

上田信息

新生

月刊 (No. 12)
2018 年 4 月 1 日

◆第 16 次独钴山千株樱花节

上田丸子的平井地区、由市民组成的「千株樱花的会」的会员们,以他们的热情和干劲辛勤地对这地区的野山樱、染良樱等品种的樱花进行了培养,每年的 4 月下旬左右有约 1000 株的樱花怒放,今年 4 月 22 日将迎来第 16 次独钴山千株樱花节!

4 月 22 (周日) 的 11:00 开始,在平井宫沢地区的御屋敷前有「千株樱花的会」热情招待的地区乐队的演奏等。

欢迎大家前去观看。

在这樱花满开季节里,

让我们一起挑战信州百名山独钴山的登山!

日期和时间: 4 月 22 日 (周日、小雨按计划进行) 9:00 开始

※雨天终止时在灵泉寺温泉的 FACEBOOK 上揭示,不能看的人们请向以下记载处询问。

集合地点: 灵泉寺温泉寺前桥 (请利用灵泉寺旁边的免费停车场)

登山路线: 从平井宫沢地区的登山口开始登山,在盐田侧下山。下山后乘坐大巴向集合地点移动。

对象: 小学 5 年级以上者。

定员: 大约 在 40 名左右。

费用: 2000 日元、当天征收。(中小学生 1000 日元含保险费)

携带物品: 雨具、登山鞋、携带食品、饮料。

申请和询问: 4 月 20 日为止电话向灵泉寺温泉旅馆组合申请
☎08012618432

其他,下山后为大家准备了有饭团和山菜的天赋罗。



◆第 15 次上田城千本樱花节!!

4 月 7 日至 22 日

在樱花节期间还举办许多的庆祝活动

A. 能快乐地品尝: 有当地的物产展、美食展!!

B. 能观看、欣赏,大家一起快乐!!

C. 千本樱花和城灯交织的灿烂夜空、天黑下来至 22:00 电灯!!

具体的内容上一期上有刊登!!



◆信州上田地区共同就职选考会

上田地区的约 70 个企业聚集在一起,对正在进行就业活动中的学生进行企业介绍、说明会。

• **日期和时间:** 5 月 11 日 (周五) 13:00 至 16:00

• **地方:** 上田东急 REI ホテル (在上田火车站的温泉口附近)

• **对象:** 平成 31 年 3 月大学院、大学、短期大学、高等专门学校、专修学校、能力开发学校等毕业预定生。

• **申请:** 免费、不要事先申请。

☞毕业生的就职支援讲座

在就职选考会前,在同会场进行履历表的制作、面试对应等的支援的讲座。

时间: 12:00 至 12:50 **定员:** 30 人 (免费) 可以当天申请参加。

询问: (上田商工会议所内) 上田职业安定协会 ☎22-4500

紧急情况时，请拨打全国 24 小时报警电话 110 或 119 ●交通事故·犯罪需要警察的救助时拨打 110！

●火灾·急救·救援需要消防救助时拨打 119！要先告知是火灾还是急救·救助！！

◎必须要对狗进行狂犬病的预防注射！！（讯问处：市生活环境课 ☎22-4140 丸子市民服务课 ☎42-1216 、真田市民服务课 ☎72-0154、武石市民服务课 ☎85-2827）

狂犬病是一种一旦发病、死亡率几乎高达 100% 的可怕疾病。每年以亚洲地区为主，全世界大约有 5 万人死于狂犬病。根据狂犬病预防法，规定狗的饲养主有每年对饲养的狗要进行一次狂犬病的预防注射的义务。大家务必遵守、要对狗进行狂犬病的预防注射

平成 30 年狂犬病的预防注射会场、安排日程表

各地区的居民对象、开设的具体日期

地区	日期	具体会场
上田	4 月	5、6 日（周四、五）
		9 日（周一）至 13 日（周五）
		16 日（周一）
丸子	5 月	14 日（周一）至 18 日（周五）
真田	4 月	17 日（周二）至 21 日（周六）
武石	4 月	22 日（周日）和 25 日（周三）

