

上田市信息

2011年12月 No 15.
 发行：上田市民课
 电话：23-5334

◆节电要从我做起，立即行动！

上田市今年夏天用电高峰期节电获得了很好的效果，高峰用电削减7%。寒冷地的长野县冬季用电量很大，本次市又编制了节约用电要领（节能省电秘诀 十二条），供市民参考，请大家一起来做好冬季节省能源的工作。

节能省电的秘诀 十二条

- 一、使用被炉时，要上下被褥一起使用。
- 二、在电热地毯及被炉下面铺断热垫子，可提高保温效率，并请调节强度开关尽量调小容量的强度。
- 三、使用暖房电器时要尽可能地选择使用电热效率好的设备，尽量减小使用暖房电器的房间面积，并注意关好门窗等。
- 四、要多穿衣服的方式，来增加身体的抗寒能力。
- 五、睡觉时可使用热水袋来暖身体。
- 六、早就寝能缩短暖房器的使用时间。
- 七、在窗户上贴断热膜、使用比窗户尺寸大的窗帘等措施能防止冷热对流。
- 八、外出、就寝前要提前关掉暖房器、可充分利用余热。
- 九、降低保温便座的设定温度，平时请盖好保温便座的盖子。
- 十、平时注意不使用流水洗的方式来洗涤餐具等、并可适度调低热水器的设定温度。
- 十一、用在室内晒衣等方式代替加湿器的功能，来提高室内的湿度。
- 十二、汽车的空调要适当利用，做到尽量减少预热的时间。

◆上田市行政频道节目预报

上田市行政频道在上田网络电视台的 CATV009 和丸子电视台的 CA103 播放，播放时间为早上5点至深夜0点，敬请大家收看。请注意有对播放时间进行变更的可能。

播放时间	节目内容
5: 00∞、7: 00∞、10: 00∞、 13: 00∞、15: 00∞、18:00∞、 20: 00∞、23: 00∞	市的行政规划节目、电视节目版的上田广报、振兴美丽家乡的支援事业等（30分钟的节目） *【欢迎您光临市长办公室】在每月第一周的星期五开始，连续播放一周。
上述以外的时间	记者招待会、市议会中对市长提案说明、本地区的各种庆祝活动及季节性照片、图像的介绍等等。 来自上田市的公告、周末的资源回收日程表、假日紧急值班医院、婴幼儿健康检查门诊的日程表、本月纳税情报（文字播放）



询问：市秘书课
 TEL23-5149

◆休息日牙科紧急医疗制度变化了

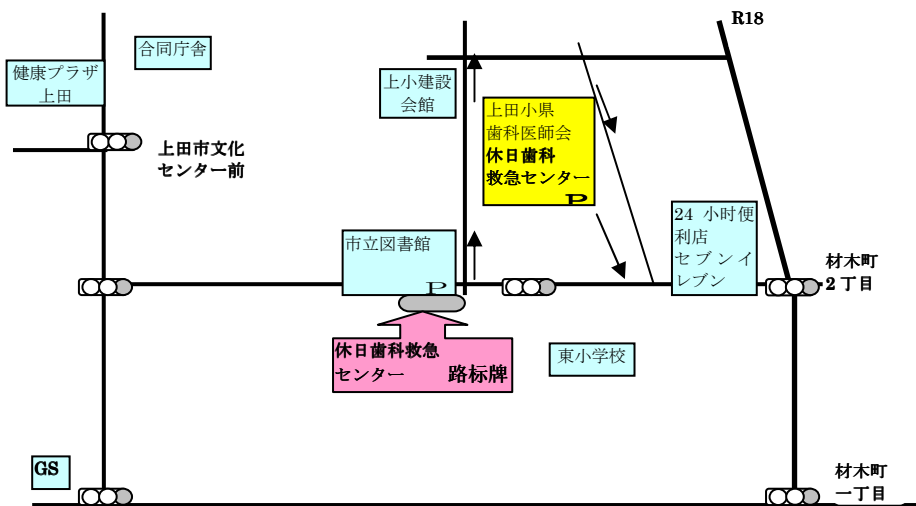
目前是各地区各牙科医院通过轮流值勤的方式来进行休息日牙科紧急医疗，但从11月13日开始由新开设的【休息日牙科急救中心】来进行。【休息日牙科急救中心】作为休息日牙科紧急医疗的设施，对牙科病人进行应急性的治疗，大家有困难时敬请利用。

地址：材木町一丁目三---六（上田小县牙科医师会馆内）

诊疗时间：（星期日、节假日等工休日）

9: 00∞15: 00

询问：上田小县牙科医师会 TEL22-2160



夜间和节假日的紧急医询问

中央消防署 TEL26-011 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

★海野商店街冬季食品博览会

第 12 次北海道近海海产品节 汇聚了许多新鲜的海鲜	食的健康讲演会（免费，不用事先申请） 是对您的饮食习惯进行反思的好机会
对受到北海道近海恩惠的海产品进行大特价销售。 还同时举行抽签大会，欢迎您的光临！ 日期和时间：12月14日（星期三）～17日（星期六） 上午10时至下午6时 地方：海野町会馆1楼（在海野町商店街上）	日期和时间：12月14日（星期三）下午2时开始 场所：海野町会馆2楼（在海野町商业街上） 讲演：『三菜一汤的饮食生活』～春节料理的这哪 料理研究家：横山 タカ子 定员 40名左右
询问：海野町商店街振兴组合事务所 TEL22-9301	



