

## 献血にご協力をお願いします

### ■全血献血（400 mlのみ）

**とき** 3月7日(土)・23日(月)  
午前10時～11時45分、午後1時～4時  
**ところ** 日立シビックセンター新都市広場  
**問合せ** 茨城県赤十字血液センター推進課  
TEL 029-246-5574

### ■成分献血

**とき** 第2・4木曜日（毎月2回）  
**ところ** 水戸献血ルーム  
（日立駅中央口前ロータリーから送迎）  
**問合せ** 水戸献血ルーム TEL 0120-310-399

## 医療機関案内（24時間対応）

### ■日立市消防本部・消防医療情報問合せ

TEL 22-4199（よい救急）  
\*応急手当に関するアドバイスや、救急車を呼ぶか迷った際にも利用できます。

### ■茨城おとな救急電話相談（# 7119）

TEL # 7119 または 03-5367-2365

### ■茨城子ども救急電話相談（# 8000）

TEL # 8000 または 03-5367-2367

健やかな暮らしのために、**かかりつけ医、かかりつけ歯科医、かかりつけ薬局**を持ちましょう！

## 予防接種らくらくスケジューラー （無料携帯アプリ）をご活用ください！

予防接種のスケジュール管理や組み立てを自動的に  
行い、メールでお知らせするほか、妊産婦期のサポ  
ートメール配信や母子関連のイベント情報を掲載！

### ●利用方法●

#### ①まずは登録

右のQRコードを読み込むか、URL  
にアクセスし、ニックネームやお子  
さんの生年月日（出産予定日）などを  
登録します。



【URL】  
http://hitac  
hi.city-hc.jp/

#### ②接種日を入力

ワクチンごとに接種した日を入力して完了です！

## 「ひたち健康ナビ」 3月の放送予定 FMひたち 82.2 MHz

日立市医師会が提供する医療情報提供番組です。

**放送日** 毎週水曜日 午後6時33分から19分間

**内容** 医療機関の先生方（医師、歯科医師、薬剤師）  
や看護・介護系の方々などから身近な医療情報をお  
伝えします。

**問合せ** 日立市医師会 TEL 37-1014 FAX 36-3508

Eメール isikai@peach.ocn.ne.jp

\*聴きたい内容やテーマがあれば電話かFAX、E  
メールでお聞かせください。日立市医師会のホーム  
ページにあるアンケートからもリクエストができます。

## 3月の休日緊急診療

休日診療の当番により、原則として下記の科目の診療を行います。

### 【内科・小児科】

日立市休日緊急診療所（幸町1-17-1 イトーヨーカドー隣  
ピ・タッチ館2階 TEL 33-5353）

\*駐車場は、ピ・タッチ館4～7階をご利用ください（無料）。

### 【外科】

日	病・医院名	電話
1日	寺岡整形外科クリニック（金沢町）	28-7766
8日	日立港病院（久慈町）	52-3576
15日	内藤整形外科医院（東大沼町）	53-1833
20日	佐々木胃腸科外科（折笠町）	43-0333
22日	山手クリニック（千石町）	33-2121
29日	高山整形外科医院（滑川町）	24-5005

### 【受付時間】

各病院・医院、日立市休日緊急診療所とも  
午前9時～11時30分、午後1時～4時



## 健康に関する相談

相談	とき	申し込み	ところ
健康相談	平日の午前8時30分～午後5時15分	●不要	保健セン ター
歯科相談	3月9日(月)	●要 電話で健康 づくり推進 課へ予約を	
栄養相談	3月12日(木)		
育児相談 (0歳～未就園児)	3月12日(木)		

\*料金無料

**問合せ** 健康づくり推進課（保健センター）

TEL 21-3300 IP 050-5528-5180

### 24時間年中無休（通話料・相談料無料）

**ひたち健康ダイヤル24**  
フリーダイヤル **0120-12-8624**  
いつでも ハロー 24時間

健康・介護・育児  
などの相談や急な  
病気の際にご利用  
ください。

日	テーマ	担当医師など
4日	痛みのない時点での 口腔内治療	日立歯科医師会 長山歯科医院 長山裕一さん
11日	これは危ない心臓病の サイン	日立総合病院 鈴木章弘さん
18日	アレルギー性結膜炎 *平成27年2月9日に放 送した内容を再放送します。	サンアイ眼科 伏屋陽子さん
25日	高齢者の便秘症	シニア健康センター しおさい 石川演美さん

\*放送内容は変更になることがあります。

## 広告

広告内容に関する質問などについては、広告主に直接問い合わせてください。