



上田信息



中文本地消息 月刊
2026 年 7 月号 (No.112)



有关缩短上田市政府窗口的 办公时间事宜

请咨询：行財政改革推進課
☎0268-71-6435

试 运 期 间 2026 年 10 月 1 日（周四）～ 2027 年 3 月 31 日（周三）

窗口受理时间 上午 9 点～下午 4 点 30 分

对 象 窗 口

- ◎上田市政府本庁舎综合大楼，南栋厅舍
- ◎各地域自治中心
- ◎上田市健康中心全部窗口
(ひとまちげんき・健康プラザうえだ)



上田市行政频道



※消费生活中心，公民馆，保育所，图书馆，文化交流艺术中心，指定
管理设施等上述以外设施的使用时间不变。

★★在家及便利店也可以办理与市政府窗口同等的手续★★

无需前往市役所窗口，可以申请发行证明书及办理各种手续。

自助发行证明书

持有个人番号卡的人士，可以在便利店自助发行各类
证明书。无需在窗口填写申请表及等待。

《可发行的证明书》

- 住民票
- 印章登录证明书
- 户籍全部（个人）事项证明书
- 户籍附票



长野电子申请服务

已经扩大了线上申请的范围。可以省略打印申请书，
提交给窗口及邮寄时间。

《可办理手续》

- 狗死亡登记，注册变更等
- 报名运动培训班
- 申请补助金



上田市公共设施预约程序

无需去窗口确认各设施的空位状况，可通过本程序预
约，支付费用。

《可预约设施》

- 运动设施
- 学校设施
- 文化会馆
- 公民馆



上田市官方 LINE

可预约各类培训班，各类活动，访问防灾
网站及上报道路状况等。



有关福祉医疗补贴制度的介绍

在医疗机关等窗口所支付的医疗费当中，适用保险的自己负担金额的一部分由市补贴的制度。持有有效期至令和 8 年 7 月 31 日的「福祉医療費受給者証」的人员，收入·资格条件等审查结束后，将会在 7 月下旬邮寄出新的「受給者証」。

对象者		收入条件
儿童	从出生～满 18 岁那年后的第一个 3 月 31 日为止	无
残疾人 士	特别儿童抚养津贴 1 级（特别児童扶養手当 1 級）	可领取特别残疾人津贴范围内的金额 *残疾人区分为 18 岁的人员无收入限制
	身体残疾人员手册 1·2·3 级（身体障害者手帳 1・2・3 級）	
	疗育手册 A1·A2·B1·B2（療育手帳 A1·A2·B1·B2）	
	国民年金法施行令别表该当者（65 岁以上）	
	精神障害者保健福祉手帳 1 级	
	精神障害者保健福祉手帳 2 级	本人为所得税非课税者，可领取特别障害者津贴范围内金额
单亲家庭的父母与未满 18 岁的孩子 无父母未满 18 岁的孩子（高中等在学中的情况可延长到 20 岁）		可领取儿童抚养津贴范围内的金额
高龄者	67 岁～未满 70 岁的人员（自己负担 20%）	市民税非课税家庭

『有关收入的注意事项』

- ① 对应令和 8 年（2026 年）1 月 1 日的居住地，确认收入状况。
- ② 领取者与家庭成员的收入超出了上限额度，领取者与家庭成员若是没有申报收入，确认不到收入状况，将无法更新。
- ③ 若是为障害者区分资格未满 18 岁的人士，无收入限制。

『有关其他的注意事项』

- ① 若是残疾人手册超过有限期限，手册上面有再认定年月的人员，需要办理手册的更新与再获取手续。
- ② 若需延长单亲家庭等的区分资格，需要提交高中等「在学证明书」。

*以上详情请咨询：福祉課 ☎0268-23-5130

丸子市民サービスセンター ☎0268-42-1118

真田市民サービス課 ☎0268-72-2203

武石市民サービス課 ☎0268-85-2068

◆请不要忘记办理更新个人番号卡的电子证书!!

