



上田信息



中文本地消息 月刊
2020年2月号(No. 34)

■请大家进行[市・县民税]的申报(询问:市税务课 TEL23-5115)

[市・县民税]、[所得税及复兴特别所得税]申报开始了。申报是能正确课税的重要的手续,请需要进行申报者、不要忘记了在期间内去申报。

●令和2年度市・县民税的申报期间:2月17日(周一)至3月16日(周一) ※周六、周日和节假日除外

请在去以前确认申报的日程、会场

日期	星期	主会场	上田	丸子	真田	武石
2/15	星期六					
2/16	星期日					
2/17	星期一	サントミュージーゼ				武石地区自治中心
2/18	星期二		川西公民馆			
2/19	星期三					
2/20	星期四		农村环境改善中心 (豊殿)			
2/21	星期五					
2/22	星期六					
2/23	星期日					
2/24	星期一					
2/25	星期二	サントミュージーゼ	盐田公民馆	コミュニティ センター(西内)		武石地区自治中心
2/26	星期三					
2/27	星期四			长瀬市民中心 (丸子)		
2/28	星期五					
2/29	星期六					
3/1	星期日					
3/2	星期一	サントミュージーゼ		丸子地区自治中心	真田地区自治中心	
3/3	星期二					
3/4	星期三					
3/5	星期四					
3/6	星期五					
3/7	星期六					
3/8	星期日					
3/9	星期一	サントミュージーゼ		丸子地区自治中心	真田地区自治中心	
3/10	星期二					
3/11	星期三					
3/12	星期四					
3/13	星期五					
3/14	星期六					
3/15	星期日					
3/16	星期一	サントミュージーゼ		丸子地区自治中心	真田地区自治中心	
受理 时间	上午	9:00~11:30	9:00~11:00			
	下午	13:00~16:00	13:00~15:30			

◆[长野县有孩子家庭的优惠卡]和[长野县多子家庭的高等支援的优惠卡]要更新了

(询问: 子育て・子育て支援課 TEL23-5106)

现行有孩子的家庭去购物时能使用的优惠制度和服务[长野县有孩子家庭的优惠卡]和[长野县多子家庭高等支援优惠卡], 到本年度的 3 月 31 日就要到期了。从 1 月下旬开始, 向对象的家庭户主邮送新的粉红色文字的[有孩子家庭的优惠卡]和[多子家庭高等支援优惠卡], 对卡已更新的家庭不再邮送。新的粉红色文字的卡从寄到时即可使用, 旧的卡请各家庭自行处理掉。

此优惠事业是在希望对有孩子家庭进行援助、赞助企业的厚谊的基础上成立和发展起来的, 希望大家很好地阅读同封的利用说明, 遵守利用的规则。

[长野县有孩子家庭的优惠卡]

- 对象: 有 18 岁未滿孩子的家庭或有孕妇的家庭。
- 有效期限: 令和 6 年 3 月 31 日为止

※但只可使用至最小的孩子满 18 岁为止的年度末为止。

[长野县多子家庭高等支援的优惠卡]

- 对象: 有 18 岁未滿孩子 3 人以上的家庭。
- 有效期限: 令和 6 年 3 月 31 日为止。*当对象年龄的孩子少于 2 人时, 不能再继续使用了。



◆2月是儿童津贴、「特例给付」的发放月(询问: 市子育て・子育て支援課 TEL23-5106)

令和元年 10 月至令和 2 年 1 月的儿童津贴、「特例给付」在 2 月 10 日(周一)付到大家自己指定的帐户里, 请对账户进行确认。注意当有小孩出生时有抚养中学生以下孩子者新迁入上田时, 需要办理儿童津贴等的手续!(公务员者请向自己的工作单位联系)。如没有办理领取津贴的手续, 是不能支付儿童津贴的! 请需要申请者尽快办理领取津贴的手续。对领取儿童津贴条件等有不明确之点者, 请向询问窗口联系。

◆募集令和 2 年度长野县民交通灾害共济(互助保险)的加入者(询问: 市生活环境课 TEL22-4140)

