

施設基準等

- 地域災害拠点病院
- エイズ治療拠点病院
- 地域周産期医療センター
- 地域医療支援病院
- 災害派遣医療チーム
- 紹介受診重点医療機関
- 第2種感染症指定医療機関
- 地域医療教育センター
- 臨床研修病院 基幹型
- 地域がん診療病院
- 地域医療人材拠点病院



マスコットキャラクターが誕生しました。
キャラクター名は2024年10月5日(土)に開催される
病院祭の投票で決定します。

独立行政法人国立病院機構 信州上田医療センター

〒386-8610 長野県上田市緑が丘1丁目27番21号
Tel : 0268-22-1890 (代表) Fax : 0268-24-6603
ホームページ <https://shinshuueda.hosp.go.jp/>

 **YouTube**
公式チャンネル



 **X (旧Twitter)**
公式 エックス



 **Instagram**
公式 インスタグラム



【写真】経営企画室 安藤州平

看護部案内

中途採用も積極的に行っています

*この看護部案内は、2024年5月10日現在の紹介冊子です。



***看護師の中途採用を積極的に行っております。**
お気軽に人事部管理課給与係長
TEL : 0268-22-1890にお問い合わせください。
Mail 230-ueda.kanri@mail.hosp.go.jp

2024
Nursing department

信州上田医療センターは NHOの病院です！

国立病院機構



信州上田医療センター
院長 藤森 実

国立病院機構信州上田医療センターは約19万人が住む上小2次医療圏の急性期総合病院として、2次輪番病院の後方支援を1年365日24時間行い、年4200台（2023年）あまりの救急車を受け入れております。

また、地域のがん患者さんはじめ、他の感染症や外傷、循環器疾患、脳血管疾患などの診断・治療を行う、上田広域住民の命と健康を守り抜く地域医療の最後の砦として、全職員が責任感をもって各自の任務を遂行しています。

2023年度、上田市立産婦人科病院の閉院により、分娩室の増床、大学医局からの産婦人科医の派遣を得て、当センターの分娩数はそれまでの400件台から700件に迫る数に増えました。

これから地域医療を取り巻く環境の変化のスピードが更に速くなります。医療のアクセスや質を保ちつつ、持続可能な医療提供体制を確保するためには、明日を担う看護師の確保と育成が大変重要になります。

私たちの現場は地域医療の最前線、様々な看護を極めることができるプロの職場です。一人でも多くの方が当院の門を叩いていただけると願っております。



信州上田医療センター
看護部長 二瓶 吾紀子

国立病院機構信州上田医療センターの看護部に関心を持っていただきありがとうございます。

看護部では、当院が果たすべき役割を認識し、患者さんの要望に応えることができるよう看護職員教育に力を入れています。教育プログラムは「全国の国立病院機構（140病院）共通の能力開発プログラム」にそって、集合教育と機会教育を行っています。また、当院で力を発揮できる「認定看護師・専門看護師・診療看護師」等のキャリアアップについても、病院として積極的な支援をしています。

患者さんに優しい看護師であることはもちろんですが、同じ病院で働く職員一人一人に対しても相手を思いやることのできる

優しい看護師の育成を目指しています。

患者さんの笑顔と看護師の笑顔をたくさんひきだせる

看護部をつくっていきたいと思いますので、

信州上田医療センター看護部を、どうぞ

よろしくお願いいたします。

中途採用も積極的に行っております。

お気軽に事務部管理課給与係長

TEL：0268-22-1890に

お問い合わせください。



NHOって?!

National Hospital Organization

国立病院機構（National Hospital Organization）
は全国に140病院、運営病床数約50,000床、職員数
約64,000名の日本最大規模の病院グループです。
あなたが実践したい看護が実現できます。



信州上田医療センターの ひと味違ういいところ！

信州上田医療センターは民間病院ではなく、独立行政法人国立病院機構
(National Hospital Organization) の総合病院です。

独立行政法人国立病院機構法第3条

機構は、医療の提供、医療に関する調査及び研究並びに技術者の研修等の業務を行うことにより、国民の健康に重大な影響のある疾病に関する医療その他の医療であって、国の医療政策として機構が担うべきものの向上を図り、もって公衆衛生の向上及び増進に寄与することを目的とする。



私たちの現場は、ひと味もふた味も違うプロの職場なのです。このパンフレットでは、その中から5つの特色を紹介します。

1 (6～7ページ)

看護師としてスタート
するために最適な病院です。
幅広い疾患や治療の知識・経験
を得られる現場だからです。

(8～9ページ)

