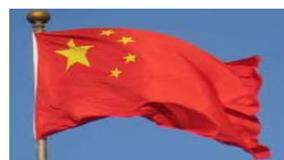


# 上田信息



中文本地消息 月刊  
2023年4月号 (No. 73)

## ◆面向高龄者的安装空调支援事业

(询问: 高龄者介护课 ☎23-5131 邮寄申请时〒386-8601 住址不需要)

为了对在家中预防保护活动的支援 高龄者在自己住处安装空调时, 对购入和设置费用(1台)的一部分给予补助的支援事业。

对象者: 要求满足①至④项的全部内容者。

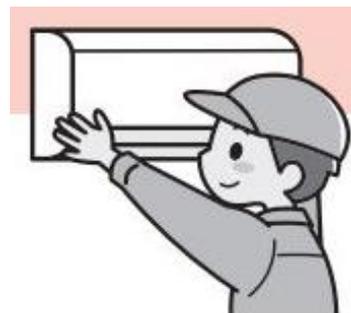
- ① 地址在上田市, 申请时是仅有65岁以上高龄者的家庭。
- ② 自己住处空调一次也没有安装过、或能使用的空调一台也没有。
- ③ 全家庭成员都是市民税非课税者, 且没有拖欠市税等。
- ④ 不是上田市有住处者的抚养亲属(在税法上)。

对象的空调机: 有室外机、固定安装在墙壁上的空调种类。

补助金额: 空调购入和设置费用的1/2(限5万日元以内)。

申请: 5月11日(周四)至24日(周四)务必在期间内邮送(必须到达)或直接去窗口提出申请。※电话询问后, 向被认为是补助对象的人们发送申请资料。如在申请期间还没有到达全部预算额, 这以后的日期继续进行募集: 6月9日(周五)至19日(周一)、6月30日(周五)至7月10日(周一)及这以后的期间。到时的追加募集这时将在市网页刊登信息。申请期间如申请人数超过时, 要以抽签来决定。

注意事项: 必须在安装空调补助金交付的决定后购入和设置空调装备才算补助的对象。其他, 有市的职员上门对空调的安装状况等进行确认的可能。



## ◆垃圾减量化用器具购入的补助金的受理和交付开始了

对购入了厨房垃圾减量化用器具者, 对购入费用进行补助。

对象: 在市内在住没有市税拖欠者。

补助金额: 购入金额的4/5

(追肥化容器1台上限5000円日元, 电器化处理机械1台上限5万日元)。

申请: 在垃圾减量化用器具购入并设置后, 向各担当窗口提出申请。去申请时要求携带购买发票的原件。也可以邮寄进行申请。具体申请方法等请查看上田市网页。

其他: 如到达预算额时, 将作为下年度的内容来受理。

市网页



## ◆黄金周期间垃圾的回收、清洁中心的垃圾处理

黄金周5月3日至7日之间垃圾的回收、清洁中心的垃圾处理按平时的日程照常进行。注意上田·丸子清洁中心周六、周日、节假日不进行搬入垃圾燃烧处理。

询问: 上田清洁中心 ☎22-0666 丸子清洁中心 ☎43-21



## 各位尊敬的读者:

市役所主楼一楼外国人服务窗口中国语担当、5月8日至5月19日将因私休息两周, 在此期间窗口服务将由其他担当为您服务。休假期间将给各位带来不便, 在此向大家表示深深的歉意。5月22日起窗口恢复中国语咨询服务, 希望各位相互转告、敬请理解和协作!

