



上田信息



中文本地消息 月刊
2024年5月号(No. 86)

上田市丸子农产物直贩加工中心运营工会

あさつゆ（朝露）

在今年6月将迎来第20个年头

朝露位于丸子地域御嶽堂,是一个贩卖四季新鲜农作物的农产物直贩中心。在地方狭小的店铺里,摆满了生产者的讲究和用爱心种植出来的农作物来点缀我们的餐桌。

我们的成长之路



昭和61年朝露的源流是由依田地域的4家黄瓜农家设置的无人贩卖所开始。

花開け 地産地消

平成元年无人贩卖所的团体与丸子町农产物直贩团体联合会相结合,在丸子町役场前开始了大规模的早市。

平成16年朝露开业,开业前两天的开业活动,等待收银的队伍布满了整条大道。

20周年纪念活动

感谢大家的日常光顾,我们将在6月8日(星期六)

举办20周年周年庆活动,详情还请浏览朝露网站

朝露（上田市丸子农产物直贩加工中心）

☎41•1062

〒386-0412 上田市御嶽堂 54-1

1月1日~4日除外年中无休

■3月1日~10月31日 9:00~18:00

■11月1日~2月末 9:00~17:30 (丸子産業観光課)



把农业的好处拓展给地域

通过当地小学生们种植蔬菜・贩卖体验会及市内给食中心提供农作物,由朝露青年部实行的与当地小学生的交流,正月装饰品的制作・贩卖等,在各个方面都备受关爱。



去农产物直贩所看看吧!

