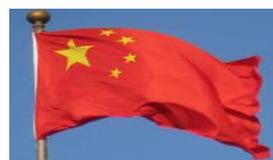


# 上田信息



中文本地消息 月刊  
2023年10月号(No. 79)

## ◆第17次 上田城 红叶节 & 第41次 上田 真田节

迎来了枫叶殷红的深秋,一片红色在信州上田翩翩起舞!今年也是『上田真田节』和『上田城红叶节』将同时举办!美丽的红叶、秋天的美食、今年还能看到就像真的场面似的描写战国时代的画卷,以真田氏为中心的兵将游行表演将让你大开眼见!详情可查看上田城红叶节的网页。 →

### 上田城跡公園櫟树林艺术灯光秀

10月27日 周五至 11月6日 周日  
从夜幕降临至 22:00



上田城紅葉まつり



• 询问: 信州上田观光 ☎71-6047

## 上田城 红叶节

• 会场: 上田城跡公園  
• 11月3日(周五·节日)至5日(周日)  
10:00至16:00

### ★舞台表演

- 上田城大鼓节『秋の阵』 11月3日(周五·节日)
- 英雄武将队汇聚上田城【战国英雄GIG 凱...】进行表演 11月4日(周六)
- 上田城红叶节的舞台表演 11月5日 周日 10:00至14:00
- 美食和特产贩卖 11月3日(周五·节日)至5日(周日)
- 上田城复原建设的宣传专题角



## 上田 真田节

11月5日(周日) 10:00至16:00  
询问: 上田真田节实行委员会 ☎23-5408



上田真田まつり

会场①: 上田市街中心地 10:00至14:00

- ✚ 开场式: (市役所停车场) 上田狮子舞表演、出征的仪式
- ✚ 街上的表演: 抬神轿的演武、民间舞蹈、江户传统演艺
- ✚ 真田三代兵将游行队列
- ✚ 结束仪式、信州武将队的演武



会场②: 上田城跡公園 草坪广场

14:20至16:00

- 全国铁炮演武大会
- 决战剧『上田军纪 真朱的继承者』

●11月5日(周日), 有道路交通管制!!

上田市的入口(令和5年10月1日现在)

总人口: 152829人 其中外国籍: 4124 中国籍: 861人(占外国籍人口的20.9%)



### ◆上田市资源循环型设施（统合的垃圾处理中心）的建设计划

上田市和广域的上田地区有 3 个垃圾处理中心（上田·丸子·东部），将关闭它们、向建设一个资源循环型设施（统合的垃圾处理中心）在努力奋斗。

#### ◎决定了建筑的基本计划

『资源循环型设施建设的基本规划』、是有效处理包含上田市在内的广域上田地区发生的可燃垃圾的资源循环型设施的基建内容、基本方针等，是今后建设一个资源循环型设施（统合的垃圾处理中心）的基本资料。

#### ◎基本方针和基本概要

资源循环型设施建设的基本方针

- ① 减轻对环境的负荷，能确保安全、是能有效保护环境的设施。
- ② 回收处理垃圾过程中发生的热量，是进行资源循环利用的设施。
- ③ 和周围的自然环境相符，是能作为环境教育的据点的设施。
- ④ 对设施建设地基盘进行建设，力争振兴地区良好的生活环境做出贡献。
- ⑤ 在灾害发生的时候能迅速高效地运转，是并能作为防灾据点功能的设施。

| 项目     | 基本概要                | 项目   | 基本概要                 |
|--------|---------------------|------|----------------------|
| 可燃对象物  | 可燃垃圾、灾害时的废弃物        | 处理方式 | 24 小时连续运行、<br>燃烧式烧却炉 |
| 炉子的构造  | 由 2 个燃烧炉构成          |      |                      |
| 可燃处理能力 | 144 吨/日（1 炉 72 吨/日） | 烟囱高度 | 59 米                 |