个人番号卡电子证书的有效日期，原则上为发行日后起的第 5 个生日。

*个人番号卡自体的有效期限为 10 年。

更新个人番号
卡 IC 芯片内
的电子证书



●办理流程如下：

- ①我们将在 3 个月前，给需要更新的人士邮寄[有效期限通知书]。
- ②请前往市役所的[窗口]办理。*需要委托代理人办理的人士，请事先联系我们。

无需预约的窗口

- ◎市民課
- ◎丸子市民サービス課
- ◎真田市民サービス課
- ◎武石市民サービス課

需要预约的窗口

*请通过电话或从网上预约

- ◎豊殿地域自治センター ☎0268-35-2939
- ◎川西地域自治センター ☎0268-75-5840
- ◎塩田地域自治センター ☎0268-38-3000

*以上详情请咨询：市民課 ☎0268-21-0210

★★★当日携带物品★★★

- ◎个人番号卡
- ◎密码
(若是忘记密码的人士当天可重新设置)



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!!

◆有关盂兰盆节假期期间「8 月 6 日（周四）～16 日（周日）」的各设施营业状况

*垃圾回收·搬入服务

	休息日	咨询处
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）	正常回收	
ウィークエンドリサイクル （周末资源回收）	正常回收	
自治会资源回收	请参考上田市垃圾及 资源回收年历	環境政策課 (☎0268-23-5120)
抽粪尿·汲取生活污水	11 日（周二·节假日） 13 日（周四）～16 日（周日）	



*有关温泉·泳池设施等营业状况

设施名（咨询处）	休息日	营业时间
あいそめの湯（☎0268-38-2100）	10 日（周一）	10:00～22:00（最终入场时间 21:20）
ささらの湯（☎0268-31-1126）	正常营业	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）	12 日（周三）	10:00～21:30（最终入场时间 21:00）
アクアプラザ上田（☎0268-26-2626）	正常营业	10:00～21:00
ふれあいさなだ館（☎0268-72-2500）	12 日（周三）	10:00～21:30（最终入场时间 21:00） *泳池·健身区域截止使用到 20:30 （最终入场时间 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
i プラザうえだ （市民 ICT 推進センター ☎0268-71-7591）	6 日（周四） 12 日（周三） 13 日（周四）	9:30～20:00「18:00 以后需要预约」
上田創造館（☎0268-23-1111）	正常营业	9:00～22:00

◆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上田市网页。

◇ 募集团地：千曲町 内堀 中丸子 中丸子第 2 上長瀬

◇ 申请期间：8 月 17 日（周一）～ 28 日（周五）

◇ 入住者决定方法：9 月 9 日（周三）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。

◇ 其他：单亲家庭，高龄者家庭，残疾人家庭，年轻夫妻家庭，育儿家庭等

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。

◇ 详细内容会在 8 月上旬与县营住宅的募集信息同时公开。

* 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 〒386-0014 材木町 1-2-6 上田合同厅舍南栋 1 楼（住宅政策课）



上 田 市 网



◆8 月是儿童津贴支付月

令和 8 年 6 月份～7 月份的儿童津贴将在 8 月 10 日（周一）汇入指定的银行账户。还请确认！

根据令和 6 年 10 月修订的制度，高中生年代也属于支付对象。养育高中生年代（迎来 18 岁生日后，至最初的 3 月 31 日为止）儿童的人员；至今，因收入限制支付对象外的人员；第三子加算对象的人员的支付金额将有所变动。随着这制度的修订需要办理申请手续。（*公务员还请咨询工作机关）

尚且，在孩子出生时；正在养育有高中生时代的儿童的人员；在迁入市内时需要办理申请手续。在没有完成办理手续之前是无法支付津贴，还请尽早办理手续。

咨询窗口：●子育て・子育て支援課 ☎0268-23-5106

●丸子市民サービス課 ☎0268-42-1118

●真田市民サービス課 ☎0268-72-2203

●武石市民サービス課 ☎0268-85-2068

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：20:00～23:00（挂号截止为 22:30）●内科（16 岁以上）☎0268(21)2280 ●小儿科（15 岁为止）0268(21)2233

◆2026 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。



纪念新生上田市诞生 20 周年
第 55 回 上田わっしょい
7 月 25 日 (周六) 16:00~21:00
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



纪念上田商工会议所成立 130 周年
第 39 回 信州上田烟花大会
8 月 29 日 (周六) 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



除以上活动之外, 另有
其他丰富多彩的夏日
活动, 也请前往参加!!



夏日活动一览

第 49 回 丸子ドドンコ
8 月 1 日 (周六) 16:15~20:00
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 42 回 真田まつり
8 月 1 日 (周六) 15:50~20:30
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 31 回 信州爆水 RUN in 依田川
8 月 9 日 (周日) 9:20~
地点: 丸子综合运动场 (起点・终点)
内村川, 依田川
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 45 回 武石夏祭り
8 月 12 日 (周三) 武石地域自治センター
にぎわい広場
8 月 14 日 (周五) 武石テニスコート
咨询: 武石夏祭り実行委員会
(武石産業観光課) ☎0268-85-2828



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!!

