



上田信息



中文本地消息 月刊
2021年5月号 (No. 50)



◆关于新冠疫苗接种

上田市新设新冠疫苗呼叫中心

●新冠疫苗接种的电话预约

☎0570-079-567 (9:00~17:00)

●网上预约



因要在上手臂接种
疫苗, 望穿容易露
出肩膀的上衣来。

◆接种会场当日的具体流程



要求大家接种后也要继续进行防止新冠的对策

因为就是进行了疫苗的接种, 也有被感染的可能性, 或者说自己是没有症状的感染者, 但也存在感染他人的危险性。所以请继续进行防止新冠的对策!

关于辉瑞制造 (ファイザー) 的新冠疫苗接种

Q 疫苗的有效性?

A 进行了2次接种、7日后, 被新冠感染有症状者的预防效果 95%左右。

Q 第二次的接种在什么时候进行?

A 标准是第一次接种后的3周后的相同的周几。

Q 接种后短时间内或延续至第二天, 有以下症状发生的可能性, 症状多数在几天内能恢复的。

接种部位的疼痛、疲劳、头痛.....50%以上

肌肉的疼痛、发冷、关节疼、拉肚子、发热、接种部位的红肿.....10%至 50%

恶心、呕吐.....1%至 10%

※辉瑞制造 (ファイザー) 的新冠疫苗接种说明的中文翻译、在5月的上田信息上有登载、有不明之处请向市役所多文化中国语担当询问 (☎0268-75-2245)。

◆市营住宅 6 月期入住者的募集！（询问：市住宅课 TEL23-5176）

●募集团地：①千曲町 4 户 ②内堀 3 户 ③中丸子 6 户 ④上丸子 1 户 ⑤萩 1 户 ⑥鳥屋 1 户 ⑦上鳥居 1 户 ⑧石経 1 户。募集团地和户数有变动可能，应募的资格、住房的结构和房租费等具体信息请向市住宅课询问或查看市的 HP。

●申请窗口：在 6 月 1 日（周二）至 8 日（周二），向市住宅课或丸子、真田、武石的自治中心市民服务课窗口申请。

●入居者的决定方法：6 月 18 日（周五）在中央公民馆 2 楼第 1 会议室进行公开抽签决定入居者。

●单亲家庭、高龄者家庭、残疾人家庭等能满足一定条件的家庭，能优先申请、但这并不是能入住的保证。

◆県营住宅 入居者补充的募集

对上田市、東御市内的県营住宅的入居者进行补充募集。

✚ 团地、住宅的参观：5 月 26 日（周三）

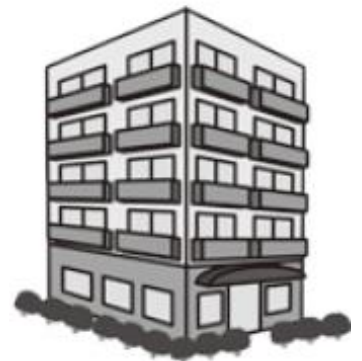
✚ 申请窗口：6 月 1 日（周二）至 7 日（周一）

向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：6 月 15 日（周二）13:30 开始 在上田合同厅舍南栋 2 楼会议室。

✚ 其它：具体请询问或查看长野県住宅供给公社的网页。

✚ 询问：长野県住宅供给公社上田管理中心 TEL: 29-7010。



◆上田市第七次关于空家/房屋的咨询会

（询问：市空家对策课 ☎71-6722）

受到大家的好评，举行由不动产专家来解答你的疑问的免费咨询会。需要事先预约，有时间 30 分钟左右/每人的限制。

日期和时间：6 月 17 日（周四）、18 日（周五） 13:00 至 16:00

地点：サントミューゼ（大型购物中心“アリオ”的对面）第一会议室

内容：

- 自己老家有长期空置的房屋，想对房屋进行利用或处理？
- 想对旧的住房进行改修！
- 想知道免费进行耐震诊断的有关事项！
- 想咨询现在长期空置的房屋是卖掉好呢？还是出租好？
- 房屋拆除后，固定资产税会增加到 6 倍，是真的吗？

