



二季

日本は春夏秋冬の四季に恵まれた国のはずでしたが、地球温暖化の影響か、近年は猛暑を通り越して酷暑が続き、春と秋はあっという間に通り過ぎてしまいます。このような状況を「夏と冬の二季化」と呼ぶそうです。毎年「新語・流行語大賞」が発表されますが、今年の候補30語の中に「二季」が入っています。今年は12月1日に上位10語が発表されます。私は「古古古米」が有力だと思いますが、どうでしょうか。

これも温暖化の影響でしょうか、東北地方を中心に熊の被害が多発しています。実は、私は熊よけの鈴と笛を持っています。なぜかというと、2016年4月から2022年5月まで「日本100名城」「続日本100名城」の計200城に登城しましたが、その中には「山城」^{やまじろ}もあって、その中のいくつかは「鈴と笛持参」が勧められていたからです。いくつかの城では、山麓の登城口に「電気柵」が設置されていて、自分で入口を開けて登りました。幸い野生動物に出くわしたことはありませんでしたが、スリルはありました。今だとちょっと怖いですね。



高市首相は、さっそく中国相手に大問題を起こしてくれました。今まで「曖昧な対応」で済ませていた「台湾有事」問題に踏み込んだのです。「一つの中国」としては「内政干渉」になる大問題ですので、大変です。首相が謝罪するか交代するまで、解決しないかもしれません。

2012年に尖閣諸島の問題のため、中国全土で反日デモが多発しました。実は私はその最中に中国・北京に旅行に行きました。予定を決めた時点では、問題は起こっていなかったからですが、泊まったホテルにもデモの音が聞こえていて、周辺には警官がたくさんいました。そんな中、北京動物園、万里の長城、雑技（サーカス）に行き、北京ダックを食べに行きました。なにも危害は加えられませんでしたが、落ち着かない旅行だったことを覚えています。

休診の予定

12/8(月)～12/13(土) 12/28(日)～1/4(日)

(追加) 1/13(火)～1/24(土)

今月号の原稿締め切りは、11/26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)
インスタグラム：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

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、**必ず事前に連絡のうえ、予約をお願いします。**

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」と名称を変更しました。診察時間帯は、午前診および夕診の最後です。

できるだけ、他の患者さんとの接触を避けるためです。ご協力お願いいたします。

現在、実施中のワクチン接種

インフルエンザ	定期接種は65歳以上 (65歳の誕生日前日から)	定期接種は1/31(土)まで 任意接種は3/31(火)まで
新型コロナ		
帯状疱疹	定期接種は、65歳・70歳・75歳・80歳・85歳・90歳・95歳・100歳以上 任意接種は、50歳以上	3/31(火)まで (シングリックスの1回目は1月末まで)
肺炎球菌	定期接種は65歳のみ	初回のみ定期接種
子宮頸がん	定期接種は、小学6年～高校1年	キャッチアップは終了しました。
風しん	先天性風しん症候群予防対策事業	
RSウイルス	60歳以上。任意接種のみ。	

※これ以外のワクチンについては、ご相談ください。

インフルエンザと新型コロナの予防接種(同時接種可)

		新型コロナ	インフルエンザ
接種料金	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	○ 無料	○ 無料
	八尾市公害認定患者の方	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

たいじょうほうしん
帯状疱疹(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帯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。

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

「**帯状疱疹予防.jp**」(グラクソsmithkline) <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smithkline)
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

今年度から、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)

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。過去に帯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。

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。

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)

「帯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、帯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)。帯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

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

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
かかりつけない方	7,920円

接種の対象外の方の接種料金は下表の通りです。

情報は、**肺炎予防.jp** <https://www.haien-yobou.jp/> でご覧ください。

【新着情報】

来月号で、新しい肺炎球菌ワクチンのご紹介をします。5年毎の追加接種が必要なく、1回の接種で済むワクチンですが、現在のところ定期接種の対象ではありません。

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。

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（製品名アレックスビー）

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。

年度末に近づくと、駆け込みの受診が増えます。ご希望の日時での予約が難しくなりますので、早めの予約をお願いします。

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。

6月、7月、10月と休診をしてご迷惑をおかけし、誠に申し訳ありませんでした。

先月号でご説明したように、まだ治療の途中でして、12月に1週間、1月に2週間の入院の予定が入っています。治療はおそらくそれで終了で、その後でCTを撮って効果を確認した後で、膀胱（膀胱）に入っているチューブを抜くことになると思います。

しつこいですが復習です。まず病名です。繰り返しになりますが、**慢性脾炎**および**脾石症**です。この病気の患者さんの多くは大量のアルコールを摂取する方ですが、私はほとんど飲みませんので、原因は不明です。

当初は膵臓がん（膵頭部がん）の疑いがありましたが、6月と7月の検査入院（大阪国際がんセンター）で、がんは否定されました。半分以上の患者さんが、私が（開腹）手術を受けたと思っておられます。一切傷はついていません。「風説の流布」にならないようお願いします。

現在は膀胱症に対する治療として「ESWL」(体外衝撃波結石破碎術)を受けています。

慢性膵炎については、後ほどお話しすることにします。

臍臓については、自覚症状は最初からほとんどありません。現在の問題は、先にお話しした「首」です。7つある頸椎の上から5番目と6番目に変形があり、6番目と7番目の間の椎間板ヘルニアを起こしています。症状は痛みですが、首よりも右の肩甲骨付近と腕に痛みがあります。現在、内服中ですが、あまり効果はなく、6月の発病からもう半年になりますので、手術を受けるかどうか検討しています。臍臓の治療が終わってからになりますが、主治医と相談していますので、方針が決まれば、またお話しします。

健康保険証について

12月以降、健康保険証は新たには発行されません。現在お持ちの健康保険証の期限が切れる
と無効になります。しばらくは「資格証明書」が発行されますが、できれば「マイナ保険証」の
ご利用をお願いします。当院では「スマホ保険証」もご利用になれます。ご検討ください。

最近、私も他の病院を受診していますが、マイナ保険証が主で、紙の保険証は例外扱いです。同様に、会計もキャッシュレスが主流で、現金の窓口は少なくなっています。ご検討ください。

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～								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的な診察を行います。
午前9～12	診察				診察			
午前診終了後								
発熱外来 終了後								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。
午後5～7	診察			診察				
夕診終了後	感染外来	×		感染外来	×			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。