各病棟を紹介します。
また、いろいろな
スペシャリスト看護師が、
現場で活躍しています。

2 (10～11ページ)

充実した教育プログラム
を実施。
看護専門職者としての成長を
支援します。

3 (12～13ページ)

さまざまなキャリアアップ
の道があり、目標が見え、
看護専門者として
活躍できる組織です。

4 (14～15ページ)

ワークライフバランスを
重視しています。
出産・子育て中も働きやすい
環境です。

5 (16～17ページ)

気になる待遇は？
独立行政法人国立病院機構
職員給与規定により支給され、
諸手当がプラスされます。



看護師としてスタートする 最適な環境の病院です！

**1 30以上の診療科を有する急性期総合病院の看護部をご紹介します。
幅広い疾患や治療の知識や経験を得られる現場で、さまざまな
看護があります。**

病院概要

●開設／平成9年7月1日 ●病床数／420床 ●職員数／700名

●病院理念／私たちは目指します。

1. 互いに信頼し尊重しあえる関係
2. 安全で質の高い医療
3. 情報を共有して納得できる医療
4. 地域と連携して安心できる医療
5. 医療の将来を見すえた健全な経営

●診療科目／救急科、総合診療科、内科、呼吸器内科、消化器内科、肝臓内科、循環器内科、腎臓内科、脳神経内科、小児科、糖尿病・内分泌内科、心療内科、外科、呼吸器外科、乳腺内分泌外科、整形外科、形成外科、脳神経外科、泌尿器科、産婦人科、眼科、耳鼻咽喉科、皮膚科、麻酔科、放射線治療科、放射線診断科、臨床検査科・病理診断科、歯科口腔外科、リハビリテーション科、緩和ケア内科 等36科

看護部概要

看護職員数／280名（非常勤33名） 看護職員平均年齢／38.4歳 在職年数／7年

夜勤回数／3交替7～8回、2交替3～4回/月

実習指導者講習会受講者／40名

看護方式／固定チームナースィング＋プライマリー看護

10看護単位／施設基準・急性期一般入院料1、ハイケアユニット入院医療管理料1、小児特定集中治療管理料2

3交替制勤務 ---深夜0:30～9:15/日勤8:30～17:15/準夜16:15～1:00

2交替制勤務 ---16:00～9:15

夜勤体制・一般3：3 HCU（高度治療室）6：6

●看護部理念／患者さんの人権を尊重し、あたたかい心の通う質の高い看護を提供します

●看護部基本方針／信州上田医療センターの看護師は—

- ◇ 一人ひとり（患者さん）の声を大切に聴きます。
- ◇ 聴いたことに対して責任をもって温かく接します。
- ◇ 専門職業人として、学習を重ね考え・判断した看護を実践します。
- ◇ 生き生きと仕事をするためにお互いに支援します。

当院で看護職となることのメリットは？

「多様な症例を見聞きできる」「院内異動が可能」「教育プログラムが充実している」といったことがあります。特に人材育成に力を入れています。

さまざまな看護がある現場とは？

ほかでは経験できないような難しい症例や、最先端医療を学べる機会が多く、研修・教育体制も整っていますので、目標を持っていただければ、高度な看護技術や知識はもちろん、素早い判断、迅速な対応が身に付いて看護師として成長できるでしょう。