◆平成 24 年上田市成人仪式

日期：平成 24 年 1 月 8 日（星期日，为假日成人节的前一日）

对象：平成 3 年 4 月 2 日至 4 年 4 月 1 日出生者。

*户籍在上田市者，11 月下旬会向当事人邮送邀请你参加的简介。

*上田市出身、现户籍不在上田市者，也可以参加上田市成人仪式，具体请询问，我们会向你邮送邀请你参加的简介。

地区	中学时的学区	会场	时间
上田	一中、二中、三中	上田市民会馆	登记：13 时～ 开幕式：13: 30～
	四中、六中	上田创造馆	
	五中	上野が丘公民馆	
	盐田中	盐田公民馆	
丸子	丸子中、丸子北中	丸子文化会馆	登记：10: 30～ 开幕式：11: 00～
真田	真田中、菅平中	真田中央公民馆	
武石	依田窪南部中	武石公民馆	

询问：

市生涯学习课 TEL23-6370
 丸子地区教育事务所
 TEL42-3147
 真田地区教育事务所
 TEL72-2655
 武石地区教育事务所
 TEL85-2030

★小学生一日滑雪教室

在小学生滑雪缆车免费的第三星期日、为提高小学生滑雪水平，将举办小学生一日滑雪教室。



- 日期 平成 24 年 1 月 15 日（星期日）
- 场所 菅平高原滑雪场
- 对象 市内 4 年级至 6 年级的小学生
- 定员 60 名（按报名的顺序、名额满为止）
- 参加费 2000 日元（含讲习费、保险费及中餐费，需要借滑雪板等用具者需另加租用的费用）
- 报名 12 月 16 日（星期五）止向市体育课或真田、丸子、武石教育事务所申请。

★手工制作蜡烛的教室

你想点着自己制作的蜡烛来渡过圣诞之夜吗？该教室教你制作『圣诞老人』和『圣诞树』的艺术蜡烛。

- 日期和时间 12 月 18 日（星期日） 14: 00 至 16: 00
- 场所 武石ともしび博物馆
- 定员 报名的顺序在前面的 20 名
- 参加费 200 日元
- 报名方法 用电话向武石ともしび博物馆申请。

讯问处：武石ともしび博物馆 TEL 85-2474

年末・年初的垃圾收集和处理中心的休业通知

今年的垃圾收集和垃圾处理的服务至 12 月 30 日（星期五）为止正常服务，以后是年末・年初休息。在平成 24 年 1 月 4 日（星期三）再开垃圾收集和垃圾处理服务。 讯问电话：废弃物对策课（TEL22-0666）

周五下午、市役所主楼一楼有中国语免费咨询窗口的服务。

★市营住宅12月期的入居者募集（将对在上田市市营住宅的12月期入居者进行募集。）

- ◆募集的住宅区:11月30日（星期三）以后进行公布。
- ◆募集期间和申请:12月1日（星期四）至8日（星期四）向市住宅课或真田、丸子、武石市民生活课申请。
*12月4日（星期日）12:00至16:00市住宅课进行休息日的申请服务。
- ◆入居者的决定方式:12月16日（星期五）在市民会馆的2楼大会议室举行公开抽签。
- ◆其他:母子、父子家庭、老年人家庭和有障碍者的家庭等满足一定条件的家庭、能根据优先条件申请资格进行申请,但注意优先条件申请资格不是保证能迁入条件。
讯问处 市住宅课 TEL 23-5176

★开始受理平成24年度儿童课后俱乐部利用的申请

课后儿童俱乐部（含学童保育所）是,为白天家长因工作不在家的小学生,在星期日、节假日以外的学校休息日及课后时间里提供代替家庭生活的场所。年龄不同的儿童集中在一起快乐地进行各种各样的活动,有困难的家庭请利用。



- 申请方法 12月1日起,需递交各儿童俱乐部和学童保育所发放的申请表（也可从上田市的网页中下载）,在申请期间、直接向希望加入的儿童俱乐部和学童保育所申请,要求填好申请表的具体项目。根据情况有不能满足你希望的可能,敬请谅解。
- 申请期间 12月5日（星期一）至16日（星期五）
下午12:30~19:00（星期六、日除外）
- 利用料（月額） 儿童俱乐部/3000日元（利用天数10日未滿时以日额300日元来计算）
（有兄弟姐妹一起利用时有负担减轻制度,具体请询问。也有需另交点心费和家长会费的情况）

