



上田信息



中文本地消息 月刊
2023年7月号 (No. 76)

◆发补助金给非课税等低收入家庭、【特别支援金】的政策（市福祉课 TEL 0268-75-1365）

●对象家庭：全家庭成员都是令和5年度住民税的均等割非课税的家庭或收入大幅度减少的家庭

●支給额：3万日元/1家庭（补助金的具体情报可查阅市网页）

✿申请手续：①和②都是向上田市申请，申请限期均为令和5年10月13日（周五）

①上田市向能确认的【特别支援金】发放对象者邮送申请手续的说明等资料。在确认内容的基础上提出申请。也有不需要自己提出申请的情况，请很好地阅读市里寄来的说明资料。

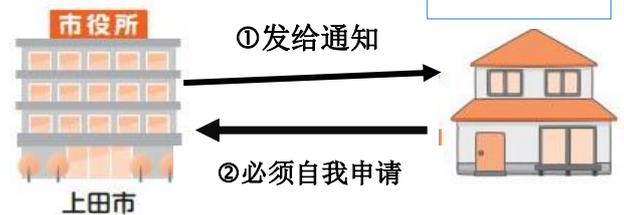
②没有收到上田市邮送来申请说明等资料的，有可能是【特别支援金】发放对象者，但需要自己向上田市联系（市福祉课：☎75-1365），具体请查阅市网页。

✿ 发给补助金基准日，为令和5年6月1日。根据住民台账上的家庭状态来判定，令和5年6月1日不是上田市居民者没有资格。



市网页

对象家庭



◆市营住宅8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县住宅供给公社的HP。

•募集团地：①千曲町/3户 ②内堀/2户 ③中丸子/2户 ④上丸子/1户
⑤宫原/1户 ⑥大畑/1户 ⑦鸟屋/1户 ⑧上鸟屋/1户

•申请窗口：8月17日（周四）至30日（周三） 平日的8:30至17:15

※令和5年4月1日开始市营住宅的服务窗口更变为长野县住宅供给公社上田管理中心

•入居者的决定方法：公开抽签方式，9月上旬、在上田合同厅舍南栋2楼会议室举行抽签会。

具体日程在8月上旬和県营住宅入居者的募集情报同时公开。具体请询问。

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令和5年4月1日起市营住宅入居条件的一部分宽松了。市营・県营住宅一起进行募集、能同时申请。

询问：长野县住宅供给公社上田管理中心 TEL：29-7010

〒386-8555 材木町1-2-6 上田合同厅舍南栋1楼



公社HP



◆上田市对单亲家庭等孩子的生活●学习进行支援的事业（询问：子育て●子育て支援課☎23-5106）

对单亲家庭等孩子、现在是小学5、6年级的学生实施免费的学习支援。具体内容请确认上田市的网页，也可向上面记载的市子育て子育て支援課询问。

授课期间：9月至令和6年2月

对象：是儿童抚养津贴支付给家庭的孩子或是同等困难程度的单亲家庭等的小学5、6年级的学生（现在已在私塾学习者属对象外）

定员：各学年15名，共30名（如报名者超过定员时，用抽签的方式来决定。）

申请：8月24日（周四）为止直接向子育て・子育て支援課报名或用电话报名。

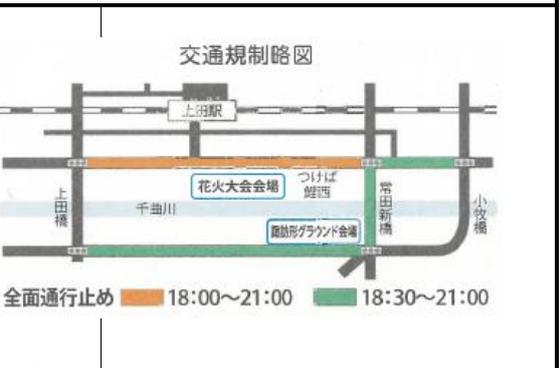
◆2023 年信州上田夏天的民间庆祝活动（介绍 7 月下旬至 8 月的上田市内民间活动）

上田わっしょい（上田街舞）、信州上田祇園祭、信州上田大烟花大会、丸子ドドンコの庆祝活动时间里将实施交通管制，敬请市民们协作。具体内容请查看各庆祝活动的交通管制图。各庆祝活动的时间里，由于受交通管制等的影响、预想会发生交通混乱，请大家尽量利用公共交通。