[长野县民交通灾害共济]是发生交通事故, 身体受伤或发生死亡事故时支给慰问金的互助保险制度。

会员期间: 4 月 1 日至明年的 3 月 31 日(中途加入者是交付了会费的第二日开始生效)。

对象: 市内在住者(市内在住者的被抚养者, 为了就学在市外居住者也能加入)。

会费: 400 円日元/人, 中、小学在校生通过学校团体加入 100 円日元/人。

申请: 申请表将在 2 月上旬邮送或通过自治会发到各家各户, 请填写好申请表并准备好会费, 在 3 月中旬左右向自治会提交。市生活环境课 TEL22-4140 随时接受申请, 也可以向市内金融机构提出申请。如没有收到申请表, 可以联系市生活环境课。

其他: 以下的人们由市里负担会费, 不需要办理申请手续, 自动加入。

- ① 平成 26 年 4 月 2 日以后出生的就学前儿童。
- ② 令和 2 年 4 月 1 日的时候符合以下条件者(注意本来不是长野县民交通灾害共济会员者, 如 4 月 2 日以后取得以下条件者, 是需要办理申请手续的): 交通事故的孤儿、低保生活贫困者、残疾人手册 1 至 3 级的持有者、疗育手册持有者、中国残留孤儿等生活支援者。

◆为在求职中的年轻人举办计算机讲座(全部 5 次)

询问: 若者サポートステーション・シナノ 报名。☎75-2383

- 日期和时间: 2 月 13 日(周四)・14 日(周五)・17 日(周一)至 19 日(周三) 10: 00 至 12: 00
- 地方: 若者サポートステーション・シナノ 大手 2-3-4 大手大楼 2 楼
- 内容: Word 和 Excel 两软件的基本操作(office2016 的使用)。
- 对象: 15 岁至 39 岁在求职中的人们。
- 定员: 先报名的 5 名(免费)
- 报名: 1 月 27 日(周一)以后电话向若者サポートステーション・シナノ 报名, ☎75-2383。
- 其他: 讲座说明会: 2 月 12 日(周三) 10: 00 开始, 讲座参加者必须参加。

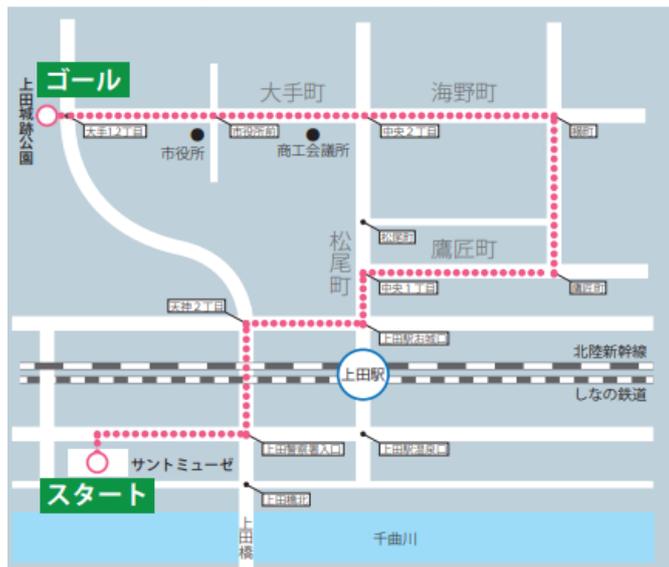
◆上田市、東御市内の県営住宅 入居者の补充募集

对上田市、東御市内の県営住宅 入居者进行募集。

- 团地住宅の参观日: 2月6日(周四)
- 募集期间、受理时间: 2月12日周三至21日周五的周一、二、三、五和周日的8:30至17:15, 星期四8:30至19:00 延长服务。周六休息。
- 窗口: 长野住宅供给公社上田管理中心(在上田合同厅舍南栋内)。
- 抽签会: 3月5日(周四)13:30开始 在上田合同厅舍南栋2楼会议室举行。
- 其它: 具体内容2月初旬以后向以下的窗口询问或查看长野县住宅供给公社的网页。
- 询问: 长野县住宅供给公社上田管理中心 TEL: 29-7010 或上田市住宅课。



◆[东京 2020 奥林匹克的圣火接力]来长野县和上田市! (询问: 市交流文化スポーツ课 TEL75-2005)



