

上田信息



中文本地消息 月刊
2019年11月号(No. 31)

■上田城红枫节, 欢迎大家光临!

秋色如画, 艺术的秋、文化的秋、也是食欲大开的秋! 又到了欣赏红叶的时候了, 下面介绍满载着红枫节的庆祝活动, 欢迎大家和上田城的红枫一起欢度美丽的秋天。

👉**榉树林艺术灯光秀** 在上田城红枫节期间, 10月26日(周六)至11月4日(周一), 夜幕降临至22:00的时间里, 上田城迹公园内的榉树林小道进行灯光照明。这被认定为日本夜景遗产、是可以期待的充满了幻想的景色。

👉**第4次上田菊花展** 请大家观赏育花者们精心培育的菊花

(询问: 上田菊花展实行员会(三浦) TEL09015434343)

●日期和时间: 10月26日(星期六)至

11月10日(星期日)9:00至16:00

(最终日12:00为止)

●地点: 上田城迹公园本丸迹



☆庆祝活动: 来自全国的代表各地区英雄的武将队大汇合, 登场表演!

日期: 11月2日(周六)、3日(周日・节假日)

地点: 上田城迹公园 旧市民会馆停车场

节目时间请参考下表:

日期	时间	庆祝活动的内容
2日 周六	9:45 开始	开幕典礼
	10:00 至 10:40	信州上田 [^] 歌和 [^] 爱交织 [^] 大使, 野村美菜歌谣表演
	11:00 至 11:30	信州真田铁炮队演武
	12:00 至 12:45	舞蹈表演
	13:00 至 14:45	信州上田真田大鼓队的汇合表演
	15:00 至 15:45	由 BLACK BOTTOM BRASS BAND 的团体表演和演唱
3日 周日	10:00 至 16:00	战国英雄 GIG 凯等武将队表演■■■ 以上田的英雄的武将队为首, 还有代表各地区(仙台、埼玉、新泻、名古屋、熊本)英雄武将队的大汇合, 登场表演! 是喜欢历史、武将者难得的可大饱眼福、激动人心的好机会! 欢迎前来观看。



BLACK BOTTOM BRASS BAND

美食和物产的体验角有本地的特产及姐妹城市的物产、食品的贩卖

日期	时间	庆祝活动的内容
2日(周六)	10:00 至 3日(周日) 16:00	上田本地的特产、佳肴食品的贩卖。
		姐妹城市等姐妹城市: 上越市、招津市 等的特产品的贩卖。
		能体验穿着红色的仿古甲冑, 拍摄上田城城楼为背景的照片。

※根据

有根据天气和气象预报有更变具体庆祝活动日程和时间的可能, 敬请谅解。

询问: 信州上田まつり实行员会事務局(在市观光课内) TEL23-5408

上田市的人口(令和1年10月1日现在)

总人口: 157143人 其中外国籍: 4108人

中国籍: 1000人(占外国籍人口的24.3%)

■全国中学 3 年级和小学 6 年级学生的学习能力和学习状态调查（上田市的调查结果公开发表）

1、 关于今年 4 月的各学科学习的调查

小学 6 年级的学生

学科	现状和课题	今后的努力方向
国语	答案的正确率，63.3%和全国平均值基本一致。关于【讲和听】邻域，全部高出全国平均水平。写作部分比全国平均稍低，找到了在如何用容易明白的方法把情报转达给对方，今后的教学中要在写作方面下功夫的课题。	综合总的调查，以后在写报告文章的课程时要注意明确转达方的同时，还要很好地用图表来等明确表示自己想法和理由，培育学生的写作能力
算术	答案的正确率 64%，总体比全国低 2.6%。算术总体有高出全国平均的部分，但从数学的观点，从复数的条件中选择合适的条件来解决问题的能力方面比较欠缺是今后的课题。	从孩子身边的生活中寻找课题，从大量的情报中找出真正必要的的数据，立出算数计算式，进行计算的训练，通过大量的反复练习，提高学生实际解决问题的算数能力。

