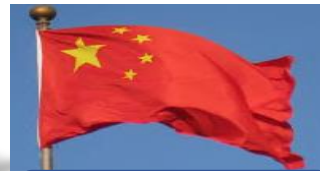




上田信息



中文本地消息 月刊
2024年7月号(No. 88)

为了减少自然灾害损失，请日常做好防灾准备！

近年在各国各地，都频繁地发生有因记录性的豪雨造成的河川泛滥和土砂灾害。再次长野县内有好几条地震带活断层，很有可能会发生较大的地震。

「自然灾害绝对不是他人之事。是有关『您』或『您的家人』的生命安全问题」；「为了不丧失生命，请对灾害所持关心」— 平成 30 年（2018 年）7 月的豪雨之后，由国家发信出这样的强调信息。

「上田市ハザードマップ」上记载有以国家或县发表的，有关各种灾害的资料为基础，市内的灾害险情和最新防灾情报知识，考虑活用与为了采取自身判断保护好自己生命的避难行动。

「上田市ハザードマップ」是为了保护自己，家族，地域人们生命的情报宝库。身边的危险地方及避难场所的确认，紧急时联络方法等，「对灾害所持关心」从平日开始进行准备各方面所需物品。

※以下内容仅供参考

■紧急携带品参考清单……

- 携带用饮用水
- 食物（方便面 罐头制品 饼干等）
- 贵重物品（存款存折/印章 现金）
- 紧急用品
- 工作手套
- 手电筒
- 日常衣物（睡衣 毛衣等）
- 内衣等衣物
- 毛毯
- 携带用收音机和预备电池
- 火柴 蜡烛
- 一次性保暖贴
- 湿纸巾
- 笔记用品
- 常备医药用品等

■有婴幼儿小孩的家庭

- 奶粉
- 一次性纸尿裤
- 奶瓶

紧急携带品（一人份）的参考量 ……

※大致 3 日份储备参考量

- 饮料水 9 升（3 升×3 日）
- 米饭（灾害时用米饭 4~5 盒）
- 饼干 1~2 盒
- 板状巧克力 2~3 盒
- 干面包 1~2 盒
- 罐头制品 1~2 罐
- 内衣 2~3 套
- 日常衣物（睡衣 毛衣等）



上田市防災
ポータルサイト



上田市災害
ハザードマップ

■泥石流，滑坡，塌方等土砂灾害是有前兆现象的，大家平常都要做好防止土砂灾害的准备！！

我们居住的上田地区周围有很多山脉，贯穿中央的是日本最长的河流千曲川，是一个自然非常丰富的城市，但容易发生泥石流，滑坡，塌方等土砂灾害。土砂灾害会在一瞬间夺走我们的贵重生命和重要财产。在土砂灾难中为了保护重要的家庭成员，要求大家密切关注「暴雨警告」，「暴雨警告」等有关气象信息，遇到持续性地大雨，地面出现裂缝等，自己感觉到有危险时要尽早地进行避难。还有平时要做好对家周围容易发生危险的地方及对避难途径等的确认。

■简单介绍土砂灾害的前兆现象

● 泥石流

- 发生山鸣现象
- 天持续下雨，但河流的水位有所下降
- 河水浑浊，开始有漂流的大块树枝



● 山体滑坡

- 溪谷，井水等发生浑浊
- 在地面上可见裂缝
- 在斜坡上有水喷出现象
- 住宅等建筑物，围墙，电线杆有倾斜现象



● 塌方

- 在悬崖峭壁上可见裂缝
- 从悬崖上有水喷出的现象
- 悬崖上有小碎石滑落的现象
- 悬崖上有树根被砍似的声音

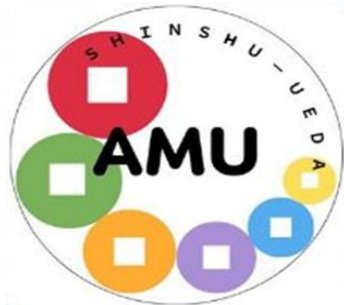


上田市的人口状况（令和 6 年 7 月 1 日现在）

总人口：151,899 人 其中外籍人口：4,494 人 中国籍：861 人（占外籍人口的 19.2%）

紧急情况时，请拨打全国 24 小时报警电话 110 或 119

●交通事故・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!!