在上田市内也有其他很多农产物直贩所
详情请浏览上田市网



上田市网

上田市的人口（令和6年5月1日现在）

总人口: 151,984人 其中外国人: 4,426人 中国籍: 850人（占外国籍人口的19.2%）

实施靠近犯罪受害者的支援

～上田市制定了犯罪受害者等支援条例～

上田市为了对应被卷入犯罪的犯罪受害者等（犯罪受害者及家族和遗族）的现有处境，实行适当且中途不间断的支援，制定了支援犯罪受害者等的相关条例。

建设一个全市民都能安全安心生活的地域社会。

■ 主要施策

① 综合支援窗口的设置

对于相谈者实行提供必要信息和建议之外，还实行联络相关机构。

② 抚慰金的支付・日常生活支援金的支付

为了轻减犯罪受害者等的经济负担，实行日常生活必要的支援，

抚慰金及支付金等的对象者及金额等的详情，还请浏览上田市网。

③ 广报・启发・教育

有关犯罪受害者的支援必要性，为了得到市民和事业者的深刻理解，

实施启发活动和教育活动。

■ 举办犯罪被害者等的支援条例制定纪念演讲会

站在犯罪受害者的立场与支援立场的人员会话。

利用这次机会我们一起来考虑有关遭遇到犯罪受害的事情。

日 期

6 月 29 日（星期六） 14：30～16：00（14：00 开场）

举办场所

西部公民馆

定 员

80 名

内 容

第 1 场 【居住场所被掠夺的犯罪受害者】

市川武範氏（長野県犯罪被害者遺族自助グループ「つなぐ」世話人）

第 2 场 【犯罪受害者的人权与支援的必要性

～在长野县内，犯罪受害者等支援条例的制定状况～】

鈴木良忠氏（長野県犯罪支援センター専務理事）

报名方式

请在参加的前一天电话联系，并提供姓名・电话号码・参加人数等信息

※以上演讲会详情还请浏览上田市网



请电话咨询：人权共生課 ☎ 23・5393

信州上田学事業

2024

上

田

未

来

会

議

市内在住・
通学・通勤
の人員均可

募集参加者

作为「信州上田学」的一环，学生（高中生・大学生）及
市民一起对地域话题和解决方案进行商谈。

我们将举办「上田未来会議」，还请大家前来参加。

对修了学员还会颁发修了证书。



令和 5 年の
会场视频

1	6 月 29 日(星期六)	【全体】 ◆时间 13: 30～16: 00 ◆地点 サントミューゼ(大スタジオ) ◆内容 主体演讲（提问）等 演讲题材：自我思考地域课题，行动提示 讲 师：山崎亮先生 (studio-L 代表, 関西学院大学建築学部教授)	 山崎亮さん
2	7 月 13 日(星期六)	【小组工作】 团队顾问（陪跑人） ◆中澤純一先生（NPO やじろべー理事長） ◆間島賢一先生（(株)間島宣伝事務所代表取締役） 主讲人*对应小组工作主题，预定有各界嘉宾参加 ◆直井恵女士（上田儿童电影俱乐部主办）	
3	8 月 17 日(星期六)		
4	9 月 14 日(星期六)		
5	10 月 12 日(星期六)		
6	11 月 9 日(星期六)	中澤純一さん	間島賢一さん
7	12 月 14 日(星期六)	【全体会】 小组发表会&交换意见（市长预定出席）	 直井恵さん

会 場： サントミューゼ多目的ホール・上田駅前ビル・パレオ会議室ほか

定 員： 60 名左右（7 次中能出席 4 次以上的人士）

参加費： 免费

报名方式： 6 月 24 日（星期一）前，从①～③中择选出通过小组工作商量后决定的主题
（因少数人要求，有可能不能完全满足要求的状况）

通过扫码・电话・邮件方式报名（一达到定员人数，就将停止报名）。

① 从最初开始着手地域话题

② 年轻人的所在地的必要性

③ 大学生在地域的活跃性

请咨询：学園都市推進室 ☎ 75・2502 ✉gakuen@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・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! 需先告知是火灾还是急救・救助!!

☆都市计划草案阅览与公听会

市对于垃圾处理设施（有机物再利用设施）的建设，正在预定都市计划决定。市为了听取市民的意见，预定举办草案阅览和公听会。

草案内容：上田都市计划垃圾处理施舍的决定（上田市塩川）

阅览期间・公开申述：6 月 7 日（星期五）～28 日（星期五）

地点・咨询：丸子地域建設課

其他：有关申述期间・方法请浏览上田市市网

公听会时间：6 月 30 日（星期日）18:00～

地点：丸子地域自治センター講堂

其他：如果没有公述人，就不举办公听会。



上田市网

请咨询：都市計画課 ☎ 23・5134

☆有关出售公有地

出售物件（所在地/用地目的/面积/最低出售价格）：

緑が丘一丁目 90 番 103/住宅用地/291.09m²/11,270,000 日元

出售方法：一般竞争投标，将出售给投标价格高出最低出售价格的最高投标人士

报名期间：5 月 17 日（星期五）～6 月 27 日（星期四）

咨询窗口：市役所本厅舍 4 楼

投标期间：6 月 28 日（星期五）～7 月 4 日（星期四）

请将投标用申请资料自带到市役所本厅舍 4 楼或邮寄（期限内必达）

开标日期・场所：7 月 5 日（星期五）10:00（自愿到场）/市役所本厅舍 3 楼 303 会议室

其他：有关物件信息，投标说明书・投标申请书，请咨询窗口或上田市网



上田市网

请咨询：財産活用課 ☎ 23・5114

☆木造住宅免费耐震诊断・补助

可以免费申请木造住宅的耐震诊断。一旦诊断出有倒塌的危险性，有耐震改修或是解体工程的补助制度。

对象住宅：昭和 56 年（1981 年）5 月 31 日之前开建的 2 层以下的木造住宅

补助金：木造住宅的耐震改修最多可以得到 100 万日元的补助金，解体工程最多可以得到 83 万 8 千日元的补助金

如果满足条件的耐震工程，还可以享受到由县发放的最多 50 万日元的补助金

报名方式：请在报名前，事先电话联系等相谈后再提交申请书

请咨询：建築指導課 ☎ 23・5430

☆6 月是土砂灾害防止月间

因台风及前线的停滞会伴随有大雨，此期间很容易发生

山崖倒塌，土石流，山体塌方等土砂灾害。为了从土砂

灾害中保护自己和家人的生命，我们要做好日常准备和

早期避难的心理。要事先从「上田市災害ハザードマップ」

上确认家周边的危险地方及避难场所。上田市災害ハザードマップ

在上田市网和上田市防災ポータルサイト上也可以确认。



上田市网



上田防災
ポータルサイト

气象预报及避难信息等也有通过上田市短信发送服务及上田市官方 LINE 等发送，还请登录。

请咨询：危機管理防災課 ☎ 21・0123

上田市内科・小児科初期救急センター 诊疗日：每天（注意※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