东京 2020 奥林匹克的圣火接力 3月12日将从奥林匹克的发祥地希腊点火后, 在 20 日到达日本后, 26 日在福岛县拉开圣火接力的序幕, 在 4 月 2 日(周四)将通过我们上田市。望广大市民支援迎接奥林匹克的圣火的到来、上田市民一个人一个人的热情将传送到达奥林匹克的主会场。其他有关奥林匹克的圣火接力的具体路径、交通管制等具体情报将在市的网页上公开。

长野县的奥林匹克的圣火接力安排

4月2日(周四) 轻井沢町⇒佐久市⇒山ノ内町⇒上田市⇒野沢温泉村⇒白馬村⇒長野市

4月3日(周五) 飯田市⇒南木曾町⇒伊那市⇒諏訪市⇒大町市⇒安曇野市⇒松本市

◆我们城市中心的校园(中央 2-5-10)面向市民的讲座

(询问: まちなかキャンパス中央 2-5-10 丸陽ビル 1 楼 TEL/FAX75-0065, 周二至周六 12:00 至 18:00)

① 今天开始电子的旅游发表、学习旅游时拍的照片配上介绍旅程的文章, 上网上登载的方法, 对提高旅游的兴致进行高度的规划。

	日期	内容	讲师	时间
第1次	2月1日 周六	新的旅行形式 [电子旅游发表]	前川教授 长野大学 企业情报学部	石川教授 (长野大学) 13:00 至 16:00
第2次	2月8日 周六	[电子旅游记]制作的练习		吉口 先生 13:00 至 17:00
第3次	2月15日 周六			中村 先生 13:00 至 17:00
第4次	2月22日 周六	学员[电子旅游记]发表		13:00 至 16:00

对象: 谁都可以参加, 先报名的 20 名。

携带物品: 笔记本电脑或智能手机等。

② 面向大人的欣赏绘画小人书的讲堂

通过朗读绘画小人书[狼和七只山羊], 深刻理解藏在深处的寓意, 很好地进行解读。

• 日期: 2月29日(周六) 14:00 至 15:00 • 对象: 高中生以上, 先报名的 15 名

• 讲师: 上田女子短期大学的讲师, 齐藤直人老师

◆行政书士的免费咨询会(询问: 长野县行政书士会上田支部 TEL25-8720)

