

天高く馬肥ゆる秋 さわやかな毎日が期待できますね！ まだまだ騒然としていますが、インフルエンザに負けずにいきましょうね！

9月に入ったとたん、朝夕の気温が下がり、今年は秋が早いなあと思っていましたら、下旬には蒸し暑い日々が戻ってきました。季節の変わり目は、どうしても不順になってきますね。今年は、新型インフルエンザの大流行で、ワクチンの接種や新薬の開発情報など、マスコミの報道にみんなが右往左往、といった状態です。そこで、今月号では「予防接種」について整理しました。正しい情報をもとに、元気に乗り切りましょうね！

【ニュース】

1. 診療日の変更をお知らせします。

11月2日（月曜日）

三谷外来 臨時開設

また、年末年始のお休みは、12月27日から1月3日までです。よろしくお祈りします。

2. 夜間・早朝等の加算の算定について

11月から当院においても18時以降に来院された方に加算（50点）をさせていただくことになりました。対象となるのは、18時以降にご予約をされた方、18時以降に来院された方です。院内にも掲示しました。

【今年の予防接種について】

10月2日時点での厚生労働省の決定事項をもとに、ミタクリの予防接種についての方針を整理しておきます。

新型インフルエンザワクチン：優先順位は、インフルエンザ患者の診療に直接従事する医療従事者、妊婦さん、基礎疾患を有する方（本当に細かい基準です！ここには書ききれません・・接種希望の方は担当医にお申し出ください）、1歳～小学校3年生に相当する年齢の小児、1歳未満の小児の保護者、優先接種対象者のうち身体上の理由により予防接種が受けられない方の保護者等、その他小学校4～6年生、中学・高校生に相当する年齢の者、高齢者（65歳以上）（基礎疾患を有する者を除く）で、10月19日（月）の週から順次接種開始見込みです。当院でも接種できる医療機関として登録しました。接種費用は1回目3600円、2回目2550円で合計6150円です。なお、これ以上の内容の詳細は医師会よりの連絡待ちです（10月6日時点）。順次更新・掲示していきます。

季節性インフルエンザワクチン（毎年行っているワクチンのことです）：例年通り10月1日よりスタートしています（費用は2500円）。堺市の高齢者（65歳以上）に対する助成も10月21日から来年の1月31日までで例年通り（費用は1000円）です。ただワクチン入荷が昨年に比べ7割ですので、できるだけ早い段階で予約をとられることをお勧めします。

肺炎球菌ワクチン：新型インフルエンザワクチンの状況が上記の通りですので、今年は肺炎球菌ワクチンに力を入れています（費用は6500円です）。インフルエンザワクチン（新型・季節性とも）の接種日と原則6日間以上の間隔を開けることになっています。ミタクリでは、余裕をみて2週間は開けるようにしたいと思います。

【川柳投稿コーナー】

- ・初秋迎えて 待合いにて悔む 夏の不養生（風来坊さん）評：そうです！本当の夏バテは秋にくるんですね
- ・和中飲 顔をしかめて 後（あと）笑顔（もとひさしさん）評：胃腸を守る夏の和中飲、お役に立ちましたか
- ・ガーデナア 発芽待てずに 苗を買う（すみれちゃん）評：お気持ち、とてもよくわかりますね、幸山さん！
- ・たかだかが 米粒ほどの石なれど 動き出したら 七転八倒（腎臓結石でした）

評：これは経験された方にしかわからない激痛なんですね。こんなちっちゃな石なのに、あの痛み・・・

- ・長い白衣の裾はためかせ 優しい先生に胸ドッキンと思いきや 部屋（手術室）に入れば 頭から足までみどり色 部屋と着衣で 人はこうも変わるか（ゲラ子さん）

評：表情も手術室と病室では全く違いますね。極度の緊張感の中にも、ホッとした雰囲気をもたせたいものです。

【欣子先生の診察室だより】



10月5日の朝、鳳のたんじりも無事に終わり、もの悲しい季節になったなあと感慨にふけるもつかの間、急激にインフルエンザの患者さんが増えてきました。お祭りは雨で身体を冷やして免疫力をおとし、かけ声で飛沫感染・・・気合いで吹き飛ばせば幸いです。これから子供から子供、子供から大人と感染して増える可能性があります。手洗い・うがい・睡眠で予防に努めましょう。