### 环境保全对策

- 设定的自主标准比比法制规定值要低很多
- 排气的自主基准值如下 **※省略**

### 余热利用计划

- 在燃烧垃圾过程中发生的热量、可转变成温水、蒸汽和电源。实现能源循环再利用
- 尽可能地提高能源的利用效率。
- 结合周边的建设规划，对余热利用进行详细的探讨。

### 事业方式

- 资源循环型设施建设基本探讨以公设民营（DBO方式）进行。

### 洪水灾害时的对策

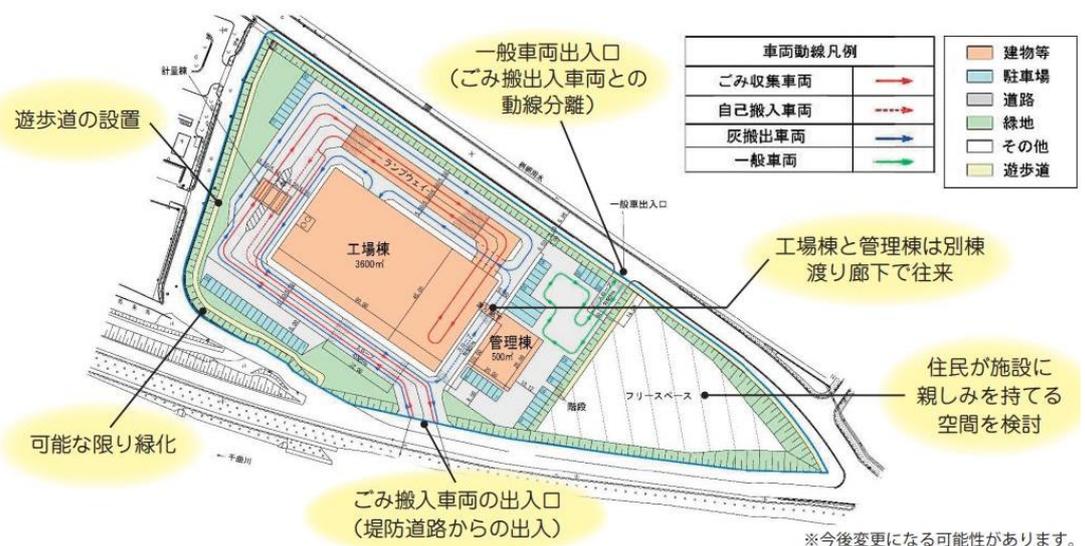
- 在遭遇百年一次的大雨灾害时，能守住设施的垃圾处理功能。
- 在遭遇千年一次的大雨灾害时，能尽量保护好重要设备，尽快地恢复垃圾处理功能。力争不发生二次灾害。