※根据咨询的内容，有需要向有关部门进行确认的可能。

对象：拥有在上田市内空家/房屋者。

定员：每天限先联系的 5 人。

申请：5 月 24 日（周一）至 6 月 11 日（周五），电话向市空家对策课报名，TEL71-6722

◆ 6 月是儿童津贴、「特例给付」的发放月

令和 3 年 2 月至 5 月的儿童津贴、「特例给付」在 6 月 10 日（周四）付到大家自己指定的帐户里。请大家通过存折记账的方法进行确认。请注意当有小孩出生时和有抚养中学生以下的孩子者新迁入上田时，需要自行办理儿童津贴等的手续！（是公务员，请向自己的工作单位联系）。请注意在确认手续完成后，才能支给儿童津贴的，请还没有办理儿童津贴手续者尽快进行办理，有不明白的地方请尽早询问。

还有，6 月初旬市向被认为有领取儿童津贴等的家庭邮送现状况提出书（黄色的纸），请填写好后，并附上领取者的健康保险证的复印件、要求在 6 月 30 日（星期三）前提出！

询问：市子育て・子育て支援課 TEL 2 3 - 5 1 0 6 丸子市民サービス課 TEL 4 2 - 1 0 3 9
真田市民サービス課 TEL 7 2 - 2 2 0 3 武石市民サービス課 TEL 8 5 - 2 0 6 7

◆请注意网络使用中突然出现“被病毒感染”的警告！

出现了“被病毒感染”的警告、有可能是伪情报，只要把计算机或手机关机一次，再开机就会消失的。一定不能去下载指示的小程序，如按指示操作会发生你计算机或手机中的信息被盗，非常危险！可能出现你电脑中的信用卡等信息有可能被盗的被害。遇到困惑时，请向向上田市消费生活中心咨询 ☎75-2535。

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 ●小儿科（15 岁为止）☎0268(21)2233

◆新婚夫妇新生活支援金可办理申请手续了!

问讯: 市移住交流推进课 TEL21-0061

对居住在市内的新婚夫妇的开始生活的费用和搬家的费用支給补助金的制度。

*以满足以下条件的家庭为对象:

- ①令和3年1月1日至12月31日期间办理了结婚登记的家庭。
- ②在本市内居住,在上田市有住民票者。
- ③以结婚登记之日为基准,夫妇两人的年龄都在39岁以下(年龄以生日前年龄来准来确定)。
- ④在令和2年中夫妇总所得(收入)在340万日元以内的家庭(在奖学金返还中,返还金额能从所得中进行除控)
- ⑤没有拖欠税的情况。
- ⑥没有得到其他住房补助等公的制度支援。

***补助范围的对象经费:** 令和3年1月1日至令和4年2月28日期间为了婚后生活的以下费用:

- ①为了取得租住房的费用和房租费、礼金等等
- ②购买新居时的取得费用
- ③结婚时的搬家费用。

***补助额:** 补助额的比例为100%,补助金额的上限为30万日元。

***申请方法:** 申请期间为6月1日(周二)至令和4年3月7日(周一)为止,查看市的HP填写好申请表、等,去窗口申请。

◆面向求职者、9月开课的公共职业训练

(问讯: ポリテクセンター長野 TEL: 026-243-7856)

是以求职中的人们为对象,学习产品加工技术、设备保全等知识,是掌握知识、技能、技术的职业训练的培训课程,以早日实现企业就职为目的、6个月的职业训练的培训。

●募集课程(※CAD:计算机绘图、辅助设计)/募集人数

- ①机械CAD/NC加工学科/15名
- ②建筑CAD设计课/20名

※在8月5日 周四有入校筛选考试、决定入学资格)

●期间: 9月1日(周三)至令和4年2月24日(周四)(②是令和4年2月22日(周二)为止)。

●地点: ポリテクセンター長野 長野市吉田4-25-12

●募集资格: 在公共职业安定所(ハローワーク)有求职的登录者、并能参加此职业训练全教程。

●费用: 不要(但,教材的费用等要自我负担)

●申请: 6月1日(周二)至7月27日(周二)向公共职业安定所(ハローワーク)的职业训练担当的窗口申请,填写好参加职业训练的申请表并提出。

◆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 ☎75-2383

学习Word和Excel两软件的基本操作和应用(使用office2019)的课程。

- ◇ 日期和时间: 6月17日(周四)・18日(周五)・21日(周一)至23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
- ◇ 对象: 15岁至39岁在就业活动中的人们
- ◇ 定员: 先报名的5名 ※ (6月16日(周三)10:00开始讲座的说明会必须参加)。
- ◇ 费用: 免费!(※教材费要另行收取)
- ◇ 申请和询问: 5月24日(周一)后,用电话报名 ☎75-2383 (若者サポートステーション■シナノ)。

◆你想参加以就业为目的的实习吗?