一起来参加上田市多文化共生推进协会的活动吧!

截至令和 6 年 (2024 年) 6 月 1 日登记的市内外籍人口在住数为 4,472 人。

之中半数以上的人士为永驻・定住者，分别来之 60 个国家。各自都持有不同文化的生活方式。上田市多文化共生推进协会 (AMU) 不仅在广泛分野中推进国际合作，支援，交流活动，还为多文化共生城市建设做贡献。

AMU 在着手推进各种事业活动

「多文化交流节」等的交流活动；向外籍讲师学习母国料理「世界厨房」以提供外籍市民的作品发表场所为目的的「外籍市民作品展」等内容多种多样，感兴趣的朋友还请前来参加。

令和 6 年度的活动预定

7 月 27 日 (周六) 上田わっしょい，作为「国际连」参加

8 月 11 日 (周日・节日) 「ワルド・キッチン」世界厨房

9 月 8 日 (周日) 上田多文化交流节 2024

11 月 30 日 (周六) ~ 12 月 6 日 (周五) 外籍市民作品展

您来「にほんごアムム」日语教室学日语吗？学费免费

① 成人班

根据个人日语水平进行教学

② 儿童班

辅导学校的学习

「① 成人班・② 儿童班共通」

每周三 (15:00~17:00)，周五 (10:00~16:00)，周六 (10:00~16:00)

地点：AMU PLAZA (大手 2-4-4 上田市役所对面 2 楼)

渴望学习的人士还请电话或邮件联系我们



■募集日语学习支援者

募集在にほんごアムム (成人・儿童班) 教学日语的人士。

没有相关日语指导资格和经验的也可 OK，希望支援外籍市民学习日语的人士

※请电话或邮件联系我们

安藤健二先生 (AMU 会长兼儿童班にほんごアムム 策划担当)

现在有 7 名外籍小中学生，周六都会来 AMU 学习日语。不光是学校，周六也学习的同学虽然感到很不容易，但都在努力。想要学习日语的人士还请前来参观。

西川衣里子女士 (AMU 策划担当)

多文化共生是持有异国文化及背景的人们，互相尊重协力共存。宽容，理解，相互的对话很重要。多样性会带来丰富性，从不同的视点及经验互相学习，能筑成更好的社会。感兴趣的朋友还请前来 AMU 咨询。

世界厨房之 (印度尼西亚篇)

本次使用地道的香料和材料，做一道印度尼西亚料理。

日期：8 月 11 日 (周日・节日) 10:00 ~

场所：市民プラザ・ゆう 1 楼料理室

讲师：レイナ百合子ユリアナさん (印度尼西亚出身)

定员：先到前 30 名 费用：1 人 500 日元 (小学生以下免费)

携带物品：围裙 头巾 书写用具

报名方式：7 月 23 日 (周二) 以后，请电话或邮件联系我们



③ 开放班

可以与参加者们自由交流

星期三 (16:00~17:00)

星期六 (15:00~16:00)

地点：星期三 (AMU PLAZA)

星期六 (市民プラザ・ゆう)

(材木町 1-2-2) 无需预约

花村由実子女士 (成人班にほんごアムム 策划担当)

想要接触异国文化的人士，想要结识日本朋友的外籍人士，首先试着从相互了解开始吧！用日语，自由交谈的开放课还请大家随意参加。



从春天开始网页有所更新
各活动举办日程的详细内
容还请浏览网页。



咨询：上田市多文化共生推进协会 (AMU) 大手 2-4-4 → 上田市役所对面 2 楼

(平日・周六 9:00~16:00) ☎ 0268・25・2631

✉ ueda_tabunka@pol15.ueda.ne.jp



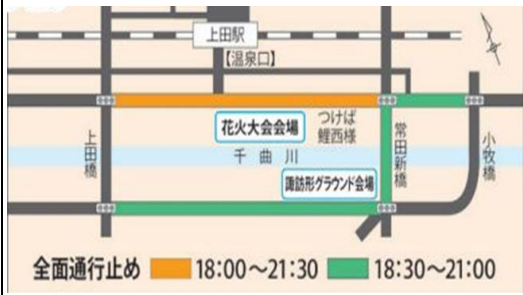
上田市内科・小児科初期救急センター 诊疗日：每天 (注意※8 月 14 日至 16 日、12 月 30 日至 1 月 3 日休诊)
诊疗时间：20:00~22:30 ●内科 (16 岁以上) ☎0268(21)2280 ●小儿科 (15 岁为止) ☎0268(21)2233