急性期看護の魅力は？

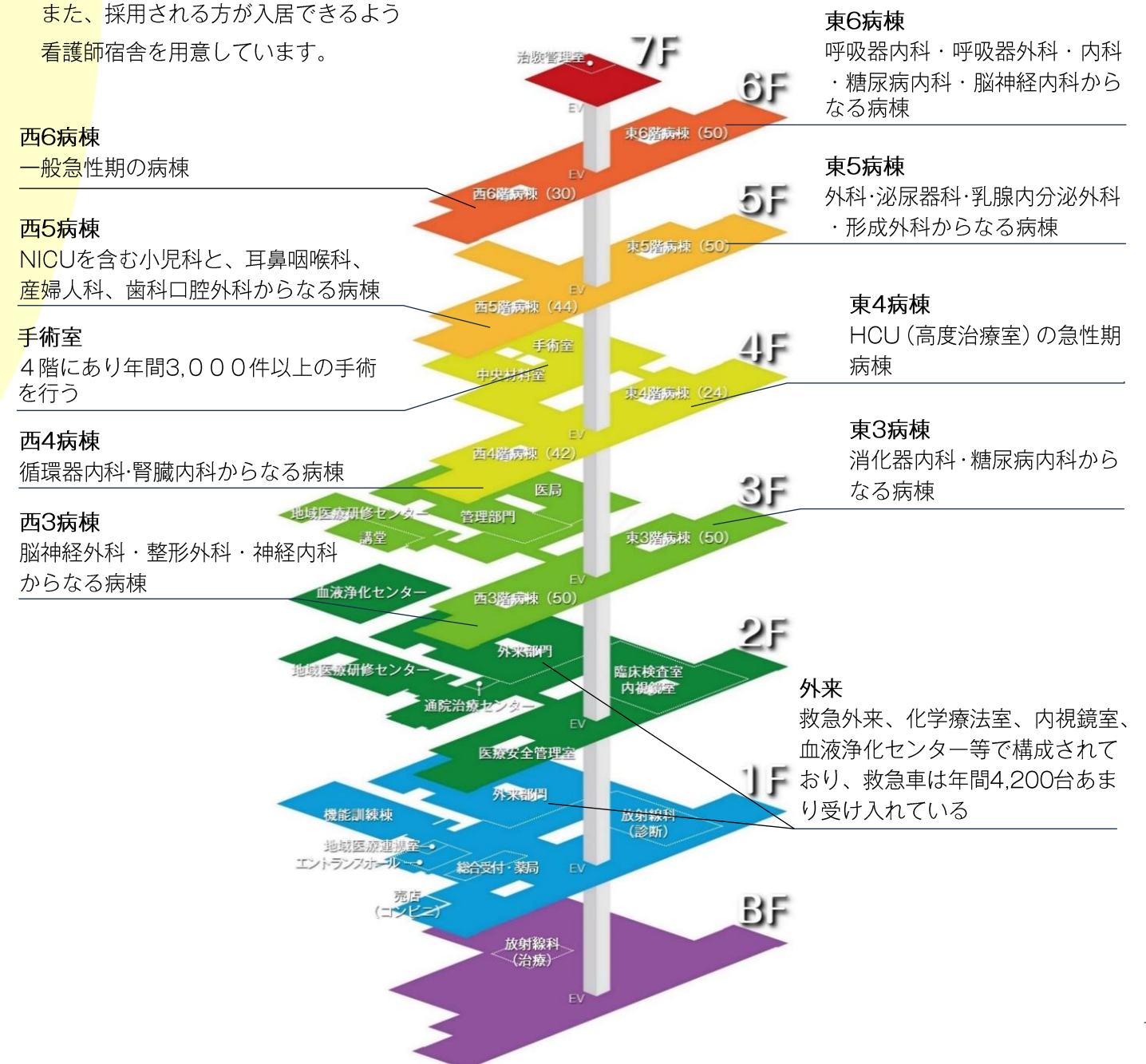
達成感や充実感を得られる急性期では、患者さんの回復していく姿に達成感ややりがいを感じる事が多いです。緊急で運ばれてきた患者さんが手術を受け病気が治る様子や、昏睡状態から回復する様子を見ると達成感や充実感が得られます。患者さんの変化をすぐ目の前で確認できるのは大きなモチベーションアップにつながるでしょう。

ワークライフバランスは？

看護師の皆さんに気持ちよく働いていただければ、ワークライフバランスを重視しています。出産・子育て中も働きやすい勤務体制を整え、手当や休暇・休業などサポートが充実しています。

また、採用される方が入居できるよう

看護師宿舎を用意しています。



各病棟の看護紹介と スペシャリスト看護師とは

東6病棟

5つの診療科、呼吸器内科・呼吸器外科・内科・糖尿病内科・脳神経内科からなる病棟です。医師、看護師、業務技術員の他、リハビリテーション、薬剤部、栄養科、地域連携室等、多くのスタッフでチーム医療を行っています。



東5病棟

外科・泌尿器科・乳腺内分泌外科・形成外科からなる病棟で、手術治療・保存的治療・化学療法・緩和ケア目的で入院されるなど、急性期から終末期まで幅広い患者さんが入院しています。2交代制で、夜勤帯でもケアの充実が図れる看護を行っています。



東4病棟

HCU（高度治療室）の急性期病棟で、受け入れは全診療科です。重症、救急患者の知識・技術の他に、スタッフは常に勉強会・研修会に参加し、最新の知識・技術を身につける努力をしています。また、フィジカルアセスメントを行い、観察力・洞察力を駆使して患者の変化をいち早く見つけられるようにし、生命の危機に直面した重症な患者さんの精神面のケアなどにも配慮するよう心がけています。



