



ご自由にお持ちください

2025(令和7)年10月発行

vol.31

健康ライフさかい

●特集

大腸がんで死なないための
大腸がん検診のすすめ

- ご存じですか？
アトピー性皮膚炎
閉経後萎縮性膣炎、外陰炎
- 健康Q&A
アイフレイル
ヒアリングフレイル

堺市医師会が
お届けする
情報誌

堺市医師会 WEBサイト
<http://www.sakai-med.jp/>



特集

大腸がんで死なないための 大腸がん検診のすすめ

— 検診から始まるあなたの健康管理 —

第32回

やまもと消化器内視鏡・外科クリニック
院長 山本 篤



1 はじめに

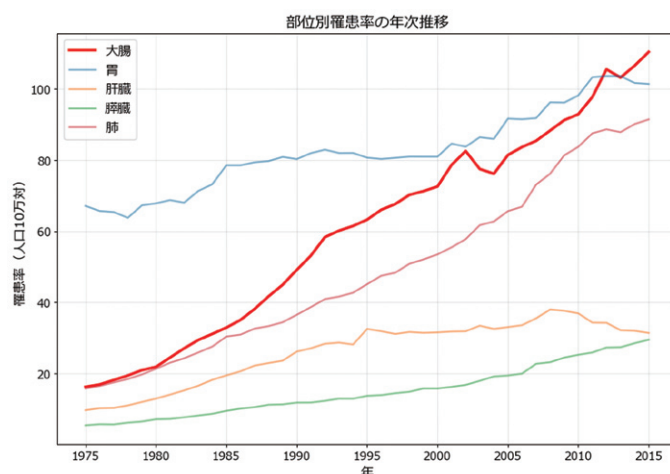
「便潜血検査で陽性になったが、ふだんの排便に変化がなく、これまでときどき排便時に出血もあるので、今回もきっとそのせいだろう。大腸内視鏡検査は準備や検査自体が大げさで恥ずかしい思いもするので、検査はまた今度にしよう…」そんな風に思ったことはありませんか？しかし、大腸がんは日本人にとって最も身近な病気であり、多くのがんと同様に早期発見が非常に重要です。大腸がんは初期の段階ではほとんど症状がないことが多いため、気づかないうちに進行し治療が難しくなることがあります。大腸がんは他のがんと同様、定期的な検診を受けることで早期に発見でき、治療の選択肢を広げて治癒の可能性を高めることが大切です。さらに、大腸がんには、がんに進展する前の段階である大腸ポリープを切除することで、発症を予防できるという、他のがんにはない特徴がある点にも注目すべきです。

2 日本における大腸がんの現状

大腸がんの罹患率は年々増加傾向にあり、我が国において現時点でもっとも多く発見されるがんとなっています。最新の統計によると、2020年には147,725人※が新たに大腸がんと診断されました（男性82,809人、女性64,915人）。日本人が一生のうちに大腸がんを診断される確率は、男性10.3%、女性8.1%とされており、決して珍しい病気ではありません。

※ 総数は男女および性別不詳の合計

【各種がんの罹患率の年次推移】

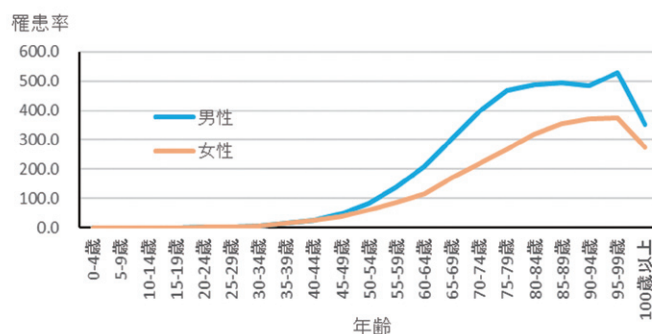


出典：がん情報サービス

若年層における大腸がんの罹患率は比較的低いのですが、近年では食生活の欧米化や運動不足、肥満などの影響により、30代・40代でも大腸がんが見つかるケースが増加しています。特に家族歴がある人は注意が必要です。また50代になると、罹患率は緩やかに上昇を始め、60歳を超えると罹患率が大きく上昇し、多くの大腸がん症例がこの年代で見つかるため、特に注意が必要です。