中学 3 年级的学生

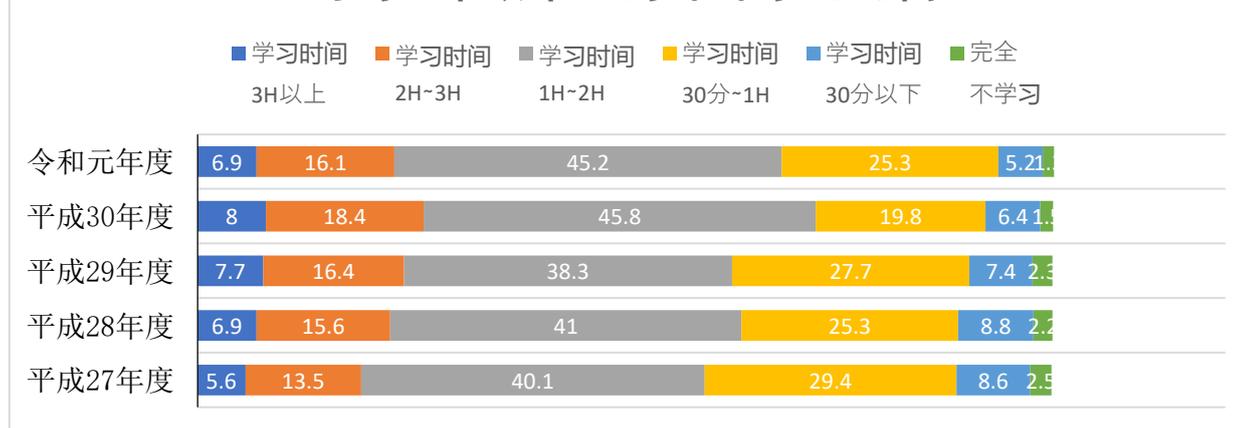
学科	现状和课题	今后的努力方向
国语	答案的正确率，72.6%和全国平均基本一致。在全范围内关于【传统的语言文化和国语的特性】邻域，高出全国平均水平。在「听取、对话」和「写作」的部分稍低于全国平均水平。但有对文章展开的内容抓住要点、有情报整理的能力较薄弱的课题。	在课堂里根据不同的目的来思考、写作的学生在增加，要在继续保持这好的一面的同时，加强短时间阅读的文章并进行情报整理，并找出不同的点、抓出重点的能力，通过在家庭里培养多读书的习惯，提高孩子的国语能力。
算术	答案的正确率 58.6%比全国的平均低 1.2%点。【数和式】、【图形】方面比较薄弱。其他在理解数学基础知识并进行活用的发面有不足的一面。	一定要把题目解答出来，在这方面努力的学生在加强，要继续。发现各自数学基础的薄弱之处，要通过做题进行反复练习，提高解决数学问题的能力！
英语	答案的正确率 53.2%比全国低 2.8%点。试验听力部分比读、写的部分得点率要高，写的的能力是三者中最薄弱的。特别选择连接词部分很薄弱，是今后特别需要加强的部分，其他培养理解英文文章的要点和概要也是今后英语教育的课题。	学习基本文句及语法，并在课堂中活用并反复练习、要求更深度地学习英语。要进行更多更广英文文章的阅读，来提高英语的阅读能力。