手術室

年間3,000件以上の手術を行っています。術前・術後訪問を通じ、不安を抱えながら手術に挑む患者さんの思いに寄り添い、個別性に応じた安全・安楽な看護が提供できるように多職種と情報共有し手術室看護を実践しています。また当院の手術室はプリセプター制度を採用し、手術室クリニカルラダーに沿って指導を行い、安心して仕事に取り組める環境を提供しています。

東3病棟

消化器内科・糖尿病内科を中心とした病棟で、医師、看護師、薬剤師、理学療法士、メディカルソーシャルワーカーなどによるチーム医療で、患者さんとその家族が安心して満足できる医療を提供しています。



西6病棟

一般急性期の病棟で、診療科を問わず検査や処置、手術療法、化学療法や放射線療法などの患者さん、がん終末期の患者さんなど、幅広い看護を実践しています。患さんに向き合うことを大切にし、緩和ケアチーム・認知症ケアチーム・褥瘡ケアチーム、リハビリテーション科や地域医療連携室等と連携して、段階に合った支援を行っています。



西5病棟

産婦人科、小児科、耳鼻咽喉科、歯科口腔外科からなる病棟です。新生児からご高齢の方まで幅広い年齢層の方が入院され、生命の誕生や様々な治療を受ける患者さんの看護に携わっています。小児科ではNICU(新生児集中治療室)を有し、治療が必要な新生児のケアと両親へのサポートを行っています。短期入院の方も多いため、患者さんとの信頼関係を築き、安心して退院後の生活に移行できるよう十分な説明と丁寧な対応に心掛けています。



西4病棟

循環器内科・腎臓内科からなる病棟です。この病棟は重症度も急変リスクも高く、十分な観察力で患者さんの変化を早期に発見し、対応できる判断力・専門的な知識、技術が求められます。また、患者さんの退院後の過ごし方・栄養指導・投薬の仕方等の指導を医師、看護師とともに、栄養士・薬剤師・地域連携室等によるチーム医療を行っています。



西3病棟

脳神経外科・整形外科・神経内科の病棟です。勤務体制は2交替勤務を導入し、患者さんが笑顔になれるよう、毎日明るく元気に看護を実践しています。回復期の病棟で、多くの患者さんがリハビリテーションに励んでいます。退院支援にも力を入れ、患者さん、ご家族の意思を大切に不安なくリハビリ病院への転院や在宅に戻れるよう、入院時から院内外の関連職種と連携をしてチーム医療を行っています。

外来

30以上の診療科を有する総合病院の外来部門では、外来診療の補助だけでなく病棟と連携して外来から入院までの看護といった幅広い知識と技能を習得できます。血液浄化センターでは透析看護、内視鏡室では内視鏡看護、通院治療センターでは化学療法看護といった専門性の高い看護を学ぶことができ、その分野のエキスパートや認定看護師が活躍しています。救急外来では、救命医療の第一線にて状況に応じ臨機応変に対応できる看護師の育成に注力しています。

各病棟で活躍するスペシャリスト

安全でより質の高い看護を提供するために、認定看護師の育成に力を注いでいます。これから認定看護師を目指す方へのサポート体制も整備され、認定資格を取得した後の院内の活動に関しても、働きやすい環境を目指しています。院外からの要請にも積極的に対応し、活躍の場を広げています。

感染管理認定看護師

感染予防対策・管理における知識をもとに、効果的な感染対策を検討、実践することで、病院に関わるすべての人を感染から守ることを目標としています。ICTにも所属し、各職種と専門的な立場で協力しながら共に感染防止に関する活動を行っています。地域の医療機関と連携して定期的に情報交換を行い、地域全体の感染対策向上にも取り組んでいます。



皮膚・排泄ケア認定看護師

ストーマ(人工肛門人工膀胱)を造られた方や創傷(褥瘡や様々な傷)・失禁のある方に対し、その人らしい生活が送れるようなケアを提供しています。院内外での勉強会も積極的に行っております。看護師だけではなく他職種と協同し、より質の高いケアの提供を目指しています。

化学療法看護認定看護師

化学療法を受ける患者さんご家族が安心して治療を受けられるよう、医師・薬剤師と協働し、副作用対策に努めています。院内教育として卒後2年目看護師に「化学療法の基礎」講義を行い、安全・安楽・確実な投与管理ができるよう活動しています。「当院で治療ができてよかった」と思っていたような場所になるよう、スタッフと一緒に日々頑張っています。