【大腸がんの罹患率】

大腸がんの年齢階級別の罹患率(2021年)



出典：がん情報サービス

また大腸がんの5年相対生存率は71.4%（男性72.4%、女性70.1%）と各臓器のがんのなかでは比較的予後のよいがんの一つなのですが、これは早期発見ができた場合の話です。予後が比較的良好な大腸がんにおいても、進行度（ステージ）が進行すると治療が難しく、5年生存率は悪くなります。堺市では、40歳以上を大腸がん検診の対象年齢としており、定期的な検診を受けることにより大腸がんの早期発見につなげて、完治の可能性を高める必要があります。

【各種のがんと5年相対生存率】

がんの種類	5年相対生存率（%）
前立腺がん	約100%
乳がん（女性）	約92%
子宮頸がん	約76%
大腸がん（全体）	約72～75%
胃がん	約73%
肝臓がん	約44%
肺がん（全体）	約41%
膵臓がん	約11%

出典：がん情報サービス

3 大腸がんの発生

大腸がんの発生には、多臓器のがんと同様の正常粘膜から直接がんが発生するデノボ発がん和前がん病変としての良性ポリープ（腺腫）が、がん化する腺腫－癌関連の2つの経路があります。この腺腫-癌関連は、大腸がんの大部分を占めるとされ、腺腫は大腸の粘膜にできるポリープの一種で、初期には良性です。しかし、腺腫は数年から10年以上の年月を経て大きくなっ

てがん化するリスクが高まります。以上より大腸がんは腺腫を早期発見し切除することで、がんになってしまふことを予防できると考えられています。

4 大腸がんの検診方法

大腸がんの検診にはいくつかの方法がありますが、まず一般的に行われるのは「便潜血検査」で、次の段階の精密検査は「大腸内視鏡検査」となります。ただし、最近では新しい検査方法として実施施設は限られますが「大腸CT検査」も精密検査として行われるようになっていきます。

①便潜血検査

便潜血検査は、便に血が混じっていないかを調べる簡単な検査です。自宅で簡単に採取でき、費用が比較的安い点が利点ですが、注意点として陽性でも必ずがんとは限らず、逆に陰性でも100%安心とは言えないことが挙げられます（大腸がんと診断された人の約3割の人は、便潜血検査陽性にならないケースも報告されています）。なお大腸がんの出血は断続的に起こるため、1回だけでは見逃される可能性があり、2日法によって検査の精度が向上し、発見率が約10%高まることが報告されています。

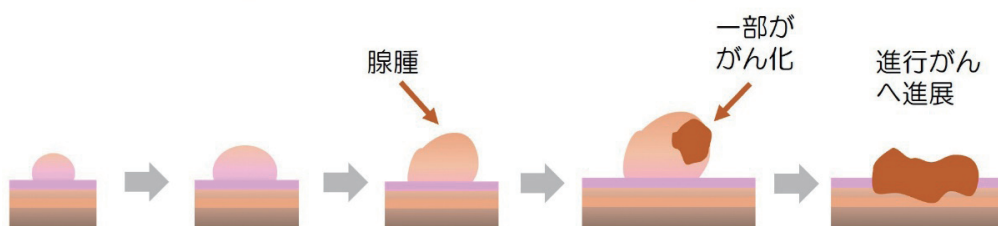
堺市大腸がん検診（令和4年度）においては、受検者36,960人のうち3,106人（8.4%）が便潜血陽性にて要精密検査となりました。ただし実際に精密検査を受けた方は1,684人（54.2%）と約半数にとどまり、大腸がん（疑い含む）は170人（10.0%）、ポリープ（腺腫を含む）は943人（56.0%）と、便潜血陽性となった6割以上の方に異常がみられました。（堺市健康福祉局よりデータ提供）

