択すると、(左下)「スマートフォンの機種を選択」の画面になりますので「iPhone」か「Android」かを選びます。

「iPhone」の場合は、スマホで顔認証か指紋認証をして「スマホ用カードリーダー」にタッチして終了です。

「Android」の場合は、「顔認証カードリーダー」の画面で4けたの暗証番号を入力したあとスマホを「スマホ用カードリーダー」にタッチして終了です。



当院ではさっそく対応しましたが、「スマホ保険証」が利用できる医療機関・調剤薬局は現時点ではまだ少数です。残念ながら、「マイナ保険証」はまだ手放せません。
※スマホ保険証をつくってもマイナ保険証は利用できます。
※スマホが身分証明書になる(マイナンバーカードと同じ機能をもつ)のは、来年秋の予定です。

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						水曜日は、胃カメラ・エコー等の検査優先です。空きがある場合に限り一般の診察を行います。 夕診での採血は、看護師の勤務の都合で、曜日を指定させていただきます。 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		