有 关 税 收 方 面

◆持有不动产税金:

持有不动产税金就是,当持有不动产(土地・房屋)时,持有者所需缴纳的税金(县税)。在购入土地及房屋时,从所有权移转的登记月起,大约半年后会收到纳税通知书,还请缴纳(对于住宅・住宅用地有可能会适用与税金轻减制度)。

在新建住宅时,在第二年的8月份左右将邮寄出纳税通知书(根据特例控除,未满足免税点时,有可能不会邮寄纳税通知书)。

为了享受住宅用地的轻减措施,还需要申请。

可以线上使用「ながの電子申請」服务申请。

请咨询:長野県東信県税事務所課税課

課税第二係 ☎0267・63・3138

✉zei-toshin@pref.nagano.lg.jp (税務課)

◆軽自動車・自動車税の納税期限为5月31日

軽自動車税(类型折扣)和自動車税(类型折扣)是每年,车检证上记载的4月1日现在的所有者或者使用者,所需要缴纳的税金。即使没有拥有车辆,车检证上所登记的姓名为课税对象者。

使用银行账户・无现金支付等方式,在缴纳期限之前所缴纳的税金,在6月中旬会邮寄出纳税证明书。

此外,自動車税(类型折扣)将不邮寄。

请咨询:税務課 ☎23・5169

収納管理課 ☎23・5117

東信県税事務所上田事業所 ☎25・7117

温馨提示:

如有需要办理废车手续的人员,请在车检有效期一个月以上申请办理。废车办理手续还请咨询【長野陸運局】☎026・243・4384

来至消费者生活中心的通知

请注意以投资・副业等『赚钱的话题』!

以 SNS 为开端的关于投资・副业的纠纷相谈,在全国消费者生活中心都有多次收到。其中,冒充著名人物及有名人物,实行一些恶劣事例。再来,就是会收到没有正规登记金融产品交易的海外公司发来的,有关 FX(外汇保证金)交易及暗号资产的投资劝诱。对于青年层,会让从消费者金融机构贷款做副业劝诱的诈骗事例在不断增加。

纠纷事例:

- ✦通过 SNS 认识的人,被邀请到投资团体,进行海外 FX 交易,在提出需要提取资金时会被要求支付税金
- ✦被劝诱高额的副业支援,说没钱拒绝后,通过远程操作 APP,被从消费者金融贷款

给消费者的意见:

- ✦「简单」・「确实」・「高回报」,觉得没有这么好的『赚钱话题』!

首先最重要的是要试着猜疑。

- ✦金融商品交易公司及暗号资产交换公司是未登记公司的话,

请绝对不要进行交易。

- ✦请务必在『金融庁ホームページ』上确认,交易公司是否有登记

如有不安或遇到纠纷的状况,请不要一个人烦恼,请联系上田市消费生活中心(☎75-2535)或消费者热线(☎188)



外籍市民作品展【11月30日~12月6日(周五)】

*作品不分类别,只要是手工作品都可以参展

您愿意将您的作品展示在『上田市立美術館 サントミューゼ』吗?

要是您有这个想法的话还请联系我们『AMU 上田市大手 2-4-4 上田市多文化共生推進協会』

TEL: 0268-25-2631 E-mail: ueda_tabunka@po15.ueda.ne.jp

URL: <https://uedatabunka.com/>



乙型肝炎与疫苗

◆因乙型肝炎病毒引起的肝硬化

乙肝是继脂肪肝·丙肝·酒精引起的肝障害的最多肝脏病，因乙型肝炎病毒所引起的肝障害。

乙肝分为①病毒感染的母亲在分娩时或是在小时候被感染，感染会继续「持续感染」，②成人后被感染「急性肝炎」的两种情况。

◆乙型肝炎病毒的感染

乙肝病毒是通过血液等体液感染，没有清洁到位的耳环，纹身，毒品的注射器通用，性行为等也会被感染。急性感染多在于体内残留有少量病毒时是可以治愈的；但是随着时间推移会引起激烈肝炎（暴发性肝炎）导致死亡事件发生，极少数也会引起持续性肝炎。