局よりデータ提供）

したがって、もし便潜血検査で2回のうち1回でも陽性であれば、必ず大腸内視鏡検査を受けてください。便潜血検査で発見された大腸がん患者の90%以上は、適切な治

【大腸がんの発生（腺腫-癌関連）】

正常組織→ポリープ（腺腫）→がんへと変化



療を受けることで完治できます。ただし、便潜血検査は100%の精度ではないため、40歳以上の方は毎年検査を受けることが推奨されています。

②大腸内視鏡検査

大腸に内視鏡を肛門から挿入して観察する検査であり、長所としては、がんを思わせる病変やポリープが見つければ、その場で組織を一部採取して詳しく調べる生検やポリープ切除による診断が可能なのですが、前処置として腸の洗浄剤を1～2リットル内服する必要があり、また内視鏡の挿入に痛みや苦痛をともなう場合もあることが注意点となります。大腸内視鏡検査は、がんになる前のポリープ（腺腫）を発見して切除することで大腸がんの死亡率を低下させる効果があるとされ、特に、大腸がんのリスクが高い人（家族に大腸がん患者がいる、過去に大腸がんの治療を受けた、大腸ポリープ（腺腫）が見つかったことがあるなど）は、便潜血検査が陰性でも、3～5年ごとに大腸内視鏡検査を受けることをお勧めします。

大腸内視鏡検査時の苦痛が強い方やそれを心配する方には、鎮静剤を使用することにより、安心して大腸内視鏡検査を受けることができるように図っている医療機関もあります。

また近年では、Endo BRAIN（オリンパス）やCAD EYE（フジフィルム）などの内視鏡診断支援AI技術が開発され、医師の診断をリアルタイムで支援するシステムも活用されているようになっています。

③大腸CT検査

大腸CT検査（CTコロノグラフィ）は、CTスキャンを使って大腸内部を3D画像で再構成する非侵襲的な（身体の負担が少ない）検査方法です。

「バーチャル（仮想）大腸内視鏡」とも呼ばれ、内視鏡を挿入せずともコンピューター処理にて内視鏡画像のような3D画像を作成して、大腸のポリープやがんを調べられるのが特徴です。大腸内視鏡検査よりも前処置の内服や挿入時の苦痛が少なく、検査時間が短い点で身体にやさしい検査といえます。

【大腸CT検査と大腸内視鏡検査の比較】

	大腸CT検査（CTコロノグラフィ）	大腸内視鏡検査
画像		
検査方法	腸管内にガスを注入してCTで撮影し、画像処理により3D表示で読影	実際に内視鏡を挿入
痛み・苦痛	少ない（空気注入により多少の腹部不快感あり）	人によっては強い痛み・不快感（鎮静剤使用も可能）
検査時間	約10～15分程度	約20～40分程度
前処置	やや少ないが必要	必要
ポリープ・がんの発見	比較的高感度（6mm以上は検出率高い）	非常に高感度（小さなポリープも見つけやすい）
組織生検・切除	不可（異常があれば内視鏡検査が必要）	可（その場で生検・ポリープ切除が可能）
合併症	極めて低い	数千例に1例程度（0.05～0.1%）
被ばく	あり（X線による：数mSv）	なし
他臓器の情報	可能（肝臓、腎臓など）	不可（大腸内のみ）
再検査の必要性	異常があれば内視鏡が必要	一度で診断・治療まで可能

5 大腸がんのステージ診断と治療法

大腸がんは進行度によってステージ0～4の5段階に分類されます。他のがんと同様に大腸がんにおいても推奨されるステージ別の治療法が大腸がん治療ガイドラインに示されていますが、ステージが進むほど一般的に治療が難しくなり、生存率も低下するため、早期発見が極めて重要です。

【大腸がんのステージ別生存率】

大腸がんのステージ別5年生存率	ステージⅠ	ステージⅡ	ステージⅢ	ステージⅣ
大腸がん(結腸・直腸)	約95%	約85%	約70%	約18%

出典：国立がん研究センター「がんの統計2023」より構成

6 大腸がんの自覚症状

大腸がんは早期ではほとんど症状がありませんが、進行すると以下のような症状が現れます。

- ・ 血便・下血（便に血が混じる）
- ・ 排便習慣の変化（便秘や下痢を繰り返す、便が細くなる）
- ・ 腹痛・お腹の張り（腸閉塞による激しい痛み）
- ・ 貧血・めまい（慢性的な出血による鉄欠乏性貧血）
- ・ 体重減少（食事が変わらなくても体重が減る）

