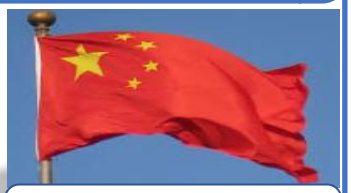
上田市役所本厅舍一楼外国人住民综合服务窗口开厅日（星期一至星期五 9:00～17:00※节假日除外），
设置有中文行政咨询服务窗口，中文咨询请拨打市役所多文化担当窗口直线电话 0268-75-2245　中国語



上田信息



中文本地消息　月刊
2026 年 10 月号（No.115）

★即将举办第 20 次上田城红叶节&第 44 次上田真田节★

请尽情享受以身临其境的感受壮丽战国画卷的上田真田节为首的，上田城的美丽红叶和上田的秋季美食，武装队演舞等，丰富多彩的活动。同时邀您共享融合历史，自然及美食的魅力上田之秋。
※各活动的详细内容还请确认官方网页。



✧上田真田节 11 月 1 日（周日）11:00～16:00

会场①：上田市中心街地段

●神輿渡御（みこしとぎょ）　●民踊流し（たみおどりなが）　●江戸芸かっぽれ（えどげい）
●上田獅子演舞（うえだしし えんぶ）（房山獅子保存会）
●开幕仪式　●出阵太鼓
●出阵仪式　●战阵鼓舞（上田エンジェルス）
●真田军武士行列　●归阵仪式　●居合道演武　●饮食摊位
●居合道演武　●体验战国的摊位（忍者体验，居合道体验，体验试穿盔甲）



会场②：上田城跡公園城下草坪广场

●全国鉄砲演武大会（ぜんこくてっぽうえんぶたいかい）　●決戦劇「上田軍記　忠孝の兵（つわもの）（TSUWAMONO）たち」
※出演武将因举办日期而异
※不一定各队伍的所有成员会出演

✧上田城红叶节

会场：上田城跡公園城下草坪广场
时间：11 月 7 日（周六）～8 日（周日）10:00～16:00
舞台表演活动内容如下：
◇全国武将队活动 「战国 GIG 凱 -KACHIDOKI-」
•信州上田おもてなし武将隊　真田幸村と十勇士
•越後上越　上杉おもてなし武将隊
•PRINCESS SAMURAI of JAPAN あいち戦国姫隊
•神戸・清盛隊　•グレート家康「葵」武将隊





✧美食・PR 展位

●上田城尼ヶ淵横丁（上田当地美食·物产品展位）
●上田红酒节（UED WINE DAY）；可试饮或购买上田市产的红酒

请咨询：（一社）信州上田观光协会☎ 0268•71•6074

◇11 月 7 日（周六）～8 日（周日）上田城跡北観光停车场将收取特别料金

料金：3 个小时以内 500 日元，之后每 1 小时加算 100 日元
（1 天的上限金额为 1000 日元）
请咨询都市計画課　☎ 0268•23•5127
※预想活动期间上田城公园周边的交通将会出现拥堵现象，
请利用公共交通工或利用其他有料停车场。



上田红叶节　上田真田节

上田市的人口状况（令和 8 年 10 月 1 日现在）
总人口：·149,709 人　其中外籍人口：5,214 人　中国籍：932 人（占外籍人口总数的 17.9%）

★★★以实现环保循环型社会为目标★★★

上田地域广域连合

上田市及上田地域广域连合，将 3 处老朽化的清洁中心（上田·丸子·东部）统合为 1 处，正在推进整备小规模，环保的资源循环型设施。

现阶段正在选定项目承办单位，同时也推进准备有望在令和 13 年度（2032 年度）开始稼动。本次，在传达新设施概要的同时，为了减轻环境负荷，也希望能得到市民们的配合。

本次主要介绍有关「垃圾减量」及「减少食物浪费」等方面内容。

1 资源循环型设施概要

项目	内容
焚烧物种类/焼却対象物	可燃垃圾，灾害废弃物
焚烧处理能力/焼却処理能力	126t/天（根据垃圾减量的状况，由原有的 144t/天缩小至 126t/天）
火炉结构/炉構成	2 炉结构（63t/天×2 炉）
环境目标值（排气）/環境目標値(排ガス)	为了保全设施周边的环境，比法规更严格的内部标准
工业排水/プラント排水	不会排至公共水域
余热利用/余熱利用	设施内使用，设施外使用，发电

建设地

粪尿处理设施「清净園」用地（常磐城 2320 ほか）



建设概略进度表（提案）

	令和 8 年度	令和 9 年度	令和 10 年度	令和 11 年度	令和 12 年度	令和 13 年度
选定项目承办单位	→					竣工
解体清净园		→	→			
设施建设		→		→	→	