医疗从业者·救援队·福利施舍·伴侣等，若有患有持续性肝炎的人员中，对于有需要申请的人员实施疫苗接种。

◆向 0 岁婴儿全员提供疫苗接种

在日本从 1986 年起有实行怀孕期时的肝炎检查。为了防止母子间感染，实行疫苗接种等预防措施。感染给新生儿的例子也在急剧减少，但是如下记图所示，从国外带回的感染也在持续。在此为了根绝乙肝，从 2016 年 10 月起开始对 0 岁婴儿全员实行疫苗接种。

◆肝脏被称之为沉默的器官

即使持续感染乙肝，也有多数不会立即出现不适反应的人员（无症状性人群），从而将会从慢性肝炎转变成肝硬化，最终转变为肝癌的状况。

但是即使病情有进化，有多数人员也不会出现自觉症状，就需要去医疗机构进行检查。如果肝炎的检查结果为阳性，就有需要判断由专科医生诊断的必要性。

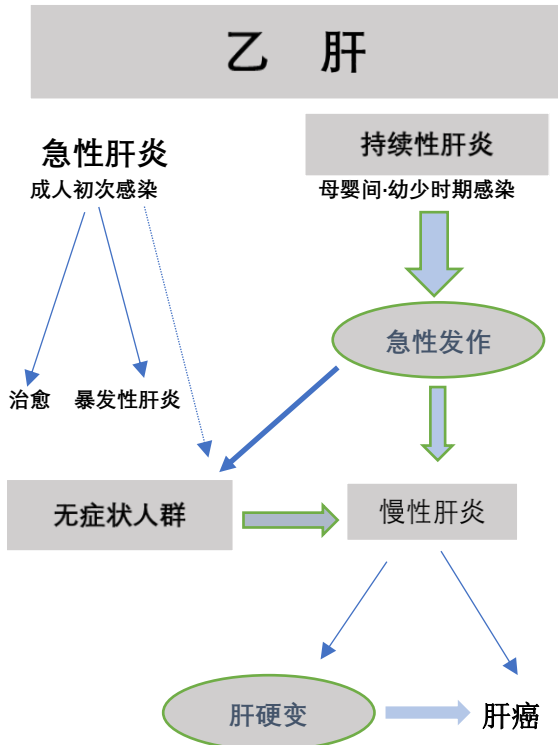
※上田市有实行肝炎体检

◆定期检查和看诊

近年通过急剧减少肝炎的口服药，使得病情的进展有所控制。再来就是多数患者，觉得病情已经得到控制没必要再吃药了。在此为了早期发现病情的进展和肝癌的发病，还需要定期看诊。

若是不知到自己是否已感染了肝炎而担心的人员，还请先去检查。

若是检查结果为阳性，没有去医疗机关看诊的人员，也可以向经常去就诊的医院医生相谈。即使没有症状，肝功能也正常，也请让介绍去专科医生。



预防乙肝的日常小常识：

预防肝炎最基本的就是减少接触他人的血液·体液。在日常生活中，接触这之类的几乎很少。附带有血液·体液的器具需要充分的清洗干净·消毒；在此最重要的是还需要确认是否充分清洗干净和消毒。医疗机关通常手术所使用的器具都有充分清洗和消毒，所以就不用担心。原则上是不与他人共用剃须刀和电动剃须刀·耳环。要是有不得已的情况需要与他人共用，还请充分洗净和消毒。

对于乙肝病毒最有效的方法就是疫苗接种。

此外，在宿舍等与家人之外的一般人员生活时，会增多紧密接触的机会。这时，还需要注意毛巾·牙刷等生活用品等不要公用。

请咨询：地域医療政策室 ☎ 75・5463

育儿信息

婴幼儿体格检查的日期与时间，
检查日1~2个月前会邮寄出通知。

※ 上田地域10个月大婴儿为对象的
个别检查不会邮寄出通知。还请咨询各医疗机构。



婴幼儿保健

面向以孩子为中心的社会：

上田市在令和5年7月18日实行了『以孩子为中心的支持者宣言』。孩子是社会的希望·创造未来的力量。上田市强烈愿望所有的孩子都能满怀笑容地幸福快乐生活，以「支持孩子的成长」·「支持父母的育儿」·「地域全体支持育儿」的3个观点，着手能够安心的育儿支援。

