



上田信息



中文本地消息 月刊
2021 年 11 月号(No. 56)

◆请参加令和 4 年的上田市成人仪式，注意大会的内容和往年有变化！

为了防止新肺病毒的感染，各会场将缩短成人仪式的时间并减少各会场的入场人数来召开！！

●日期：令和 4 年 1 月 9 日（星期日）

●对象：在平成 13 年 4 月 2 日~平成 14 年 4 月 1 日间的出生者。

中学时上学的学区	会场	时间
第一中学校	上田文化会馆 会场	12:30 至 13:00
第二中、第三中学校		15:00 至 15:30
第四中学校	上田创造馆 文化会场	12:30 至 13:00
第五中学校	农村环境改善中心 多目的会场	13:00 至 13:30
第六中学校	上田创造馆 文化会场	15:00 至 15:30
盐田中学校	盐田中学校第一体育馆	13:00 至 13:30
丸子、丸子北中学校	丸子文化会馆 大会场	11:00 至 11:30
真田、营平中学校	真田中央公民馆 大会场	11:00 至 11:30
依田窪南部中学校 (武石小学校)	武石公民馆 交流大会场	11:00 至 11:30



询问：

- 市生涯学习・文化财课
TEL23-6370
- 丸子教育事务所
TEL42-3147
- 真田教育事务所
TEL72-2655
- 武石教育事务所
TEL85-2030

●在 11 月 20 日前后、向对象者邮送《令和 4 年的上田市成人仪式指南》

向上田市有市民登录的、或明白转出地址的对象者，在 11 月下旬邮送《令和 4 年上田市成人仪式指南》。在中学毕业以后转入上田市和从上田市转出后有再搬家的经历者，希望参加的对象者请联系我们。

◆令和 4 年度的儿童课后俱乐部的利用申请开始了（讯问：上田市学校教育课 ☎23-5195）

∞组织在家里无人照看的孩子在一起渡过课余时间∞

市为了对『家长们能兼顾工作又能养育好孩子』、『儿童们能很好地健康成长』进行支援，课后儿童俱乐部作为儿童放学后和学校的休息日能安心生活的场所，市在全小学所在地区设置了课后儿童俱乐部（儿童俱乐部・学童保育所）。明年度的利用申请手续开始了。

◎利用费： 儿童俱乐部 3000 日元 / 月（当月的利用日不到 10 日时，为 300 日元 / 1 利用日）

学童保育所 6000 日元 / 月

※1 对有兄弟姐妹的家庭和单亲家庭有减轻措施。

※2 还有根据不同的设施有需要交点心费和家长会会费等的。

◎申请方法：请填写申请表（在各儿童俱乐部、在市 HP 也可下载取得），在以下的期间内、携带申请表和就劳证明，在申请期限内去希望利用的设施提交。

主要的对象者	申请期间
是令和 3 年度的继续利用的家庭	11 月 15 日（周一）至 20 日（周六）
初次开始利用的家庭（新 1 年级学生等）	11 月 22 日（周一）、24 日（周三）至 27 日（周六）
11 月 27 日以前，不能完成申请的家庭	11 月 29 日（周一）至 12 月 3 日（周五）

◎其他

※需要特别照顾的儿童也可以进行申请，需要特别支援的具体内容请在申请时与儿童俱乐部的工作人员进行相谈。

※令和 4 年度 4 月 1 日（春假中）开始就希望利用时、必须在申请期间内进行申请。

※各课后儿童俱乐部的联络信息等，请查看市网页。从二维码即可以进入网页查看。

市网页



上田市的人口（令和 3 年 11 月 1 日现在）

总人口：154800 人 其中外国籍：3694 中国籍：820 人（占外国籍人口的 22.2%）

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！！

◆介绍适合婴幼儿生长发育时期的基本玩耍（询问：発達相談センター ☎24-7801）

为促进孩子的成长发育，能使婴幼儿感到快乐的游玩显得非常重要。小孩在婴儿时期的游玩能促进身心和语言的成长。

◎对颈部能竖起来时期的小孩来说玩耍有着很重要的意义的游玩

可以丰富孩子的表情，并能促进对游玩的欲望

当颈部能自由地活动时，对有兴趣的事物会盯着看、目光会跟着他们移动。家长的目光要和孩子对视，这样相互眼对着眼多多在一起玩耍。能锻炼婴儿表达高兴、快乐的发声和表情，能为孩子语言的成长打下一定的基础。