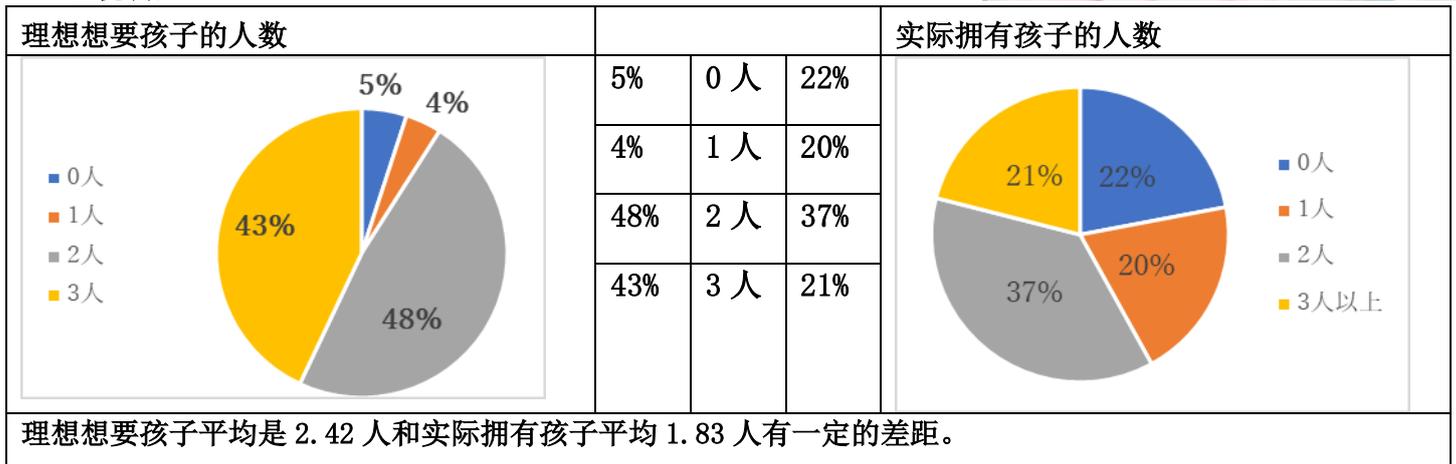
多文化中国语担当: 李学兢



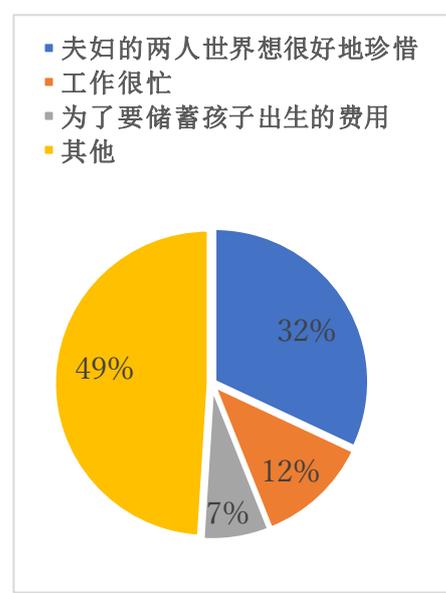
上田市的目标是：能成为培养孩子年代人们想要居住的城市!!

◎少子化对策规划的民意调查结果

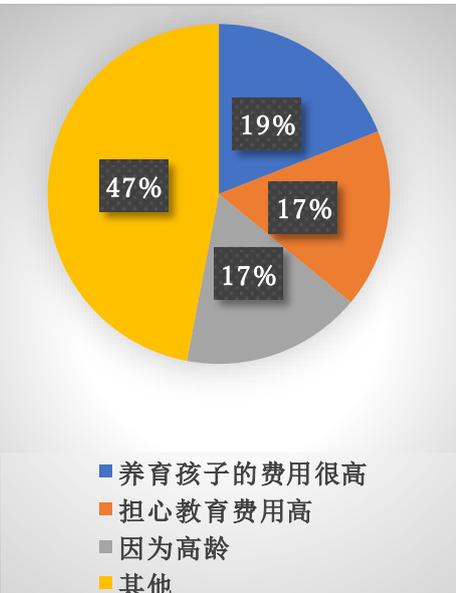
1. 主观调查



●有小学生以下的孩子、结婚一定的时间后才考虑要孩子的理由。



●有小学生以下的孩子，只考虑要一个孩子的理由



●在市外居住的年轻人，不回上田市、回不了上田市的理由（希望的职业为 IT、医疗、介护、保健关系）



2. 上田市的少子化对策的方向性

☆结婚·生孩子·养育孩子：目标【实现理想数的孩子人数目标的上田市】! 对少子化的主要理由探讨对应的方法。

☆迁出·迁入：目标【实现年轻人能回来工作和生活的上田市】! 拥有年轻人希望去的岗位、单位的上田市，同时对现在拥有的工作岗位、生活环境、养育孩子的政策等的优良资源进行宣传!