### 概算事业费

- 项目的建设费：229億円日元（包含建筑地的清净园解体费用）。
- 设备的维持管理费：7億8000円日元/1年



### 建筑计划图



●介绍周边事业的基本规划

◎基本方向：余热利用设施和绿色公园的建设

①余热利用设施

现アクアプラザ上田（温水游泳中心）废止。

新建体现市民需求的、能很好地利用余热的新设施！



参考：佐野市みかもリフレッシュセンター

②绿色公园的建设

在周围的空地上尽可能地绿化，创建一个地区居民能进行集会的环境。



参考：高槻市安満遺跡公園

◆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（问询：学校教育课 ☎23-5101）

（上田市对今年4月进行的此调查结果概要公开，但希望大家了解调查结果只说明了学生学习能力的一部分内容）

1、今年4月的各学科学习的调查

小学6年级（25个学校）的学生

| 学科 | 现状和课题  | 今后的努力方向   |
|----|--|---|
| 国语 | 答案平均正确率 65.5%，比全国的值-1.7%。<br>关于【讲和听】邻域，全部高出全国平均水平。<br>写作和读的部分比全国平均稍低。特别是读完文章后根据自己的理解，写出自己的想法的问题，发现这是今后的教学中的课题。 | 在意识到对方的同时、能明确传达内容并能写出来，还要注意承前启后的关系等，进行写作能力方面的经历的积累，提高写作。还有要培养对文章的内容边整理边阅读、积累学生的读解能力。    |
| 算术 | 答案平均正确率 60.1%，比全国的值-2.4%。<br>算术总体有好多领域比全国平均要稍低，但找到了对台形的理解、对除法计算结果商的意义等需要很好考虑的问题是今后的课题。                         | 关于图形的学习，通过情报通信技术从视觉上对图形有更好的理解，明确掌握正确的图形知识的重要性。要在今后的教学中要对四则运算、计算式进行反复练习，提高学生实际解决问题的算数能力。 |

中学3年级（11个学校）的学生

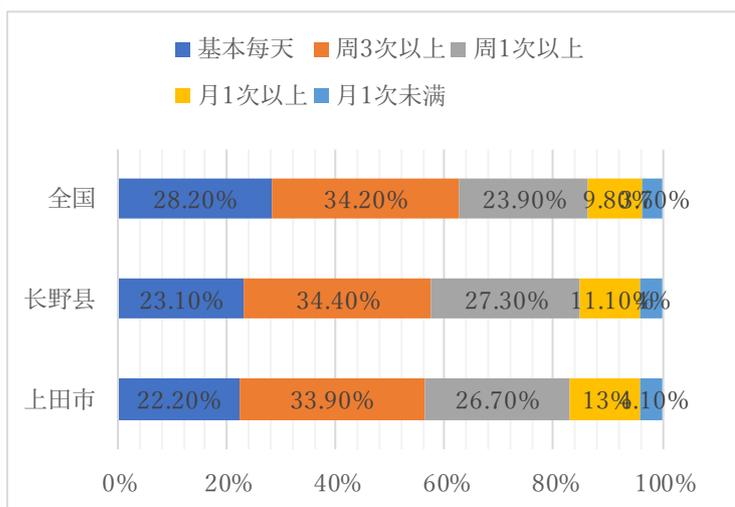
| 学科 | 现状和课题   | 今后的努力方向  |
|----|---|--|
| 国语 | 答案平均正确率，67.7%、比全国的值-2.1%。<br>在『听取』、『对话』、『写作』、『读解』部分稍低于全国平均水平。特别在观点明确进行文章比较、对表现效果进行思考等问题是今后的课题。  | 重点在培养语言的表达能力，通过学习表达特征、如何下功夫等手段，考虑它的成果、提高国语学习能力。                        |
| 算术 | 答案平均正确率 47.9%，比全国的值-3.1%。<br>【数和式】、【图形】、【函数】、【数据的活用】方面比较薄弱，正确率比全国的值低。三角形的全等、两线平行等基础的证明问题是今后的课题。 | 要求证明的题目、首先是要确立构想、以它为基础，从假设开始得到结论，加强引导学生思考这个推论的过程作为数学教学的重点！             |
| 英语 | 答案平均正确率 41.9%，比全国的值-3.7%点。<br>听力部分、读、写的的能力部分，正确率比全国的值低。特别是对文章间连接词的理解很薄弱，是今后特别需要加强的部分、找到了课题。     | 阅读说明文、故事等原版英语读物，要重视对段落的文在全文章的总体里关系的同时从头到尾读完，能抓住作者要表达的主要内容。英语教学将继续这一内容。 |