この時期、土日・夜にも医学関係の学会やセミナー、講演会などが目白押しです。医者は現役のあいだ、一生勉強です。新しい薬、新しい治療法・・・自分の専門外でも、みなさんに少しでもよいアドバイスができるように情報収集しないとイケません。しかし、この費用が馬鹿にならないのです。学会費・セミナー代・交通費・宿泊費・本代・・・月に10万以上かかることもよくあります。勤務医のころは、せめて必要経費に認めて欲しい！！と思ったものです。

さて今回、糖尿病関係では新しい作用の薬が久し振りにでます。糖尿病は、すい臓のインスリンを作る作用が弱くなったり、効きにくくなったり、また、ずっと病気が進むとインスリンを作り出す細胞自体の数が減ってしまい、インスリン注射して外から入れてやる必要がでてくるのです。ところが、そのあたらしい薬は、すい臓のインスリンを作り出す細胞の数を増やす可能性があります。低血糖や体重増加といった副作用も少ない！となれば、より大きな効果を期待したいところです。もちろん、食事療法、運動療法の上ですが、上手に薬を使うことで良いコントロールを保ち、合併症を起こさない糖尿病とのつきあいを一緒にめざしていきましょう。

夏休み・シルバーウイーク・お彼岸・たんじりは過ぎましたね・・・さあ、当分言い訳がなくなりましたよ！！馬肥ゆる秋にむけて、サボっていたダイエットや運動に、再チャレンジしていきましょう。

【ミタクリ歳時記 鼓踊り（こおどり）】

十月五日は堺市片蔵の桜井神社で、鼓踊(こおどり)の神事が奉納されます。これは重要無形民族文化財に指定されています。鬼神二名、天狗二名、新発意(新しく仏門に入った小僧さん)一名、大鼓打八名、鐘打一名、扇振一名、音頭取二名の計十七人が鐘、太鼓のはやしで踊ります。鎌倉時代からの雨乞い神事といわれていますが、広義の念仏踊と理解すべきでしょう。念仏踊はお盆を中心に災厄退散、亡魂鎮送のため、大鼓、鉦を打ちながら、踊躍歓喜する踊りの総称です。念仏を口中に唱えながら踊ることから、この名があります。平安時代、空也上人が念仏の功德を庶民に知らせる方便として始められたのが起源といわれていますが、踊りに仏教的な雰囲気は全くなく、古くから行われていた村々の祭の行動に、念仏信仰が加ったものです。この祭にみられるように、踊りと念仏との習合は早く、平安時代には京都を中心に各地で行なわれていたようです。厄病送りなど、悪霊退散の念仏踊は、雨乞い、水神祭、風祭、田の神祭などの行事にも演じられ、こうしたなかで芸能が生まれます。念仏踊のうち、特に田に関係深いものが散楽(中国渡来の雑芸)と結びつき、高足にのり、品玉をつかい、刃剣投げなどをする曲技である「田楽」が生まれます。また、多くの人びとの亡魂を供養する意味での念仏踊は、全国各地で行なわれている盆踊りとして発展しています。

【外来担当医一覧 2009年10月現在】

予約電話番号：072-260-1601

診療受付時間	月	火	水	木	金	土
午前 (9:00-11:00)	異	三谷	異/三谷	異	異/三谷	三谷
午後 (14:00-16:00)	異(予約)		異(予約)	異(往診)	異(予約) 三谷(往診)	
夜診 (16:30-18:30)		三谷	三谷		三谷	