◎少子化对策的一环【上田市孩子出生祝贺金】事业开始了！（子育て子育ち支援課 TEL23-5106）上

田市对新出生的婴儿家庭，开展独自的出生祝贺金事业。

- 支給对象：令和 5 年 4 月以后出生的孩子（上田市是婴儿最初的住民登录地）的养育者、要求没有拖欠市税!
- 支給金额：第一子 1 万日元、第二子 3 万日元、第三子 5 万日元
- 申请方法：上田市生孩子·养育孩子的支援事业，对提出出生届家庭的新生儿和产妇进行上门访问时将【上田市孩子出生祝贺金】事业进行说明，这时要求你提出\*交付申请、支給对象的身份证明的复印件和转账金融机构的信息。
- 支付方法：审查后，在申请月的下一个月，支給金额进入指定的金融账户。
- 申请期限：孩子出生后的 1 年之内。



◆家庭支援中心（ファミリー・サポート・センター）讲习会、会员募集

询问： ●ファミリー・サポート・センター本部 TEL21-3016

家庭帮助中心进行对养儿需要帮助的人们（依赖会员）和能对育儿进行帮助的人们（提供会员），进行会员登录后，展开收费制育儿援助※基本 1 小时 600 円（日元）的会员组织。本次举办以能成为提供会员者为对象的讲习会，对活动有兴趣者、在养儿中的人们等都可参加本讲习，不用顾虑请来报名参加。