改变声音节奏、声调，更好地吸引孩子，这样当你呼喊孩子时，婴儿知道是最喜欢的人又来了，会很惊喜非常地高兴。



寻找婴儿的颈部、肚子、腋下等希望给与触摸的身体部位和孩子玩耍，能促进对自己身体具体部位的认识，这对自己能自由活动身体的部位有密切相连。

用自己的力量自由活动身体、能学会翻身

婴儿最早的玩耍是把自己的手和脚做玩具放入自己的嘴里。当脚能高高地抬起、腰能浮起时就是能向横侧翻过身去了。还有脸朝下、用手支撑着身体，把头高高抬起能审视周围的事物时会问，“这是什么？”、“那是什么？”好奇心增加，就促使婴儿们渐渐增加他们的移动活动。



◆『不允许对孩子进行体罚！』是法律规定的，我们要保护儿童们的权力！

♣♣♣11 月份是推进防止虐待儿童的月♣♣♣ 咨询：子育て・育てち支援課 ☎23-5106

关于虐待儿童等咨询有增加的倾向，孩子的生命被剥夺、悲惨的重大事件没有能够断绝，虐待儿童的深刻的状况一直在继续。我们应该维护的是孩子们的『生命』、『权力』，全社会要为孩子们的『未来』负责。如我们在考虑“这会不会是儿童在被虐待？”时，可以打电话举报。

①举报和咨询可以匿名方式进行

②对举报和咨询者的个人信息等严格保密。

♪儿童相談所の儿童被虐待的对应电话：☎189（※365 天 24 小时对应）

上田市的询问电话：子育て・育てち支援課 ☎23-5106

丸子市民サービス課 ☎42-1309 真田市民サービス課 ☎72-2203 武石市民サービス課 ☎85-2068

◆谈谈养育孩子年代的人们接受身体健康诊断的重要性（询问：上田市健康推进課 ☎28-7124）

为了你自己和对你来说至关重要的人，请你接受健康诊断・癌症检查！

上田市民死亡原因约 50%是因为生活习惯病（癌症、心脏病、脑血管疾病等）所造成的。生活习惯病的预防和早期发现、早期治疗很重要，这又和定期进行健康诊断・癌症检查紧紧相连。在疾病重症来到之前，预防疾病积极过好适合自己的生活。