症状が出るころにはすでにかかなり進行していることが多いため、症状がなくても検診を受けることが大切です。

7 日常生活と食生活の注意点

大腸がんの予防や治療後の生活には、日常生活や食生活の改善が重要です。以下に具体的な注意点を挙げます。

- ・ **バランスの取れた食事**：野菜や果物、食物繊維を豊富に取り入れ、肉の摂取を控えめにすることが有効とされています。
- ・ **適度な運動**：毎日30分程度のウォーキングや軽い運

動を継続することで、発症リスクが低下します。

- ・ **禁煙・節酒**：タバコは全てのがんのリスク因子であり、大腸がんも例外ではありません。アルコールの過剰摂取も控えましょう。
- ・ **定期検診の受診**：便潜血検査や大腸内視鏡検査によって早期発見が可能です。特に40歳以上は積極的に受診することが勧められます。
- ・ **排便習慣の変化に注意**：排便習慣の変化や血便があれば、早めに医療機関を受診することが勧められます。

8 まとめ

大腸がんは早期発見すれば生存率が高く、負担の少ない治療が可能です。しかもポリープの段階で切除しておけば、将来に大腸がんになることも予防できるかもしれません。しかし、自覚症状が出た頃には進行大腸がんになっている可能性があるため、定期的な検診が非常に重要です。毎年の便潜血検査と、数年ごとの大腸内視鏡検査を継続することで、大腸がんによる死亡リスクを大幅に低減できます。ぜひ、大腸がん検診を受けて、自分自身の健康を守りましょう！



アトピー性皮膚炎について

アトピー性皮膚炎は、肌が乾燥し、かゆみを伴う湿疹が出る慢性の皮膚疾患です。特に子どもや若い世代に多く見られ、症状が生活の質に大きな影響を与えます。アトピー性皮膚炎の治療法は日々進化しており、最近では生物学的製剤やJAK阻害薬、さらに新しい外用薬が登場しています。ここでは、最新の治療法についてわかりやすく説明します。

1. 基本的な治療

アトピー性皮膚炎の基本的な治療は、肌を保湿し、炎症を抑えることです。毎日保湿剤を使って肌の乾燥を防ぎ、ステロイド薬や免疫抑制外用薬で炎症やかゆみを抑えます。しかし、これらの治療法だけでは十分な効果が得られない場合があり、より高度な治療法が必要となることがあります。

2. 生物学的製剤

近年、注目を集めているのが「生物学的製剤」です。この中でも特に「デュピルマブ」という薬が多く使われています。このお薬は、アトピー性皮膚炎の炎症に関わる「IL-4」と「IL-13」という物質の働きを抑える薬で、皮膚の炎症やかゆみを大幅に軽減する効果があります。特に、重度のアトピー性皮膚炎に対して使用され、症状を改善し、患者の生活の質を向上させることが期待されています。その他「IL-13」の働きを抑えるトラロキヌマブやレブリキズマブというお薬も使われます。もう一つの注目すべき薬が「ネモリズマブ」です。これは、「IL-31」というかゆみの原因となる物質に作用する「抗IL-31受容体Aモノクローナル抗体」で、かゆみを抑える効果に優れています。ネモリズマブは、特にかゆみが強いアトピー性皮膚炎患者に対して効果があるとされており、かゆみを減らすことで睡眠の質が向上し、日常生活が大きく改善されることが期待されています。

3. JAK阻害薬

「JAK阻害薬」もまた、新しい治療法の一つです。JAK（ジャック）は免疫システムを調整するタンパク質で、アトピー性皮膚炎ではこれが過剰に働いて炎症を引き起こします。JAK阻害薬は、この過剰な免疫反応を抑えることで、炎症を軽減します。日本ではバリシチニブやウパダシチニブ、アプロシチニブといったお薬が使用されており、これらは飲み薬として処方されます。特に重症例での使用が増えています。