长野县行政书士会上田支部为市民服务召开免费的咨询会

时间: 2月15日 周六 9:00 至 12:00

地点: 中央公民馆 第一会议室

内容: 农地转用、各种经营的许可、继承、财产管理人、外国人的日本签证、汽车的名义变更等。

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

◆介绍今年春季开学、老年人可以去学习、上课的场所

大学名	上田市			长野县
	高齢者学園	ことぶき大学	ことぶき大学院	シニア大学
特征 (内容)	以结成志同道合组织、促进健康、有意义地生活等为上课内容进行学习，还学习实际技能，还有俱乐部活动、校外活动。其它有研修旅游。	学习科学、文学、历史、文艺、健康、生活等一般教养课程，为了地区活性化、共同支撑地区、是为实现充实人生的学习和俱乐部活动。有研修旅游。	分文科、自然科学两专门学科，分小组、课题学习和研究，完成课题，小论文提出或者研究成果的发表，授予«修士学位»。有研修旅游。	普通学科 以结成志同道合团体、有意义地生活等为学习内容，作为大家社会参加的机会而开设的。 专门学科 在长野学部（长野市）的教室。具体请咨询。
读完所需年数	3年 (年17日左右，在周二或周四)	4年 (每月一次，以周五为主)	2年，每月一次 1年生周二 2年生周四	2年(年15日左右) 原则是每月第二、第四的周三
地方	高龄福祉中心	①中央公民馆 ②上田创造馆	中央公民馆	上田合同厅及其他地方
入学资格	上田市在住60岁以上者 ※不可以与其它学校一起申请。 ※当定员有宽裕时允许平成28年度以前本学院毕业生再入学，但要在报名结束后，进行询问。	上田市在住60岁以上者 ※高龄者学園和シニア大学的在学、一起申请都不可。 当定员有余时，可以接受ことぶき大学的毕业生的再入学申请。	上田市在住60岁以上者，ことぶき大学、シニア大学、高龄者学園的毕业生(包含毕业预定者)和一般的短大、本科的毕业生。当定员有宽裕时住東御市、青木村、長和町、坂城町的人们也能报名。	大致50岁以上者 ※不能和ことぶき大学和高龄者学園一起申请。 ※今年度的シニア大学毕业生，仅限当定员有宽裕时，可再入学。
募集人数	先报名前的70人	①50名 ②30名 申请者超出定员时抽签	文科、自然科学各先报名的30人。	先报名的前100人
学费	免费 (自治会费、研修旅行费要自我负担，)	1000日元/年 (俱乐部活动费、研修费等要另行自我负担)	年1000日元 (运行费、研修费等要求另行自我负担)	12000日元/年 (教材费、自治会会费等要另行自我负担)
申请报名	2月3日周一至28日周五到高龄福祉中心或社会福祉协会或各地区的自治中心、公民馆都有入学申请表，要求填写好并向各窗口提出。 *希望者请在申请期完后进行询问。	2月4日周二至25日周二各地区的自治中心、公民馆都有入学申请表，要求填写好、向中央公民馆或城南公民馆报名。 再入学申请也一样	2月4日周二至25日周二，各地区的自治中心、公民馆都有入学申请表，要求填写好、向中央公民馆报名。	2月3日周一至3月16日周一，到上田保健福祉事务所福祉课或各地区的自治中心或各公民馆都有入学申请表，填写好、向各窗口提出。
询问	高龄福祉中心 TEL22-4119	①中央公民馆 TEL22-0760 ②城南公民馆 TEL27-7618	中央公民馆 TEL22-0760	上田保健福祉事务所 福祉课 TEL25-7124

◆上田冰灯笼《梦的庆祝日》(询问: 上田观光课 TEL23-5408)

为祝贺东京奥林匹克运动会顺利召开和从19号台风的灾难中顺利复兴，灯光秀和冰灯笼的结合把冬天的上田别所温泉装饰上幻想色彩。今年在2月17日开始，别所和善光寺联合，由日本有名的灯光设计师把5种奥林匹克运动会的颜色运用在灯光设计中，北向观音与此对应运用了残疾人奥林匹克运动会的3种颜色进行了灿烂的灯光照明，在这一天有点灯仪式!

◇期间和时间: 2月7日周五至11日周二·节假日 (恶劣天气时停止)

◇灯光秀 18:00至21:00 冰灯笼: 16:30至21:00, 至蜡烛自然熄灭为止。

上田市内科·小児科初期救急センター 诊疗日: 每天(注意有除外的! 8月14日至16日、12月30日至1月3日休诊)

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

2月休息日の緊急医(上田医師会) 医院の休息日有急病時, 可以去看病的值班医院

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
2日 周日	豊殿診療所	上田市殿城字神林 250-4	0268-29-1220	内科
	半田循環器科内科医院	上田市中之条 416-3	0268-28-0888	心内科、内科
	クリニック岡田	上田市中央 6-10-10	0268-24-2662	外科、内科
	花園病院	上田市中央西 1-15-25	0268-22-2325	外科、骨科
	川西医院-皮膚科-	上田市保野 710	0268-38-2811	皮膚科
	さとう眼科クリニック	上田市神畑 4 3 7	0268-38-2011	眼科
9日 周日	塩田医院	上田市中野 2 9 - 2	0268-38-2221	内科、外科、耳鼻咽喉科
	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
	大谷外科・眼科	上田市常田 3-2-8	0268-27-2220	眼科、外科
11日 周二	柳沢病院	上田市中央西 1-2-10	0268-22-0109	内科
	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
	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、皮膚科
	吉松整形外科クリニック	上田 1776-4	0268-25-2515	外科、骨科
	さとう眼科クリニック	神畑 4 3 7	0268-38-2011	眼科
	金井医院 (耳鼻咽喉科)	国分仁王堂 1 1 2 2 - 1	0268-22-9716	耳鼻咽喉科
16日 周日	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
	うえだはらライフクリニック	上田市上田原 1053-1	0268-22-0873	内科
	上田腎臓クリニック	上田市住吉 322	0268-27-2737	腎科、外科、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
	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
23日 周日	飯島医院	上田市筑地 188	0268-22-5011	内科
	こさとクリニック	上田市古里 1926-17	0268-28-4111	内科、皮膚科
	斉藤外科医院	上田市蒼久保 1177	0268-35-0887	外科
	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
	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	産婦人科
24日 周一	上田病院	上田市中央 1-3-3	0268-22-3580	内科、外科
	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
	かながわクリニック	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
	まつたか眼科	上田市常田 2-33-11	0268-22-0809	眼科
	あきわ皮膚科	上田市秋和 310-15	0268-28-5177	皮膚科
	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