在各地区的公民馆等。
※1 向犬的主人寄预防注射申请的明信片，有具体的会场记载。
※2 也可查阅市的网页或询问。

以全地区为对象在星期日开设

场所	日期	时间
上野丘公民館	4 月 8 日	8: 50 至 9: 50
	4 月 15 日	
	6 月 17 日	8: 50 至 9: 20
上田創造館 南側停车场	4 月 8 日	10: 20 至 11: 20
	4 月 15 日	
	6 月 17 日	9: 50 至 10: 40
塩田自治中心	6 月 17 日	11: 00 至 11: 30
丸子自治中心	5 月 20 日	8: 30 至 10: 00
	6 月 17 日	8: 30 至 9: 30

已经进行了登记的犬：向犬的主人寄「预防注射申请的明信片」，在上面会有预防注射的会场记载，请去会场进行预防注射。

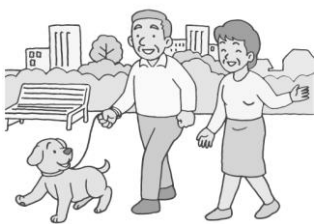
需新规登记的犬：请饲养主带上狗去就近的预防注射会场或进行询问。

◆对象犬：出生 91 日以上的所有的饲养狗（室内饲养犬、包含领养狗在内）。

◆费用：☆已经登记完毕的狗：3500 日元（注射费），要求携带「预防注射申请的明信片」 ☆新规登记的狗（登记费+注射费）6500 日元

◆注意事项：

- ◇ 养的狗有健康不正常或以前预防注射发生过异常情况的狗，请带去动物医院注射。
- ◇ 集中注射的会场会很拥挤，使用牵栓狗铁缆权牵好饲养的狗，避免事故的发生。
- ◇ 因为会场注射在注射时要求饲养主自己用力压住狗，要求保证能压住饲养狗的人一起来。
- ◇ 今年的狂犬病的预防注射会场和去年有变化，请很好地确认或进行询问。
- ◇ 从今年（平成 30 年度）起不再有秋季的狂犬病集中预防注射。



◎狗的调教讲座（讯问：長野県動物愛護会上小支部 ☎25-7153 ※在上田保健福祉事务所内）

日期：*知识教育：4 月 7 日（星期六）13: 30 至 15: 30（受理手续 13: 00 开始）

*技能实习：4 月 14 日、21 日，5 月 12 日、19 日、26 日（预备日 6 月 2 日）（星期六）下午 13: 30 至 15: 00（受理手续 13: 00 开始）

地点：知识教育/上田合同庁舎南棟 2 楼会议室

技能培训/上田合同庁舎停车场

听讲资格：拥有已登记完毕、进行了狂犬病的预防注射及其他传染病的预防注射的没满一岁饲养狗，原则上要求能参加全日期（6 次）培训者。

讲座费：5000 日元的学费

携带品：讲座费、饲养狗登记卡和预防注射等的证明书。

申请：4 月 6（星期五）为止向長野県動物愛護会上小支部申请，TEL25-7153。

情报

上田市役所 TEL: 22-4100（总）FAX: 25-4100（总） 丸子地域自治中心 TEL: 42-3100（总）FAX: 43-3666（总）
真田地域自治中心 TEL: 72-2200（总）FAX: 72-4140（总） 武石地域自治中心 TEL: 85-2311（总）FAX: 85-2313（总）