生活习惯病在人们没有意识到的情况下，病情的各症状会渐渐地进展，为了了解自己的身体，要在年轻时就开始每年一次的健康诊断・癌症检查！

Q 为什么要进行健康诊断？

健康诊断能确认每年在变化的血液状态，是为了预防糖尿病、高血压、脂质异常等生活习惯病的检查。根据检查结果建议去医疗机构就诊或自我纠正目前的生活习惯等等。

Q 为什么要进行癌症检查？

癌症已变为通过早期发现、早期治疗能治好的疾病了。在症状还没有出来的初期阶段，为了发现初期的癌症、请你接受定期的癌症检查！

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

◆为了你自己血管和肾脏健康，参加国民保险者请接受特定健康检查（询问：国保年金课 ☎75-6681）

能了解自己的健康状态，并对现在的生活习惯进行检点、改善。“特定健康检查”对参加国民保险的人们是免费的，幸福健康地过好每一天，让“特定健康检查”很好地服务于我们。

期间：令和 4 年 1 月 31 日为止。 对象：上田市的国民保险参加者的 40 岁至 74 岁之间的人们。

地方：市内医疗机构（个别检查或团体健康检查） 直接向医疗机构申请，团体健康检查请询问。

内容：血液检查、尿检查等基本的身体的健康检查。

携带物品：受诊券、问诊票（5 月的时候市国保年金课已寄给国保的加入者），健康保险证。

※找不到受诊券、问诊票者，请咨询国保年金课 ☎75-6681，能给与再发行，也可中文咨询 ☎75-2245。

◆刚过去的 10 月是“减少食品浪费月”（询问：生活环境课 ☎71-6428）

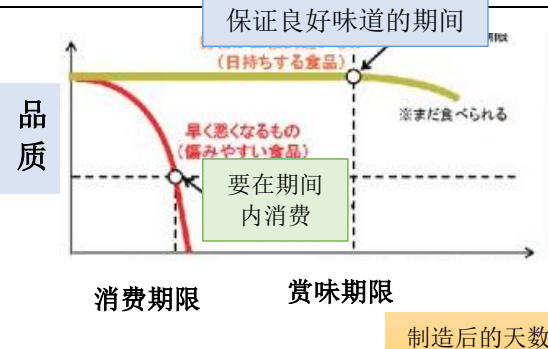
◎什么是食品浪费

食品浪费指的是吃剩下来的，卖剩下来的食品由于种种原因还能吃的食品被白白地扔掉。根据统计在日本、国民平均一人 1 天要扔掉相当于 1 碗的还可以吃的食品。

◎为什么说食品浪费是大问题？

食品有偏向于供应给人口多、收入稳定、消费量大的先进国家的倾向，这个世界上有食品丰富到有剩余的国家，也有食品供给不够的国家。由于大量的食品浪费，使为了生产这些食品的能源白白地浪费。而处理这些被废弃的食品、还消费能源，要排出温室气体。这温室气体是引起地球温暖化的原因。

◎让我们认真地思考、并行动起来减少食品浪费！

在家庭里	外食时	理解消费期限和赏味期限
		•消费期限： 是指能安全地吃的期限。 消费期限过了的食品请不要再食用。 •赏味期限： 是指食品的味道不变能很好地品味的期间。 过了赏味期限并不是指立即就不能吃，是吃还是不吃由消费者自己来决定。
很好地利用、整理家庭中的冰箱能节约家庭伙食费，这又和减少食品的浪费紧密联系在一起。不能一次吃完的蔬菜等冷冻、小包装及处理后进行保存，下功夫延长保存的时间，要争取把家里有的食材全部吃完。	在定餐时就要了解自己能消费的量，点小盘菜、半量品，要尽量吃完上来的菜。遇到怎么也不能吃完时，请与饭店确认，可探讨打包带回去。	 品质 消费期限 赏味期限 制造后的天数

◆市营住宅 12 月期入住者的募集

询问：市住宅课 TEL23-5176

•募集团地：①千曲町 6 户 ②内堀 2 户 ③中丸子 5 户
④萩 1 户 ⑤鸟屋 1 户

•申请窗口：12 月 1 日（周三）至 8 日（周三）的 8:30 至 17:15 向市住宅课或丸子、真田、武石的自治中心市民サービス课。

•入居者的决定方法：12 月 16 日周四，在中央公民馆 3 楼大会议室进行公开抽签。

※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，有能优先申请的优先条件，但这并不是说能保证入住。



◆每年 12 月 3 日至 9 日是障害者（残疾人）周

障害者（残疾人）周是平成 16 年 6 月的『障害者基本法』决定的。通过障害者（残疾人）周的活动，促使整个社会能更了解有残疾的人们需要得到照顾、支援和理解，促使大家来关注障害者（残疾人）的问题。

♪你知道“不能对因为是障害者（残疾人）进行歧视的法律”吗？

为实现有障害者和没有障害者，相互之间都能够尊重他人的人格和个性、并相互认可，创建一个能共同生存的社会而努力的目标。在平成 28 年 4 月开始实行的这法律在今年 6 月又进行了修正，对于障害者（残疾人）提供合理的照顾，从以前的努力义务、改定为了法定义务！

禁止『不正当的歧视对待的行为』	禁止不提供『合理的照顾』
仅仅因为有残疾，没有其他正当的理由，就拒绝提供商品、服务等，还有不能对障害者进行限制、进行附加条件等！	在各种各样的场面，当障害者（残疾人）提出要求给与合理的照顾意思时，不是增加过重负担时，要去除障碍给与需要的照顾。