2、 关于今年 4 月学习习惯的调查

下表为小学 6 年级和中学 3 年级合在一起的内容

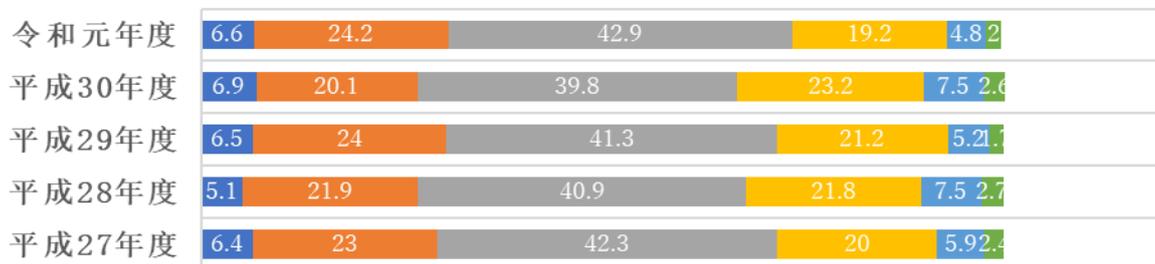
现状和课题	今后的努力方向
上田市的学童在家庭的学习时间，虽还比较少但有渐渐在增加的趋势。但另一面家庭中一天的学习时间少于 30 分的学童还有很多，小学 6 年级有 6.5%，中学 3 年级有 6.8%。	充实在家庭的学习内容和增加学习时间，培养好的学习习惯和热爱学习有着紧密的联系。在家里自己定出学习计划并进行学习的学生年年都在增加。学校要继续制定好学生家庭学习指导纲领，加强周末课题的内容、并对学生进行指导。

小学6年级平日的课外学习时间



中学3年级平日的课外学习时间

■ 学习时间 3H以上 ■ 学习时间 2H~3H ■ 学习时间 1H~2H ■ 学习时间 30分~1H ■ 学习时间 30分以下 ■ 完全不学习



◆11月11日至17日是[考虑税收周]！（询问：上田市税务课 ☎23-5169）

市为了广大市民能安全、舒适地过好日常的生活，对公共设施、道路等进行维护和整备，并进行教育的振兴、充实社会保障等福祉事业。保障以上事业顺利进行需要大量财源，靠的是大家一起在负担、缴纳的“税”。

在[考虑税收周]里，为了大家更好地理解有关税的问题，对广大市民平时比较集中的对税疑问进行解答！

●个人市民税

Q1. 市县民税是怎么样的税金？

A1. 以这一年1月1日为基准日，是1月1日所住地址登录的市区町村，根据前一年的收入算出的课税税金。

就是在年度内迁出者，要向1月1日时地址登录的市区町村交纳市县民税。

Q2. 已退休无收入，为什么还要交市县民税？

A2. 是对前一年的1月至12月的收入来课税的，就是现在无收入，前一年有收入时要课税。

●小型汽车(軽自動車)的税

Q1 优化环境特例（课税减轻）是什么意思？

A1. 对排气及节能性能优秀的车辆，在最初新规检查后的第二年，减轻小型汽车(軽自動車)税。

例：如自家车满足2020年度的燃费基准+10%时，标准课税额为10800日元，仅减第一年度的课税额，税额减少至8100日元。

Q2. 经年重课税是什么？

A3. 对新车购入车检超过13年后，对环境负担加大、从绿化的观点出发，对新规登记13年后的车要课经年重课税的制度。

例：从新车购入第一次到12年的车检的课税额为10800日元，13年以后进行经年重课、课税额增加至12900日元。

●固定资产税●都市计划税

◆不清楚谁是主人的土地和房屋在增加！

不办理土地和建筑物的继承手续，不清楚谁是主人的土地和房屋在增加！当固定资产的所有者死亡时，请办理以下手续。

① 要向市役所提出指定的遗产继承人代表者的提交文书

因为将有遗产继承人来承担交纳固定资产税的义务，市税务课将向遗产继承人代表者寄送指定的遗产继承人的提交文书。要在法律的继承人中确定一遗产继承人代表者并向上田市提出。有没有登记的房屋所有时，要向市税务课提出向新的房屋所有者变更的提交文书。

② 要去法务局办理土地和建筑物的继承登记的手续

长期间不办理继承登记的手续，由于变迁会有继承人增加等，可能会使得继承登记变得困难，推荐大家要尽早地办理继承登记的手续。具体继承登记事项请向长野地方法务局上田支局询问（TEL0268-23-2001）。

●法人市民税

从10月1日起有法人税割的税率有下降，具体请询问。



请大家理解和协助，要在期限内交纳税金!!

