



# 上田信息



中文本地消息 月刊  
2022年3月号 (No. 60)

## ◆2022 第19次『上田城 千本樱花节』

4月1日(周五)至10日(周日) 10:00至16:00 会场: 上田城迹公园(免费入场)

千本樱艺术灯光秀 18:30左右(天黑以后)至22:00(夜景被认定为日本夜景遗产)

今年樱花节的主题为『樱花×文化艺术』(问询: 信州上田观光协会 ☎71-6074) 公式网页



在樱花盛开新春的上田城『千本樱花节』里, 有吸引人们的美食! 今年在上田市立美术馆将同期召开『阿尔丰斯·穆夏展』※有名历史画家, 同时还举办画展的协同活动等。其它还有红印手册企划等关联的庆祝活动。今年的春天请尽情享受只有在信州上田才能感受到的『飘逸着文化和艺术气息的春』!



### ☆骑着时髦的 电动自行车(运动型)! 寻花拍照自行车小旅行!

在市内的赏花景点由专业摄影师现场传授摄影技巧。

骑着流行的电动自行车(运动型), 是气氛高腾企划!!

想体验骑电动自行车(运动型)者, 也大大地欢迎!



### ☆信州上田红印手册 特别活动

使用日本全国性的寺庙神社查询软件『ホトカミ』、去上田红印手册的地点。

在市内各寺庙神社压印, 红印手册中的印、收集完整了能获得豪华礼品。

舞台表演	当地的美食、甜点
4月9日(周六) ※时间表请确认上田市网页。 ・『阿尔丰斯·穆夏展』的光辉历程的演说。 ・信州上田的武将队, 十周年纪念全员上阵表演 ・赏花音乐会 ・六文武士的表演 4月10日(周日) ・上田城大鼓节 ☆☆☆春的阵☆☆☆ 全天	・4月1日(周五)至10日(周日) 10:00至16:00 地点: 上田城迹公园内(上田城二の丸) 有上田当地的美食、特产和小礼品贩卖。 ・千本樱花的甜点大会 春天的象征, 上田的有名甜点大集合。 期间和时间: 4月1日(周五)至30日(周六) 9:30至18:00 场所: 观光会馆1楼店铺
各种宣传角	送小礼品企划
4月1日(周五)至10日(周日) 10:00至16:00 ・『电影城上田』的宣传 ・别所线全线开通1周年纪念 ・上田市的日本遗产宣传角	・回答调查问卷, 抽签有礼品赠送。 ・对来场者赠送上田市的电子交流货币。 收集了上田市的电子交流货币能交换得到上田市地区限定的礼品。

※请注意上田城迹北观光停车场在千本樱花节实行特别收费。

3小时以内500日元, 3小时以上每增加1小时加100日元, 一日上限1000日元。

## ◆别所线全线开通1周年, 纪念活动!! 3月26日·27日(周六、周日)

(问询: 上田电铁株式会社 ☎39-7117)

为感谢广大市民、举办快乐地乘坐火车别所线, 体验乘坐火车别所线的庆祝活动! 欢迎大家来参加纪念活动!!

### ☆火车票免费日

・小学生以下的小孩火车票: 26日·27日两日都免费。

・大人火车票: 仅限27日, 有免费火车票。需要登录手机软件『TicketQR』后才能取得免费的火车票。

### ☆别所线全线开通1周年纪念号列车运行! 时间: 3月26日(周六)

上田站(发车) 9:42 至 下之郷站(终点) 9:57 乘车者发给『纪念乘车证』※有数量限定

### ☆别所线全线开通1周年纪念号的乘车票发行※详细请查看上田电铁的网页。

### ☆小朋友集合了! 『从窗口眺望、体验铁道的工作』(有许多丰富有趣的活动)

时间和日期: 3月26日(周六) 10:00至15:00 下雨照常进行 地方: 下之郷的车辆基地(在下之郷站的旁边)

☆别所线全线开通恢复工程的图片、影像展示 26日·27日(周六、周日) 10:00至16:00 别所温泉站候车室。

☆别所温泉观光协会、旅馆组合 免费提供日式汤 27日(周日) 别所温泉站的站内



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!!