◎即使建设了新的设施，也请照常做好垃圾分类与垃圾的减量工作

上田市以优先 3R※为主；无法资源化的垃圾将在新设施处理。减少可燃垃圾，从而可直接减轻对环境的负荷。

为了能持续可能的将循环型社会传承给未来，平时请将零食盒等的「杂纸类」资源化，吃光饭菜（减少食物浪费）；在此希望得到每一位市民的更进一步的理解和配合。

※3R：减量化，再利用，循环利用。

◎有关项目承办单位的选定

资源循环型设施的整备，将推进以设施的设计建设运营及维修管理为一体的 DBO 方式（Design-Build-Operate）。本方式可有效利用民间企业的丰富经验及专业技术，有望得到高效率的设施运营及降低成本。

此外，将在 2027 年 1 月预定选定项目承办单位。

2 小小的杂纸并不是「垃圾」，而是宝贵的「资源」!!

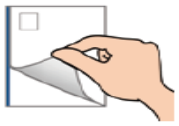
由家庭产生的垃圾「可燃垃圾」占据 60%的为「纸类和布料类」。在其之中占据最多比例的为「杂纸」。杂纸是指报纸杂志纸箱纸盒之外的可再利用的纸类；抽纸盒及厕纸芯等在我们身边还有很多杂纸。将杂纸分类处理，它们也会成为宝贵的资源。

为了垃圾减量及有效的利用资源，还请从在扔进垃圾桶之前「多一道工序」开始，为垃圾减量做贡献。

◎挑战杂纸小精灵问答

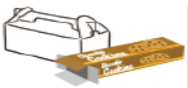


这是杂纸？还是可燃垃圾？
我是「杂纸小精灵」!!在日常生活堆积如山的纸张中，其实包含着许多可以回收利用的资源。
所以作为可燃垃圾扔出处理，是非常可惜的。
在以下 6 张图片中，哪类属于杂纸类呢？还请参照下表挑战问题。

零食盒 蛋糕盒	纸杯	信封	宣传手册	易撕贴明信片	超市收据
					
☐	☐	☐	☐	☐	☐

答案

可作为杂纸回收

 零食盒 蛋糕盒	 信封	 宣传手册
年历	会报　会刊	草稿纸　便签纸
包装纸	抽纸盒	纸质文件夹

无法作为杂纸回收

以下物品有可能会造成再利用工程的机械故障，及再利用品的品质问题；还请作为可燃垃圾处理。

 纸杯等的 防水加工纸类	 易撕贴明星片	 超市收据
带有气味的纸类 （洗洁剂，蚊香盒等）	使用碎纸机， 切断的纸张	镀铝纸

3 减少食物浪费（10 月为减少食物浪费月！让我们一起来减少食物浪费吧！）



食物浪费是指，被扔掉的还能食用的食品。令和 6 年度的日本食物浪费量年间约有 461 万 t；在那之中约有一半（224 万 t）是从各家庭扔出的（出典：环境省）。换算为每个国民，人均每天相当于废弃了一个饭团子量的食品。

食物浪费不仅是「可惜」；在搬运垃圾时及处理垃圾过程中会产生大量的 CO_2,也是造成地球温暖化的原因。

◎在家庭也可以简单做好减少食物浪费

优先拿前排食品



定期检查冰箱



只做够吃的份量



◎从我们能做到的事情开始

从平常开始重视减少垃圾，减少对环境的负荷，从而起到保护丰富的大自然的作用！

※同时也请有效利用垃圾分类 APP「さんあ～る」

〈使用 APP 能做到的事情〉：可确认垃圾收集日的日程；可搜索垃圾的扔法； 可在地图上确认资源回收场所；可接受从市发出的垃圾收集等相关信息。

Android 用

Ios 用

上田市 ごみの出し方

请扫码确认垃圾分类

上田市垃圾的基本扔法

- ✧家用可燃垃圾指定袋 ⇩⇩⇩ 蓝色字体
- ✧家用塑料垃圾指定袋 ⇩⇩⇩ 绿色字体
- ✧家用不可燃垃圾指定袋⇩⇩⇩红色字体

上田市役所 TEL：0268-22-4100（总）FAX：0268-25-4100（总） 丸子自治中心 TEL：0268-42-3100（总）FAX：0268-43-3666
真田自治中心 TEL：0268-72-2200（总）FAX：0268-72-4140 武石自治中心 TEL：0268-85-2311（总）FAX：0268-85-2313