对超过交了纳期限的市税还不缴纳者、进行纳税超过期限的处分

大家所纳的税是为了广大市民能安全、安心、舒适地生活，用在维持公共设施、道路等日常维护和服务上、是保障以上事业能顺利进行的主要财源。希望大家要在期限内交纳税金。上田市绝大多数的市民都在交纳期限内交纳税金。对交纳期限过了还没有交纳时，为了维持在期限内交纳者的公平性和保证税收的财源，对超过期限的交付者要进行超过期限纳税的处分。超过期限还没缴纳者应尽快地交纳。

◎纳税超过期限的处分

✚ 寄送催告书

对缴纳期限过了没有缴纳市税者，在超过期限后的 20 天内，寄送催告书! 催促你尽快进行纳税，并要求支付【催促手续费】。

✚ 要征收拖欠金

对缴纳期限过还是没有缴纳市税时，要征收拖欠金! 令和元年开始，拖欠金的比例是纳税期限超过在 1 个月以内是年 2.6%，这以后为年 8.9%。

✚ 财产调查

对已寄送了催告书、催促后仍没有缴纳时，将联系你的工作单位、生意的对家、银行、保险公司等，对你所有的财产（不动产和除不动产以外的财产、工资、储蓄、保险等）进行调查。

✚ 超过期限的处分

向你寄送了催告书 10 日后还是没有缴纳市税时，将根据法律对拖欠市税者的财产进行强制扣押。被强制扣押的财产使用和处理都会受到限制! 或进行对被强制扣押的财产现金化来充当被拖欠的税款。

◎纳税咨询

如你生病、失业、经营困难等有特殊的困难不能缴纳市税时，有可能对你受理一定期间的分期交纳，请和以下的咨询窗口联系。上田市收纳管理课 ☎71-8055

∞确保老年人能发挥作用的人才培养事业∞

① 日常生活支援的讲座

学习帮助进行日常生活、具体学习如何进行家庭生活中的福祉、家务的支援。还有搞卫生和如何做适合高龄者吃的饭菜的实习。

- 日期：11 月 ① 12 日（周二）② 13 日（周三）③ 14 日（周四）的 9:00 至 16:30
- 地方：①上田地区シルバー人材中心 ②豊殿地区自治中心 ③西部公民馆
- 对象：60 岁以上，想加入上田地区シルバー人材中心的会员，3 日的课程全部能参加者。
- 定员：15 名(有少数应募时要抽签决定参加者)
- 携带物：参加者决定后，直接联系本人。
- 报名：11 月 1 日（周五）为止，向上田公共职业介绍所 ☎23-8609 电话申请。

② 清洁房屋的就业体验

为了大家了解作为老年人就业一个方式——上田地区シルバー人材中心，举办就业体验望大家踊跃参加。

- ◇ 日期：11 月 26 日（周二）13:00 至 17:00
- ◇ 地方：豊殿地区自治中心
- ◇ 内容：窗户、地面及厕所的扫除。
- ◇ 对象：60 岁以上，想加入上田地区シルバー人材中心的会员，并希望工作者。
- ◇ 定员：先报名的 15 名
- ◇ 携带物：橡皮手套、毛巾、茶水（补充水分用）、能参加搞卫生的服装，头巾或帽子。
- ◇ 报名：11 月 15 日（周五）为止，向上田公共职业介绍所·☎23-8609 电话申请。

◆开办上田市小学生滑雪教室

（询问：市スポーツ推進課 TEL23-5196 在上田站前大楼 ビル・パレオ的 5 楼）

以提高滑雪水平，广交新朋友并进行积极的交流为目的滑雪教室。

① 小学生初·中级滑雪教室

- 日期：令和 2 年 1 月 5 日（周日）、6 日（周一）（住 1 晚 2 天）
- 对象：能适应一个人生活的市内小学的 5、6 年级在学学生
- 地方：菅平高原滑雪场