 <p>7/22(土) 18:00~ 21:00</p>	<p>信州上田祇園祭 交通管制：17：30 至 21：30 地点：市街中心周围 询问：信州上田祇園祭实行委员会 (自治会联合会) ☎22-4130</p>	<p>交通規制略図</p> 
 <p>7/29(土) 16:00~ 20:45</p>	<p>第 52 次 上田わっしょい（上田街舞） 交通管制：16：00 至 21：15 地点：市中心的商业街 询问：上田わっしょい实行委员会 ☎23-5408</p>	

第 52 次 上田わっしょい（上田街舞）当日的时间安排：
16：00 开始 抬神桥 18：15 开始 开幕仪式 18：30 开始 跳街舞【最初的 15 分钟全部的连都是跳正调舞姿，以后的时间里可以是跳自由、街舞的舞姿】

 <p>8/5(土) 19:00~</p>	<p>第 36 次 信州上田大烟花大会 交通管制：18：00 至 21：00 地点：千曲河川的河堤区域（常田新桥的下流） 询问：信州上田大烟花大会实行委员会 ☎ 22-4500</p>	<p>交通規制略図</p>  <p>全面通行止め 18:00~21:00 18:30~21:00</p>
--	---	---

 <p>8/5(土) 17:00~ 20:15</p>	<p>第 46 次 丸子ドドンコ 地点：上丸子商店街 询问：丸子ドドンコ实行委员会 ☎42-1048</p>	 <p>8/6(日) 15:00~ 20:30</p>	<p>第 35 次 真田节 地点：真田公园运动场 询问：真田产业观光课 ☎72-4330</p>
--	---	--	---

 <p>8/6(日) 9:50~</p>	<p>第 38 次 信州爆水 RUN 依田川 地点：丸子综合运动场(起点、终点) 内衬川、依田川 询问：丸子综合体育馆 ☎43-2250</p>	 <p>8/12(土) 8/14(月)</p>	<p>第 42 次 武石夏天节 地点：武石体育馆停车场 询问：武石产业观光课 ☎85-2828</p>
---	---	---	--

第 52 次上田街舞、上田市多文化共生推進協会[AMU]将组成「国际连」出征!! 欢迎外国籍市民穿着各国的民俗服装来参加跳街舞! 询问: AMU 25-2631

◆新婚夫妇新生活支援金开始受理申请! (问讯: 市移住交流推进课 TEL71-6734)



市ホームページ

对新婚夫妇的开始生活的居住费用、装修房屋和搬的费用, 给与补助金的制度。

*以满足以下全部条件的家庭为对象:

- ①令和 5 年 3 月 1 日至令和 6 年 3 月 31 日期间办理了结婚登记的家庭。
- ②在本市内居住, 在上田市有住民票者。
- ③以结婚登记之日为基准, 夫妇两人的年龄都在 39 岁以下 (年龄以生日前年龄来准来确定)。
- ④在令和 4 年中夫妇总所得 (收入) 在 500 万日元以下的家庭 (在奖学金返还中, 返还金额能从所得中进行除控)
- ⑤没有拖欠税的情况。
- ⑥没有得到其他住房补助等公的制度支援。

*补助范围的对象经费: 令和 5 年 4 月 1 日至令和 6 年 3 月 31 日期间, 为了婚后生活、和住房等有关费用, 具体请查阅市网页或向市移住交流推进课 TEL71-6734 询问。

*补助额: 补助金额的上限为 30 万日元

*申请: 令和 6 年 3 月 29 日 (周五) 为止, 准备好所需有关资料 (查看市 HP 填写好申请表等), 去市窗口申请。

*注意: 当申请的新婚夫妇新生活支援金到达预算额时, 将停止受理申请。

◆长野县伴侣关系申报制度开始了 (询问: 市人権共生課 ☎23-5245)

长野县为了帮助性少数群体减少和消除他们在生活上的障碍, 制定了“长野县伴侣关系申报制度”。双方或其中一方是性少数者, 约定作为人生伴侣在日常生活中互相帮助, 并将两人之间的关系向长野县提出申报, 由长野县政府发放证明书的制度。自 2023 年 7 月 10 日起受理申报, 8 月 1 日开始发放证明书。



在我们的日常生活中, 有可能无意识地与性少数群体接触、由于我们的不慎言行和态度有可能伤害到他们。认同多样性和相互的不同, 实现全社会成员互动互助! 是为性少数群体分忧解难, 消除他们生活上的障碍的制度, 具体信息, 请查询长野县网页。