✧✧✧11 月份各咨询窗口名单✧✧✧

咨询内容	日期	时间	地址	报名方式	咨询窗口名称
生活消费咨询/市民咨询	每周一～周五	9:00～12:00 13:00～16:00	市役所（本厅舍）	需要预约	上田市消費生活センター ☎0268-75-2535
法律咨询 （每人 1 年 1 次 20 分钟免费）	13 日（周五） 27 日（周五）	13:00～16:00		需要预约	市民課 ☎0268-71-8051
行政咨询	10 日（周二）	13:00～15:00		无需预约	
土地边界・不动产鉴定・建筑咨询/房产登记法律咨询	12 日（周四）	13:00～16:00			
有关高级公寓的各种咨询	25 日（周三）			需要预约	マンション管理士会 ☎050-7120-6411
行政咨询/登记・法律咨询	18 日（周三）	9:00～12:00	丸子地域自治センター	需要预约	丸子市民サービス課 ☎0268-42-1054
人权烦恼咨询	每周一～周五	8:30～17:15	—	无需预约	みんなの人権 110 番 ☎0570-003-110
	每周一・周三	9:00～16:00	長野地方法務局上田支局		長野地方法務局上田支局 ☎0268-23-2001
与女性律师的法律咨询	12 日（周四） 26 日（周四）	10:00～12:00	市民プラザ・ゆう	需要预约	市民プラザ･ゆう（人権共生課） ☎0268-27-2988
与女性咨询员的各种咨询	每周二	11:00～18:00			市民プラザ･ゆう（人権共生課） ☎0268-27-3123
	每周四	10:00～17:00			
	14 日（周六） 28 日（周六）			提前 2 天 电话预约	
认知机能检查	每周三	9:30～12:00	市役所（本厅舍）	需要预约	高齢者介護課 ☎0268-23-5140
若年痴呆症・痴呆症咨询	每周一～周五	8:30～17:15			
宅家问题咨询・心理咨询	咨询后决定		ひとまちげんき・ 健康プラザうえだ		健康推進課 ☎0268-23-8244
青少年电话咨询	每周一～周五	9:00～16:00	—	—	少年育成センター ☎0268-22-8080 （生涯学習・文化財課）
单亲家庭・家庭儿童咨询	每周一～周五	9:00～16:00	ひとまちげんき・ 健康プラザうえだ	无需预约	子育て・子育ち支援課 ☎0268-23-2000
小中学生的教育咨询				需要预约	教育相談所 ☎0268-27-0241
发育咨询（0～18 岁）		8:30～17:15			発達相談センター ☎0268-24-7801
为了自家孩子的就职咨询	每周一	10:00～17:00	若者サポート ステーション・シナノ	需要预约	若者サポート ステーション・シナノ ☎0268-75-2383 （地域雇用推進課）
年轻人专属的各种工作咨询	每周一・周四				
就职・劳动咨询	每周四・周五	9:00～17:00	勤労者福祉センター	需要预约	就労サポートセンター （地域雇用推進課） ☎0268-26-6023
生活・就职咨询	每周一～周五	9:00～17:00	ふれあい福祉センター	无需预约	まいさぽ上田 （生活就労支援センター） ☎0268-71-5552（福祉課）
外籍市民综合咨询	每周一～周五	9:00～16:30	市役所（本厅舍）1 楼	无需预约	人権共生課 ☎0268-75-2245
有关中小企业・ 小规模事业单位的经营咨询	17 日（周二）	9:00～17:00	上田合同庁舍	一周前电话预约或者是线上预约	長野県よろず支援拠点 ☎026-227-5875（商工課）
	11 日（周三）	10:00～16:00	市役所（本厅舍）		