以高中生以上的学生为对象,希望利用暑期进行以就业为目的的实习者,本机构将协助进行与地方企业之间的周旋,大家可以轻松地利用此制度。对暑期以外的希望的参加者也进行对应,有想利用就业为目的的实习的学生请询问。

申请: 暑期的就业训练的要求在7月1日(周四)为止用电话报名。

询问: 上田职业安定协会(在上田商工会议所内) ☎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！！

6 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 至 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
6 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
	豊殿診療所	上田市殿城字神林 250-4	0268-29-1220	内科
	村上医院	上田市大手 1-2-6	0268-22-3740	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
	金井医院	上田市国分仁王堂 1122-1	0268-22-9716	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
13 日 周日	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
	わかた内科	上田市新町 180-1	0268-38-2540	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	皮肤科
	生田耳鼻咽喉科医院	上田市生田 3752-1	0268-41-1187	耳鼻咽喉科
20 日 周日	塩田医院	上田市中野 29-2	0268-38-2221	内科、外科、耳鼻咽喉科
	こさとクリニック	上田市古里 1926-17	0268-28-4111	内科、皮肤科
	室賀診療所	上室賀 1 3 - 5	0268-31-1070	内科
	大谷外科・眼科	上田市常田 3-2-8	0268-27-2220	眼科、外科
27 日 周五	柳沢病院	上田市中央西 1-2-10	0268-22-0109	内科
	橋本医院	上田市舞田 1	0268-38-2033	内科
	城南医院	上田市御所 373	0268-22-3481	内科
	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
	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
	吉松整形外科クリニック	上田 1776-4	0268-25-2515	外科、骨科
	住吉耳鼻咽喉科医院	上田市住吉 626-11	0268-22-3387	耳鼻咽喉科

上田市内科・小児科初期救急センター

必须先电话预约后，按指示前去就医！

地址：上田市緑ヶ丘 1-27-21

(和信州医疗中心接邻)

诊疗日期：每天

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



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

帮助理解用

中文

新冠疫苗接种的初步医检表

*请在下表中填写相关内容或打勾☑

注意：

- 中文医检问询表不能在打预防针时提出，供大家填写『予诊表』参考用！
- 要求此方块位置贴『接种券』，但必须贴在邮寄来的『予诊表』上！

居民登录住址	县	市
	住址	
假名注音		联系电话
姓名		
出生日期	年 月 日 (岁)	☐ 男 ☐ 女
问诊前的体温		度

问题	回答栏	医务人员填写
您是第一次接种新冠疫苗吗？ (如此前已接种，请填写第一次接种日期： 月 日，第二次接种日期： 月 日)	☐ 是 ☐ 否	
您现在居住的市/町/村是否与接种券上的市/町/村一致？	☐ 是 ☐ 否	
您是否已阅读«新冠疫苗接种说明书»，并理解了疫苗接种后的效果和不良反应？	☐ 是 ☐ 否	
你是否属于下列优先接种疫苗的群体？ ☐ 医务人员等 ☐ 年龄 65 岁及以上的老年人 ☐ 年龄介于 60 至 64 岁之间 ☐ 老年设施工作人员等 ☐ 基础疾病患者（所患疾病名称： ）	☐ 是 ☐ 否	
您目前是否患有某种疾病并接受治疗或服用药物？ 所患疾病名称： ☐ 心脏病 ☐ 肾病 ☐ 肝病 ☐ 血液疾病 ☐ 止血困难症 ☐ 免疫缺陷症 ☐ 其它（ ） 医学治疗： ☐ 血液稀释药物（ ） ☐ 其它（ ）	☐ 是 ☐ 否	
您上述疾病的主治医生是否已准许您今天接种新冠疫苗？	☐ 是 ☐ 否	
一个月以内 是否有过发热或感觉不适？所患疾病名称（ ）	☐ 是 ☐ 否	
您今天是否感到某些部位不适？不适症状（ ）	☐ 是 ☐ 否	
您是否有过痉挛（癫痫）症状？	☐ 是 ☐ 否	
您是否对药物或食物产生过严重的过敏症状（例如过敏症）？ 引起过敏症状的药物或食物的名称（ ）	☐ 是 ☐ 否	
您是否经历过疫苗接种后的不适症状？ 疫苗类型（ ） 不适症状（ ）	☐ 是 ☐ 否	
您目前是否可能怀孕（比如您的生理期晚于预期）？ 或者您目前处于哺乳期？	☐ 是 ☐ 否	
您是否在过去两周内接种过疫苗？ 疫苗类型（ ） 接种日期（ ）	☐ 是 ☐ 否	
您是否对今天要接种的疫苗存在疑问？	☐ 是 ☐ 否	