『以孩子为中心的支持者』是什么？

孩子家庭厅提倡，对于儿童·青少年而言较好的事情该怎么考虑。赞同自己能做到的，去实践行动的企业·个人·自治体等被称之为『以孩子为中心的支持者』。

面向策定「第3次上田市孩子·育儿支援事业计划※」 实施育儿家庭等的问卷调查与包括孩子的作坊，听取了市民们的声音

※第3次上田市的孩子·育儿
事业支援计划（令和7年度起
的5个年计划）通过保育和教育
家庭和地域相关的育儿支援事业计划



「小·中学生」作坊组



「高中生」作坊组

上田市面向实现以孩子为中心社会的演讲会 (令和6年3月17日 周日) 举办

能言语出育儿的不容易的昨今，作为学习那种实态的机会，
对年龄层广泛的市民和母子保健·儿童福利关系者举办演讲会。



讲师：阿部久美氏（あべ母乳子育て相談室/阿部母乳育儿相談室）
演讲题材：お母さんの心と体の健康（～産前産後ケアを通じて～）
妈妈的心理和身体的健康（～通过产前后护理～）

上田市出生祝贺金

为了祝贺新生命诞生的同时，上田市的特征是想了解第二个孩子以后的出生率增长缓慢状况，
作为一个有魅力的都市，希望能被育儿家庭所选择的都市为目的，令和5年4月起上田市开始了出生祝贺金。

支付额

- ✿ 第1个孩子1人1万日元
- ✿ 第2个孩子1人3万日元
- ✿ 第3个孩子以上1人5万日元



紧急情况时，请拨打全国 24 小时报警电话 110 或 119

●交通事故・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！需先告知是火灾还是急救・救助！！

6 月份休息日的紧急医(上田医师会) 医院的休息日有急病时，可以就诊的值班医院

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	医院的专科
2 日 周 日	上田腎臓クリニック	上田市住吉 322	0268-27-2737	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
	こさとクリニック	上田市古里 1926-17	0268-28-4111	内科、皮肤科
	鹿教湯病院	上田市鹿教湯温泉 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
	生田耳鼻咽喉科医院	上田市生田 3752-1	0268-41-1187	耳鼻咽喉科
9 日 周 日	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
	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、外科，耳鼻咽喉科
	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
16 日 周 日	角田産婦人科医院	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
	かんがわクリニック	上田市蒼久保 1144-1	0268-34-5151	外科
	あさわ皮膚科	上田市秋和 310-15	0268-28-5177	皮肤科
	住吉耳鼻咽喉科医院	上田市住吉 626-11	0268-22-3387	耳鼻咽喉科
23 日 周 日	上田原レディース&マタニティークリニック	上田市上田原 455-1	0268-26-3511	妇产科
	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
	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	脑神经外科、神经内科
	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
30 日 周 日	下田眼科	上田市常田 1-10-78	0268-21-0606	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
	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
	日比優一クリニック	上田市上田原 158-1	0268-21-0721	外科、内科
	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

募集 6 月期市営住宅入居者

募集団地：千曲町、内堀、中丸子、中丸子第 2、上丸子、上長瀬、宮原、鳥屋、堀之内

※募集団地会有所变动，详情还请浏览公社网

报名期间：6 月 3 日(周一)～7 日(周五)

入住决定方法：6 月 17 日(周一)在上田合同厅舍南栋 2 楼会议室公开抽选。抽选后没有申请入住的住宅，会继续以没有被抽中的人员为对象再次募集抽选。还请意愿者出席抽选会。

其他：单亲家庭，高龄者家庭，残疾人家庭，年轻夫妻家庭等满足一定条件的家庭，虽然可以优先申请，但不保证能入住。

同日程也募集县営住宅の入居者。也可以同时申请县営，市営住宅。

请咨询住宅政策课：长野县住宅供给公社 上田管理中心 ☎29・7010 干386-8555 材木町 1-2-6 上田合同厅舍南栋



上田市内科・小児科初期救急センター 诊疗日：每天(注意※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