4. 新しい外用薬

アトピー性皮膚炎の外用薬も進化しています。たとえば、タクロリムス軟膏はステロイドとは異なるメカニズムで皮膚の炎症を抑え、顔やデリケートな部位にも安心して使用できる特徴があります。また、外用のJAK阻害薬であるデルゴシチニブも、かゆみと炎症を効果的にコントロールできる薬として注目されています。またジファミラスト軟膏はPDE4という酵素を阻害し炎症を抑えてかゆみを和らげ長期使用による皮膚の萎縮や血管拡張などの副作用もないのが特徴です。

5. まとめ

アトピー性皮膚炎の治療は大きく進歩しており、生物学的製剤やJAK阻害薬のような新しい治療薬が次々と登場しています。これらの薬は、従来の治療では十分な効果が得られなかった重症例に特に有効で、かゆみや炎症を抑えることで患者さんの生活の質を大きく向上させる可能性があります。最新の治療法を取り入れることで、より効果的なアトピー性皮膚炎の管理が可能となり、多くの患者さんにとって症状の改善が期待されています。医師と相談しながら、自分に最適な治療法を見つけていくことが大切です。

(皮膚科医会・久米昭廣)

閉経後萎縮性膣炎、外陰炎について

聞きなれない病名かもしれませんが

1. 子宮がん検診の結果に余白として書かれている。
2. 外陰部の違和感で婦人科を受診し、医師から萎縮性膣炎とそれに伴う外陰炎と診断された。

といったケースで知る方が多いようです。

萎縮性膣炎は、閉経後の女性に多くみられる膣や外陰部の炎症です。以前は「老人性膣炎」とも呼ばれていました。

女性ホルモン（エストロゲン）の分泌が減少することで、膣や外陰部の粘膜が薄く乾燥し、炎症を起こしやすくなることが原因です。

発生頻度

どのくらいの方が萎縮性膣炎外陰炎になるかについての正確なデータはありませんが、閉経後の女性の多くがこの状態にあると考えられます。

主な症状

1. 膣の乾燥感
膣内が乾燥しているため、不快感やかゆみを生じます。
2. 違和感や痛み、外陰部のかゆみ
膣、外陰部に違和感や痛みを感じることがあります。
性交時には特に痛みが強くなります。
外陰部のかゆみが出現することもあります。
3. 異常な分泌物
黄色や茶褐色のおりものが出ることがあります。
4. 悪臭
不快なおいを伴う場合があります。
5. 頻尿や排尿時の痛み
膀胱炎に似た症状が現れることがあります。

治療

1. 閉経後萎縮性膣炎についてはホルモン剤

の服用やホルモン剤の膣錠の投与が一般的です。

外陰炎に対してはステロイド軟膏の塗布が有効です。ただし、ステロイド軟膏は一時的には効果がありますが、長期使用については注意が必要です。

細菌性膣炎も併発している場合には抗生物質の膣錠や軟膏で治療を行います。

2. モナリザタッチ

膣レーザーのモナリザタッチは大変有効です。

膣と外陰部に炭酸ガスレーザーを照射することにより、血流を回復させ、細胞分裂を促進させ、さらにコラーゲン繊維の再生を促します。

3. 自宅でのケア

朝晩のデリケートゾーンの保湿を心がけてください。特に温水洗浄便座（いわゆるウォシュレット）を頻回に使用する方は注意が必要で、朝晩のお肌のお手入れに加えて、トイレで温水洗浄を使った後も保湿を心がけましょう。