◆由长野多文化共生相谈中心举办的 面向外国籍市民的免费咨询会活动

外国籍市民们有什么困难、遇到了麻烦事等等都可以来进行咨询! 当日将有司法书士、行政书士、律师到会免费为大家服务, 并有多语种的相谈员能为你提供翻译等。

日期和时间: 9 月 8 日周五, 10: 00 至 15: 00

地点: 上田市役所主楼 2 楼会议室

申请和询问: 需要律师咨询者必须事先申请, 预约! 其它的咨询不需要申请, 请直接来会场。

长野县多文化共生相谈中心 ☎026-219-3068 ☎026-223-0053 E-mail:yoyaku@anpie.or.jp

◆上田市的体育活动的教室 欢迎没有经验者参加

申请: 7 月 25 日周二至 8 月 6 日向各窗口申请。市网页也能提出申请

(申请和询问窗口: 市スポーツ推进课、園体育館管理事務所、自然運動公園管理事務所、丸子総合体育館、真田・武石地域教育事務所)

询问: 上田市スポーツ協会 ☎27-9400



教室名称	期间	时间	活动地点 ※日语表示	定员 (先报名的顺序)	费用 (日元)
初学者高尔夫*秋	8 月 9 日至 10 月 4 日 (周三)	10: 00 至 12: 00	ぐりんヒル (神畑)	30 名	4000 円
少林拳法 (後期)	8 月 21 至 11 月 13 日 (周一)	19: 00 至 20: 30	上田城跡公園 体育館剣道場	20 名	2000 円
羽毛球 (后期)	9 月 5 日至 11 月 14 日 (周二)	18: 30 至 20: 30	上田城跡公園 体育館	40 名	3000 円
新乒乓球 (后期)	9 月 6 日至 11 月 29 日 (周三)	9: 30 至 11: 00	上田城跡公園 体育館	20 名	2000 円
简易的提高人体肌肉 力量储肌运动 (后期)	9 月 1 日至 11 月 10 日 (周五)	10: 00 至 11: 00	上田城跡公園 体育館剣道	60 名	3000 円
像太极拳似的慢动作 体操、提高体力	8 月 28 日至 11 月 20 日 (周一)	10: 00 至 11: 30	上田城跡公園 第二体育館	30 名	3000 円

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!!

◆8月10日(周四)至17日(周四)(盂兰盆假期)市民生活关系密切的营业服务

①垃圾回收场的垃圾回收、清洁中心的服务和吸取粪·污水的服务



	休息日	询问
垃圾回收	与平时同样的日程垃圾回收	上田 废弃物对策课 ☎22-0666
清洁中心的服务(上田、丸子)	11日(周五)至13日(周日)	
粪·污水吸取的服务	11日(周五)至16日(周三)	市环境政策课 ☎23-5120

②公共的温泉、游泳池等设施的服务

设施名(日语表示)、问询电话	休息日	营业时间
あいそめの湯 ☎38-2100	不休息正常营业	10:00至22:00 最终进场21:20
ささらの湯 ☎31-1126	10日(周四)	5:00至8:00 最终进场7:30 10:00至21:00 最终进场20:20
うつくしの湯 ☎85-3900	16日(周三)	10:00至21:30 最终进场21:00
ふれあいさなだ館 ☎72-2500	17日(周四)	10:00至21:30 最终进场21:00
クアハウスかけゆ ☎44-2131	不休息正常营业	10:00至18:00 最终进场17:00
アクアプラザ上田 ☎26-2626	不休息正常营业	10:00至21:00
鹿月荘 ☎44-2206	不休息正常营业	泡温泉 11:30至19:00 10日(周四)至15日(周二) 15:00为止
雲溪荘 ☎85-2263	10日(周四)※仅住宿部分营业、 17日(周四)	泡温泉 10:00至20:00 10日(周四) 15:00至20:00
巢栗溪谷緑の広場 ☎86-2003	不休息正常营业	8:00至17:00
武石森林公園 マレットゴルフ ☎85-2222	不休息正常营业	9:00至17:00
マルチメディア情報センター ☎39-1000	16日(周三)	9:30至17:45
上田創造館 ☎23-1111	不休息正常营业	9:00至22:00

◆预防介護的体操(询问:高龄者介护课·23-5140)

为了一直都能过着充满活力的生活,要求我们在平时要很好地活动身体、延长我们的健康寿命。

●日期/地方

- ①8月4日(周五)、9日(周三)、31日(周四)/
高龄者福祉中心 各回都限先报名的40名
- ②8月1日(周二)/丸子ふれあいステーション
- ③8月9日(周三)、21日(周一)/真田中央公民館
- ④8月4日(周五)、18日(周五)/武石地域総合中心

●时间:10:30至11:30

●内容:由健康指导师来带领大家进行柔软运动和体操

●在市内居住的60岁以上者

●携带物品:补充水分需要的饮料、室内用运动鞋,再②丸子ふれあいステーション需要自带铺垫、浴巾等。

●申请:7月24日周一以后,向高龄者介护课电话报名 ☎23-5140,注意一人只能申请参加一日。



◆关于食物过敏的讲演会

什么是食物过敏?被诊断为食物过敏,该怎样来注意?正确认识食物过敏并能学习在生活中能很好地和它相处的讲演会。参加自由,欢迎大家来参加!