♪举例介绍怎样对待障害者（残疾人）、提供合理的照顾？

活用平板电脑末端	•对文字读写有困难者，可以通过软件的语音转换进行对应。
尽量不使用专业术语	•对复杂的指示、文章的理解有困难者，要尽量使用简单的语言、用简图、照片等进行说明。
建筑物要求无障碍设计 (取消高低段差)	•要让使用轮椅者能自由移动，建筑物要求无障碍设计，安装电梯、轮椅通道等。
环境的整備	•对容易疲劳和产生紧张者，要在整備休息的空间、进行调整业务的时间等方面下功夫。

上田市对提供的行政手续和服务处，做到不以障碍的理由对服务对象进行差别对待（歧视），并在各种各样场面的服务中提供合理的照顾！

◆生活消费中心，提醒大家要防止邮件以『送给资产』为话题，来诈骗的被害！

近来有以发送『送给资产』的邮件为饵，要求先支付手续费，结果上钩被骗取了手续费的咨询，请大家要提高警惕！

◎事例：SMS 的短信，一点不在意地打开了，“有意送 1 亿几千万的资产”且手续全部由对方进行的短信。给人以错觉，可能得到这么多的财产？很快就回了信。回答是，办理送给资产的手续需要钱，请汇款，这负担的钱今后全额还给。不知情者按对方的要求支付了登记费、确认费、银行账户登录费等共计 10 万円 / 日元。

◎生活消费中心咨询担当的进言：类似以上阐述的事例近来时有发生。顾客认为是暂时付款，结果是不断地要求支付……也有是按照对方的指示操作手机结果、没拿到钱，而是用自己的信用卡支付了。希望大家在遇到『送给资产』、『请你接受送金』等能轻易得到金钱的事物面前，不要轻易相信对方的甜言蜜语，坚决不能回信，要提高警惕。有被困的事时请联系上田市生活消费中心 ☎75-2535，也可电话消费者热线 ☎188，要尽早咨询。



◆迎新年的插花教室（大家一起来制做以迎新年主题的鲜花插花作品）（询问：☎29-0210）



日期、时间和地点：12月25日（周六）13:30至15:30 上田火车站前パレオ 2楼

讲师：関口 篤住 老师（上田市 青い鳥 创建者）

定员：20名（以先报名顺序决定）

费用：2500円 / 日元 ※材料费

报名：12月3日至20日电话或窗口申请※上田情報ライブラリー☎29-0210 パレオ 4楼

注意：12月20日以后的取消，要求全额支付材料费。

◆今年冬天的户外运动***请尽情地享受上田的雪***

菅平高原全滑雪场通用和武石番所ヶ原滑雪场的滑雪行车乘车券，优惠价（※特别优惠活动，不受住址的限制）！今年滑雪季节里，对菅平高原全滑雪场通用和武石番所ヶ原滑雪场的滑雪行车乘车券打折优惠！各滑雪场的一日券，每人减1000円日元，在各滑雪场的滑雪行车乘车券购买处都可购买打折优惠乘车券。

期间：①菅平高原全滑雪场通用：12月10日（周五）至令和4年2月13日（周日）

②武石番所ヶ原滑雪场：12月18日（周六）至令和4年3月27日（周日）

注意：

- 要携带驾驶证、保险证能确认年龄的证件。
- 今年的特别优惠活动在财政预算使用完毕时将终止。
- 特别优惠不能和其他的优惠券同时使用。

菅平旅客索道
协会的 HP



菅平高原（すがだいら）全滑雪场

	一日券		2日券		上田市民全季节通用券
	普通	菅平优惠	普通	菅平优惠	
大人（高中生以上）	4900円	3900円	8800円	6800円	以在上田市工作、上学者为对象，在11月30日（周二）为止、滑雪季节以前的期间，面向市民贩卖早期全季节通用券。详细请查看菅平旅客索道协会的HP（※可利用上面的二维码查看），或电话询问（TEL42-2137） 营业期间：12月10日至令和4年3月31日 使用时间：8:30至16:30
小学生	2800円	1800円	5200円	3200円	
中学生、60岁以上者	3900円	2900円	7200円	5200円	
老人（70岁以上）	3400円	2400円	6200円	4200円	
小孩（4岁至学前儿童）	1000円	0円	2000円	0円	