◆2024 年信州上田夏日祭活动将于 7 月下旬~8 月在上田市内各地举办，以下介绍有关活动内容。

●在举办「信州上田祇園祭」、「上田わっしょい」、「信州上田烟花大会」、「丸子ドドンコ」时，相关道路会实行交通管制。给大家带来不便还请谅解，也敬请大家理解和配合。

●因交通管制的影响，预想当天会出现大规模交通拥堵，还请大家利用公共交通出行。

	信州上田祇園祭 7 月 20 日 (周六) 18:00~21:00 地点: 上田中心市街区 咨询: 信州上田祇園祭実行委員 (上田市自治会联合会) ☎0268-22-4130 交通管制时间段 (蓝色路段): 17:30~21:30	
	第 53 回上田わっしょい 7 月 27 日 (周六) 16:00~20:30 地点: 上田中心市街区 咨询: 上田わっしょい実行委員会 (观光城市推广课) ☎0268-23-5408 交通管制时间段 (红色路段): 16:00~21:00	

	第 37 回信州上田烟花大会 8 月 5 日 (周一) 19:00~ 地点: 千曲川河岸 (常田新桥下流区域) 咨询: 信州上田烟花大会実行委員会 (上田商工会议所) ☎0268・22・4500 全面禁止车辆通行: 黄色路段 18:00~21:30 绿色路段 18:30~21:00	
---	---	---

第 47 回丸子ドドンコ
8 月 3 日 (周六) 17:30~ (开始仪式)
20:00 (颁奖结束仪式)
地点: 上丸子商店街
咨询: 丸子ドドンコ実行委員会
(丸子産業観光課) ☎0268・42・1048



第 40 回 真田まつり
8 月 3 日 (周六) 14:00~20:30
地点: 真田运动公园运动场
咨询: 真田まつり実行委員会
(真田産業観光課) ☎0268-72-4330



第 29 回 信州爆水 RUN in 依田川
8 月 4 日 (周日) 9:50~
地点: 丸子综合运动场
咨询: 信州爆水 RUN in 依田川
実行委員会 (丸子综合体育馆)
☎0268・43・2250



第 43 回 武石夏祭り
8 月 12 日 (周一·节日)・14 日 (周三)
地点: 武石体育馆停车场
咨询: 武石夏祭り実行委員会
(武石産業観光課) ☎0268-85-2828



「信州上田祇園祭」起源与上田筑城的庆贺祭日。每年夏天都会举办，市内的各地区会组织
神轿队和传统舞蹈队，当天上田市区街道会非常地热闹，还请大家前来观看。

「上田わっしょい」也是上田市的民间传统节日，活动当天由当地居民们组织的各区舞蹈队，大家都
穿着传统的服饰，在街道上表演当地的传统舞蹈。



夏日活动一览

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!!

有关募集「和平之灯纪念碑」外观设计事宜

你愿意用形状来表达有助于未来和平的想法吗?

令和 7 年度将准备设置，为了祈祷永久和平和无核武器的社会为象征的「和平之灯纪念碑」。

为了制作和设置出，能永久受到市民们和来访人员们爱戴的纪念碑。现面向全市民们募集「和平之灯纪念碑」的外观设计。设计作品将由非核和平宣言 15 周年纪念实行委员会选考决定。

募集内容：火苗周围部分的设计高度・直径约 50cm

*募集作品不将返还，还请知悉!