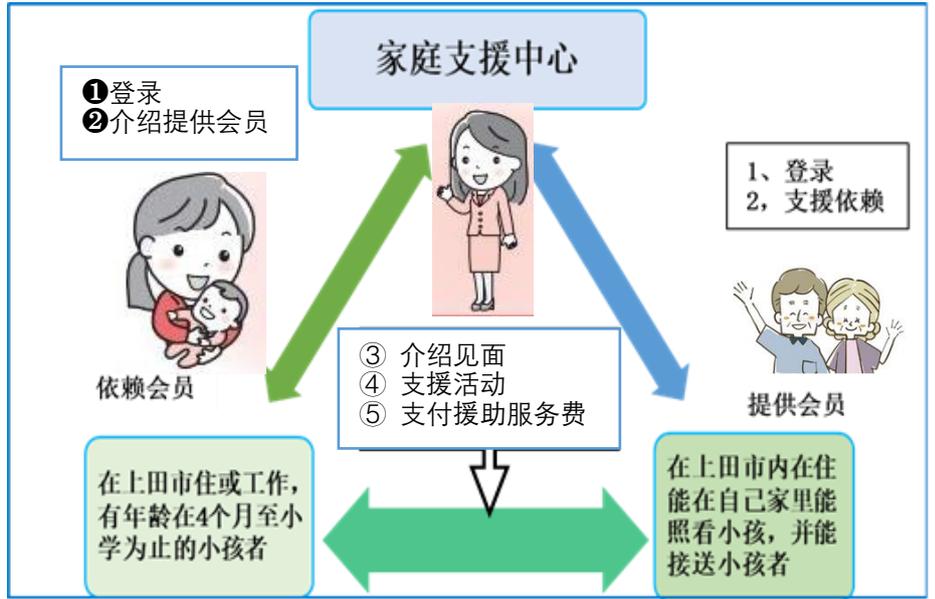
◆主要的活动

- 课后学童、保育园幼儿的接送，此时间前后的看管小孩。
- 学校、保育园临时休息时看管小孩
- 家长临时需要、去医院看病等外出时临时看管小孩等。

◆地方：ふれあい福祉中心 3 楼 训练室（上田市中央 3-5-1）

※托儿：限先报名的 3 人、

5 月 2 日（周二）以前预约申请。



◆报名：5 月 15 日（周一）前电话报名  
ファミリー・サポート・センター本部 ☎21-3016

◆讲习会的日程、内容

日期	时间	内容	
5 月	18 日（周四）	13:00 至 13:50	有关家庭支援中心（ファミリー・サポート・センター）的说明
		14:00 至 15:30	救命入门篇，（AED 的使用方法、心肺复苏法）/小孩子的事例和安全对策
	19 日（周五）	13:00 至 14:20	对需要特别支援的小孩子的对应
		14:30 至 15:30	小孩子的饮食和健康管理
	22 日（周一）	13:00 至 14:00	用车接送小孩时的注意点、怎么使用小孩辅助座椅
		14:10 至 15:10	小孩身体成长发育和疾病
31 日（周二）	13:00 至 14:30	为了对养育孩子人们提供帮助、保育的基本修养/怎么照看孩子/如何与孩子们玩耍	
	14:40 至 15:10	和提供会员们的交流会	

◆上田、松本间直通大巴运行（询问：观光シティプロモーション課 ☎23-5408）

以下是经过生島足島神社、鹿教湯温泉，上田火车站和松本大巴站间直通大巴运行的时刻表。

运行日：令和 6 年 3 月 31 日为止，周六、周日和节假日运行、一日 2 往返（4 次）

乘车地点	发车时间	乘车地点
上田火车站*第 1 乘车处	8: 15 13: 15 起点	终点 12: 10 18: 50
生島足島神社前（只能上车）	8: 30 13: 30 （只能上车）	11: 55 18: 35 （只能下车）
鹿教湯温泉	8: 55 13: 55	11: 30 18: 10
松本（大巴站）	9: 45 14: 45 终点	起点 10: 40 17: 20
	发车时间	乘车地点

乘车费：

- ② 上田火车站、生島足島神社前 ↔ 松本（大巴站）1500 円
  - ② 鹿教湯温泉 ↔ 松本（大巴站）1150 円
  - ③ 上田火车站 ↔ 鹿教湯温泉 500 円
  - ④ 鹿教湯温泉 ↔ 生島足島神社前 350 円
- ※小学生、有障碍者乘车费是半价（小学生以下免费）。



24 小时对应紧急医疗情报

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!!

### ◆关于中小学令和 5 年度学校午餐费用改定的通知

(询问: 学校保健给食课 ☎ 23-5173)

上田市的中小学的学校午餐费用在平成 27 年度消费税增税之际提高以后, 这 8 年间一直没有变化过。但现在的价格要保证提供营养平衡的中餐变得很困难。关于直接支撑小学生身体成长必须营养的供餐价格, 上田市学校给食运行委员会通过 3 次的讨论会并由教育委员会通过, 决定中小学令和 5 年度开始学校午餐食材费用一餐提价 24 円。



为什么午餐一餐提价 24 円的数据来源:

平成 27 年度至令和 4 年为 8 年中  
主食、牛奶的单价提高了 12 円

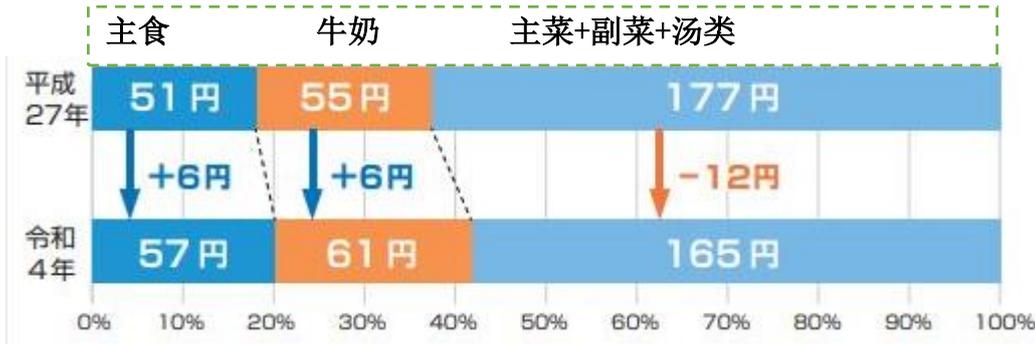


物价动向上涨的其他午餐食材费的  
共计 12 円



24 円

### 小学高学年学校午餐食材费 283 円/1 餐的具体内容的变化



从令和 5 年度开始学校中餐费开始改正, 但为了不增加家庭的经济负担, 本年度这增加的费用每餐 24 円将由财政支付。学生家长本年度要交的中餐费不变, 令和 6 年度开始, 原则将按改定后的午餐费用收费。

以建成地区密切型的养儿环境为目标

### ◆养育儿女帮手的育成讲座 (全六次) (询问: 中央养儿支援中心 TEL26-3096) **免费讲座**

在有带婴幼儿来玩母子集中的游玩处, 一起探讨养育孩子这样那样的问题、进行支援育儿的义务服务。本次举办对提供义务服务者的育成讲座 (全六次)。在育儿中的母亲最需要的是有人能听取她们日常生活中的烦恼, 在身边有人并能给以这哪的帮助。通过大家的养儿支援活动共同扩大地区的养儿支援范围!

- 时间: 各日 10:00 至 11:30 (开课的首日讲座 1, 受理 9:30 开始、结束 12:00)
- 地方: ひとまちげんき・健康プラザうえだ (合同厅的对面)
- 对象: 原则上要求全部讲座都能参加、居住在上田市者
- 托儿: 讲座①至④有托儿服务, 要在申请时提出希望, 讲座⑤、⑥和小孩一起参加
- 报名: 4月24日(周一)至5月26日(周五)请向中央养儿支援中心 联系和询问 TEL26-3096

讲座催开日	讲座内容	讲师
1 6月 6月1日(周四)	开课仪式 讲座:『如何去理解比较特殊的小孩』	小孩发育支援咨询中心 职员
2 6月 8日(周四)	讲座:『对有小孩家庭进行培养、育儿的地区支援』	金山美和子 老师 ※长野县短期大学准教授
3 6月 15日(周四)	讲座:『符合母子愿望的养儿支援的方法』	
4 6月 22日(周四)	讲座:『关于生育孩子的现状』	市立产妇人科病院 助产师
5 6月 28日(周三)、29(周四) ※参加其中的一天	实习: 如何和母子接近、能很好地介入到母子的生活中去 (实践课和分组学习)	养育儿子女支援中心 保育士
6 7月 6日(周四)	修了仪式	

### ◆令和 5 年度的断酒会

是大家共同勉励、能顺利继续戒酒的人们组成的协会。对戒酒有苦恼者和他们的家属、仅家属都能参加。

会场	上田会场	丸子会场
日期・地点	每周周四 (休息日 5月4日、8月10日、11月23日、12月28日、1月4日) 19:30 至 21:00	每月第一、第三周的周一 (请注意 1 月份是安排在第二、第三周的周一) 19:00 至 21:00
地点	勤劳者福祉センター (中央 4-9-1)	丸子公民馆
询问	健康推进课 ☎23-8244	丸子保健中心 ☎42-1117



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

◆**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，将在健康检查日的前1至2个月前、邮寄至各家庭。上田地区10个月婴儿个别健诊不发通知，请向各检查的医疗机构（儿科医院）询问。

介绍电子版的母子手册，APP【うえだっこ】！请需要者进行登录。

APP【うえだっこ】是上田市管理的、可以安心使用的免费APP。

APP【うえだっこ】可以和上田市发的母子手册并用，也可以作为母子手账的携带版使用。



上田市目前为止向每个新生儿分发『婴儿手册』的制度至令和5年3月31日为止废除了，改为本手册的信息在APP【うえだっこ】中详细的介绍，请登录APP【うえだっこ】查看。