儿童俱乐部	儿童俱乐部名称	电话	儿童俱乐部名称	电话
	清明	21-9320	神川	22-5339
	東部	23-8567	東塩田	38-7054
	川辺	21-5567	丸子中央	42-7014
	豊殿	22-6812	西内	44-2066
	中塩田	38-6805	丸子北	43-0205
	塩田西	38-0907	塩川	35-1051
	浦里	31-0331	本原	72-0323
	川西	25-2465	長	72-0218
	西部	22-0460	傍陽	73-2140
	塩尻	22-2057	菅平	74-2029
学童保育所	学童保育所名称	电话	学童保育所名称	电话
	太郎の家【北小】	24-6265	どんぐり【神科】	26-6809
	たんぼぼ【城下】	25-9010	トットの家【南小】	23-8686
	バッタの家【川辺小】	25-0869	ピーターパン【武石小】	85-2826

注:儿童俱乐部和小学的学区对应,【】内是小学简称。 询问:上田市学校教育课 TEL23-5101

★平成23年10月份开始孩子津贴制度有变更,请注意需要重新办理领取孩子津贴的手续!

【为对国民养育子女的负担进行支援】,作为可持续的孩子津贴制度,对津贴额等进行了变更并需要重新办理领取孩子津贴认定的申请手续。

◎ 手续内容:领取10月份开始的孩子的津贴,需要重新办理申请手续。11月上旬向各家各户邮送【认定申请书】,敬请大家办理认定申请手续。到11月底还没有收到【认定申请书】者请向有关部门询问。

◎ 10月份以后的支付金额:新制度对津贴额等进行了变更、孩子津贴金额(日元)具体如下:

◆0~3岁没满儿童/一律15000 ◆3岁~小学毕业前儿童/第1、2子女10000/第3子女15000

◆中学生:/一律10000

◎ 6月~9月份的孩子津贴(10月份支付):10月7日已对6月~9月份的孩子津贴进行发放,对发放对象已按照以前规定的金额汇入了被指定的账户,请对你账户的入金金额进行确认。

询问:市子育て・子育て支援課 TEL 23-5106 丸子健康福祉課 TEL 42-1039

真田健康福祉課 TEL 72-2203 武石健康福祉課 TEL 85-2067

夜间和节假日的紧急医询问

中央消防署 TEL26-011 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

■平成22年国家人口普查结果报告 *平成22年10月1日实行(23年10月26日 总务省统计局发表)。

上田市的家庭总数和人口总数

	平成22年	平成17年	増減数	増減率(%)
总家庭数	60,660	59,858	802	1.3
总人口数(人)	159,597	163,651	减少4,054	减少2.5
男	77,589	79,770	减少2,181	减少2.7
女	82,008	83,881	减少1,873	减少2.2

合并前的各旧町、村的家庭总数和人口总数

	上田市	旧上田市	旧丸子町	旧真田町	旧武石村
总家庭数	60,660	47,628	8,204	3,544	1,284
总人口数(人)	159,597	121,642	23,554	10,615	3,786
男	77,589	59,134	11,413	5,218	1,824
女	82,008	62,508	12,141	5,397	1,962

年龄(分3区间)人口·占总人口的百分比、平均年龄

区间	人口(人)	占总人口百分比(%)	平均年龄
人口总数	159,597	-	46.3
年少区间人口(0~14岁)	21,916	13.8	
中间区间人口(15~64岁)	95,202	60.0	
老年区间人口(65岁以上)	41,454	26.1	

(备注)因总人口数中含有年龄不清楚者,所以总人口数和各区间人口的合计不一致。

★12月11日(星期日)至31日(星期六)进行年末交通安全运动

以【让信州路、充满微笑和相互谦让】为口号,来开展年末交通安全运动。长野的冬季傍晚天黑提早了,因有天开始黑下来至深夜步行者的交通事故增多的倾向,加上积雪、冻冰等道路状况变坏等,还有忘年会等违章的酒后开车等,发生重大交通事故的可能性加大了。希望大家遵守交通规则,防止交通事故的发生。

★今年上田站前面的灿烂霓虹灯的点灯将停止

每年由各企业赞助来进行的上田站前面灿烂霓虹灯『上田天神灯的典礼』,由于受东日本大地震和滨岗原子能发电站的全面停止等的影响,从节能的观点出发,今年将全面停止『上田天神灯的典礼』霓虹灯的点灯活动。



★ 是否已完成麻疹风疹的接种

平成23年麻疹风疹的预防接种第3、4期的接种期限到平成24年3月31日为止了。此接种在进学和就职时已进行了麻疹风疹的预防接种,是有可能被列入要求的重要预防接种,请还没有进行接种者,尽早进行预约和去医院接种。接种对象者可参考已在今年3月至5月之间向各位邮寄了预诊票。

接种对象: 第一期为生后12至24个月未滿。

第二期为就学前的儿童。

第三期为相当中学一年级年龄者。

第四期为相当高中3年级年龄者。

询问: 市健康推进课 TEL 28-7124