### ◆市独自发补贴 上田市为支援营业额减少的经营者，多业种的经营者发给支援事业的给付金

(询问：市工商课 ☎23-5395)

由于新型冠状病毒感染对经济影响的长期化，且影响已波及多个行业，本次支援事业的给付金、对多行业的营业额有大幅度减少的经营者发给支援事业的给付金。

✚ 交付金额：1 事业者 10 万日元（经营复数店铺者也只有 10 万日元）。

✚ 对象者：由于新型冠状病毒感染的影响，营业额减少 30%以上，是国家实施的『事业复活支援金』的支給对象，在市内本店登录的法人代表或有住民登录的个体经营者。

✚ 申请期间：令和 4 年 6 月 30 日（周四）为止。

✚ 申请必须的资料

资料名称	具体的记载·需要附上的资料	规定的表格
① 给付金的申请书 兼银行转账依赖书	申请者的基本情况，银行转账用账户的情报	表格 1
② 誓约书	同意誓约内容并签字	表格 2
③ 申请书类的资料清单	必须附上各类资料的清单，确认资料是否齐全。	表格 3
④ 能确认事业者的材料	法人事业者：法人登记事项证明书	
	个人事业者：个人确认证明的复印件	
⑤ 『事业复活支援金』 支給的证明	『事业复活支援金』的银行入账通知的复印件	
⑥ 其它	能知道转账用银行账户名义的复印件，要是和『事业复活支援金』入账银行相同的银行账户。	

申请资料提出（邮寄）：  
〒386-0012 中央4-9-1 『上田市売上減少事業者一斉支援事業交付金事務局』

市网页



### ◆『事业复活支援金』：

是国家对受新型冠状病毒感染影响、营业额减少的中小企业、个人经营者给与支援的给付金。

对象者：由于新型冠状病毒感染的影响，『2021 年 11 月至 2022 年 3 月』的其中一个月的营业额比『2018 年 11 月至 2021 年 3 月』间任何一个相同月减少 50%以上或有 30%至 50%减少的经营者。

申请期间：原则要求使用计算机或智能手机的电子申请。

咨询：『事业复活支援金』事務局 ☎0120-798-140 ☎03-6834-7593



帮助  
申请  
咨询  
网址

※上田市对『事业复活支援金』、有帮助你申请的服务，具体请查看网页或询问。

期间：5 月 31 日为止。

申请（事先预约）：上田商工会議所 ☎22-4500 上田商工会 ☎42-2213 真田町商工会 ☎72-404

### 对你跨出在社会生活里自立行程进行支援（询问：地域雇用推進課 ☎26-6023）

市里有许多行政窗口能进行对工作和未来有较大焦虑的 10 年代至 40 年代者支援。当你想跨出在社会生活里新的一步时，可以轻松去咨询（下面简单介绍各窗口）。

● 若者サポートステーション・シナノ ☎75-2383

是对『想工作但现在对跨出家门奔向社会生活还没有自信』、『不善于和人进行交流』等的人们进行支援的窗口，心理咨询和家属的咨询也可以对应。

平日 10:00 至 17:00（周六、周日节假日除外）

● まいさぼ上田 ☎71-5552

仔细询问个人个人的烦恼，根据了解到的情况来定对应的解决方案、并对解决进行支援。『蹲家属』本人及家属都可以轻松咨询。

平日 9:00 至 17:00（周六、周日节假日除外）

● 上田市就労サポートセンター ☎24-7363

由专业人事为大家和企业之间架起桥梁，并对你的就职活动进行支援，对就职需要的履历书做成等进行支援。

周一至周四 9:00 至 12:00（周五、周六、周日节假日除外）

● ジョブカフェ信州 ☎026-228-0320

举办各种讲座、进行选择职业的进言。

对你的工作寻找进行全面的支援。

每月有 2 次来上田市的出差咨询会（要预约）。

平日 9:00 至 17:15（周六、周日节假日除外）



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

◎市役所开设为市民服务“临时窗口”