*有关侵犯著作权等，他人的利益作品无法参赛

*被采用的作品著作权由市所属

募集对象：市内在住・在学的人员

报名方式：7 月 22 日（周一）～8 月 30 日（周五）必达。

请将募集用资料自带，或用邮件，邮寄等方式提交与以下任意一窗口。上田市网，市民课，各地域自治中心市民服务课，各公民馆或咨询窗口。

以上详情请咨询：人権共生課（市民プラザ・ゆう 1 楼）☎0268-23-5393

✉jinkenkyosei@city.ueda.nagano.jp 〒386-0014 材木町 1-2-2



上田市网



原爆资料展览会（～从被爆的实相，至加强我们对废除核武器的想法～）

为了再次让我们一起来考虑和平可贵及战争的凄惨机会，将举办原爆被爆资料展览会

日期	时间	地点（咨询）
8 月 1 日（周四）～15 日（周四）	9:00～17:00	中央公民館（☎0268・22・0760）
7 月 29 日（周一）～8 月 19 日（周一）*1	9:00～17:00*2	西部公民館（☎0268・27・7544）
7 月 30 日（周二）～8 月 20 日（周二）*1	9:00～17:00*2*3	城南公民館（☎0268・27・7618）
8 月 5 日（周一）～8 月 19 日（周一）	9:00～17:00	上野が丘公民館（☎0268・24・0659）
8 月 1 日（周四）～15 日（周四）*1	9:00～17:00	塩田公民館（☎0268・38・6883）
8 月 5 日（周一）～16 日（周五）*1	9:00～17:00*2*3	川西公民館（☎0268・22・5004）
8 月 6 日（周二）～8 月 19 日（周一）*1	8:30～17:15*2*3	丸子地域自治センター （丸子解放センター☎0268・42・6694）
8 月 2 日（周五）～8 月 16 日（周五）*1	8:30～17:15	真田地域自治センター （真田市民サービス課☎0268・72・0154）
8 月 1 日（周四）～9 日（周五）*1	8:30～17:15*2	武石地域総合センター （武石市民サービス課☎0268・85・2827）

*1 周六・周日・节日除外

*2 展会初日 13:00～

*展会最后一天截至到 15:00

◆将举办满蒙开拓和平纪念馆「暑假儿童 WEEK2024」活动

在全国唯一的满蒙开拓历史特化纪念馆，将展示电影资料及返回人士们的体验证言等贵重的资料。

期间还会施行特别活动（详情请浏览纪念馆网页）

举办期间：7 月 31 日（周三）～8 月 5 日（周一）

参加费用：上田市内居住的小中学生，高中生免费；一般人员需 600 日元

携带物品：需要记载有住址的证件（仅限小中学生，高中生）

以上详情还请咨询满蒙开拓和平纪念馆 ☎0265-43-5580 〒395-0303 長野県下伊那郡阿智村駒場 711-10



纪念馆网页

专为外籍人士举办的免费咨询会

如果您的公司打算聘请外籍人才；如果您想了解有关入管手续及在留资格问题；如果您在日常生活中遇到困难或烦恼，都可以来联系我们。如有需要，我们可以帮助您联系律师。

◆时间：7 月 30 日（周二）10:00～15:00

◆地点：上田市役所本庁舎 2 楼（202-203 号会议室）

咨询：長野県多文化共生咨询中心（☎026-219-3068 / 080-4454-1899）

Email: tabunka-center@anpie.or.jp

https://www.naganoken-tabunka-center.jp



LINE 电话

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

■有关盂兰盆节假期间(8月8日(周四)~18日(周日))的各设施营业状况



※垃圾回收·清洁中心的服务时间与粪·污水吸取服务

	休息日	咨询
垃圾回收	正常回收	廃棄物対策課 ☎0268・22・0666
清洁中心(上田・丸子)	10日(周六)~12日(周一・节日)・17日(周六)・18日(周日)	
周末回收服务	正常回收	
粪·污水吸取服务	10日(周六)~18日(周日)	環境政策課 ☎0268・23・5120