2、关于生活习惯和学习习惯的调查（下面为小学6年级和中学3年级合在一起的内容）

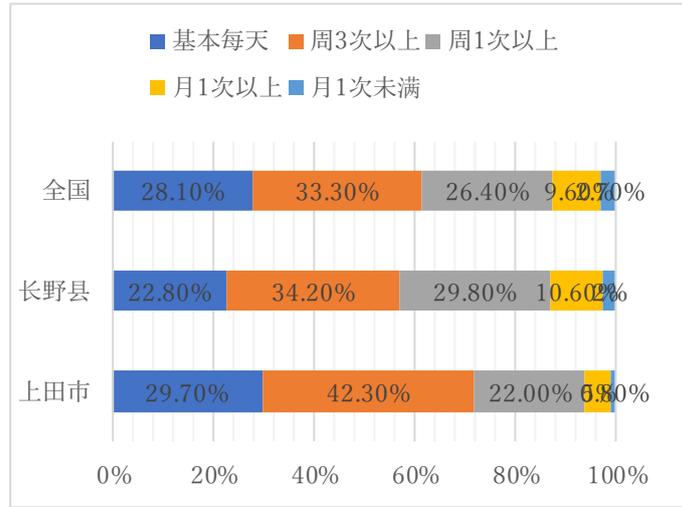
◎向着有效活用计算机、平板计算机等情报通讯技术设备努力

| 现状和课题   | 今后的努力方向   |
|---|---|
| 在课堂的教学中，使用计算机、平板计算机等，基本每天使用、周3日以上使用，小学生的比例 56.1%比全国少（-6.3%），中学生的比例为 72.0%（比全国多+10.9%）（如下图 1、2 表示）。还有从前年开始重视这方面的教学，在这方面小学提高了 5.4%、中学提高了 22.4%！ | 学生 1 人一台的 ICT 的情报通讯技术设备，把握实际情况，根据需求找课题、教材等，学生能更好地学习、理解、掌握并深入所学的内容。<br>要争取消除学校和学校之间、教员之间指导学生生活用状况的差。力争找到最适应一个学生的能深度的学习的方法。 |

### 1、小学 5 年级为止学生在课堂里使用计算机、平板电脑等的平度现状 (小学)



### 2、中学 1、2 年级的学生在课堂里使用计算机、平板电脑等的平度现状 (中学)



### ◎提高学生的自我肯定感

| 现状和课题   | 今后的努力方向  |
|---|--|
| 关于『你认为老师对你优秀之处给以肯定吗?』的提问，回答『是的或基本可以说是的』的学生，小学生占全体人数的 92.0%，中学生也到占 87.4%，均高出全国平均值。 | 在日常的教学中重视，对每一学生的良好之处给与肯定，发挥他们的积极性! 不仅仅是在学习上，而且在生活、活动等各种场面都对学生的好的地方、可能性给与充分肯定，从而来进一步提高他们的自我肯定感。 |



### ◎培养学生在不断变化的社会里的生存能力

以提高每个学生的学习能力为目标、今后重点在不断努力改善学校各科目教学质量的同时，注意和家庭、地区很好地互动、培养好学生的生活习惯和学习习惯。上田市教育委员会将活用以上的调查结果，今后也将在培养学生的学习能力和成人后最基础的『生存能力』等方面制定好方针和政策、努

### ◆请参加令和 6 年的上田市『祝贺二十岁的庆典』

- 日期：令和 6 年 1 月 7 日 (星期日)
- 对象：今年度迎来 20 岁者，在平成 15 年 4 月 2 日～平成 16 年 4 月 1 日间的出生者。



| 中学时上学的学区         | 会场          | 时间           |
|------------------|-------------|--------------|
| 第一、第二、第三中学校      | 上田文化会馆 大会场  | 13: 30<br>开始 |
| 第四、第六中学校         | 上田創造館 文化会场  |              |
| 第五中学校            | 上野が丘公民馆 大会场 |              |
| 盐田中学校            | 塩田公民館 大会场   | 11: 00<br>开始 |
| 丸子、丸子北中学校        | 丸子文化会馆 大会场  |              |
| 真田、营平中学校         | 真田中央公民館 大会场 |              |
| 依田窪南部中学校 (武石小学校) | 武石公民館 交流大会场 |              |