市役所主楼一楼外国人住民综合窗口开厅日 9: 00～16: 00, 有中国语免费咨询窗口的服务。

中国语咨询请拨打市民课直通电话 0268-75-2245

4月休息日的紧急医（上田医师会）（医院的休息日有急病时可以去看病的值班医院）

诊疗时间: 9: 00～18: 00

日期	值班医院（名称用日语表示）	地址（用日语表示）	电话（0268）	医院的专门
1 日 周日	柳沢病院	上田市中央西 1-2-10	0268-22-0109	内科
	ついじ内科消化器科クリニック	上田市築地 539-2	0268-29-8686	消化内科、内科
	ハートクリニック上田	上田市踏入 2-1225-6	0268-23-0386	内科
	斉藤外科医院	上田市蒼久保 1177	0268-35-0887	外科
	吉松整形外科クリニック	上田市上田 1776-4	0268-25-2515	外科、骨科
	下田眼科	上田市常田 1-10-78	0268-21-0606	眼科
	金井医院	上田市国分仁王堂 1122-1	0268-22-9716	耳鼻咽喉科
8 日 周日	池田クリニック	上田市上田原 687	0268-22-5041	内科
	依田医院	上田市常磐城 5-3-3	0268-28-1223	内科
	上田腎臓クリニック	上田市住吉 322	0268-27-2737	肾科、外科、内科
	こさとクリニック	上田市古里 1926-17	0268-28-4111	内科、皮肤科
	上田整形外科クリニック	上田市常田 2-15-16	0268-75-7518	外科、骨科
	いずみ眼科	上田市天神 3-5-1 アリオ 2 階	0268-75-8641	眼科
	生田耳鼻咽喉科医院	上田市生田 3752-1	0268-41-1187	耳鼻咽喉科
15 日 周日	上田原レディース&マタニティークリニック	上田市上田原 455-1	0268-26-3511	妇产科
	吉田こども医院	上田市常入 1-7-97	0268-24-1222	小児科、内科
	はらだ内科クリニック	上田市大屋 513-1	0268-36-0520	内科
	うへだはらライフクリニック	上田市上田原 1053-1	0268-22-0873	内科
	渡辺皮膚科形成外科クリニック	上田市小牧 374-3	0268-29-1112	整形外科、 皮肤科
	森 ロコモクリニック	上田市下之郷乙 346-7	0268-38-1313	外科
	今井眼科医院	上田市下之郷乙 346-6	0268-38-1700	眼科
22 日 周日	住吉耳鼻咽喉科医院	上田市住吉 626-11	0268-22-3387	耳鼻咽喉科
	角田産婦人科内科医院	上田市上田 1210-3	0268-27-7760	妇产科
	上田病院	上田市中央 1-3-3	0268-22-3580	内科、外科
	飯島医院	上田市筑地 188	0268-22-5011	内科
	あおぞらクリニック	上田市上田原 1331	0268-75-1100	内科、外科
	かんがわクリニック	上田市蒼久保 1144-1	0268-34-5151	外科
	川西生協診療所	上田市仁古田 357-1	0268-31-1411	外科
29 日 周日	あきわ皮膚科	上田市秋和 310-15	0268-28-5177	皮肤科
	あさむら耳鼻咽喉科クリニック	上田市秋和 304-5	0268-28-8733	耳鼻咽喉科
	橋本医院	上田市舞田 1	0268-38-2033	内科
	村上医院	上田市大手 1 -2-6	0268-22-3740	内科
	小林脳神経外科神経内科病院	上田市常田 3-15-41	0268-22-6885	脑神経外科、神经内科
	甲田医院	上田市中央 1 -6-24	0268-22-0859	外科
	吉松整形外科クリニック	上田市上田 1776-4	0268-25-2515	外科、骨科
30 日 周一	まつたか眼科	上田市常田 2-33-11	0268-22-0809	眼科
	上田市立産婦人科病院	上田市緑ヶ丘 1-27-32	0268-22-1573	妇产科
	葦沢内科医院	上田市芳田 1814-4	0268-35-3330	内科
	堀こどもクリニック	上田市中之条 800-5	0268-23-5566	小児科
	甲田クリニック	上田市古安曾 1833	0268-38-3065	内科、小児科、耳鼻咽喉科
	田中クリニック	上田市常入 1-7-42	0268-23-5757	外科
	日比優一クリニック	上田市上田原 158-1	0268-21-0721	外科
	あおやぎ眼科	上田市住吉 577	0268-28-6688	眼科