【うえだっこ】对应的语言有12种，英语、中文等等……主要有以下的功能：

- ① 可以进行孕妇和婴幼儿各自的身体、健康状态等数据的记录。  
怀孕期间胎儿的状态、孕妇的心情等附带照片的记录都可以进行保存。
- ② 育儿日记 \* 成长记录  
……身长、体重的图表，还可以附带照片评语等……
- ③ 可进行婴幼儿的接种日程的管理。
- ④ 可以查询和育儿有关的设施、活动情报，可查看从上田市来的通知。
- ⑤ 还有关于出生、育儿的知识、进言。
- ⑥ 【うえだっこ】的信息能和远距离分居的家属成员、祖辈们等共有。

电子版的母子手册, APP  
【うえだっこ】



◆**你想成为养育小孩活动团体的会员吗？（问询：中央子育て支援センター ☎26-3096）**

邀请你加入养育小孩活动团体，和同样在育儿奋斗中妈妈们成为朋友快乐地养育孩子！

养育小孩活动团体是以入园前儿童和家长为成员，自主地集合在一起，快乐地开展亲子活动。通过有个性活动团体，孩子能和周围的孩子和家长进行亲子互动，家长间能进行亲子互动等的经验交流。募集养育小孩活动团体的会员，观看和体验团体的亲子活动什么时候都可以，请轻松询问。

团体名称	小孩对象年龄	活动日	时间	地方
親子音楽互动启蒙☆メダカの会	0岁至入园前的儿童	每周 周二	10:00 至 11:30	中央公民馆
ニコニコクラブ		每月第2・4周 周五	10:30 至 11:30	上野丘公民館
親子わくわくクラブ konpeito		每周 周四	10:00 至 12:00	塩田公民館
育儿英语活动 マザーグース		每月第2・4周 周五	10:00 至 12:00	
朗读画册的会		每周 周三	10:15 至 12:00	
きらきらいちご	六个月至 入园前的儿童	周五（月3次） ※周几也可能有变动	10:00 至 11:30	城南公民館

✿**募集能一起服务的义务人员**

养育小孩活动团体和支援团体、市组织和建立的『スマイルママネットUED』的组织，向社会募集能一起义务服务的会员，具体请询问。

✿**为了重要的家属成员，要接受身体的健康检查和癌症检查**

在漫长的养育小孩的过程中，家里的事、工作都很忙，有经常把自己的健康管理往后推的情况，但生活习惯病只有发展到严重状态时才会有自觉症状。在年轻时定期接受健康检查很重要，定期确认自己的身体状态，是对生活习惯进行适当的调整的好机会。

\*上田市5月开始有『癌症检查』的实施、6月开始实施『健康检查\*年轻人的特定检查』，具体请查看（4月中旬）上田市通过自治会发到各家庭的《上田市 各种检诊的介绍》或确认市网页。有不清楚之处请询问。

询问：健康推进课 ☎28-7124



### ◆『预防新冠病毒疫苗接种』的相关情报

#### ◎令和 5 年度的『预防新冠病毒疫苗接种』，对象者全员不需要自己负担，能进行接种!

预防新冠病毒疫苗的接种的预防重症化效果对高龄者来说，有经过 6 个月左右效果下降的报告。根据以上的情况，上田市决定以高龄者为对象《开始令和 5 年 春的接种》。还有在年初年末有新冠病毒感染流行的趋向，对年龄在 5 岁以上的对象，9 月以后进行《开始令和 5 年 秋的接种》。