为了便利广大市民办理搬家、工作地更变等的手续，在这年度变化的繁忙期开设夜间和休息日的服务窗口。  
 “临时窗口”开设的期间和服务时间

期间：3月22日（星期二）至4月3日（星期日）

时间：周一至周五 17:15至19:00

周六、周日 8:30至17:15

地点：市役所主楼的1楼和2楼（请从正大门进出）

**办理居民的移动手续等的窗口：市民课（地点：市役所主楼一楼） ☎23-5334**

能办理的手续内容	办理手续时需携带的物品
●居民的移动的迁入、迁出手续	<ul style="list-style-type: none"> <li>✚ 印章</li> <li>✚ 国民健康保险证、护理保险的被保险证</li> <li>✚ 市民卡、印鑑登録証或个人番号卡</li> <li>✚ 是外国人住民时，在留卡或特别永住者证明</li> <li>✚ 驾驶证等证明身份的证件</li> </ul>
●死亡、出生、结婚登记等有关户籍的申请手续	
●印章登录手续	
●申请住民票、户籍证明、印章登录证明等各种证明	
●本人通知制度的申请	
●儿童津贴认定的申请	儿童津贴认定申请要健康保险证和能明白发津贴用银行账户、能知道个人番号的证件等。
●个人番号卡的申请、交付及电子证明的更新 ※完全预约制，希望者周三为止通过电话或网页预约，预约电话：21-0210	
※有个人番号卡者能在24小时便利店取得住民票、户籍证明、印章登录证明等，很方便。	



☆国民健康保险手续等相关窗口：国保年金课（地点：市役所主楼一楼） ☎75-7121

能办理的手续内容	办理手续时要携带的物品（注意要根据具体手续来定）
办理和国民健康保险相关的申请手续	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆印章</li> <li>◆国民健康保险证</li> <li>◆户主的和加入者的个人番号卡或能知道个人番号的证件。</li> <li>◆能证明来厅者身份的驾驶证证、外国人的在留卡等证件。</li> </ul>



水道的使用开始、终止的手续等的窗口：料金センター（地点：市役所主楼2楼） ☎22-1313

市上下水道的料金センター“临时窗口”，可以办理使用开始、终止用水的手续。

还有，市水道开始、终止用水，可随时通过电话或网页来申请。

其它居住在县营水道地区的居民关于水道的手续，请向县营水道的管理者联系和讯问：

免费电话 0120-971-124 ☎29-0810 （时间：8:30至17:15）



☆关于市税和国保税的临时咨询窗口

可以进行支付税金和纳税的咨询。



期间：3月28日（星期一）至31日（星期四）

时间：17:15至19:00 地点：收纳管理课（地点：市役所主楼2楼） ☎71-8055

◆信州国际音乐村【2022年水仙花节】（入场免费）

信州国际音乐村水仙花节，是传递信州上田早春来到的景观！今年的『水仙花节』期间将有很多庆祝活动（有部分活动要收费），欢迎大家前来欣赏。『水仙花节』的期间外也可以自由地在信州国际音乐村周围的田野观光散步。关于最新的开花状况请询问。

日期和时间：4月2日、3日、9日，10日（周六、周日）。

10:00至16:00

地点：公园内的水仙花田野周围。

内容：水仙花的花束、球根的贩卖，体验手摘收获水仙花，体验利用水仙花进行草木染（要预约）。



◆在住宅区等地方进行农药的喷撒，要充分注意使用方法!! (询问：市农政课 ☎23-5122)



从春天到夏天使用农药的机会大大地增加。当使用农药时，要充分注意它的使用的方法。特别邻近是学校等公共设施、住宅地区附近的田地（家庭菜园）时，要充分注意绝对不能发生对周围小孩、居民健康有害的事故，在选择种植品种时要考虑选比较抗病虫害的树种、菜种等、进行尽量不使用农药的管理是关键。

**使用农药时必须遵守以下的事项**

☞使用前

- 要严格按照所附的说明要求来进行农药的喷撒（喷洒对象、用量、浓度、时间、回数等等）
- 农药的喷撒前要向周围人员说明农药的使用、喷撒日期和时间、农药种类等。
- 要对喷撒的区域要采取人不会误进入的措施，如立显眼的告示板等。