がん看護専門看護師

医師や薬剤師と協力しながら、がん患者さんと家族が抱える痛みやつらさに寄り添い、QOLの維持・向上を目指し、その人らしい生活を送れるよう活動しています。主に、痛みの評価・鎮痛剤の使用法・副作用対策など身体的苦痛に対する看護や、マッサージなどの非薬物療法、傾聴を中心としたカウンセリング等、様々な視点から患者さんの苦痛を緩和するお手伝いをしています。

認知症看護認定看護師

当院は急性期病院であり、緊急・重篤な患者様が次々と入院されます。高齢者、特に認知症の患者さんは入院による環境の変化や身体疾患による体調の悪化により、一時的な混乱が見られることがあります。認知症ケアチームの一員として、多職種と協働し、認知症の患者さんの意思を尊重しながら、患者さんが少しでも安心して入院生活を送り、治療が継続できるように支援していきます。

地域医療連携室

地域医療連携室では、前方連携、後方連携の推進、広報活動、医療相談、セカンドオピニオンなど様々な機能を充実させ、地域完結型医療の推進を図り、院内における横断的部署として、多職種チームを組み、患者さんと地域の暮らしをつなぐ役割を担います。



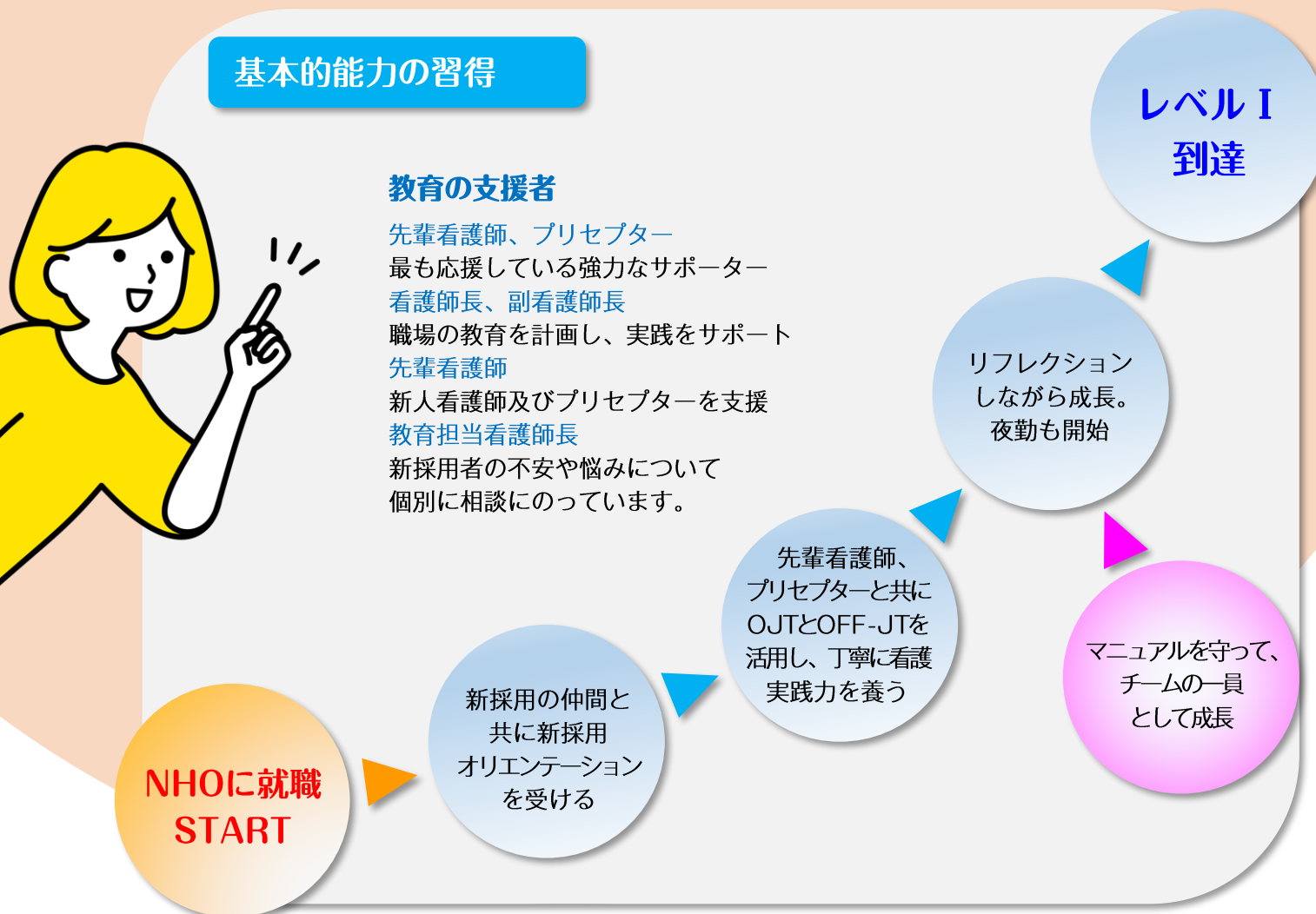
信州上田医療センターの 看護部に就職すると…

2 ひと味違うプロの職場で、充実した教育プログラムを実施 しています。看護専門職者としての成長を支援します。

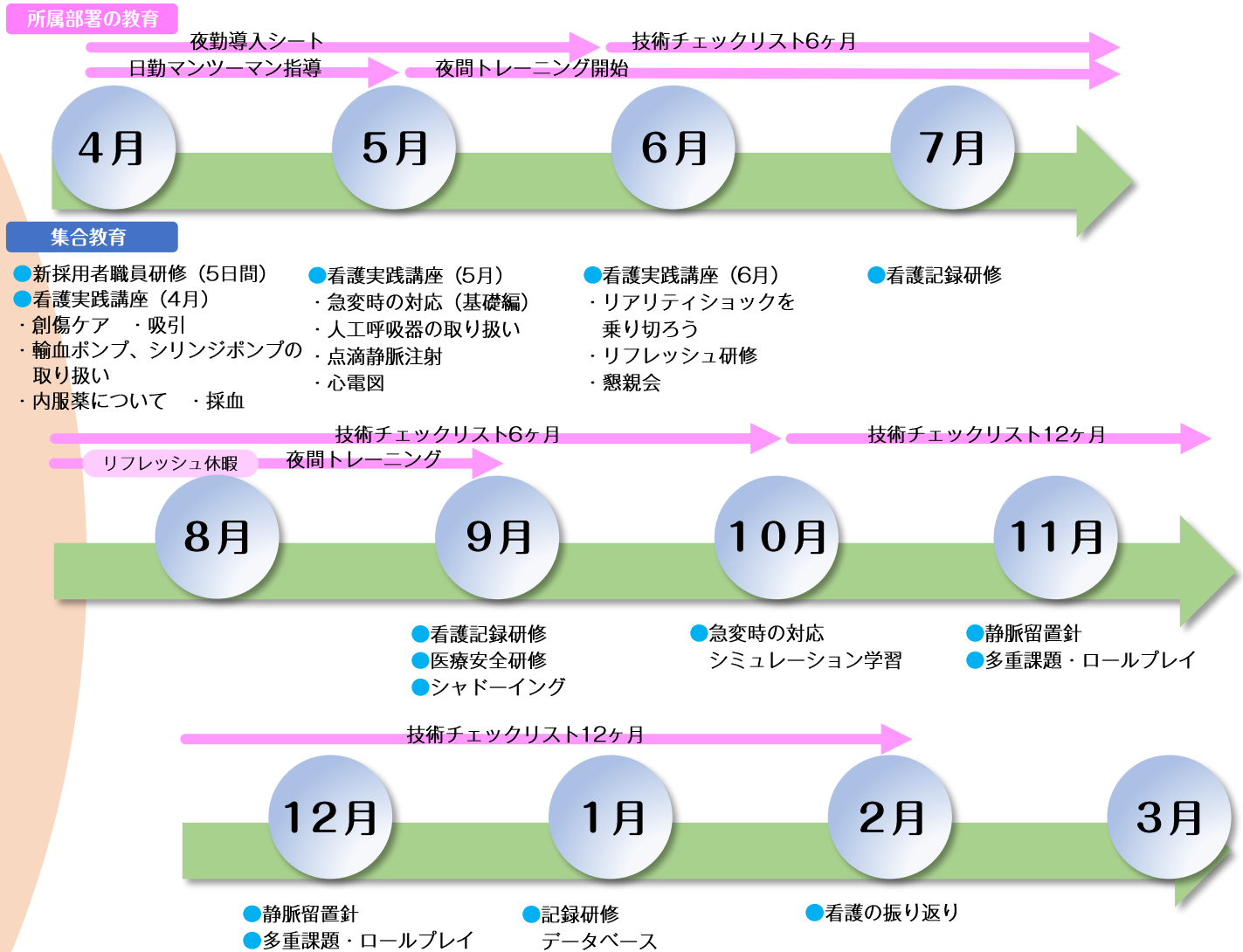
国立病院機構信州上田医療センターは看護職員のキャリアパス制度をもとに、全看護職員を対象とした「ACTy」と「CREATE」の2つの教育プログラムによって、自己の能力を自ら開発できる看護専門職者を育成します。