※根据咨询的内容，有限制时间和申请条件，请事先咨询各咨询窗口。

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！！

◆有关上田市多言语邮箱（中文版）登录事宜

在发生灾害（地震，河川泛滥）时，可以通过您的智能手机及电脑的邮箱接受多语言信息（自动翻译）。

具体的登录方法如下：

1，请扫码右边的二维码，发送空文邮件（无需填写邮件名和邮件本文）。

2，点击回复来的邮件本文内容中的网址（URL）

※若有没有被回复信息时，还请确认自己的邮箱地址，设置能从「@city.ueda.nagano.jp」的网址接受信息。若有其他疑问，还请联系我们。

上田市网

3-①必须发送的信息如下：

避难信息，地震信息，台风等气象信息，来至上田市的各通知等。

3-②可选择自己想要接受的信息（可多选），请点击接受信息项目的□

可选接受信息内容如下：

□13 防灾信息（避难信息等）…… 还请登录　□14 火灾信息

□15 农作物等受灾信息　□16 交通管制等信息　□21 生活安全信息

□22 活动信息　□23 育儿信息　□24 工商企业信息

□100 武石地域信息　□101 真田地域信息　□102 丸子地域信息

□25 行政信息（新冠关联，以上信息以外的由市发送的信息）



4，点击「登录」即可

咨询窗口：

● 多语言窗口（中文）　☎0268-75-2245　✉jinkenkyosei@city.ueda.nagano.jp

● 会日语人士（広報課）☎0268-71-8080　✉ koho@city.ueda.nagano.jp

❀❀❀❀❀❀❀❀❀❀❀❀❀❀❀❀ 添加上田市官方 LINE 好友方式 ❀❀❀❀❀❀❀❀❀❀❀❀❀❀❀❀

◇添加好友方式如下：

①扫码添加：请用 LINE APP 里的扫码功能，读取右边的二维码；　②搜索；

③搜索 ID：请在 LINE APP 里搜索「上田市」或是「@uedacity」

（※需要事先下载 LINE APP 软件）

◇设置接受信息：

①点击「受信設定/接受信息」

②可勾选想要接受的信息（可多选）

③回答其他问题，同意运营方针后，

点击最后画面「送信/发送」，登录完毕。



□防灾信息　□火灾信息　□生活安全

□育儿信息　□活动信息

□农作物受灾预警信息

□丸子地域信息　□武石地域信息

□真田地域信息

□行政信息精选

（上记信息以外的由市推送的信息）

请咨询：広報課　☎ 0268-71-8080

『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」都有可能会发生。从平时起可以做到：事先确认避难径路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《令和 9 年（2027 年）度放学后儿童俱乐部利用申请》事宜

市为了支援「家长的工作和育儿的两立」和「儿童健全的成长」，作为儿童放学后及学校休息日能够安心生活的场所，在所有小学校区成立了放学后儿童俱乐部「児童クラブ・学童保育所」。

资料配布	从 11 月 2 日（周五）起，会在各放学后儿童俱乐部配布申请资料（一部分除外，市网页上也可以查寻）
申请日期	11 月 13 日（周五）～12 月 4 日（周五） 平日：13:00～19:00 周六 8:00～19:00 ※请将申请资料提交与将要申请的儿童俱乐部
利用料金	儿童俱乐部：每月 3,000 日元（每月利用日数在 10 天以下时，每天按 300 日元收费） 学童保育所：每月 6,000 日元 ※兄弟姐妹一起利用及单身家庭利用时，金额会有减免。 ※根据设施状况，会另外收取零食费用及家长会费。
其　他	●虽然也接受需要特别照顾的儿童，但是请在申请时告知需要支援的事项。 ●若是需要从 2027 年 4 月 1 日（春假）起开始利用，请务必在申请期间内提交申请书。一旦超过申请期间，将无法开始从 2027 年 4 月 1 日起利用。 ●各放学后儿童俱乐部的联系方式，请在上田市网上确认。 ※上田市内的放学后儿童俱乐部以外，也有「儿童馆 儿童中心」。原则上是不需要事先登录就可以使用，但是在放学途中需要使用，还请事先申请。
咨　询	学校教育課 ☎0268-23-5195

✦11 月 11 日～17 日为考虑税的周

公共设施及道路的整备，教育及社会福利等公共服务的费用，是由大家共同缴纳的钱「税金」负担。也可以说是我们在社会生活中缴纳的「会费」。国家为了让大家深刻理解，对税金的意义及职责，税务行政的知识。通过一段时间进行有关税金的启发活动；在每年 11 月 11 日～17 日期间作为「考虑税的周」，集中进行宣传活动。

在上田市的官方网页上可以浏览，大家向市里缴纳的个人住民税及固定资产税（土地 房屋 折旧资产）；轻自动车税（小型摩托车 轻自动车）等税金，是怎样的税金？在什么时候会被课税？需要办理那些手续？

上田市网

※有关课税事宜还请咨询 税務課 ☎ 0268-23-5169
※有关纳税事宜还请咨询 収納管理課 ☎ 0268-71-8053

✦10 月份应纳税金的期限如下

●市県民税・森林環境税	3 期	●国民健康保険税	4 期
●後期高齢者医療保険料	4 期	●介護保険料	4 期

※以上各税金的纳税期限为 11 月 2 日（周一），敬请各位市民遵守纳期，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

世界をつなぐ。未来をつくる。
出入国在留管理庁
ISA Immigration Services Agency

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 个国家的语言所作成。

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



◆有关募集市营住宅 11 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
✧ 申请期间：11 月 9 日（周一）～ 13 日（周五）8:30～17:15
✧ 入住者决定方法：　11 月 25 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。
※ 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