※有关各温泉・泳池等设施营业状况

设施名(日语表記)・电话	休息日	营业时间
あいそめの湯(☎0268・38・2100)	正常营业	10:00~22:00(最终入场时间 21:20)
ささらの湯(☎0268・31・1126)	8月8日(周四)	5:00~8:00(最终入场时间 7:20) 10:00~21:00(最终入场时间 20:20)
うつくしの湯(☎0268・85・3900)	正常营业	10:00~21:30(最终入场时间 21:00) *14日(周三)截至为 20:00(最终入场时间 19:30)
ふれあいさなだ館(☎0268・72・2500)	正常营业	10:00~21:30(最终入场时间 21:00) *泳池・健身区域截至为 20:30 最终入场时间 20:00
ケアハウスかけゆ(☎0268・44・2131)	正常营业	10:00~18:00(最终入场时间 17:00)
鹿月荘(☎0268・44・2206)	正常营业	日归温泉浴 11:30~15:00 *8日(周四)~9日(周五)・18日(周日)截至为 19:00
雲溪荘(☎0268・85・2263)	8月8日(周四) 一部分店铺休息(可预约住宿)	日归温泉浴 10:00~20:00 *8日(周四) 15:00~20:00
巢栗溪谷緑の広場(武石観光センター ☎0268・86・2003)	正常营业	8:00~17:00
武石森林公園マレットゴルフ場(☎0268・85・2222)	正常营业	9:00~17:00
マルチメディア情報センター(☎0268・39・1000)	8月14日(周三) 8月15日(周四)	9:30~17:45
上田創造館(☎0268・23・1111)	正常营业	9:00~22:00

☆募集「青少年善行表彰」推荐事宜

为了以贡献青少年的健全育成为目的,每年会表彰在地域社会做善行行为的青少年。表彰仪式将在11月23日(周六・节日)举行。

募集对象:市内在住・通学・通勤的人员,大致为18岁以下的个人或由那人构成的团体。

表彰标准:「有勇气・有爱心」「有道德精神・有公共精神」「自立心丰富」「诚实有责任」
「奉献与人与社会」

报名方式:截至9月10日(周二)将推荐书提交与生涯学习・文化财课

※推荐书格式可从市网下载



上田市网

请咨询:生涯学习・文化財課 ☎ 0268・23・6375

☆将举办与市长よ~ちゃん交谈会(市民朋友们可以直接与土屋阳一市长交谈)

◆日期:8月27日(周二)上午

◆地点:市役所本庁舎4楼 第一接待室

◆对象:2人以上的市民团队

◆主题:主题自由,由报名者设定

◆报名方式:截至8月16日(周五)请将申请书提交与秘书课

◆交谈内容:市民可以向市长提议有关市的政策和施策方面等意见



上田市网

请咨询:秘書課 ☎ 0268・26・2626

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!!

◆有关募集市营住宅 8 月期入住者事宜

- 募集团地，募集户数会有所变动。申请资格・住宅的构造及房租等详情请浏览公社网页。
- 募集团地：千曲町 内堀 上長瀬 上丸子 中丸子 中丸子第 2 宫原 鳥屋
- 报名方式：8 月 19 日（周一）～30 日（周五）8:30～17:15 前往上田合同厅舍南栋 1 楼
- 入住者决定方法：9 月 10 日（周二）将在上田合同厅舍南栋 2 楼会议室公开抽签。

抽中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签。还请意愿者出席抽签会。

*详情会与 8 月上旬募集县营住宅的信息一起公开。

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。同日程也募集县营住宅的入住者。也可以同时申请县营，市营住宅。

以上详情请咨询长野县住宅供给公社上田管理中心 ☎0268・29・7010 〒386-8555 材木町 1-2-6 上田合同厅舍南栋 1 楼



公社网

◆有关市内全区域将实施空置房屋的现状调查事宜

为了采取有效的对空置房屋的合适的维持管理及各种有效对策，7 月～令和 7 年 1 月左右，由市委托的空置房屋调查员，将实行对市内全区域空置房屋及被认为是空置房屋的住宅和店铺等实行现场调查。