上田市内科・小児科初期救急センター

每天（8月14日至16日，12月30日至1月3日除外）

诊疗时间: 20:00～22: 30

■内科（16岁以上）0268(21)2280 ■小児科（15岁为止）0268(21)2233

24 小时对应紧急医疗情报

中央消防署 TEL26-0119

上田南部消防署 TEL38-0119

上田东北消防署 TEL36-0119

川西消防署 TEL31-0119

紧急情况时，请拨打全国 24 小时报警电话 110 或 119 ●交通事故·犯罪需要警察的救助时拨打 110！

●火灾·急救·救援需要消防救助时拨打 119！要先告知是火灾还是急救·救助！！

4 月的咨询窗口

咨询窗口名称	实施日	时间	地点	申请	联系电话
消费生活咨询	每周一至周五	9:00 至 12:00 13:00 至 16:00	市役所 (主厅大楼)	不要	・市消费生活中心 TEL752535 ・市生活环境 TEL22—4140
一般咨询／多重债务咨询					
法律咨询	13、27 日 (周五)	13:00 至 16:00	市役所 (主厅大楼)	电 话 预约	市生活环境课 TEL22—4140
行政咨询	10 日 (周二)	10:00 至 15:00	中央公民館	不要	
土地的境界线问题/登记/不动产鉴定等法律咨询	12 日 (周四)	13:00 至 16:00			
行政咨询/登记・法律咨询	18 日 (周三)	9:00 至 12:00	丸子地区自治中心	电 话 预约	丸子生活环境担当 TEL42-1216
人权保护委员会有关人权方面烦恼的咨询	周一、三、五 (是节假日时、除外)	9:00 至 16:00	长野地方法务局上田支局	不要	长野地方法务局上田支局 TEL23-2001
	26 日 (周四)	13:00 至 16:00	上田站前大楼 (パレオ) 2 楼会议室		上田市 人权 男女 共同 参画 课 TEL23-5393
女性律师的法律咨询	26 日 (周四)	10:00 至 12:00	市民プラザ・ゆう	电 话 预约	TEL27-2988
女性咨询员担当, 什么都可以咨询	周二 (每周)	11:00 至 18:00			TEL27-3123
	周四 (每周)	10:00 至 17:00			
	14 日、28 日 (周六)				
好忘・老年性痴呆症的咨询	3 日 (周二)	13:30 至 17:00	市役所 (西厅大楼)	电 话 预约	市高齢者介護課 TEL23—5410 丸子高齢者支援担当 TEL42-0092 真田高齢者支援担当 TEL172-4700 武石高齢者支援担当 TEL85-2119
	10 日 (周二)		丸子ふれあいステーション		
上田商工会议所法律咨询	18 日 (周三)	13:30 至 15:00	上田商工会议室	电 话 预约	TEL22-4500
闭门属者的咨询・心病的咨询	在商量后决定		ひとまちげんき健康プラザ上田	电 话 预约	上田市健康推進 TEL23-8244
青少年电话咨询	每周一至周五	9:00 至 16:00	—	—	少年育成センターTEL22-8080
单亲家庭・儿童咨询	每周一至周五	9:00 至 16:00	ひとまちげんき・健康プラザ上田	不要	上田市子育て・子育て支援課 TEL23-2000
儿童学生教育咨询					教育相談所 TEL27-0241
儿童成长咨询		8:30 至 17:15		电 话 预约	発達相談センタ TEL24-7801
中小企业诊断士的免费经营咨询	在商量后决定		上田 情報ライブラリー	电 话 预约	TEL29-0210
自然能源活用・节省能源的进展方法咨询					
ISO 国际质量标准推进方法・活用咨询					
孩子的就职咨询会	周一	10:00 至 17:00	若者サポートステーション・シナノ	电 话 预约	TEL75-2383
年轻人与工作的事什么都可以咨询	周一、周四、周五				
就职・劳动咨询	周一至周四 (是节假日时、除外)	9:00 至 12:00	勤劳福祉センター	电 话 预约	上田市雇用促進室 TEL26-6023
生活・就劳咨询	周一至周五 (是节假日时、除外)	9:30 至 17:00	社会福祉協議会 (在ふれあい福祉センター内)	不要	まいさぼ上田 (生活和就劳的支援中心) TEL71-5552

※1 上表是上田市各种询问窗口的介绍，由于篇幅的关系，6 个月进行一次介绍。每月的咨询日会有变动，但窗口和联系电话基本是固定的可以参考。※2 每月咨询日可查阅上田市的网页，需要进行咨询、日语有困难时可以联系市的多文化服务窗口 TEL75-2245。

情报

上田市役所 TEL: 22-4100 (总) FAX: 25-4100 (总) 丸子地域自治中心 TEL: 42-3100 (总) FAX: 43-3666 (总)
真田地域自治中心 TEL: 72-2200 (总) FAX: 72-4140 (总) 武石地域自治中心 TEL: 85-2311 (总) FAX: 85-2313 (总)



你知道吗? 上田市移动图书馆图书车会开到你所住的地区来!
◎移动图书馆的图书车的巡回日程表
(平成30年3月至9月)
停车场的地点和时间请查看市的网页或进行电话咨询。