（询问：菅平旅客索道协会 TEL74-2137，真田产业观光课 TEL72-4330）

武石番所ヶ原（たけしばんしょがはな）滑雪场

	一日券	
	普通	たけし番所优惠
一般	3550円	2550円
上田市民、练马区民	3000円	2000円
50岁以上者	2030円	1030円
小学生	1520円	520円

- 营业时间：8:30至16:00
- 价格：左记1日券的其他有回数券、半日券、全季节通用券。具体请询问上田地区振兴事业团 TEL42-1003



（询问：上田地区振兴事业团 TEL42-1003）

◆开办上田市小学生滑雪教室（住1晚2天）

（询问：市スポーツ推進課 TEL23-5196 上田駅前大楼・パレオ的5楼）

以学习滑雪技艺，广交朋友并进行积极的交流为目的滑雪教室。

- 日期：令和4年1月8日（周六）、9日（周日）
- 对象：一个人能生活的市内小学5、6年级的在学学生
- 地方：菅平高原滑雪场
- 教练：全日本滑雪联盟公认指导者（上田滑雪俱乐部成员）
- 定员：60名（当报名超过定员时以抽签决定能参加者）
- 参加费：9000円 / 日元（包含讲座费、住宿费、滑雪行车费用、保险费等）参加者确定后，向参加者邮送交费单，要在12月17日（周五）为止交纳。
- 报名：11月30日（周二）为止填写好规定的申请表（从市网页下载）、通过E-mail申请。
- 其他：详细信息请参考市的网页。（〒386-8601 教育委員会 スポーツ推進課 スキー教室担当）
- E-mail: sports@city.ueda.nagano.jp

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！要告知是火灾还是急救・救助！！

◆市民的森林溜冰场”今年对外营业

∞上田市民冬天娱乐的室外溜冰场∞

询问：市民森林溜冰场 TEL：27-9396（仅限营业期间内） 上田市スポーツ推進課 TEL:23-6372

每年有许许多多的市民携家属利用森林溜冰场，今年“市民的森林溜冰场”也即将开始营业！

日期：12月18日（周六）至令和4年2月6日（周日）

※12月31日（周五）和1月1日（周六）休息

时间：9：00至16：30（最终进场时间16：30）

门票：760円（中学生以下300円，就学前的儿童免费），

仅进场观看300円，借溜冰鞋400円

地点：市民の森スケート場【芳田3780-85】

其他：12月18日、19日（周六、周日）和2月6日（周日），免费开放日（借溜冰鞋收费）

●为了你的安全，要在溜冰中戴帽子和手套。

●育成协会、公民馆等公共团体利用时，入场费有能享受减免等优惠的可能，请向上田市スポーツ推進課联系。

●设施内的食堂，营业期间内周六、周日、节假日，还有12月27日（周一）至30日（周四），1月3日（周一）至5日（周三）的7天中将营业，营业时间为11：00至14：00，敬请大家利用。

每年有许许多多的市民访问森林溜冰场，今年也有（在上田市分发至每一家庭的上田广报上）优惠价溜冰券，大家可以剪下来利用。下面是给大家参考用的样本。



♪召开市民的森林溜冰场溜冰节（免费入场）上田市スポーツ推進課 TEL:23-6372

日期和时间：12月19日（周日）9：00至12：00（注意：仅限事前申请者才能入场！！）

内容：讲师的模仿滑行和表演、滑冰讲习会、冰上拾面包竞走

讲师：神津志保美氏（原奥林匹克运动会选手） 小林成光氏（溜冰选手）

佐々木優衣氏（专业花样滑冰选手）

定员：150名

申请：11月25日（周四）9：00开始至12月3日（周五）15：00为止，从网上的专门网页进行申请。

其他：内容、讲师有更变的可能，这一天在溜冰节活动完了后对外开放。

市民的森林溜冰场溜冰节



◆关于新冠病毒感染症的相关情报

上田市预测至11月中旬为止，12岁以上市民85%以上者完成了2次接种。但因为考虑有新12岁的小孩、还有由于住院等等实际的情况没能接种的人们，为了使没能接种的接种希望者都能接种，安排部分的医疗机构进行接种。