调查员将会携带由市发行的身份证明书，会对房屋等外观目视调查和拍摄照片。还请广大市理解和支持。

请咨询：住宅政策課 ☎ 0268・71・6722

◆有关空置房屋再利用事业的租赁运用事宜

通过「不被使用的空置房屋再利用」事业，试着租赁运用起来吧!「对房子有情怀，舍不得出手」「一时决定不了是该解体还是出售」有这样想法的市民，还请一定前来咨询。

●空置房屋所有者作为房东，作为租赁物件租出。

●若有入住者，将补助作为出租物件用，所需要装修费用的 2 分之 1。（上限额度 50 万日元，预算有限）

●募集入住者，租赁契约，物件管理，入住者管理，将会依赖给房地产的专业人员。

请咨询：住宅政策課 ☎ 0268・71・6722

◆有关计量秤的定期检查事宜

对商品的贩卖及医疗品的调剂等的交易行为，用在医院学校的体重测量等的证明行为所使用的「秤」，根据计量法将实行 2 年 1 次的义务定期检查。今年度的定期检查实施内容如下：

●对象地区（上田区域）：東部 南部 中央 北部（山口自治会除外）西部 塩尻 神川（仅限上堀自治会）

●实施日程：8 月 20 日（周二）～28 日（周三）

*检查场所，时间等详情还请关注市网或咨询商工会 ☎ 0268・23・5395



上田市网

◆有关新婚生活支援金的申请事宜

将补贴新婚家庭的住居费，住居装修费用，搬家费用。对象人群需满足以下所有条件。

●令和 6 年 1 月 1 日～令和 7 年 3 月 31 日，已提交婚姻登记并受理的家庭。

●住民票在上田的家庭。

●婚姻日的夫妻年龄同时要在 39 岁以下的家庭（会以生日前一天算年龄）。

●令和 5 年份的夫妻所得总金额未满 500 万日元的家庭（奖学金还款金额会从所得金额中扣除）。

●无滞纳税金，没有接受其他公共制度的房租补贴等。

补助经费内容：令和 6 年 4 月 1 日～令和 7 年 3 月 31 日截至，伴随结婚新生活所需要的住居费用，详情请浏览上田市网。

补助金额：①夫妻同时在 29 岁以下 上限额度 60 万日元 ②夫妻同时年龄在 39 岁以下 上限额度 30 万日元

报名方式：截至令和 7 年 2 月把相关资料直接提交与「移住交流推進課」，申请资料格式可从市网下载。

*一旦达到预算额将终止受理

请咨询：移住交流推進課 ☎ 0268・71・6734



上田市网

◆暂停发行「住民票の写し」「印鑑登録証明書」的通知

因程序维护点检，暂停在上田情報ライブラリー窗口发行「住民票の写し」「印鑑登録証明書」业务。*可使用マイナンバー卡在便利店发行「住民票の写し」「印鑑登録証明書」。

日期：8 月 4 日（周日）

以上给各位带来不便还请谅解!

请咨询：市民課 ☎ 0268・23・5334

上田情報ライブラリー ☎0268・29・0210

◆7 月份应缴纳税金的期限如下

●固定资产税・都市计画税 2 期 ●国民健康保険税 1 期 ●后期高龄者医疗保险税 1 期 ●介護保険税 1 期

以上各税金的纳税期为 7 月 31 日（周三），敬请各位市民遵守纳税期，按期缴纳

请咨询：収納管理課 ☎ 0268・23・5117

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

来至消费者生活中心的通知

7月15日~20日是「儿童事故防止周」!

夏天是家族活动中玩水,玩烟花,在海边 河川 大山等户外活动最多的季节,也是儿童意外事故高发季节。在日本全国每年都会发生很多孩子受伤或死亡的案例。事故的多数原因为孩子只是稍稍离开了大人的视线,及让孩子单独玩的时候而发生的。

注意在家庭内或户外溺水事故

仅仅 30cm 左右的水深处,孩子也会被淹。不要以为我只离开一小会儿,只有一点水就放下警惕,请绝对不要将视线离开孩子!