やまびこ号
(讯问: 上田图书馆 TEL22-0880、真田图书馆 TEL72-8080)

地区 日程	中塩田 川辺 浦里	室賀 東塩田 富士山	真田地区 本原 菅平・長	神科・中塩田・ 西塩田・別所	塩尻 西部新田	真田地区 本原 傍陽	豊殿 城下 川辺	川 西 神川
巡回日	周三	周五	周二	周三	周五	周二	周三	周五
	4月4日	4月6日	4月3日	4月11日	4月13日	4月24日	4月18日	4月20日
	5月9日	5月11日	5月1日	5月16日	5月18日	5月22日	5月23日	5月25日
	6月6日	6月1日	6月6日	6月20日	6月15日	6月19日	6月27日	6月22日
	7月4日	7月6日	7月3日	7月11日	7月13日	7月24日	7月18日	7月20日
	8月1日	8月3日	8月7日	8月8日	8月10日	8月21日	8月22日	8月24日
	9月5日	9月7日	9月4日	9月12日	9月14日	9月11日	9月19日	9月21日

あおぞら号 (讯问: 丸子图书馆 TEL42-2414)

地区 日程	東内・西内	東内・西内保育園 三才山病院 ベルポートまるこ	腰越・依田	中丸子 下丸子 長瀬	わかくさ幼 児園 依田・ 長瀬保育園 武石A巡回	わかくさ幼児園 依田・長瀬 保育園 武石B巡回	塩川・藤原田 依田茂沢
巡回日	周二	周三	周四	周二	周三	周三	周四
	4月3、17日	4月4、18日	4月5、19日	4月10、24日	4月11日	4月25日	4月12、26日
	5月1、15、29日	5月2、16、30日	5月3、17、 31日	5月8、22日	5月9日	5月23日	5月10、24日
	6月12、26日	6月13、27日	6月14、28日	6月5、19日	6月6日	6月20日	6月7、21日
	7月10、24日	7月11、25日	7月12、26日	7月3、17、 31日	7月4日	7月18日	7月15、19日
	8月7、21日	8月8、22日	8月9、23日	8月14、28日	8月1、29日	8月15日	8月2、16、30日
	9月4、18日	9月5、19日	9月6、20日	9月11、25日	9月26日	9月12日	9月13、27日

◎大家不要忘记办理国民健康保险的手续 (讯问处: 市国保年金课 ☎23-5118)

当你参加工作或者离职时, 需要办理国民健康保险的加入、脱离手续。在市役所国保年金课或各地区的自治中心都可以办理!

办理手续时要携带的物品:

I 加入时: 印章、社会保险资格丧失证明书、能确认来办理人身份的证明如在留卡、驾驶证等、还要准备好户主和加入者的个人番号卡或通知卡。

II 退出时: 印章、社会健康保险证和上田市的国民健康保险证、能确认来办理人身份的证明如在留卡、驾驶证等、还要准备好户主和加入者的个人番号卡或通知卡。

其他: 如不办理国民健康保险的脱离手续, 在看病时使用了国民健康的保险证后日有被要求退还国保负担部分医疗费的可能, 还有可能国保税继续被课税, 所以请大家不要忘记办理国民健康保险的脱退手续。

还有, 当国民健康保险的加入者因为就学地址转出时, 健康保险在现在的家庭中可以继续加入, 当办理户口转出手续时有要求办理健康保险的手续, 要携带印章、在学证明或学生证前来。

◎「女性和男性上田市民的会」年会讲演会 (免费讲演会)

日期: 4月21日 (周六) 14:30至16:00

地点: 市民プラザ・ゆう

演讲课题: 和残留在中国的日本人子孙们学到的「满洲」、战争, 从这里出发来思考战争和人权的关系!!