☆☆☆防灾专栏☆☆☆

>>>最新防灾气象信息<<<

	河川泛滥 1 级河川等大河泛滥	大雨 低洼地区浸水	山体滑坡 陡坡滑坡及泥石流	风暴潮 因海面潮位上涨及大浪引起的浸水	(警戒级别) 居民该采取的行动
警戒级别 5 级	5 级 河川泛滥特别警报	5 级 大雨特别警报	5 级 泥石流特别警报	5 级 风暴潮特别警报	有生命危险 立即确保自身安全
-----<至警戒级别 4 级为止，请务必撤离危险场所，进行避难>-----					
警戒级别 4 级	4 级 河川泛滥危险警报	4 级 大雨危险警报	4 级 泥石流危险警报	4 级 风暴潮危险警报	全员撤离危险场所 避难
警戒级别 3 级	3 级 河川泛滥警报	3 级 大雨警报	3 级 泥石流警报	3 级 风暴潮警报	避难需要花时间的人士， 请尽早避难；做好避难准备
警戒级别 2 级	2 级 河川泛滥注意预警	2 级 大雨注意预警	2 级 泥石流注意预警	2 级 风暴潮注意预警	确认避难行动 (避难场所，避难路径，避难时机)
警戒级别 1 级	早期注意情报				提高防灾意思

水管理・国土保全局/气象厅 [有关防灾气象情报改善]

>>>应急携带用物品例<<<

饮用水，应急食品	日用品	贵重物品
◇饮用水 (1 人 1 升左右) ◇应急食品 (无需烹饪的食品 3 餐)	◇毛巾 ◇肥皂，消毒液 ◇抽纸 ◇塑料袋 ◇安全别针 ◇牙刷等洗脸用品 ◇上衣，防寒衣 ◇内衣 ◇书写用具 ◇生理用品 ◇口罩，面罩 ◇毛毯，毛巾 ◇睡袋 ◇雨衣 ◇镊子，棉签，指甲刀 ◇布胶带	◇现金 (纸币，硬币) ◇印章 ◇存折 ◇身份证 (复印件)
防灾用品		医药品
◇手机，充电器 ◇手机用电池 ◇手电筒 ◇便携式收音机 ◇预备用电池 ◇安全帽，防灾头巾 ◇火柴，打火机，蜡烛 ◇提灯 ◇工作手套，手套 ◇绳子 ◇刀，开罐器 ◇手表 ◇哨子 ◇休闲垫		◇常用药 ◇体温计 ◇退烧药，感冒药，肠胃药 ◇创口贴，包带，创伤药 ◇药物手册
		婴幼儿用品
		◇奶粉，离乳食 ◇奶瓶，便携式水壶，燃料 ◇纸尿裤，湿巾 ◇婴儿背带 ◇防寒用品 ◇母子手册

『为了减少自然灾害的损失，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。

上田市将学校等公共设施指定为「指定紧急避难场所」及「指定避难所」；

虽然有为灾难做好防备，作为「自助」的行动，我们每一个人的准备也非常重要！

灾难在「任何时候」「任何地方」都有可能发生。从平时起可以做到：事先确认避难路径及防止家具的掉落措施，储备食品生活用品等，这样可以减轻受灾的程度。

在此请大家有效利用「上田市ハザードマップ」「上田市防災ポータルサイト」。

「上田市ハザードマップ」是为了保护自己，家族，地域人们生命的信息宝库；
可以确认身边的危险地方及避难场所紧急联络方法等。

「上田市防災ポータルサイト」是上田市的多言语防灾网站，可以确认在发生灾害时的各种紧急信息及交通管制信息等紧急信息。(例如：逃生场所 逃生信息 暴雨预报和警报等)



上田市災害
ハザードマップ



上田市防災
ポータルサイト

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 ~ 23:00 (挂号截止为 22:30) ●内科 (16 岁以上) ☎0268(21)2280 ●小儿科 (15 岁为止) 0268(21)2233