洗浄後はお肌が乾燥しやすいため、保湿ケアを取り入れることで、かゆみや乾燥を防ぐことにつながります。

いずれもこういった症状に心当たりのある方は婦人科専門医に相談されることをお勧めいたします。

お気軽に受診をお願いします。

（産婦人科医会・清水千賀子）

健康Q&A

Q | これまで一緒にがんばってきた目とこれからも仲良く！
～ご存知ですか、アイフレイル？～

A 年齢を重ね、心身の活力が低下し、要介護になるリスクが高くなった状態を、フレイルといいます。健康と要介護の中間に位置し、適切な対策を行うことで進行を防ぎ、寝たきりにならず、健康寿命を延ばすことができるといわれています。目のフレイル、アイフレイルは、加齢に伴う目の衰えに、さまざまな外的または内的要因、例えば、喫煙、高血圧や糖尿病などが加わることで、目の機能が低下したり、そのリスクが高くなった状態のことです。早期に発見できれば、適切な予防・治療が可能となり、進行を遅らせること、症状を緩和させることが期待できます。

あなたがアイフレイルかどうかチェックしてみましょう。

今から10個の質問をします。ご自分に当てはまる項目を数えておいてください。

1. 目が疲れやすくなった
2. 夕方になると見えにくくなることがある
3. 新聞や本を長時間見ることが少なくなった
4. 食事の時にテーブルを汚すことがある
5. 眼鏡をかけてもよく見えないと感じることが多くなった
6. まぶしく感じやすい
7. まばたきをしないとはっきり見えないことがある
8. まっすぐの線が波打って見えることがある
9. 段差や階段が危ないと感じることがある
10. 信号や道路標識を見落としたことがある

いかがでしたか？

当てはまった項目の数がゼロの方。あなたの目は現在のところ健康です。

チェックが1つの方。目の健康にやや心配がありますが、直ちに問題があるわけではありません。

チェックが2つ以上。アイフレイルの可能性があります。

これらの項目に当てはまる場合、白内障や緑内障、加齢黄斑変性症などの治療が必要な病気の可能性があります。

まずは今回のようなセルフチェックをしていただき、気になる点があれば、お気軽にお近くの眼科専門医にご相談ください。

(眼科医会・大川記羊美)

Q ヒアリングフレイルとは？

A

1. ヒアリングフレイルとは？

【ヒアリングフレイル】は、聴覚機能の低下により引き起こされる身体の衰え（フレイル）のことです。聴覚機能の低下が周囲とのコミュニケーションの障害や、QOLの低下、心理的ストレスを引き起こすきっかけとなり、放置すると認知症やうつ病、要介護状態になるリスクが高まります。

2. こんな症状があればヒアリングフレイルかもしれません

- ・話しかけても以前より反応しなくなった
- ・外出することがおっくうになった
- ・部屋に引きこもることが多くなった
- ・以前よりも怒りっぽくなった
- ・大好きだったテレビを急に見なくなった
- ・以前に比べ会話が難しくなった

聴力機能の低下を、身体機能の低下や認知機能の低下と勘違いしてしまうこともあります。よく見られる上記の症状も聴力機能の低下が原因の可能性もあります。

3. ヒアリングフレイルリスクの評価方法

☆4つ以上あてはまると聴力低下によるフレイルのリスクが高まります。

- ・家族にテレビやラジオの音量が大きいと言われることがよくある
- ・相手の言ったことを推測で判断することがある
- ・外出することが億劫になった
- ・会議や会食など複数人の会話がうまく聞き取れない
- ・話し声が大きいと言われる
- ・会話をしているときに聞き返すことが増えた

・大きな声で話しかけられてもうまく聞き取れず聞こえたふりをしてしまう

☆3つ以上あてはまると（周りの人との）関わり合い方の変化をきっかけにヒアリングフレイルのリスクが高まります。

- ・難聴の方と話す際に必ず大きな声になってしまう
- ・何度も同じことを話す必要があり疲れる時がある
- ・難聴の方と話すことが億劫と感じてしまう時がある
- ・難聴をきっかけに両親との会話が減ってきていると感じる
- ・話しかけられても曖昧な返事をしてしまう時がある

4. 予防について

耳にやさしい生活を心がけることで、進行を遅らせる、加齢以外の難聴を予防するということは可能です。

- ・大音量でテレビや音楽を聴いたりしない
- ・騒音など、常時大きな音が出ている場所を避ける
- ・騒音下で仕事している間は耳栓をする
- ・静かな場所で耳を休ませる時間を作る
- ・生活習慣病の管理
- ・栄養バランスの取れた食事を摂取する
- ・適度な運動をする
- ・規則正しい睡眠をとる
- ・禁煙