●向对象者邮送《庆典指南》，在上田市有市民登录的、或明白转出地址的对象者邮送。中学毕业以后有 2 次以上移动住址等者，希望参加的对象者请联系我们。

※关于名称的变更：根据民法的改正，成人的年龄提早了。以前的『成人式』改名为『祝贺二十岁的庆典』。

询问：

市生涯学习·文化财课 TEL 23-6375 丸子教育事务所 TEL 42-3147

真田教育事务所 TEL 72-2655 武石教育事务所 TEL 85-2030



### ◆市营住宅 11 月期入住者募集

募集团地和募集户数有变动的可能。应募的资格，住房的结构和房租费等的具体信息请查看长野県住宅供给公社的 HP。

- 募集团地：①千曲町 ②内堀 ③宫原 ④鸟屋 ⑤上鸟屋
  - 申请窗口：11月1日（周三）至8日（周三） 平日的8:30至17:15
  - 入居者决定方法：公开抽签方式，11月15日（周三）在上田合同厅舍南栋2楼会议室公开抽签。
- ※随时可进行申请资格、方法等的咨询



其他：① 单亲家庭、高龄者家庭、残疾人家庭等满足一定条件的家庭有优先申请可能，但这不是保证能入住的条件。②和以上相同的日程有県营住宅入居者的募集，可以同时申请県营住宅的入居。

询问：长野県住宅供给公社上田管理中心 TEL: 29-7010

### ◆养育小孩的情报

健康检查的日期时间等的介绍，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。

健康的牙齿!! 为什么会会长蛀牙? 询问：健康推进课 ☎23-8244

正确理解长蛀牙的原因，来做好预防蛀牙!

虫牙齿会分解残留在口腔内的糖分制作成酸、而这酸又会吸附在我们牙齿的表面，溶化牙齿的表面、虫牙就从这里悄悄地开始了。蛀牙要有『牙齿』、『虫牙齿菌（牙垢）』、『糖分（食物）』三要数重合在一起、经过一段时间才会发生。



|   |  |   |
|---|--|---|
| <p><b>原因 1: 牙齿</b><br/>刚刚长出来的乳牙、永久牙都很软容易被酸溶化，必须特别注意防蛀!<br/>对策：氟素的涂用或使用含氟素的牙膏来增加牙齿的强度。</p>                   |  | <p><b>原因 3: 糖分（食物）</b><br/>食物中含有糖分，特别是零食、果汁等的食品含糖量很高。<br/>对策：糖分是虫牙齿菌的诱饵，摄取甜食的频率和数量都要给予注意!</p> |
| <p><b>原因 2: 虫牙齿菌（牙垢）</b><br/>虫牙齿菌的发粘的物质会黏附在牙齿的表面，因此不增加虫牙齿菌，不让虫牙齿菌着床粘在齿上很重要。<br/>对策：要很好地刷牙，除去牙垢，保持口腔的清洁!</p> |  | <p><b>经过的时间</b><br/>吃的次数越多、牙齿被酸腐蚀的时间就越长，也就容易长蛀牙!<br/>对策：要定好正餐和吃点心时间、次数，要有规则地进行饮食生活。</p>       |

## 『圆润地抱婴儿』很放松!

询问：发育咨询中心 ☎24-7801

婴儿在头还不能竖起来的时候，一定要托着横过来抱，抱有这想法的人们很多。其实横抱时会感到婴儿很沉，会有抱小孩者的手腕很累的烦恼，在婴儿在头还不能很好地竖起来时就开始竖着抱的家长有很多。但是如竖着抱婴儿的时间长了，婴儿自身为了支撑头的重量，无形中会增加背部、腰部的负担，这样很可能造成脊椎的不健康发育，有身体容易向反方向变形的可能。

抱婴儿理想的抱法是『圆润地抱婴儿』! 用这种方法来抱婴儿，能很好地支撑婴儿头部的重量，婴儿会感到很放松的、且小手能自由地活动、玩耍，视线能和抱孩子者相对，是最适合的抱孩子的姿势。『圆润地抱婴儿』小孩最放松，在喂母乳或奶时也会比较地容易。婴儿在头已能竖起来时候，或是在这以前都可以用圆润抱，强力向大家推荐『圆润地抱婴儿』的抱孩子方法!