讲师: 飯島春光 (長野市) 篠ノ井西中学 教师

申请: 4月2日以后, 向上田市人权男女共同参画课申请 ☎23-5245

紧急情况时，请拨打全国 24 小时报警电话 110 或 119 ●交通事故·犯罪需要警察的救助时拨打 110！

●火灾·急救·救援需要消防救助时拨打 119！要先告知是火灾还是急救·救助！！

◎看护保险制度的改正和第 7 期护理保险费的改正

市制定了从平成 30 年度至平成 32 年度为止的第 7 期（规定 3 年为一期）高龄者福祉综合计划。平成 30 年度起对看护保险制度的做了大幅度的改正，与此对应的对 65 岁以上者、护理保险费进行了改正。

下面介绍 65 岁以上者（第 1 号被保险人）的护理保险费——3 年（平成 30 年度至平成 32 年度）

本次改正，基准的第 5 段的护理保险费是 70800 日元，乘各段的倍率来决定各段的保险费。

所在分段	对象	倍率	护理保险费的年额（円）
1	本人是生活保护者（领取低保生活者）	0.45	13900
2	全家庭成员都是市町村民税非纳税人	0.65	46000
3			
3			
4	本人是市町村民税非纳税人，全家庭成员中有市町村民税的纳税人	0.85	60200
5		1.00	70800
6	本人是市町村民税纳税人者	1.20	85000
7		1.30	92000
8		1.40	99100
9		1.50	106200
10		1.60	113200
11		1.70	12400
12		1.80	127400
13		2.00	141600

日期	时间	地点（用日语表示）
4月9日（周一）	14:00 至 16:00	中央公民館
4月11日（周三）	13:30 至 15:30	真田地域自治センター
4月13日（周五）		丸子ふれあいステーション（3楼）
4月17日（周二）		武石公民館
4月19日（周四）		塩田公民館

召开高龄者福祉综合计划居民说明会

为了向市民传达关于第 7 期（规定 3 年为一期）高龄者福祉综合计划的内容和今后的实施方针，以及从今年开始的新年度护理保险改正的内容等，将召开居民说明会，大家可以去住处最近的会场参加。

◎可以利用上田—松本之间的直达大巴（询问：上田市观光课 ☎23-5408）

上田火车站和松本火车站之间的直达大巴在运行中，想去鹿教温泉者也可以利用。

运行日：4 月 1 日（周日）至平成 31 年 3 月 31 日（周日）的周六、周日和节假日。（8 月份平时的日子也运行）

运行区间：上田火车站 ↔ 鹿教温泉 ↔ 松本大巴汽车站（一日 2 往返共 4 车次）

汽车费：◎ 上田火车站 ↔ 松本大巴汽车站 1500 日元

◎ 上田火车站 ↔ 鹿教温泉 500 日元

◎ 松本大巴汽车站 ↔ 鹿教温泉 1200 日元

※小学生、残疾人等半额。

时刻表

车次	出发站	经过站	到达站
01	上田火车站的城口 8:15	鹿教温泉 8:55	松本大巴汽车站 9:45
02	松本大巴汽车站 10:40	鹿教温泉 11:30	上田火车站的城口 12:10
03	上田火车站的城口 13:20	鹿教温泉 14:00	松本大巴汽车站 14:50
04	松本大巴汽车站 17:15	鹿教温泉 18:05	上田火车站的城口 18:46

◎以游尾野山的历史古迹为目的，举办沿步行游道拉力步行活动。

在水仙花节期间，从信州国际音乐村出发，举办沿着历史古迹行走大约 5 公里的路程的活动。

日期：4 月 7 日（周六）9:00 开始（受理手续 8:30 开始）

集合地点：信州国际音乐村的步行游道的路标看板前。

对象：谁都能参加，小学生要求有家长同伴。不用事先申请！

费用：100 日元（保险费），当日收取。

携带物品：雨具、水等饮料等。

询问：游尾野山的历史古迹协会（上野）TEL09030830054

◎面向正在进行就业活动的年轻人的计算机讲座

日期和时间: 4月17日(周二)至20日(周五) 10:00~12:30
(全4次)

地点: 若者サポートステーション・シナノ
(大手2-3-4 東郷堂大手大楼的2楼)

内容: 学习 Word 和 Excel 两基本软件的基本使用方法。

对象: 15岁至39岁就业活动中的人们。

定员: 先报名的10名

费用: 不要! 免费!