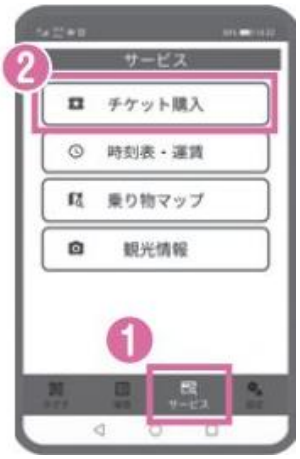


◆开始销售今年秋天使用的别所线超优惠「マイレールチケット QR」！！

マイレールチケット QR 也可以从通过二维码支付的 APP「ticket QR」上购买。
※一册 20 联的マイレールチケット次数券已经停止销售。

开售日期	截止 11 月 30 日（周一）
购买地点	別所線上田駅，下之郷駅
使用方法	上下车时，请用专用设备读取二维码 ※若乘车料金有不足时，请用现金或「ticket QR」次数券支付。
折 扣 率	折扣率为 16% ※也有残疾人折扣
使用「ticket QR」的购买方法	●SETEP1 下载「ticket QR」APP ●SETEP2 打开「ticket QR」APP 购买 ①点击「サービス」 ②点击「チケット購入」 Android　iPhone
咨　　询	上田電鉄（株）☎0268-39-7117（平日 9:00～17:00） ※详情还请浏览上田电铁网页！

上田电铁网



来至消费生活中心的通知

请注意光纤服务的电话推销纠纷 !!

光纤服务等的网络环境，虽然在我们的生活中是不可缺少的一部分，但是我们也从全国消费生活中心多数收到有关光纤服务（包括光纤电话）的纠纷咨询。有关电话推销的咨询也有所增加倾向。
「本以为是签约期间中运营商的手续，最终发现是其他运营商的手续内容。」「被告知无法使用签约期间中的运营商的服务，需要转网，不得已才签署了合同；但实际根本没有这回事。」「本想着签约光纤网价格会很便宜，结果在不知情的情况下，被添加了高价选项」。

◇致消费者的建议：

- 存在着误以为是之前签约的运营商打来的电话例子。一旦有收到来电，还务必确认运营商名称和服务名称。
- 运营商有义务在签约前，需要向消费者发送书面文件；并且也需要说明书面文件的内容。请不要光以接听电话的方式签约，请充分确认书面说明文件内容后，再签署契约。
- 光纤服务合同，在收到书面合同当天为第一天，在 8 天内，提出解除合同的书面理由，可以解除合同。再次，若是电话推销电信服务以外的选项，有可能适用特定商交易法「解约保障制度」。



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）

上田市役所 TEL：0268-22-4100（总）FAX：0268-25-4100（总） 丸子自治中心 TEL：0268-42-3100（总）FAX：0268-43-3666
真田自治中心 TEL：0268-72-2200（总）FAX：0268-72-4140 武石自治中心 TEL：0268-85-2311（总）FAX：0268-85-2313

11 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
1日周日	鹿教湯病院	上田市鹿教湯温泉 1308	0268-44-2111	内科診療時間 9:00～18:00
	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
	はやし内科クリニック	上田市小島 237	0268-38-0101	内科
	上田生協診療所	上田市上塩尻 393-1	0268-23-0199	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
3日周二	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
	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
8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
	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	内科
	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	皮肤科
	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
15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
	杉山クリニック	上田市中央北 1-2-5	0268-26-8200	内科
	川西医院	上田市保野 710	0268-38-2811	内科、皮肤科
	甲田クリニック	上田市古安曽 1833	0268-38-3065	内科、小儿科、耳鼻咽喉科
	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
	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
	吉松整形外科クリニック	上田市上田 1776-4	0268-25-2515	整形外科
	下田眼科	上田市常田 1-10-78	0268-21-0606	眼科
22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
	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
23日周一	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、小儿科
	豊殿診療所	上田市殿城字神林 250-4	0268-29-1220	内科
	城南医院	上田市御所 373	0268-22-3481	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
29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
	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
	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·小儿科初期急救中心》

地址：上田市緑ケ丘 1-27-32
诊疗日：每天
诊疗时间：20:00～23:00

■ 内科（16 岁以上） ☎0268(21)2280 ※8 月 14 日～8 月 16 日→休诊
■ 小儿科（15 岁为止）☎0268(21)2233 ※12 月 30 日～1 月 3 日→休诊
●请事先电话咨询后，再前往就医 !!

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