- 教练：全日本滑雪联盟公认指导者（上田滑雪俱乐部）
- 定员：90名（超过定员时抽签决定）
- 参加费：9000日元（包含讲座费、交通费、住宿费、滑雪行车费用、保险费等）参加者确定后，告知费用支付方法。需要借滑雪用具的费用当天征收。
- 报名：11月15日（周五）为止填写申请表（在各申请窗口、小学或市的网页都可以取得）市スポーツ推進課及丸子综合体育馆、真田·武石地区教育事务所的窗口可直接报名，邮寄申请：スポーツ推進課（〒386-0025 天神1-8-1 上田駅前大楼 ビル・パレオ的5楼），也可通过市网页申请（✉sports@city.ueda.nagano.jp）。
- 其他：如多数人希望一起参加、有小组参加报名的申请书（最多4人）。



再，小学生一日滑雪教室预定在令和2年1月19日（周日）开设。

◆为了防止生活习惯病，请大家接受健康检查！

市的特定健康检查结果（平成29年），血糖偏高者（HbA1c 5.6以上）占70%，是县内血糖值偏高的地区。血糖值来反映我们血液中糖分浓度，如放任偏高的状态有得糖尿病的可能。糖尿病没有疼痛等自我症状，但对全身的血管进行伤害，引起并发症，是一种十分可怕疾病。

为了防止以糖尿病为首的生活习惯病，下面介绍专家的进言和预防实例。为了预防糖尿病，接受定期的健康检查显得非常地重要！

◎你知道糖尿病的三大并发症吗？三大并发症是：①肾脏的功能衰退，必须进行人工透析的糖尿病性肾症②有失明危险的糖尿病性视网膜病变③脚的发麻和发冷、起立时眼前发黑、便秘、拉肚子、脚气等很小的伤口就要截腿危险的糖尿病性神经障碍。其它，如处于高血糖继续的状态，会加剧动脉硬化，阻碍血液通畅地流通，导致血管阻塞，有引起心脏病、脑梗阻的危险。

◎了解自己的身体状况，能过好现在的生活！为了能过好适合自己的生活，要求在没有得糖尿病以前要接受定期的健康检查，了解自己的身体状况。当检查值偏高、需要进行治疗时一定要去医疗机构接受诊疗！还没有必要马上进行药物治疗时，要进行饮食和运动等生活习惯的改变，在重大病情来临以前进行了预防的措施，能使我们能过好自己向往的生活。

◎只有通过健康检查才能知道的血管的世界

血液是能把人们生命不可缺少的营养和氧份送到我们全身每一角落、一个一个的细胞中，我们是依靠它来维持健康生命的！而承担输送血液任务的是血管。所以要很好地保护血管！对血管的损伤程度，和日常中的饮食、运动、饮酒、抽烟、紧张等生活习惯有着密切的联系。虽然人们不会感觉到血管的疼痛，但高血糖、高血压、血脂异常、高尿酸等都能表明你的血管可能已经开始病变了。通过体检才能知道以上提到的有关指标的状态。

◎上田市的健康检查

【特定健康检查】40岁至74岁者

- 上田市的国民健康保险的加入者，在5月向各位邮寄了健康检查的就诊券
- 工作单位的健康保险的加入者，请参加工作单位的健康检查

【年轻者健康检查】30岁至39岁者，如工作单位有体检请以参加单位的体检为优先。费用1000日元，要向市健康推进课联系。后日向你寄健康检查的就诊券。

·【长寿健康检查】加入后期高龄者健康保险者，75岁以上者或有一定障碍的65岁以上者，要向市健康推进课联系。后日寄健康检查的就诊券。

◎上田市的癌症检查

今年能进行的检查有，大肠癌、乳房癌、子宫癌、前列腺癌，具体请确认5月向各位邮寄的上田市健康检查指南。

◎为了延长健康寿命，接受健康检了解自己目前的身体状况显得非常的重要！推荐大家为了自己的健康要进行定期的健康检查！

◆上田市的生活习惯病预防---要加强运动和注意饮食!