☞使用时

- 在自己家的院子、家庭菜园、停车场等使用杀虫剂、杀菌剂等同样必须注意。
- 尽量注意不让喷撒的农药飞散（要力争区域内最小限度地使用农药，不得不使用农药时要在无风、风小时进行，再喷撒器的压力不能太大。
- 根据农药的喷撒规则，进行喷撒作业时要穿防护衣、戴防护口罩。

☞使用后

- 使用后的农药处分时要采取适正的方法进行。处分不用了的农药、装过农药的空袋、空容器等可向农协或贩卖店铺联系，进行适当的处理。

◆募集令和 4 年稻仓梯田的主人 (询问農産物マーケティング推進室 ☎23-5982)

你想体验吗？在被认定为日本梯田百景---上田地区的『稻倉の棚田』、种植和收获大米吗？设定了各种各样的体验程序，详细请查阅『稻倉の棚田』网页。

内容：插秧、收割、活动等（根据具体程序的不同各不相同）

费用：1 万日元至 10 万日元（根据各程序决定费用）

申请：5 月 7 日（周六）为止，申请通过问询窗口或网页均可申请。※米酒的程序报名 4 月 22 日为止。



◆养育小孩的情报 (问询：市健康推进课 TEL23-8244)

婴幼儿健康检查的日期时间等的介绍，在健康检查的日的 1 至 2 个月以前、邮寄至个家庭。上田地区 10 个月个别键诊是不发通知，请向各检查的医疗机构（儿科医院）询问。

**家庭内的事故的预防**

小孩的事故很多是发生在认为是安全的家庭内部！

『嘴内有东西在嚼个不停，在吃什么呀？』、『眼睛刚离开就爬上了学习桌子上了』，你有在家里感到了危险、心脏都快要跳出来的经历吗？

根据婴幼儿的月令、年龄容易发生的事故是不同的。

**①年龄在 1 岁为止的婴幼儿、要特别要当心误食误饮事故**

年龄还不到 1 岁的婴幼儿、不能理解『什么是危险』，在大人没有注意的时候，会去触摸危险的物品、也有可能把危险物品放入口内。

**②对过了 1 岁后的幼儿，要特别注意摔倒、从高处摔下来的事故。**

到了小孩能开始护着走时，很不稳定，手打滑摔倒的情况很多。还有小孩想拿到高处的东西，会爬上大人们根本没有能预测到地方，很危险要摔下来！

**不能掉以轻心，务必警惕『还不会』的想法!!**

在对孩子进行『这很危险』、『不能做这样的事』等教育的前面，对有已能进行爬行的孩子的家庭，要以小孩的视线来检点家里的安全，平时就要注意物品的整理整顿，要为防止事故的发生进行日常的检查。

发生小孩事故时会乱了手脚，平时就要知道并确认急病、急伤时应如何应对。



急病、急伤时如何应对的网页。

**赤ちゃん手帳**

为预防小孩事故的注意事项，介绍婴幼儿期的容易发生的事，注意事项等等。



**困った時の**

**ガイドブック**

发生了事故时的对应方法。



## ■新冠疫苗追加接种的相关情报

(询问: 市新型コロナウイルス感染症対策室 ☎0268-75-6676)

上田市从2月起开始对高龄者开始第3次接种, 目前接种正在顺利进行。  
大家收到接种券后, 在第2次接种后的6个月以后、只要有能预约的接种、即可预约第3次的接种的具体内容。

预约手续前请准备好有  
“接种号码”的资料

电话预约  
0570-079-567  
时间: 9:00至17:00



网络预约  
24小时对应服务



注意: 和以前2次的接种券形式变化了!! 接种券和接种完了证明一体型、必须保存好。

### ①第3次接种要争取尽早接种, 这比选择疫苗的种类更重要!!

和第一次、第二次接种的疫苗没有关系, 第三次接种可以使用辉瑞制造或武田制造的信使疫苗。根据国家的高龄者疫苗供应计划, 辉瑞制造和武田制造的信使疫苗是各50%左右的比例来供给的预定。可以理解大家对疫苗的交叉接种有担心, 但根据国外调查的结果, 安全性是有保证的, 而且效果和接种7日以内的副反应总体没有大的变化, 说明交叉接种是可行。