日期和时间:8月26日周六,13:30至15:30(报到手续13:00开始)

地点:上田文化会馆(中央公民馆) 大会场

讲师:伊藤靖典老师
いとうやすのり

对象:有食物过敏孩子的家长、关心食物过敏问题的人们都可以参加

申请:7月24日(周一)至8月30日(周四)期间,准备好参加者姓名、人数,关于食物过敏想向老师提问的内容(任意),用电话、或E-mail或市网页报名。

询问:学校保健給食課 ☎23-5173

✉ gakkokyusyoku@city.ueda.nagano.jp



市ホームページ

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

◆上田市垃圾处理基本计划的中间修正和实施计划的改定

令和 4 年是制定『上田市垃圾处理基本计划』后的第 5 个年头的年度，对『上田市垃圾处理基本计划』进行了中间修正。并对『上田市减少垃圾量实施计划』改定。

<p>『上田市垃圾处理基本计划』</p>	<p>●计划期间 平成 30 年至令和 9 年 垃圾处理的现状、基本理念、基本方针、设定减少垃圾量的目标值</p>
<p>『上田市减少垃圾实施计划』</p>	<p>●计划期间 令和 5 年度至令和 9 年度 设定减少垃圾量的目标值，为了达到目标的具体实施计划（市民、企业、行政具体的行动）</p>



改定的内容

§ 减少垃圾量的目标值

从过去 10 年实际产生的垃圾量来推算将来垃圾的发生数量。

设定了令和 9 年度里平均 1 人 1 日『产生垃圾量』的具体数值：664g，减量 85g 的具体目标。



为了减少垃圾
新 5R 行动

5R
3R+2R

- Reduce: 不产生垃圾
 - Reuse: 物品重复使用
 - Recycle: 东西的再使用
 - Refuse: 拒绝要成为垃圾的物品
 - Repair: 修理后再使用
- 新增加 2R Refuse+ Repair



为实现垃圾减量的目标要求我们每一个市民共同努力!

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!!

◆养育小孩的情报（问询：市健康推进课 TEL28-7124）

婴幼儿健康检查的日期时间等的介绍，将在健康检查日前 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。

★一个月要进行一次自我的乳房癌检查

女性患癌几率最高第一位的是乳房癌。乳房癌通过自我的乳房癌检查能早期发现。为了自己能及时发现乳房的异变，请养成一个月自我检查一次习惯。

★请很好利用上田市女性乳房癌定期检查（对象年龄是指 4 月至下一年的 3 月底来到的年龄）

检查的名称	对象者	实施期间	检查费用（日元円）
乳癌超音波検査 （乳房 B 超检查）	30 岁至 39 岁者	7 月～8 月	1000 円
乳癌マンモグラフィ検診 （乳房摄影检查）	40 岁以上偶数年龄者	10 月～下一年 2 月	1300 円
子宮がん検診 （子宫癌检查）	20 岁以上偶数年龄者	10 月～下一年 2 月	1200 円



※如在喂奶期内、有不好的自我感觉时或有乳房、子宫的病情在治疗中时，有不能参加检查的情况。

各检查具体信息请查看市网页→右边 QR



自我乳房癌检查具体方法请查看市网页→右边 QR



◆欢迎一起来参加 **上田市多文化共生推进协会（AMU）** 的活动！

上田市内 4054 名（令和 5 年 6 月 1 日现在）外国籍市民。其中半数以上是永住、定住的长期居住者，他们分别来自约 60 个不同的国家和地区。AMU 是在广阔的领域里推进共同协作、支援、交流的活动的组织，推进上田市的多元文化共生建设！

<p>あんどう けんじ 安藤 健二 会长 兼任小孩日语教育责任者</p> 	<p>为了帮助必须接受日语教育的外国籍孩子们提高日语学习的能力，AMU 对需要帮助的孩子进行学习辅导。能进行个别指导（主要是周六），希望者请询问。</p>	<p>にしかわ えりこ 西川 衣里子 事务长 (AMU コーディネーター)</p> 	<p>多元文化共生是什么？不仅仅外国籍者、日本人之间也有价值观、可能性相互理解认同的问题，了解各种不同的价值观显得格外重要。首先欢迎大家来 AMU！</p>
--	---	---	--