#### 要点:

- 抱孩子者如图两手手腕象车轮一样形成圆形，婴儿完全被抱住并能很好地躺在里面。
- 要把婴儿的颈部很好地支撑好、抱住。
- 就像婴儿是座在车用婴儿专用椅上那样的姿势。

#### 注意事项:

- ✘ 要把婴儿的两手放在身体前面的位置。
- ✘ 抱婴儿时注意不能有颈部向后部反方向变形的姿势。
- ✘ 在抱的姿势时婴儿的屁股是在最下方。



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!!

### ◆信州上田地区 2023 年就职咨询会

以明年春天就业为目标在积极进行就职活动的学生为对象，上田地区的约 70 个企业聚集在一起，举办介绍他们企业的说明会。还有就职咨询、就职综合介绍的窗口和企业的宣传窗口等。请在上田市的家长们能向在外地读书和生活的孩子们传递这消息。

➢ 日期和时间：11 月 13 日（周一） 13:00 至 16:00

13:00 开始就职支援讲座

地方：上田东急 REI ホテル 3 楼 上田市 天神 4-24-1

➢ 对象：2024 年 3 月大学、短期大学等毕业预定的学生、及毕业大约在 3 年以内者。

➢ 询问：上田職業安定所 毕业学生窗口 ☎23-8609（转 44 分机）

上田市 HP



### ◆养育孩子家庭用『优惠通卡（パスポート）』更新通知（询问：子育て子育て支援課 ☎23-5106）

养育孩子家庭在购物时等使用『优惠通卡（パスポート）』、可以享受优惠价的服务等。

①养育孩子家庭用『优惠通卡（パスポート）』（图 1）

②养育多个孩子家庭用『多孩子用优惠通卡（パスポート）』

（图 2）

大家现有这两种卡，在 6 年 3 月 31 日将到使用限期了。市在 10 月开始按顺序向对象家庭邮寄新卡（是蓝色的卡，如右图）。

新卡寄到可开始使用，现有的卡请各家庭协作负责处理掉它。

#### I、对象/有效期

①本年度末有 18 岁以下孩子或孕妇的家庭/令和 10 年 3 月 31 日

②本年度末有 18 岁以下孩子 3 人以上的家庭/令和 10 年 3 月 31 日

※注意当对象年龄的孩子少于 3 人的时候，就不可以使用了。

#### II、其它

这事业是各支援养育孩子家庭店铺组成的协助店的赞助和利用服务的大家的好意在进行运行的，希望对象者们很好地阅读一同寄来的说明书，望大家在利用时严守使用规则。

【优惠通卡（パスポート）】（图 1）



【多孩子优惠通卡（パスポート）】（图 2）



协助店  
店名  
检索网页

### ◆挑战做好身体肠子的活性化、让生活更舒康！（询问：市民プラザ ●ゆう ☎27-2988）

人们的肠是被称为『第二的脑』的人体器官。让我们从学习肠的健康开始，一起来寻找健康的秘诀。

日期和时间：11 月 18 日（周六） 10:00 至 12:00

地点：市民プラザ ●ゆう

对象：在上田市工作或居住者（30 名）※先报名的 6 名可以预约托管孩子的服务。

携带物品：笔记用品

### ◆丸子男女共同参画推进事业电影观看会『最高の人生のを見つけ方』※找到自己最高人生的方法

日期和时间：11 月 5 日 周日 时间：14:00~（开场 13:00）

地点：丸子文化会館 セレスホール

上映作品：电影『最高の人生のを見つけ方』※找到自己最高人生的方法

入场费：一般 500 日元 小·中学生 300 日元

电影票的贩卖：丸子文化会館

询问：市民プラザ ●ゆう ☎27-2988 丸子市民サービス課 ☎42-1052

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

### ◆第7次 上田市绿萝卜收获节

举办上田市的骄傲『上田绿萝卜』的收割体验和贩卖活动。

**日期和时间:** 10月29日 周日 时间: 9:30至12:00 (※恶劣天气时有可能终止)

**地点:** 塩田の郷マレットゴルフ场前面的萝卜地 (上田市前山 2400-1 附近)

**携带物品:** 高帮雨鞋、手套、收割后绿萝卜存放用袋或纸板箱等。

**询问:** 上田市绿萝卜生产者组合事物局 ☎29-1669

活动当天联系 TEL 090-8643-3058 (吉田さん)