医务人员填写	鉴于上述问诊和检查结果，今天（ ☐ 可以， ☐ 不可以）接种疫苗。	医生签字盖章
	我已解释过本疫苗接种后的效果、不良反应以及与疫苗接种相关的健康损害保障机制。	
	☐ 疫苗接种者未满 6 岁（如申请接种，请在此处填写）	

新冠疫苗接种申请表

在接受医学问诊并听取医生解释本疫苗接种后的效果及不良反应后，您是否愿意接种本疫苗？
（ ☐ 我愿意接种 ☐ 我不愿意接种 ）

填写这份初步医检表的目的是为了确保疫苗接种的安全性。
我理解并同意将本医检表提交至地方政府、公益社团法人国民健康保险中央会以及国民健康保险组织。

受接种者或其监护人的签名
日期：
(*如果受接种者本人无法填写，本表必须由其代理人填写，并备注代理人姓名及其与受接种者的关系。) (*如果受接种者未满 16 岁，本表必须由其监护人填写；如果疫苗接种地点是成人病房，本表必须由受接种者本人或其成年监护人填写。)

医生填写栏

疫苗名称以及批号	接种剂量	接种地点、医生姓名、接种日期	*请在此处填写医疗机构代码和接种日期
盖章处	ml	接种地点	医疗机构代码
*请沿方框整齐粘贴		医生姓名	
(注：确保未过有效期)			接种日期 *示范： 2021 年 4 月 1 日 →2021/04/01

新冠疫苗接种说明书

关于新冠疫苗

本疫苗已被列入针对新型冠状病毒(SARS-CoV-2)的国家及地方政府的疫苗接种计划，其接种费用由公共资金承担，并对所有有接种意愿的人免费接种，接种群体年龄在 16 岁及以上。

疫苗效果及接种方法

本疫苗由辉瑞公司制造，使接种者能预防感染新冠病毒。

研究结果发现：与尚未接种本疫苗的人相比，本疫苗接种者感染新冠病毒的几率很低。（研究结果报告称，本疫苗预防疾病发作的有效性约为 95%。）

产品名称	復必泰®（Comirnaty®）肌肉注射
有效性及作用	预防由新型冠状病毒（SARS-CoV-2）引起的感染性疾病
接种频次及间隔时间	2 剂（间隔 3 周） *肌肉注射
接种目标群体	16 岁及以上的年龄群体（本疫苗针对未满 16 岁人士的有效性和安全性尚不明确。）
接种剂量	每剂 0.3 mL，共 2 剂

- 两剂疫苗之间的接种间隔时间通常为三周。（如果您接种完第一剂后已超过三周，请尽快接种第二剂。）
- 如果您接种了本疫苗的第一剂，请确保第二剂接种同款疫苗。
- 研究表明：接种者在完成接种两剂疫苗 7 天后，才可获得充分的针对新冠病毒的免疫力，但目前本疫苗预防感染的有效性尚不确定。无论您是否接种本疫苗，您都需要采取恰当的感染防范措施。