◆小孩的发育和人为事故的预防

(询问: 上田市健康推进课 TEL23-8244)

生后 11 个月至 1 岁左右, 有了自己想干什么的意识了, 对周围各种各样的事要试着去挑战。是一个开始能独立站立和能独立行走的小孩, 平衡不好摔倒的危险很大, 在桌子等家具的尖角上要包上缓冲材料, 以防止摔倒时的受伤。还有孩子含着牙刷、筷子到处走很危险, 必须加以制止! 要防止煤气取暖器具等的烧伤事故, 要使用安全栏防止小孩的被烧伤的事故。



◆防灾的准备 请大家准备好防灾用收音机

收音机在非常时期、特别是停电时, 是十分重要的能取得信息的手段。由于受灾会造成长时间的停电, 电视、计算机、智能手机等会无法使用, 这种情况下取得信息很困难。

在去年的 19 号台风时, 市利用收音机的 FM 的频道, 传递了灾害的紧急信息。

还有当灾害有长期化可能时市将开设临时频道来播放支援避难生活的情报。灾难的准备品中, 一定要备好防灾用、使用干电池收音机, 并准备好电池。



◆2020 年营平高原雪地行走

(上田市体育协会 TEL27-9400)

通过体验营平高原湿原的行走滑雪或称之滑雪鞋雪地行走, 来发现只有在冬天才能体验的大自然魅力。

日期\时间: 令和 2 年 2 月 18 日 (周二)

10: 00 至 12: 00 (9: 30 开始受理手续, 如遇天气不能进行时通知顺延日期)

◇ 集合地方:

营平高原アリーナ

◇ 定员: 先报名的 20 名

◇ 参加费: 1000 円日元, 当天征收。

(如不借雪地行走专用的滑雪鞋者, 不需要)

◇ 携带物: 防寒服、手套、防寒高筒鞋、滑雪杖 (拥有者请携带)

◇ 报名: 1 月 22 日 (周三) 至 2 月 10 日 (周一) 为止向上田市体育协会 TEL27-9400 电话报名。



■为年轻人开设的就职咨询“一对一对谈型”

(询问: 上田市地区雇佣推进课 ☎26-6023)

学生、年轻人对工作有疑问之处, 为了大家能以自己的愿望和特长来找到理想的工作, 安排有专业知识的进言者来回答大家的疑问。

- 日期和时间: 2 月 5 日 (周三) • 13 日 (周四) • 25 日 (周二)
• 3 月 4 日 (周三) • 12 日 (周二) • 24 日 (周二)

13: 30 开始、14: 30 开始、15: 30 开始

● 地点: 上田市就劳サポートセンター (在上田勤劳者福祉中心内)

● 对象: 包含学生在内的 45 岁以下的正在寻找工作的人们。

● 报名: 在希望日的 2 天前 (休息日除外 17: 00 为止) 用电话报名 TEL: 26-6023。

■公共职业介绍所的招聘说明会 (询问: ☎23-8609)

是由企业的担当者直接介绍本地企业的招聘说明会。每月定期召开。

● 日期和时间: ①1 月 30 日 (周四) ②2 月 27 日 (周四) 14: 00 至 15: 30

● 地点: ①上田勤劳者福祉中心 ②上田创造馆

● 对象: 希望在上田地区就职的求职者

● 其他: 想了解参加企业的具体情况者, 请向公共职业介绍所询问 ☎23-8609。