●减盐 3g 大作战

平成 28 年度的统计,长野县民摄取食盐 男性 11.8g/日(全国倒数 3 位)、女性 10.1g/日(全国倒数第一位),男女都比基准的摄取食盐的量多吃盐 3g/日。摄取过量的盐分被认为是形成高血压的原因之一。市健康检查的 40 岁至 74 岁国民健康保险的加入者,在接受治疗的患重症生活习惯病的约 80%的人们,在同时进行着高血压的治疗。开展一日减盐 3g 的运动,预防高血压等

生活习惯病及防止重症化显的很重要。

怎么来减少摄取食盐的量?根据 28 年度的县民的健康营养的调查,很多盐分是通过调味料、腌制食品、加工食品摄取的,饮食总量的增加,摄取的盐分也随着增加,这和过量摄取盐分有直接的关系,注意保持适正的饮食量就能减少摄取食盐的量!目前以调味料为首市场上有许许多多的减盐食品,血压偏高者可以利用减盐食品来控制血压。

●用维生素 A、C、E 来增加我们的身体健康!

维生素有很多的种类,各种各样的维生素在身体中担任着很重要的帮助作用。如在人体肌肉、血管的形成中(蛋白质的合成),还有保卫身体时(抗酸化、提高免疫能力)都起着不可缺少的重要作用。我们人体特别不能缺少的是维生素 A、维生素 C、维生素 E,合在一起称用维生素 ACE。

① 用维生素 A、C、E 的作用:不仅仅是成长期的孩子,无论是哪个年代的人们为维持健康的生命都需要蛋白质,我们通过饮食从鱼、肉、蛋、牛奶等摄取到的蛋白质,要通过维生素 A、C、E 的帮助才能被身体利用。所以在饮食中一起摄取维生素 A、C、E 非常重要。

② 摄取维生素 A、C、E 的关键是要吃黄绿色的蔬菜,人们一天需要蔬菜的量是 350g,其中要求吃黄绿色的蔬菜 150g,浅色蔬菜 200g。黄绿色的蔬菜中含维生素 A、C、E 特别地丰富,而浅色蔬菜中含的很少。维生素因为在体内不能存储,所以大家要在每餐的饮食里都摄取蔬菜,这显得非常重要。



一天需要蔬菜的量和维生素 ACE 的含量

一天需要蔬菜的量	维生素 A (μ g)	维生素 C (mg)	维生素 E (mg)
350g			
黄绿色的蔬菜	150g	710	38
浅色蔬菜	200g	2	43
			0.2

介绍为外国籍居民服务的综合咨询窗口

上田市役所内设置了外国籍居民服务的综合咨询窗口,由多文化担当来为外国籍居民服务,大家在生活中遇到困难时,可安心地去询问。

- 实施日:周一至周五(市役所的工作日时,节假日除外)
 - 时间:8:30 至 17:15
 - 地点:上田市役所主厅 1 楼
 - 咨询内容:如何办理市役所内的各种手续、其他生活中各种各样的困难都可放心咨询。
 - 对应语言:葡萄牙语(简单的英语和西班牙语可以对应)、中国语
※不需要预约,但有外出和去其他部门做翻译不在窗口的时候。
- 问询:上田市人权男女共生课 ☎75-224

11月市行政机关的咨询窗口(无需独自烦恼,敞开心扉咨询)