### ◆在盐田的王山公园出发沿镰仓道、一起学习运用『北欧行走法』来行走!

在学习了『北欧行走法』的讲习后,从王山公园出发沿镰仓道行走约5公里路程。因为『北欧行走法』是使用专用行走杖,请背双肩包来参加。

**日期和时间:** 11月19日 周日 时间: 8:45至11:00 8:30开始办理登记 (※小雨决行)

**集合地点:** 王山公园 停车场

**对象:** 在市内在住者 (限先报名的20名)

**携带物品:** 补充水分用饮料、帽子、雨具、行走杖 (对没有者有免费借给)。

**申请:** 10月23日 (周一)至11月10日 (周五)用电话报名,健康推进课☎28-7123

**询问:** 健康推进课☎28-7123 当日信州『北欧行走法』协会☎24-1812

### ◆令和6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)

市为了支援『家长们能搞好工作又能兼顾养育好孩子的两方面』、『儿童们能很好地健康成长』,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将开始办理。

◎**申请期间:** 11月15日 (周三)至12月6日 (周三) 平日: 13:00至19:00 周六: 8:00至19:00

◎**申请方法:** 请填好**申请表等资料** (11月1日开始在各儿童俱乐部分发、也可通过市HP下载取得),在期间内、携带填写好的申请表等资料去希望利用的设施提出申请。

◎**利用费:** 儿童俱乐部 3000日元/月 (当月利用日不到10日时,是3000日元/1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 还有不同的设施有需要交点心费和家长会费等的。

#### ◎其他

※1 需要特别照顾的儿童也可申请,需要支援具体内容请在申请时与儿童俱乐部相谈。※2 令和6年度4月1日 (春假中)开始就希望利用时、必须在申请期间内完成申请。※3 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



### 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1-27-21

● 诊疗日期: 每天 (※8月14日至16日,年初年末除外) ● 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



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!!

11 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<br>(名称用日语表示)          | 地址<br>(用日语表示)       | 电话 (0268)    | 医院的专门        |
|-------------------|----------------------------|---------------------|--------------|--------------|
| 3<br>日<br>周<br>五  | 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                   | 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        |
|                   | 角田産婦人科内科医院                 | 上田市上田 1210-3        | 0268-27-7760 | 妇产科          |
| 5<br>日<br>周<br>日  | 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 | 小児科(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・<br>消化内科医院 | 上田市古里 1 4 9 9 - 2 9 | 0268-71-6078 | 内科、耳鼻咽喉科     |
|                   | かながわクリニック                  | 上田市蒼久保 1144-1       | 0268-34-5151 | 外科           |
|                   | 川西生協診療所                    | 上田市仁吉田 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           |
| 12<br>日<br>周<br>日 | あきわ皮膚科                     | 上田市秋和 310-15        | 0268-28-5177 | 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       |
|                   | 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       |
|                   | 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           |
| 19<br>日<br>周<br>日 | 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          |
|                   | 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           |
| 23<br>日<br>周<br>四 | 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        |
|                   | 池田クリニック                    | 上田市上田原 687          | 0268-22-5041 | 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           |
| 26<br>日<br>周<br>日 | 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           |
|                   | 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           |
|                   | クリニック岡田                    | 上田市中央 6-10-10       | 0268-24-2662 | 外科、内科        |
| 26<br>日<br>周<br>日 | 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 |
|                   | 上田国分糖尿内科クリニック              | 上田市国分 1-1-1         | 0268-75-2890 | 内科、糖尿内科      |
|                   | 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 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