◎ 请按以下方法进行新冠疫苗接种的预约：【利用网络预约】、【利用电话预约】。

 电话预约 0570-079-567 时间：9：00至17：00 注意12月开始，只有平日服务！	 网络预约 24小时对应服务
---	---

要携带【新冠疫苗接种的接种券】和填写好的【予诊票】、在预约日的时间里接种。

（关于接种有不明之处，想用中国语咨询者，可以拨打市多文化担当窗口的电话：0268-75-2245）

◎新冠疫苗接种后，继续要求大家要最大限度地防止新冠病毒感染！

新冠疫苗接种后对抑制感染新冠发病和预防重症方面能发挥效果，并不是能完全预防不被新冠病毒感染了。

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

◎完成了2次接种的市民要很好地保管好“接种完了证”

接种者们的新冠病毒疫苗接种券右侧有“新冠病毒疫苗接种完了”的记录，这能证明你已接种完了。这是能证明你自己新冠病毒疫苗已接种的很重要的原始证明，希望大家很好地保管。

◎完成了新冠疫苗的2次接种后，真的就安全了吗？

关于新冠疫苗的最新的课题

上田医疗中心名义院长 吉澤 要

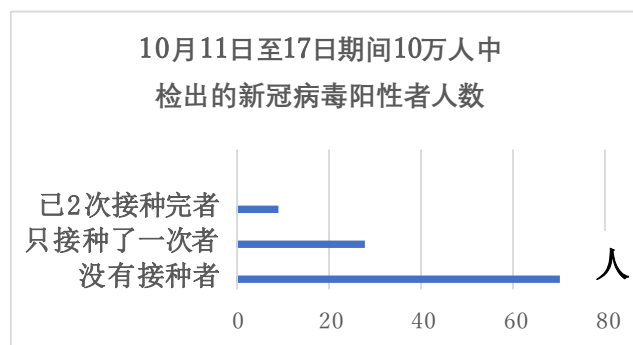
回答，一半是『对的』，另一半『不对』
这是怎么回事？

♣首先来说明为什么是『对的』？正是因为日本总口的70%以上者已打了疫苗，这也是本次新冠病毒感染者大量地减少了的原因。

♣再来说一说为什么是『不对』呢？大家一定看到报道了、完成了2次接种，在第2次接种已经过2周后的人们中也有极少数的人被感染！这病毒十分麻烦的是本人无症状或轻症，但也会传染给别人！

当然有可能传给不能打疫苗的在12岁以下的儿童。

但这并不是说没有必要打疫苗了，打了疫苗者的被感染的风险明显小于没有打疫苗的人群。其他重症化的几率、死亡率都明显地减少了。



◆去海外者用新冠疫苗接种的『接种完了证明』

※ワクチンパスポート

窗口直接提出申请也可以邮寄申请。交付通过邮送的方式进行。
申请窗口: 〒386-0012

上田市中心 6-5-39 ひとまちげんき・健康プラザうえだ
上田市新型コロナウイルス感染症対策室 ワクチン担当

申请对象者:

- ①有海外渡航预定、计划者
- ②接种时在上田市有住民票（住址在上田市）

申请时需要的资料:

- ①新冠疫苗接种的『接种完了证明』的申请表
※交付申请表可以在上田市的网页上取得。
- ②“新冠病毒疫苗接种完了”的记录
※在完成接种者保存的新冠病毒疫苗接种券右侧。
- ③在有效期之内的护照的复印件（有护照号码的这一页）
- ④能确认本人的证明（在留卡、驾驶证、个人番号等等）
- ⑤交付邮送给你时需要的回信用信封
（要求写上收件人地址、姓名等，并贴上邮票）
- ⑥如是委托代理人去申请时，需要委托状
（※代理人需出示能确认本人的证明）