### ②上田市希望大家配合:



#### 居住地址从上田市转出者:

接种时有要使用接种之日、住民票所在市町村发行的接种券的规定。所以居住地址从上田市转出后的接种, 有要去新居住地有关部门、要求发行新接种券手续的必要。新居住地有要确认接种完了记录的可能。

#### 住民票地址在上田市、在上田市以外地区的接种者:

住民票地址在上田市, 在上田市以外的地方接种时(居住地以外的接种), 一般要进行申请, 具体请向希望去接种的医疗机构询问。还有接种时需要上田市发行的接种券, 务必带好上田市邮送来的接种券。

### ③5岁至11岁的儿童的新冠疫苗接种开始了

#### •接种使用的疫苗: 辉瑞制造的疫苗(ファイザー)

使用辉瑞制造的5岁至11岁的儿童用疫苗, 标准是相隔3周、共进行2次接种。

#### •接种对象 5岁至11岁儿童的希望接种者

特别是有慢性呼吸器官疾病者、先天性心血管疾病者、感染病毒后容易重症化的有基础疾病的孩子, 推荐进行接种。并希望大家在接种前咨询主治医师。

#### •去接种新冠疫苗时

✿从市里寄来的接种材料的内容, 接种券(※接种券和接种完了证明一体型)等, 同时送上详细的接种指南等, 望大家要仔细地阅读。

✿小孩的接种必须有家长的同意并要求家长同伴。家长要在充分理解疫苗的作用和可能发生的副作用的前提下, 请各位家长做出接种的判断! 注意小孩没有家长的同意是不能接种新冠疫苗的。

✿对孩子接种儿童的新冠疫苗接种有这样那样的不安时, 请咨询孩子的主治医师。在新冠疫苗接种的前后各2周内原则不能接种其它的疫苗。

✿周围的人们不能强制任何人一定要接种新冠疫苗, 还有在我们的社会中也不允许对没有接种者, 进行差别对待的行为!

Q 接种新冠疫苗后有怎样的效果?

A 就是被感染了新冠病毒, 症状也不容易出现, 不容易症状化的特点。

Q 小孩接种了新冠疫苗后, 可能会出现怎样的副作用反应?

A 以下是在几天内可能发生的主要副作用

出现症状者的比例	症状
50%以上	接种处的疼痛感、感到疲倦
10%至50%	头痛、接种处的红肿、肌肉痛、发冷
1%至10%	下泻、发热、关节疼、呕吐



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!!

4 月的休息日紧急医 有急病时，可以去看病的值班医院（上田市医师会）时间：9：00 至 18：00

期日	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	上田病院	上田市中心 1-3-3	0268-22-3580	内科、外科
	宮下医院	上田市中心西 1-15-12	0268-22-4328	内科
	桜の丘こどもクリニック	上田市小島 6 9 9-1	0268-71-6171	小児科（专门医）
	佐藤胃腸科内科	中央 1-8-20	0268-22-2342	内科、肠胃科
	かんがわクリニック	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
10 日 周日	半田循環器科内科医院	上田市中心之条 416-3	0268-28-0888	心内科、内科
	杉山クリニック	上田市中心北 1-2-5	0268-26-8200	内科
	上田生協診療所	上塩尻 393-1	0268-23-0199	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
	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
	甲田医院	上田市中心 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
	金井医院	上田市国分仁王堂 1122-1	0268-22-9716	耳鼻咽喉科
	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
17 日 周日	ついで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 351-1	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
	あおやぎ眼科	上田市住吉 577	0268-28-6688	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
24 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
29 日 周五	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
	こさとクリニック	上田市古里 1926-17	0268-28-4111	内科、皮膚科
	川西医院	上田市保野 710	0268-38-2811	内科、皮膚科
	花園病院	上田市中心西 1-15-25	0268-22-2325	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	

必须先电话预约后，按指示前去就医!

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

（和信州医疗中心接邻）

📍 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