加齢に伴う聴覚機能の低下は老化現象の1つであり、誰にでも起こりえるものです。残念ながら、これに対しての根本的治療はありません。しかし、補聴器を使用することで聞こえをサポートできます。また加齢以外の難聴では中耳炎など投薬や手術による治療で聞こえが改善する場合がありますので、「歳のせいだ」と決めつけることなく、早期発見、予防のために、まずは耳鼻科専門医を受診しましょう。

（耳鼻咽喉科医会・文珠正大）

※「ヒアリングフレイル」は、NPO法人日本ユニバーサル・サウンドデザイン協会を権利者とする登録商標（商標登録第6340673号）です。



看護職として安全で質の高い看護を提供するために必要な専門的知識・技術を身につけると共に、問題解決能力や倫理観を育てます。

また、それを通じて豊かな人間性や感性、自立性を養い、社会に貢献し得る有能な看護職を育てることを目的としています。

沿革

- 1962 阪南准看護学院開設(有志会員)
- 1966 堺市医師会附属阪南准看護学院
- 1973 堺市医師会附属堺准看護学院
- 1985 堺看護専門学校



- 看護専門課程 3年課程 看護第1学科 看護師になるコース
- 看護専門課程 2年課程 看護第2学科 准看護師から看護師になるコース
(看護第2学科 令和6年度以降 学生募集停止)



〒591-8021 堺市北区新金岡町5-10-1 TEL 072-251-6900

堺市医師会 介護老人保健施設



いずみの郷

<http://www.sakai-med.jp/izuminosato/>

♥施設入所サービス

♥ショートステイ(短期入所)

♥デイケア(通所リハビリ)



平成12年7月開所 入所80名 通所40名

利用者さま(高齢者)の尊厳を守り、安全に配慮しながら生活機能の維持・向上をめざし総合的に援助いたします。

また、ご家族や地域の方々、関係機関と協力し、安心して自立した在宅生活が継続出来るよう支援いたします。



〒590-0105 堺市南区竹城台1-8-2
老健施設 TEL: 072-290-2277
FAX: 072-290-1300



モバイルサイト

ご見学・ご入所相談受付中! まずはお電話下さい。

堺地域産業保健センター

事務局 堺市医師会内 TEL 072-221-2330

<http://www.sakai-med.jp/sanpo/>

従業員50人未満の事業所を対象に産業保健サービスの提供を行っております。医師による健康相談、メンタルヘルス、過重労働に対する面談等を開催しております。

■過重労働・メンタルヘルス・健康相談窓口

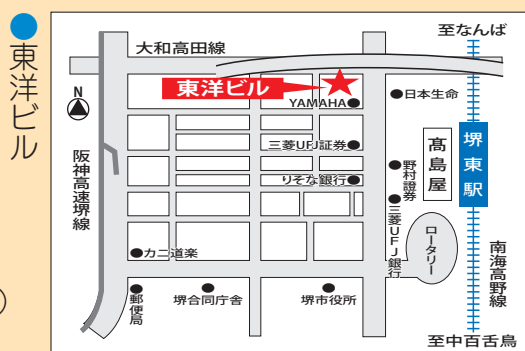
堺市医師会別館	毎週火曜日	午後2時～4時
	第1・3土曜日	
	第3木曜日	

■メンタルヘルス無料相談会

悩みをお持ちの方（家族の方も）、勤労者、事業場のメンタルヘルス担当者、人事労務担当者、メンタルヘルスに興味のある方を対象に開催しております。精神科医と産業医がわかりやすくアドバイスいたします。

- 時間：午後6時30分～8時30分（相談受付は午後8時まで）
- 場所：東洋ビル（堺区北花田口3-1-15）第2木曜日

※状況により実施していない場合もありますので、参加前にご確認ください。（TEL 072-221-2330）



堺市急病診療センター

<http://www.sakai99.or.jp/>

「かかりつけ医」が休診中の夜間、休日に急に起こった病気（発熱、腹痛など）に対応するために下記2ヶ所の急病診療センターを設けています。外科的な疾患（ケガ、ヤケドなど）は診療できません。