新型コロナウイルス感染症 予防接種証明書 交付申請書
Application Form for Vaccination Certificate of COVID-19

上田市長 宛
To: Mayor of Ueda City

①申請者 (申請者・申請人)
フリガナ
氏名
住所
連絡先電話番号
Phone number

②請求者 (申請者以外)
フリガナ
氏名
①あなたと請求者の関係
Applicant's relationship with ①
□夫・妻 Husband/Wife □父母・子 Parent/Child □祖父母・孫 Grandparent/Grandchild □その他 ()
連絡先電話番号
Phone number

③送付先
フリガナ
住所
□請求者 □その他
その他場合の記載
勤務先・その他 ()

④その他
送付先住所・郵便
Planned travel destination
source/area
申請の種類
Type of this application
□新規 New application □再交付 Re-issue
該当する方に○をつけてください。
Please circle either of the above.
過去に申請したことがある人も、パスポートを更新した場合は新規申請になります。
Please circle "New application" if you are applying for the second time with a new or a different passport.

「接种完了证明」
申请表样本

＜上田市処理欄＞ To be filled out by Ueda City
☐ 旅券の写し ☐ 接種済証 / 接種記録の写し
☐ 本人確認書類の写し ☐ 返信用封筒(宛名記載 / 切手貼付)
☐ 送付先①②と違う場合、住所記載の写し



◆介绍上田市的日本遗产 前山寺三重塔（上田市 前山 300）

询问：上田市日本遗产推行协会事務局（交流文化スポーツ課内）☎75-2005

前山寺(ぜんさんじ)三重塔是在日本室町时代(约700年前)建造的木结构三重塔，第二层、第三层回廊、扶手和门窗都是没有的状态，给人很简洁的印象，被称为未完成塔。但由于简洁又拥有美观的造型也称它『未完成的完成塔』。前山寺供养的本尊菩萨是大日如来菩萨，供养在有4尺厚的稻草屋顶的前山寺本厅里。三重塔也供养了被称为包含大日如来菩萨在内的五大菩萨。

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！！

12 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

门诊时间：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
5 日 周 日	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
	山田内科医院	下之郷乙 3 5 1 - 1	0268-26-8181	内科
	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
	あおよぎ眼科	上田市住吉 577	0268-28-6688	眼科
12 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
	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
	豊殿診療所	上田市殿城字神林 250-4	0268-29-1220	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
	さとう眼科クリニック	上田市神畑 4 3 7	0268-38-2011	眼科
	金井医院（耳鼻咽喉科）	上田市国分仁王堂 1122-1	0268-22-9716	耳鼻咽喉科
19 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	上田市中心 6-10-10	0268-24-2662	外科、内科
	花園病院	上田市中心西 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
	生田耳鼻咽喉科医院	上田市生田 3752-1	0268-41-1187	耳鼻咽喉科
	塩田医院	上田市中野 29-2	0268-38-2221	内科、外科、耳鼻咽喉科
26 日 周 日	こさとクリニック	上田市古里 1926-17	0268-28-4111	内科、皮膚科
	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	外科、眼科
	上田原レディース＆マタニティクリニック	上田市上田原 455-1	0268-26-3511	婦産科
30 日 周 四	柳沢病院	上田市中心西 1-2-10	0268-22-0109	内科
	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
	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 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
31 日 周 五	葦沢内科医院	上田市芳田 1818-4	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
	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
	上田整形外科内科（只能看内科）	上田市常田 2-15-16	0268-75-7518	外科、骨科、内科
	鹿教湯病院	鹿教湯温泉 1 3 0 8	0268-44-2111	内科
	いわさ眼科	上田市天神 3-5-1 アリオ 2 階	0268-71-6405	眼科
	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

上田市内科・小児科初期救急センター

地址：上田市緑ヶ丘 1-27-2 1

（和信州医疗中心相邻）

诊疗日期：每天*注意 12 月 30 日、31 日停诊！

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

上田市内科・小児科初期救急センター 诊疗日：每

诊疗时间：20:00～22:30 ●内科（16 岁以上）