无论屋内还是屋外请注意中暑

孩子的体温调节功能还未充分发达完整,还需要注意!
只要有出现中暑现象,还请及时应对。

把孩子一人留置与车内是非常危险的

夏天的车内温度在短时间内,就会急剧升高。离开车子时也请把孩子一起带走。

注意因烟花造成的烫伤,不要让孩子一个人玩烟花

用手触摸烟花,火种很可能会移至衣物导致燃烧。手脚及脸发生烫伤的事故正在多发。
也需要注意因火种的管理不善,引起的火灾。

请注意从阳台及窗户落下事故! 落下防止对策

攀爬到阳台的空调外机,跨过护栏的落下事故;在窗口附近及飘窗玩的时候,因纱窗掉落导致的落下事故也在增多。



咨询: 上田市消费生活中心 (☎75-2535) 或消费者热线 (☎188)

请注意: 因盂兰盆节 (お盆休み) 8月14日・15日・16日这三天

上田市内科・小児科初期救急センター休诊!!

【#8000】~夜间孩子的症状难以判断时~

「#8000」是在夜间孩子生病或受伤时的症状,家长自己不知道是否该带去医院就诊,难以判断的时候,可以向护士和保健师咨询的电话号码。

① 请电话联系『長野県小児緊急電話相談』无需区号「#8000」

※每天晚上 19:00 至次日早上 8:00 可电话相談

※IP 电话请拨打 026-235-1818

② 相談结果若判断为需要就诊时,会引导有关就诊方面



「長野県免费医疗翻译咨询热线」

092-286-7448

如果您在医院听医生说明病情时;生病想要打电话去医院咨询时皆可使用。本服务包括中文,日语,英语在内的 22 种语种,使用本服务时无需预约,24 小时可随时使用。①拨通电话时请先告知需要使用的语种;②告知医院的电话号码;③三方通过电话翻译沟通。

成人紧急咨询中心:【長野県救急安心センター #7119】

突然生病时,不知道是该叫救护车,还是该自力前往医院时,自己难以判断的时候,可以直接拨打短号 #7119 相談 (365 天可应对)。同时也可以得到护士的建议。

咨询时间: 19:00 (周六周日・年初年末 8:00) ~ 次日早上 8:00

咨询: 地域医療政策室 ☎0268・75・5463 〒386-0022 緑ヶ丘 1-27-32 (旧産婦人科病院内)

上田市内科・小児科初期救急センター



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: 平日・周六・周日

※休诊日: 8月14日至8月16日,
12月30日至1月3日

诊疗时间: 20:00~22:30

(电话咨询: 19:00 ~ 23:00)

●内科 (16 岁以上) ☎0268(21)2280

●小儿科 (15 岁为止) ☎0268(21)2233

必须先电话联系后, 按指示前去就医!

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！！

8 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
4 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・消化器内科医院	上田市古里 1 4 9 9 - 2 9	0268-71-6078	内科、耳鼻咽喉科
	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
11 日 周 日	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 6 9 9 - 1	0268-71-6171	小児科（専門医）
	さとう内科おなかクリニック	上田市中央 1-8-21	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	皮膚科
	住吉耳鼻咽喉科医院	上田市住吉 626-11	0268-22-3387	耳鼻咽喉科
12 日 周 一	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	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
14 日 周 三	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	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	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
	池田クリニック	上田市上田原 687	0268-22-5041	内科
15 日 周 四	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
	あゆみ緩和ケアクリニック	上田市常田 3-15-58 1F	0268-71-0960	内科（緩和治療）
	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
	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
	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
16 日 周 五	クリニック岡田	上田市中央 6-10-10	0268-24-2662	外科、内科
	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
	飯島耳鼻咽喉科医院	上田市大手 1-1-78	0268-22-1270	耳鼻咽喉科
	塩田病院	上田市中野 29-2	0268-38-2221	内科、外科
	こさとクリニック（内科、皮膚科）	上田市古里 1926-17	0268-28-4111	内科、皮膚科
	室賀診療所	上田市上室賀 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
25 日 周 日	柳澤病院	上田市中央西 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	上田市上田 1776-4	0268-25-2515	外科、骨科
	金井医院（耳鼻科）	上田市国分仁王堂 1122-1	0268-22-9716	耳鼻咽喉科
	さとう眼科クリニック	上田市神畑 437	0268-38-2011	眼科

上田市内科・小児科初期救急センター 診療日：每天（注意※8月14日至16日、12月30日至1月3日休診）

診療時間：20:00～22:30 ●内科（16 岁以上）☎0268(21)2280 ●小児科（15 岁为止）☎0268(21)2233