◆有关美ヶ原高原观光巴士运行事宜

乘坐大巴去欣赏海拔 2,000m 的天空绝景，美ヶ原高原的庞大全景吧！

运行期间：7 月 25 日（星期六）～9 月 23 日（星期三 ■ 节假日）之间的周六·周日及节假日（共 22 天）

上田车站 »»»» 美ヶ原高原				
上田车站城口 (1 号站台)	⇒	生岛足岛神社 (仅限乘车)	⇒	武石地域自治中心 ⇒ 武石观光中心 ⇒ 美ヶ原高原 (道之站)
8:35 发车		8:55		9:10 9:25 10:00 到达
13:30 发车		13:50		14:05 14:20 14:55 到达

美ヶ原高原 »»»» 上田车站				
美ヶ原高原 (道之站)	⇒	武石观光中心 ⇒ 武石地域自治中心 ⇒ 生岛足岛神社 (仅限下车)	⇒	上田车站城口 (1 号站台)
11:25 发车		12:00 12:15 12:30		12:50 到达
16:30 发车		17:05 17:20 17:35		17:55 到达

票价：中学生以上 2,000 日元，小学生以下 ■ 持有残疾手账人士 1,000 日元

*为上田车站～美ヶ原高原（道之站）的单边费用。各乘车区间的票价还请确认市网。

其他：不需要预约。

有关运行的具体事宜，还请咨询千曲バス（株）上田营业所。

咨询：武石産業観光課 ☎0268-85-2828 千曲バス（株）上田営業所 ☎0268-22-2363



◆有关举办高级急救培训事宜

日期：2026 年 9 月 13 日（周日）9:00～18:00（讲习时间为 8 个小时）

地点：中央公民馆 3 楼大会议室

内容：心肺苏生法（包含使用 AED 方法）；止血法，骨折等应急处理等

对象人群：先到前 70 名，对心肺苏生法等应急处理感兴趣的人士。

携带物品：口罩（讲习中需要佩戴），书写用具，手绢，午餐等

报名方式：截至 8 月 28 日（周五）将报名申请表提交与家附近的消防署窗口。

（报名申请表可通过在上田地城广域连和网页下载），*若是培训当天有灾难发生，会中止本次培训课程。

其他事宜：请穿着能够适用于实际技能操作的服装前往。

咨询：上田中央消防署救急担当 ☎0268-26-0019



◆7 月份应纳税金的期限如下

●固定資産税・都市計画税 2 期 ●国民健康保険税 1 期

●後期高齢者医療保険料 1 期 ●介護保険料 1 期

*以上各税金的纳税期限为 7 月 31 日（周五），敬请各位市民遵守纳税，按期纳税！

请咨询：収納管理課 ☎0268-23-5117



有关出入国在留管理厅的生活引导视频

生活引导视频是出入国在留管理厅为了支援居住在日本的外国人能够圆滑地融入日本的社会，

以「生活·就劳指南」为基础，共使用了包含日语和中文在内的 17 个国家的语言所制作。

视频可以通过登录出入国在留管理厅的网页和其他网站（YouTube）搜索浏览。

大概内容如下：

有关日本的交通规则 生活规矩 医疗机关 防灾系列 入管手续 健康保险制度

年金制度 税金方面 劳动雇佣 相谈窗口的介绍 日语初步学习等



生活指南视频



应急电话（夜间·休息日，可介绍能够就诊的医疗机关）

消防本部 TEL0268-26-0119

上田南部消防署 TEL0268-38-0119

上田东北消防署 TEL0268-36-0119

川西消防署 TEL0268-31-0119

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!!

◆上田市官网正在招募「うえだ時計/上田时钟」投稿照片

上田市网首页发布的「うえだ時計/上田时钟」，每隔一分钟就会切换一张照片，这些照片是由市民们投稿，用来记录时间的一个角落。现在作为第二弹投稿企划，募集的投稿照片将以「みんな笑顔！うえだの夏/全员微笑！上田的夏天」为主题。