#### 今后『预防新冠病毒疫苗接种』的预定计划

年齢	令和 4 年度	令和 5 年度	
		2023 年 5 月 8 日至 8 月末	2023 年 9 月以后
12 岁以上	2022 年 10 月以后 对应『奥密克戎』变异毒株疫苗的追加接种	<b>《开始令和 5 年 春的接种》※1</b> 以完成第一、二次接种者为对象 <ul style="list-style-type: none"> <li>65 岁以上者</li> <li>有基础疾患 12 岁至 64 岁</li> <li>医疗工作关系者</li> </ul> 以上对象外者	<b>《开始令和 5 年 秋的接种》</b> 年龄在 5 岁以上、已完成初回接种（第一、二次接种）者。 详情正式决定后将在市的 HP 公开
5 岁至 11 岁	2023 年 3 月 8 日开始 对应『奥密克戎』变异毒株疫苗的追加接种※2	<b>《开始令和 5 年 春的接种》※3</b> 有基础疾患能再进行一次追加接种	
6 个月至 4 岁	初回的接种（第一次至第三次的接种）使用原来的新冠病毒疫苗		

#### 12 岁以上（初回接种（第一、二次接种）已完成者

##### ※1 《开始令和 5 年 春的接种》

接种期间 2023 年 5 月 8 日至 8 月末

- 接种次数：1 次  
（要求前一次接种后的间隔有 3 个月以上者）
- 疫苗的种类：『奥密克戎』变异毒株对应的 2 价疫苗  
（辉瑞会社制/ファイザー或武田社制/モデルナ）

接种对象		接种券
六十五岁以上者	已接种了『奥密克戎』变异毒株对应的 2 价疫苗者	将按前一次接种日期在前面的顺序，顺次邮寄给对象者。
	以上所述以外者	能使用已寄给大家手中拥有的接种券。如遗失或找不到接种券时，请办理再发行手续。
有基础疾患、十二岁至六十四岁者	已完成了第 5 次接种者	将按前一次接种日期在前面的顺序，顺次邮寄给对象者。
	以上所述以外者	希望接种者，请进行接种券发行的申请。

#### 5 岁至 11 岁者 初回接种已完成者

##### ※2 对应『奥密克戎』变异毒株疫苗的追加接种

接种期间 2023 年 3 月 8 日至 8 月末

- 接种对象：已完成初回接种（第一、二次接种）者。
- 接种次数：1 次  
（要求前一次接种后的间隔有 3 个月以上者）
- 疫苗的种类：『奥密克戎』变异毒株对应的 2 价疫苗  
（辉瑞会社制/ファイザー 5 岁至 11 岁者用）  
将顺次邮寄给对象者。

##### ※3 有基础疾患者

因为是《开始令和 5 年 春的接种》的对象，在春的接种的基础上，再追加接种一次!

- ☆接种次数：2023 年 5 月 8 日至 8 月末期间 1 次  
（要求是前一次接种后的间隔有 3 个月以上者）
- ☆接种券：希望接种、需要进行接种券发行的申请。



上田市 コロナワクチンコールセンター  
（上田市新冠疫苗接种呼叫中心）

☎0570-079-567

☎0268-75-7181

服务时间：9:00 至 17:00（周六周日节假日除外）

网页预约小时对应



### ◆上田市的体育活动教室参加者募集

以平时锻炼机会比较少的人们为对象开设的运动教室，欢迎初学者踊跃报名参加。

教室名称	初次日期和时间	活动地点※日语表示	费用(日元円)
少林拳法(前期)/全10次	5月15日(周一) 19:00至20:30	上田城跡公園 体育館剣道場	2000円
新乒乓球(前期)/全10次	5月17日(周三) 9:30至11:00	上田城跡公園 体育館	2000円
女性软式网球	5月16日(周二) 9:30至11:30	上田古战场公園网球场 (下之条351-1)	3000円
简易的提高人体肌肉力量储肌运动 (前期)/全10次	5月19日(周五) 10:00至11:00	上田城跡公園 体育館剣道場	3000円
初学者高尔夫(夏期)/全9次	6月7日(周三) 10:00至12:00	盐田高尔夫中心 (保野558)	4000円 其他还需要交练习场使用费等