新人看護師の第一歩

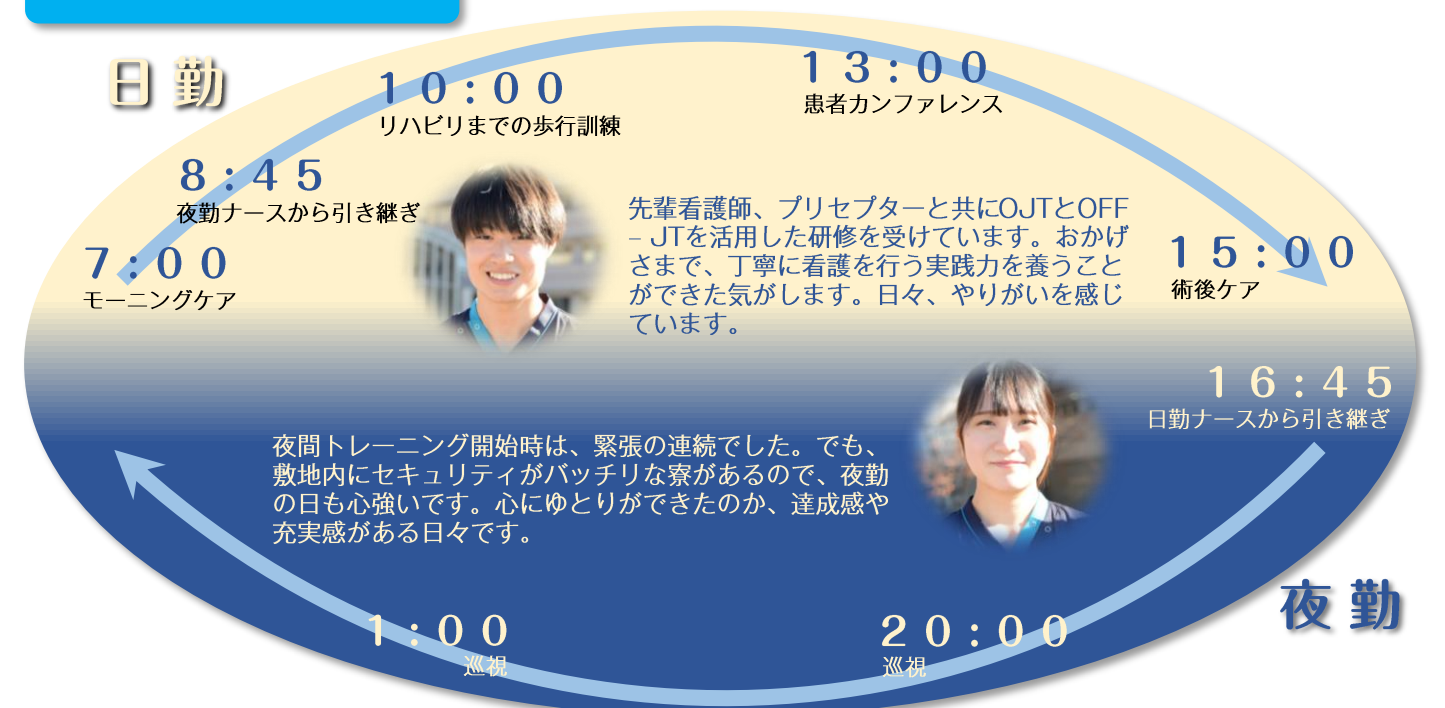
ACTy ナースレベル I の到達を目指して、看護実践に必要な／基本的能力を習得する