当然可以投稿有关夏日祭活动的照片，也欢迎投稿能感受到上田夏天日常的一幕，及身边事物一幕的照片。

从投稿照片中选出一部分照片发布于「うえだ時計/上田时钟」。

请给我们发一张您宝贵的照片。

◎募集主题：「みんな笑顔！うえだの夏/全员微笑！上田的夏天」

※随时也募集主题以外的照片

◎募集时间：截止至 8 月 31 日（周一）

◎投稿方法：请使用市网内的电子申请，或者是上田市官方 LINE「预约・申请」



上 田 市 网



请咨询：広報課 ☎0268・71・8080

◆有关举办微型就职个人咨询会事宜

日 期：8 月 13 日（周四），8 月 25 日（周二），9 月 10 日（周四），9 月 24 日（周四）

※各日程 13:30～、14:30～、15:30～（各 50 分钟）

地 点：勤労者福祉センター

内 容：关于就职及转职，工作方面的各种烦恼咨询；专家顾问会细心地做出建议。
也会对聘用履历表进行修改和指导面试。

对象人群：渴望就职的学生～44 岁的人士

报名方式：请在咨询日的 3 天前（周末节假日除外），截至 17:00 电话联系我们。



上 田 市 网

咨询：地域雇用推進課 ☎0268-26-6023

◆将补助购买防骚扰功能电话机部份费用

为了保护高龄者不遭受特殊诈骗及恶劣的电话推销；将补助部份购买防扰功能电话机及设置费用。

满足以下条件人士均可申请：

①上田市内居住满 65 岁以上的人士。

②设置在上田市内住所的人士（1 家庭仅限设置 1 台）。

③无滞纳市税的人士。

补助金额：补助购买及设置费用的三分之一（补助上限金额为 5,000 日元）

※若达到预算后即终止!!



上 田 市 网

来至消费生活中心的通知

请不要将视线离开孩子 !! 请注意夏天孩子意外事故 !!

夏天是家族活动中玩水，玩烟花，去海边 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事故。事故的多数原因是，孩子只是稍稍离开了大人的视线；及让孩子单独玩耍的时候而发生的。

◆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育完整，需要频繁地补充水分和盐分；并从分休息。只要有出现中暑症状还请立即对应。

◆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的坠落事故！坠落防止对策 !!

攀爬到阳台的空调外机，跨过护栏的坠落事故；在窗口附近及飘窗玩的时候，因纱窗脱落导致的坠落事故也在多发。



如有感到不安或遇到纠纷时，请不要一个人烦恼，请联系上田市消费生活中心(☎0268-75-2535)或消费者热线(☎188)

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：20:00～23:00（挂号截止为 22:30）●内科（16 岁以上）☎0268(21)2280 ●小儿科（15 岁为止）0268(21)2233

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

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	丸子中央病院	上田市中丸子 1771-1	0268-42-1111	外科・内科診療時間 9:00～17:00
	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	上田市古里 1926-17	0268-28-4111	内科、皮膚科
	室賀診療所	上室賀 13-5	0268-31-1070	内科
	大谷外科・眼科	上田市常田 3-2-8	0268-27-2220	内科、外科、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	丸子中央病院	上田市中丸子 1771-1	0268-42-1111	外科・内科診療時間 9:00～17:00
	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
	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
	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 1776-4	0268-25-2515	外科
11 日 週 一	上田市鹿教湯病院	上田市鹿教湯温泉 1308	0268-44-2111	内科 9:00～18:00
	上田腎臓クリニック	上田市住吉 322	0268-27-2737	腎科、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 (仅限内科)	上田市常田 2-15-16	0268-75-7518	内科
	はやし内科クリニック	上田市小島 237	0268-38-0101	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
	住吉耳鼻咽喉科医院	上田市住吉 626-11	0268-22-3387	耳鼻咽喉科
	小泉クリニック	上田市小泉 775-7	0268-81-0088	内科
14 日 週 五	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
	こまつ乳腺クリニック	上田市上田 1757-1	0268-75-7321	内科・外科
	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
	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
	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
15 日 週 六	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 (専門医)
	かんがわクリニック	上田市蒼久保 1144-1	0268-34-5151	内科・外科
	上田きたはら泌尿器科内科	上田市中之条 573-1	0268-25-2500	内科・外科
	あきわ皮膚科	上田市秋和 310-15	0268-28-5177	皮膚科
16 日 週 日	丸子中央病院	上田市中丸子 1771-1	0268-42-1111	外科・内科診療時間 9:00～17:00
	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、皮膚科
	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
	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
	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、外科
23 日 週 日	丸子中央病院	上田市中丸子 1771-1	0268-42-1111	外科・内科診療時間 9:00～17:00
	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
	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
	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
	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
30 日 週 日	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
	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)
	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

《上田市内科・小児科初期急救中心》

地 址: 上田市緑ヶ丘 1-27-32 ■ 内科 (16 岁以上) ☎0268(21)2280 *8 月 14 日～8 月 16 日→休診
診 疗 日: 每天 ■ 小児科 (15 岁为止) ☎0268(21)2233 *12 月 30 日～1 月 3 日→休診
診療时间: 20:00～22:30 ● 请事先电话咨询后, 再前往就医 !!