申请和询问: 3月26日以后向若者サポートステーション・シナノ报名。 ☎75-2383。



◎为求职者服务的职业训练生募集(询问: 県工科短期大学校 TEL 39-1111)

护理服务工作人员培训

①训练期间: 平成30年5月24日(周四)至8月23日(周四)

②训练地点: ニチイ学館(上田駅前大楼(パレオ)6楼)

③应募资格: 在公共职业安定所进行了登录者, 希望职业训练者, 能用自家车等进行工作地点移动者。

④定员: 20名, 能参加5月10日(周四)的入学选择考试者。

⑤学费: 不要(但要负担教材费和辅助讲习和资格取得必须的费用)

⑥报名: 4月24日(周二)为止向公共职业安定所职业训练担当窗口联系。

◎母亲们的能稍稍休息一会儿的NP程序(免费讲座不要费用!)

NP程序是, 以加拿大传过来的、培养孩子的观点「十全十美的家长是不存在的!」为出发点, 对在培养孩子中的家长进行支援的程序。是要求参加者制定好自己的话题来进行对话, 互相学习和支持的参加形讲座。

日期和时间: 5月9、23、30日, 6月6、13日的(周三)和5月17日(周四), 10:00至12:00

地点: ひとまちげんき健康プラザ上田

对象: 有0岁至入幼儿园前孩子的家长们。

定员: 先报名的10对, 有照看小孩的服务。

申请和询问: 4月9日(周一)至20日(周五)用电话向市子育て子育て課申请 ☎26-3096

◎抱孩子倾听的演唱会

是能和孩子一起参加、一起欢乐的演唱会! 也欢迎怀孕中的未来的妈妈们参加。

日期和时间: 4月24(周二)和4月26(周四)的10:30至11:30(11:00开场)

地点: 信州国际音乐村 生涯学習の里研究センター

出演: 4月24(周二) 藤澤理絵(钢琴)、山岸美寿々(演唱), 4月26(周四) 山野井晶子(钢琴)、山岸美寿々(演唱)

对象: 在上田在住的、0岁至入幼儿园前的孩子和家长。

定员: 先报名的30组。 费用: 100日元/组, 当天征收。

申请: 4月9日以后, 告知需要地址、姓名和电话, 用电话或传真向丸子公民馆申请。TEL42-3147、FAX42-0303

◎第36次上田真田节

上田真田节是再现信州上田战国时期历史景色的庆祝活动。有每届都有的武士的行列、表演决战的行列、日本传统的表演艺术、全国铁炮队有魄力的演武。

第36次上田真田节特别节目

2. 以米老鼠为代表的迪士尼的精英们, 来上田进行纪念游行!!

2. 以草刈正雄、長野里美、中原丈雄、高木涉、大野泰広、浦上晟周等由大型古代电视剧的演员名人组成的真田一族的游行!!



精彩的表演等待着大家!!

紧急情况时，请拨打全国 24 小时报警电话 110 或 119 ●交通事故·犯罪需要警察的救助时拨打 110！
●火灾·急救·救援需要消防救助时拨打 119！要先告知是火灾还是急救·救助！！

主要庆祝活动的时间、内容和地点※预定的计划有更变的可能。

时间	内容	地点
9: 00	抬神轿的游行	大手街至松尾街
9: 20	真田队列的游行 	市街中心
9: 50	以米老鼠为代表的迪士尼的精英们，在第 36 次上田真田节时，来上田进行纪念东京迪士尼建成 35 周年的游行！！  © Disney 图片只是一种示意，不是实景	市街中心 海野街至大手街
10: 25	舞狮、日本传统的表演等的游行	市街中心
10: 40	出征的仪式	真田十勇士处 在真田太平纪念馆旁
10:55	真田三代武士游行	市街中心
11:20	真田家属团一行（由大型古代电视剧的演员为成员），嘉宾们的特别游行！！ 草刈正雄、長野里美、中原丈雄、高木涉、大野泰広、浦上晟周等等名演员参加	
13:00	真田軍和德軍的决战表演→→→	
14:00	 全国有名的 5 团体铁炮队参加演武	 上田城跡公園 芝生広場

※大家要注意，第 36 次上田真田节的当日 9: 00 至 12: 45 由于有游行，市街中心有交通管制、车辆不能通行！

情报

上田市役所 TEL: 22-4100 (总) FAX: 25-4100 (总) 丸子地域自治中心 TEL: 42-3100 (总) FAX: 43-3666 (总)
真田地域自治中心 TEL: 72-2200 (总) FAX: 72-4140 (总) 武石地域自治中心 TEL: 85-2311 (总) FAX: 85-2313 (总)