对象: 在市内在住或工作、在市内上学的18周岁以上者

申请: 4月25日周二至5月10日周三为止向各窗口申请

(申请和询问窗口: 上田城跡公園体育館管理事務所、自然運動公園管理事務所、丸子総合体育館、真田・武石地域教育事務所) 其他, 市网页也能提出申请。

询问: 上田市スポーツ協会 ☎27-9400



市  
网  
页

### ◆面向 福祉有价运送等驾驶员的讲习会(问询: 高龄者介护课 TEL 0268-23-5140)

是面向以居民为主体的福祉运送服务关系者、今后有参与此服务项目或在考虑中人们, 是国土交通大臣指定的驾驶员讲习会。

日期和时间: 5月23日(周二)、24日(周三), 两日均是: 9:00至17:00

地点: 西部公民馆

内容: 23日(周二)是学习书面知识、24日(周三)进行驾驶技术的实习

对象: 在市内居住, 能参加2日的讲习会者(限先报名的20名)

费用: 1650円日元, 教材费、钱在讲习会当日交纳

当日携带品: 笔记用品、驾驶证、午餐、饮料等

申请: 4月24日(周一)以后, 用电话向 市高龄者介护课联系 ☎23-5140

### 令和5年5月休息日紧急医(上田医师会) 医院休息日有急病时, 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	医院的专门
3日 周三	堀こどもクリニック	上田市中之条 800-5	0268-23-5566	小儿科
	上田腎臓クリニック	上田市住吉 322	0268-27-2737	肾科、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(限内科)	上田市常田 2-15-16	0268-75-7518	内科、呼吸内科
	鹿教湯病院	鹿教湯温泉 1308	0268-44-2111	内科
	いわさ眼科クリニック	上田市天神 3-5-1 アリオ2階	0268-71-6405	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
4日 周四	小泉クリニック	上田市小泉 775-7	0268-81-0088	内科
	日新堂医院	上田市中央 3-14-20	0268-22-0558	内科
	い内科クリニック	上田市古里 166-1	0268-21-3737	内科、胃内科
	千曲荘病院(精神科)	上田市中央東 4-61	0268-22-6611	精神科、内科
	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
	生田耳鼻咽喉科医院	上田市生田 3752-1	0268-41-1187	耳鼻咽喉科
5日 周五	角田産婦人科内科医院	上田市上田 1210-3	0268-27-7760	妇产科
	上田病院	上田市中央 1-3-3	0268-22-3580	内科、外科
	宮下医院	上田市中央西 1-15-12	0268-22-4328	内科
	桜の丘こどもクリニック	上田市小島 699-1	0268-71-6171	小儿科(专门医)
	佐藤胃腸科内科	上田市中央 1-8-20	0268-22-2342	内科、肠胃科
	いでうら呼吸器内科・耳鼻咽喉科 ・消化内科医院	上田市古里 1499-29	0268-71-6078	内科、耳鼻咽喉科
	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	皮肤科	

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!!

日期	值班医院(名称用日语表示)	地址(用日语表示)	电话	医院的专门
7 日 周日	杉山クリニック	上田市中央北 1-2-5	0268-26-8200	内科
	上田生協診療所	上田市上塩尻 393-1	0268-23-0199	内科
	川西医院	上田市保野 710	0268-38-2811	内科、皮肤科
	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
	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
	住吉耳鼻咽喉科医院	上田市住吉 626-11	0268-22-3387	耳鼻咽喉科
	上田市立産婦人科病院	上田市緑ヶ丘 1-27-32	0268-22-1573	妇产科
14 日 周日	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	上田市下之郷乙 351-1	0268-26-8181	内科
	日比優一クリニック	上田市上田原 158-1	0268-21-0721	内科、外科
	田中クリニック	上田市常入 1-7-42	0268-23-5757	外科
	あおやぎ眼科	上田市住吉 577	0268-28-6688	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
21 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 437	0268-38-2011	眼科
28 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
	甲田クリニック	上田市吉安曾 1833	0268-38-3065	内科、小児科、耳鼻咽喉科
花園病院	上田市中央西 1-15-25	0268-22-2325	外科、骨科	

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 (和信州医疗中心相邻)



●诊疗日期：每天 ●诊疗时间：20:00~22:30 ※注意要电话预约后按指示前去就诊  
 ●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