§ 上田市多文化共生推进协会（AMU）开展着各种各样的事业

有以支援外国籍市民生活为目的日语教室（にほんごアムアム）、防灾讲座等事业，也有以本地居民和外国籍市民相互交流为目的活动，活动面广关联很多领域，欢迎对多文化有兴趣者一起来参加我们的活动。以下是本年度将展开的活动：

- 7 月 29 日周六 第 52 次 上田わっしょい（上田街舞），AMU 将组成国际连参加跳街舞活动。
- 8 月 29 日周二 世界厨房——印度，尼泊尔篇
- 10 月 8 日周日 2023 上田多文化交流节
- 10 月 28 日周六至 11 月 5 日周日 外国籍市民的艺术展

募集能和我们
一起参加 AMU 活动者！



查阅 AMU 的网页了解具体情况。

§ 介绍 AMU 的日语教室（にほんごアムアム）

成人班级	儿童班级	自由交流班
根据学习者的日语水平，辅导你的日语学习。 周一至周六 (10:00 至 16:00) ※电话或 E-mail 预约。	教小孩子们学习日语。 周六 (10:00 至 16:00) ※电话或 E-mail 预约。	参加者们自由交流、座谈活动的时间。学习会话、理解不同的文化、习惯等。 (自由参加，预约不要)。 周三 (16:00 至 17:00) 周六 (13:00 至 14:00)

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



募集日语教室 (にほんごアムアム), 能教外国籍市民学习日语的义教老师!

*不要求日语教学的资格和经历, 希望体验和支援外国籍市民学习日语的市民请用电话或 E-mail 联系我们。



利用者的声音

2022年来到日本不久儿子、很快就进入了『にほんごアムアム』学习日语, 目前学校汉字和算数的学习都很好, 现在很高兴地去教室, 并继续在日语教室学习!



はなむらゆみこ
花村由実子

日语学习负责老师

询问: 上田市多文化共生推进协会 (AMU) 大手 2-4-4 アンプラザ (市役所斜对面)
 TEL: 0 2 6 8 - 2 5 - 2 6 3 1 E-mail: Ueda_tabunka@pol5.ueda.ne.jp
 有疑问等时, 可用中文询问! 多文化中文担当: TEL: 75-2245

8月休息日的紧急医(上田医师会)

请大家注意: 8月14日、15日、16日 (*有记号的日子 周一至周三) 这3日是日本的盂兰盆假期, 上田市内科・小児科初期救急センター 休息、停止门诊服务!

上田市内科・小児科初期救急センター
 必须先电话预约后, 按指示前去就医!

地址: 上田市緑ヶ丘 1-27-21
 (和信州医疗中心相邻)

诊疗日期: 每天 (盂兰盆假期有休诊日)

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



8月休息日的紧急医(上田医师会) ※医院的休息日有急病时, 可去看病的医院

诊疗时间: 9:00 ~ 18:00

日期	值班医院 (名称用日语表示)	地址 (用日语表示)	电话 (0268)	医院的专门
6 日 周 日	柳沢病院	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
	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
	まつたか眼科	上田市常田 2-33-11	0268-22-0809	眼科
	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

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!!

	值班医院 (名称用日语表示)	地址 (用日语表示)	电话 (0268)	医院的专门
11 日 周 五	堀こどもクリニック	上田市中之条 800-5	0268-23-5566	小児科
	上田腎臓クリニック	上田市住吉 322	0268-27-2737	腎科、外科、内科
	上田整形外科内科 (仅内科)	上田市常田 2-15-16	0268-75-7518	外科、骨科、内科、呼吸内科
	あおぞらクリニック	上田市上田原 1331	0268-75-1100	内科、外科
	鹿教湯病院	上田市鹿教湯温泉 1 3 0 8	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
13 日 周 日	金井医院 (耳鼻咽喉科)	上田市国分仁王堂 1122-1	0268-22-9716	耳鼻咽喉科
	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
	齊藤外科医院	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
14 日 周 一 ※	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
	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、腸胃科
	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 1 4 9 9 - 2 9	0268-71-6078	内科、耳鼻咽喉科
	かんがわクリニック	上田市蒼久保 1144-1	0268-34-5151	外科
15 日 周 二 ※	川西生協診療所	上田市仁古田 357-1	0268-31-1411	外科
	あきわ皮膚科	上田市秋和 310-15	0268-28-5177	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
	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
	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
16 日 周 三 ※	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
	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
20 日 周 日	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
	依田医院	上田市常磐城 5-3-3	0268-28-1223	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
	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
27 日 周 日	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
	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 診療日: 毎日 (注意有除外的! 8月14日至16日、12月30日至1月3日休诊)

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