



あくら通信



往ぬる・逃げる・去ると言いますが、今年も**12分の1**が早くも終わり年度末に向けて皆さま**慌ただしく**お過ごしのことと拝察いたします。年末に大流行した**K香港型のインフルA型**とは異なり、今はインフルエンザ**B型ビクトリア系統**の感染拡大が続いています。子どもを中心に流行しやすく、インフルエンザ特有の**高熱**とは別に、**腹痛や下痢などの症状**を伴うこともあるので ご注意ください。新型コロナが下火なことは助かりますが、インフルは**AB両方の型に罹る**方が増えています。今冬の定期接種より高齢者を対象に**高容量インフルエンザHAワクチン**が追加されることが決まりました。従来のワクチンと同じ製造方法（感染力を失わせたウイルスから作られる不活化ワクチン）ですが、加齢と共に低下するワクチンの効果を補うように従来ワクチンの**4倍の成分**（抗原量）を含んでいます。肺炎球菌ワクチンの定期接種も現在の効果持続期間が**5年**のワクチンから、**一生**効果の継続が期待できるプレバナー20に本年4月から置き換わります。更にプレバナーよりも**広い予防効果**が期待されるキャップボックスの導入も検討されており、様々な受け止めがある予防接種ですが **日々進化**を続けています。詳しくはお気軽に当院までご相談ください。



危険はお餅とお風呂だけでは無く…



先月号では お餅とお風呂にご注意を！と特集しましたが、現在 岡山県では**インフルエンザ警報**に加えて**特殊詐欺緊急特別警報**も発令されていることをご存知でしょうか？ 県内の令和7年 刑法犯認知件数は8年ぶりに1万件（7割は窃盗犯、**鍵かけ**の徹底を！）を超え、その内 **詐欺**の年間被害認知件数は**539件**（令和6年202件）、**被害額は35億円超**（同13億円）と**飛躍的に拡大**しており、実際の詐欺被害はもう少し多いと考えられます。詐欺被害の内訳は**特殊詐欺**345件/約15億円、**SNS型投資詐欺**108件/約13億円、**SNS型ロマンス詐欺**86件/約7億円、コソコソ貯めた財産も**失うときは一瞬**で腹立たしくも怖いことです。病気や事故をおこしたオレオレ**偽装息子**、ありもしない疑惑を吹っ掛けて携帯越しに警察手帳や逮捕状を見せてくる**偽装警官**、とにかくキャッシュカードのパスワードを聞きだがる**偽装銀行職員**、税金還付のために手数料を先に求めてくる本末転倒な**偽装行政職員**、電話や電気が止まる大切な案内を何故か自動音声で伝えてくる**偽装インフラ業者**、甘い恋愛話も いつしか借金のお願いに切り替わる**偽装恋人**、絶対に勝てる賭け事や、絶対に確実に増える超優良な投資話を何故か親切に直接内緒で教えてくれる**赤の他人**が**電話やSNSから出現**します。被害者の6割が女性、被害が多い年代は20代と30代12%、60代と70代が14%、80代以上が33%との県警統計もありますが、**隙あらば全世代が全方位から常に狙われている**危機的状況と考えられます。今や お餅・お風呂に加えて**電話・SNSも危険地帯**と言って過言ではありません。携帯・固定に関わらず**電話はかけるもので**、出るのは**留守番電話の録音機能**に任せ、ひと呼吸置いてから留守電を確認する対応も有効です。SNSや電話で**急かされる**要件に ろくな事はありません。**ひとりで判断せず**、信頼できる人に留守電を聞いてもらってから行動に移しましょう。疑わしい相談を受けた方や、コンビニでプリペイドカードの購入や、ATMの操作を電話をしながら慌てている人を見かけた方は、まずは**落ち着くよう優しく声掛け**ください。110番通報まで必要か悩む場合は、詐欺に限らず防犯も含め広く相談できる**岡山県警総合相談電話 さわやかコール #9110**（短縮ダイヤル）が利用できます（通話**有料**）。医療の話題から離れましたが、余りに**被害額が大きかった**ので皆さんもご留意ください！



花粉症シーズンが到来しました

岡山県では1月11日に**スギ花粉**が観測され、本格的な**飛散が2月下旬**、**ピークは3月中旬**で飛散量は平年並と予測されています。早めの**服薬**、**マスク**（鼻に入る花粉量が1/3に）と**眼鏡**（花粉症対策眼鏡の場合 結膜の花粉数が1/3に）着用が推奨されます。岡山県は**ヒノキ**が全国対比で**3倍植樹**されており、5月上旬まで注意が必要です。なお、昨年末 抗アレルギー薬（アレグラ）・解熱鎮痛薬（ロキソニン）・便秘薬（マグミット）など、市販品と成分や効果が似ているOver The Counter類似薬の**自己負担増額**が検討されているとの報道がありましたが、**2027年3月開始に向けた検討**であり、今期の花粉症治療に影響はありません。

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
9:00 ~ 13:00	●	●	●	●	●
15:30 ~ 18:00	休	●	休	●	予約制



○内科一般外来と併せて、火曜PM・木曜AMに**胃カメラ検査**を、木曜PMに**糖尿病外来**を、第3週を除く金曜AMに川崎医療センター専門医による**呼吸器外来**を開設しています。お電話にてご相談ください。

○初診Web予約：<https://www.yawaragi.life/>

○**Instagram**でも情報を発信しています