咨询窗口名称	实施日	时间	地点	申请方法	联系窗口	
消费生活/市民咨询	周一至周五	9:00至12:00、 13:00至16:00	市役所 (南大楼)	不要	■上田市消费生活中心 ☎75-2535	
法律咨询	8日・22日 (周五)	13:00至16:00		电话 预约	上田市生活环境课 ☎22-4140	
行政咨询	12日(周二)			不要		
土地的境界线/登记/不动产鉴定等咨询	14日(周四)					
楼房管理师担当什么都可以咨询	27日(周三)					
行政咨询/ 登记・法律咨询	20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 ☎42-1216	
人权保护委员会有关人权方面烦恼的咨询	周一、三、五 (节假日除外)	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	
	7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生课 TEL23-5393	
女性律师的法律咨询	14日、28日 (周四)	10:00至12:00	市民 プラザ・ゆう	电话 预约	上田市人权男女共同生课 TEL27-2988	
由女性咨询员担当,什么都可以咨询	周二	11:00至18:00			9:00至17:00	上田市人权男女共同生课 TEL27-3123
	周四	10:00至17:00				
好忘・痴呆症的咨询	26日(周二)	13:30至17:00	市役所(南大楼)	电话 预约	市高龄者介護課☎23-5410 丸子高龄者支援 ☎42-0092 真田高龄者支援 ☎72-4700 武石高龄者支援 ☎85-2119	
	12日(周二)		丸子ふれあい ステーション			
闭门属者的咨询・ 心病的咨询	商量决定		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	周一至周五	9:00至16:00	-	-	少年育成センター TEL22-8080	
单亲家庭・儿童家庭生活咨询	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	
成长咨询					8:30至17:15	电话 预约
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	若者サポートステーション ・シナノ TEL75-2383	
关于年轻人的工作什么都可以咨询	周一、四、五					
就职・就劳咨询・ 职业介绍	周一至周四 (节假日除外)	9:00至12:00	地区雇佣推进课 (勤労福祉 センター)	电话 预约	上田市地区雇佣推进课 TEL24-7363	
生活・就劳咨询	周一至周五 (节假日除外)	9:00至17:00	社会福祉協議会 ふれあい 福祉センター	不要	まいさぼ上田(福祉课) TEL71-5552	

☆限于中文上田信息的篇幅限制,咨询日在变动但不能每月都刊登;请保存咨询窗口的电话等信息有参考意义,利用时可通过电话确认具体的日期等。

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

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!!

1 1 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

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
3 日 周日	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	脳神経外科、神経内科
	甲田医院	上田市中央 1-6-24	0268-22-0859	外科
	飯田整形ペインクリニック	上田市上田原 717-12	0268-28-1211	疼痛外科、骨科
	下田眼科	上田市常田 1-10-78	0268-21-0606	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
4 日 周一	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
10 日 周日	佐藤胃腸科内科	中央 1-8-20	0268-22-2342	内科、腸胃科
	山田内科医院	下之郷乙 351-1	0268-26-8181	内科
	リサーチパーククリニック	上田市下之郷 813-46	0268-37-1133	外科
	下形整形外科クリニック	上田市芳田 1904-1	0268-35-5252	外科、骨科
	飯島耳鼻咽喉科医院	上田市大手 1-1-78	0268-22-1270	耳鼻咽喉科
	さとう眼科クリニック	上田市神畑 4 3 7	0268-38-2011	眼科
17 日 周一	い内科クリニック	古里 166-1	0268-21-3737	内科、胃内科
	上田生協診療所	上塩尻 393-1	0268-23-0199	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
23 日 周六	塩田医院	上田市中野 29-2	0268-38-2221	内科、外科、耳鼻咽喉科
	宮坂内科小児科医院	上田市常田 2-5-3	0268-22-0759	内科、小児科
	大谷外科・眼科	上田市常田 3-2-8	0268-27-2220	眼科、外科
24 日 周日	柳沢病院	上田市中央西 1-2-10	0268-22-0109	内科
	小松内科循環器科医院	上田市上田 1493-3	0268-27-2200	心内科、内科
	城南医院	上田市御所 373	0268-22-3481	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	上田市上田 1776-4	0268-25-2515	外科、骨科
	金井医院	上田市国分仁王堂 1122-1	0268-22-9716	耳鼻咽喉科

上田市内科・小児科初期救急センター

地址: 上田市緑ヶ丘 1-27-21 (接邻信州医疗中心)

诊疗日期: 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



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