不适宜接种群体

下列群体不适宜接种本疫苗。如果您符合以下任一情况，请务必在接种前的问诊中明确告知医生。

- 明显发热症状（*1）
- 身患严重急性病
- 对本疫苗的任一成分出现过严重过敏症状（*2）
- 除上述情况外其它不适宜接种的群体：

（*1）明显发热症状通常指体温高达或超过 37.5℃。但是即使体温低于 37.5℃，这不一定适用于根据常规体温被诊断为发热的情况。

（*2）过敏反应以及多种过敏症征兆，包括全身性皮肤和黏膜症状、出现喘气、呼吸困难、心动过速或血压过低症状。

应该对疫苗接种持谨慎态度的群体

符合下列任一情况的，应对疫苗接种持谨慎态度。如果您遇到下列情况，请务必在接种前的问诊中明确告知医生。

- 正在进行抗凝血治疗、患血小板减少症或凝血功能障碍症
- 曾被诊断为免疫缺陷、或近亲患有先天性免疫缺陷
- 患有心脏、肾脏、肝脏或者发育障碍等基础疾病
- 曾接种过疫苗并在接种两天内出现发热、全身皮疹等过敏症状
- 曾出现过痉挛症状
- 可能对疫苗成分过敏

（续背面）

如果您处于孕期或可能怀孕、或处于哺乳期，请务必在接种前的问诊中明确告知医生。
本疫苗产品含有未在其它疫苗中使用过的添加成分。如果您曾对药物有过超敏或过敏反应，请务必在接种前的问诊中明确告知医生。

完成疫苗接种之后

- 完成疫苗接种后请您在接种点至少等候 15 分钟（如果您曾出现过包括过敏休克在内的严重过敏反应，或出现恶心、头晕等症状，请至少等候 30 分钟）。如果您接种疫苗后感到不适，请立即联系医生。（便于医务人员处理疫苗接种后的突发性副作用。）
- 疫苗接种部位需保持清洁干净。虽然疫苗接种当天洗浴身体并无大碍，但请不要揉擦接种部位。
- 请在疫苗接种当天避免剧烈运动。

不良反应

主要的不良反应症状表现为：接种部位疼痛、头痛、关节和肌肉疼痛、疲劳感、发冷以及发热症状。罕见的严重不良反应包括休克及过敏症。由于本疫苗属于新型疫苗，有可能引起一些目前尚未发现或明确的症状。如果您在疫苗接种后察觉到任何相关症状，请联系接种医师或您的家庭医生。

关于疫苗引发的健康损害的保障机制

疫苗接种可能会引起一些健康问题（例如疾病或残疾）。尽管这属于极端案例，但其潜在风险不容忽视，所以已建立起一套针对该风险的保障机制。
如果因接种新冠疫苗而引起健康损害，《预防接种法》同样明文规定了相关保障措施（医疗费、伤残抚恤金等）。相关保障的申请程序请咨询您住所地区的地方政府。

关于新冠病毒的感染症状

感染新型冠状病毒（SARS-CoV-2）后，患者会出现发热、咳嗽等类似普通感冒的症状。尽管多数轻症患者能被治愈，但仍有重症感染者会患有呼吸困难及严重肺炎症状，严重者可能会致死。

本次被批准的新冠疫苗（辉瑞公司制）的特点

本疫苗属于信使 RNA（mRNA）疫苗。配方中的信使 RNA 会嵌入脂膜，它是新冠病毒(SARS-CoV-2)刺突蛋白（病毒入侵人体细胞时所需的蛋白）的“蓝图”。当信使 RNA 通过疫苗接种进入人体后，病毒性刺突蛋白会按照信使 RNA 在人体细胞内生成，由此诱发对抗刺突蛋白的中和抗体和细胞免疫反应，后者能预防感染新冠病毒。

本疫苗包含以下成分：

活性成分	◇ Tozinameran（mRNA，编码附着在人体细胞膜的全长刺突蛋白）
添加成分	◇ ALC-0315：[(4-羟丁基)氮杂二基]]双(己烷-6,1-二基)双(2-己基癸酸酯) ◇ ALC-0159：2 [(聚乙二醇)-2000] N,N-二十四烷基乙酰胺 ◇ DSPC：1,2-二硬脂酰基-sn-甘油-3-磷酸胆碱 ◇ 胆固醇 ◇ 氯化钾 ◇ 磷酸二氢钾 ◇ 氯化钠 ◇ 磷酸氢二钠二水合物 ◇ 蔗糖

更多关于新冠疫苗有效性及安全性的信息，请阅览“日本国首相官邸”网站的“新冠病毒疫苗”页面。

厚生劳动省

新型冠状病毒疫苗

検索

如果您无法阅览该网站，请联系您所在地的地方政府。