診療日および受付時間

受診する際は、事前にお電話ください。

こども急病診療センター 小児科（中学生以下）		平 日	土 曜 日	日・祝 日
		20:30～ 翌朝 4:30	17:30～ 翌朝 4:30	9:30～11:30 12:45～16:30 17:30～翌朝 4:30
		西区家原寺町 1 丁 1 番 2 号 TEL：072-272-0909		

泉北急病診療センター 内科（大人）		平 日	土 曜 日	日・祝 日
		—	17:30～ 20:30	9:30～11:30 12:45～16:30 17:30～20:30
		南区竹城台 1 丁 8 番 1 号 TEL：072-292-0099		

診療は受付開始時間の30分後から開始します（12時45分のときは13時00分から）。年末年始、お盆には診療体制が変わりますので、詳しくは「広報さかい」又はセンターのホームページをご覧ください。受診時にはマイナ保険証（健康保険証の利用登録されたマイナンバーカード）、健康保険証、資格確認書、公費医療証（子ども医療証・高齢受給者証など）をお持ちください。

堺市急病診療センターでは、院内トリアージを実施しています。

院内トリアージとは、診察前に看護師が緊急度を判断し優先順位に応じて診察を行うものです。これにより、診察の順番が変わる場合があります。また、院内トリアージ実施料が算定されますのでご理解とご協力をお願いします。

「健康ライフさかい」の感想をお聞かせください

堺市医師会では市民の皆様へ広報誌「健康ライフさかい」を発行しています。

今後、取り扱ってほしい健康情報や本誌に対するご意見・ご感想がございましたら、住所・氏名をご記入の上、本会（下記）まで、お聞かせください。締切は、発行月の翌月末となります。

ご意見等をいただいた方より抽選で10名様に図書カード500円分をお送りいたします。

なお、当選は発送をもってかえさせていただきます。また、応募時に記載いただいた個人情報は図書カードの発送以外の目的には利用いたしません。

※ いただいたご意見は本誌の編集に反映してまいります。

「健康ライフさかい」の表紙写真を募集しています

掲載号（第32号）：令和8年3月発行予定

募集内容：応募者本人が撮影した作品（自然、風景、草花、動物等）で、未発表のもの。
原則として堺市内で撮影した写真【プリントアウトしたもの】（デジタルカメラの場合600万画素以上）

応募方法：写真1点ごとに「タイトル、コメント（50文字以内、無くても可）、撮影場所、撮影日時」を添えて、「住所、氏名、電話番号」を記入の上、本会（下記）まで郵送またはご持参ください。（同時に応募できる写真は3点までです）

第32号応募締切：令和7年12月10日必着

ご注意：

- ・ 1号につき1点の掲載です。広報誌には、お名前とタイトル、コメントを掲載いたします。なお、堺市医師会ホームページにも掲載いたします。
- ・ 応募することにより、応募者と被写体となる第三者との間でトラブルが発生した場合には、当事者間の責任において解決するものとし、本会はその責任を一切負わないものとします。
- ・ 写真の仕上がり等については、本会にご一任ください。また、作品に関しお問い合わせや画像データ提出のお願いをさせていただく場合がございます。
- ・ 応募いただいた写真等は返却いたしません。ご了承ください。
- ・ 採用された方には、図書カード500円分の発送をもってお知らせいたします。（令和8年2月頃予定。採用されなかった方に、個別にお知らせはいたしません。なお、審査基準や審査結果に関するお問い合わせは一切受け付けませんので予めご了承ください。）
- ・ 応募時に記載いただいた個人情報につきましては、上記目的以外には利用いたしません。

送付先：堺市医師会「健康ライフさかい」係
〒590-0953 堺市堺区甲斐町東3丁2番26号
TEL 072-221-2330

表紙写真：「夕映え」

南海本線の高架化で、阪堺線は浜寺公園駅の東側に
移設されるため、この風景は将来見ることができなくなります。

堺市医師会 小田 真