新人看護師の一年間



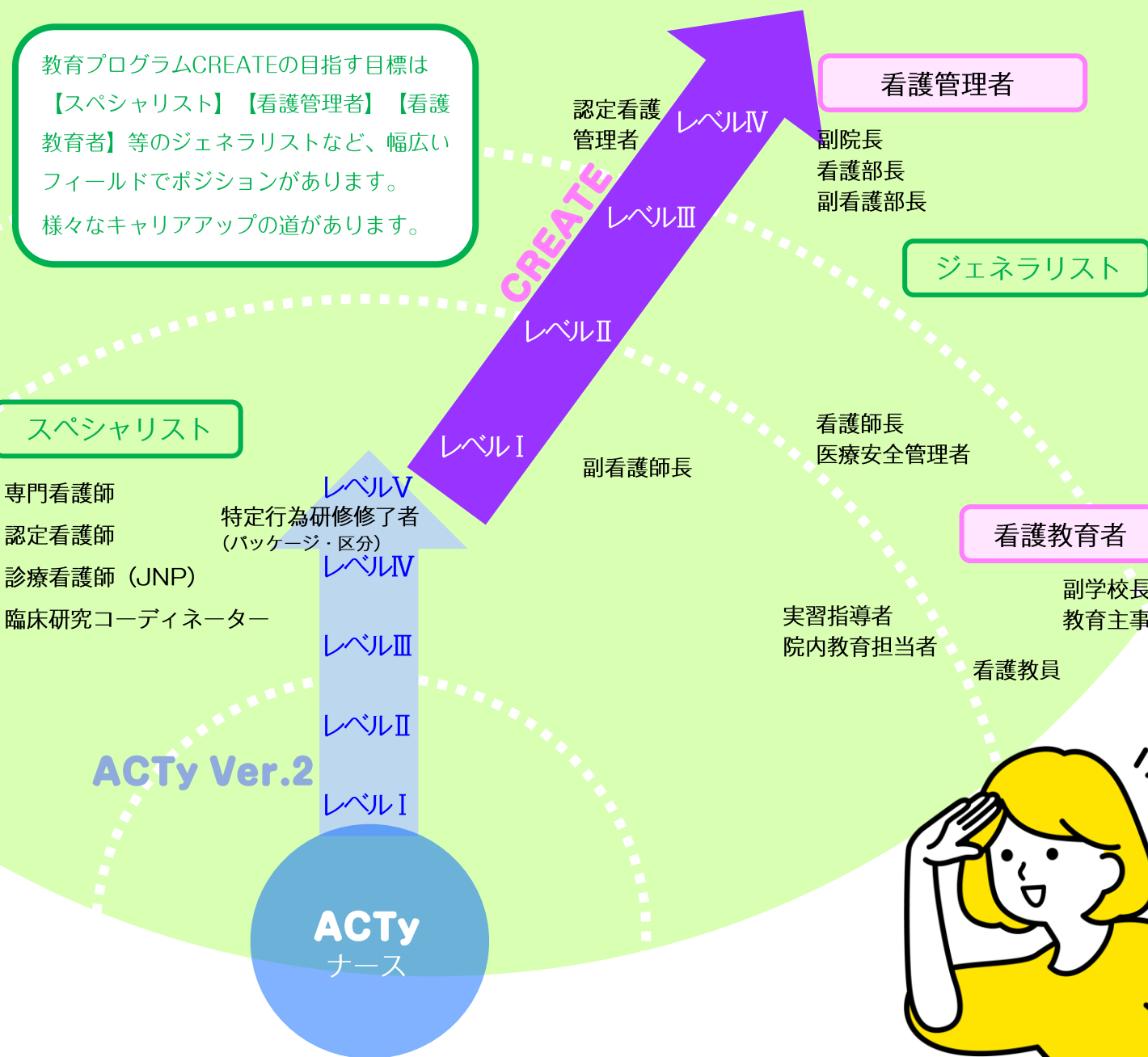
新人看護師の1日



教育プログラムがよいから 努力次第でキャリアアップ!

3 さまざまなキャリアアップの道があり目標が見え、 看護専門者として幅広いフィールドで活躍できる組織です。

教育プログラム「ACTy」では、ACTyナースレベルIの到達を目指して看護実践に必要な基本的能力を習得します。また、スペシャリスト、ジェネラリストへと育成する「CREATE」教育プログラムでは、看護管理者、看護教育者などを目指せます。



看護管理者の育成

看護管理者能力開発プログラム

CREATE

ACTyアクティナースとして自律した看護師になった後は、看護管理者としての能力開発プログラムがあります。職位に応じた看護管理能力を育成します。

Challenge
Robust
Resilience
Execute
Evidence
Ethical view
Admit
Tirelessly
Encourage

看護管理者に求められる
5つの能力

- 自己開発力
- 人材育成能力
- 危機管理能力
- 質管理能力
- 組織管理能力

CREATE レベルV
看護部長 相当

CREATE レベルIV
副看護部長 相当

CREATE レベルII
看護師長 相当

CREATE レベルI
副看護師長 相当

看護実践者の育成

ACTy Ver.2

国立病院機構が目指す看護師像を、ACTy (アクティナース) と呼びます。「看護職員能力開発プログラム」によって学び、理論と技術をもって実践し、看護を創造する看護師がACTyナースです。様々な学習の機会を活用し、日々の看護実践を振り返るという過程を続けることで、ACTyナースへの成長を目指します。

Art
Caring
Create
Coordinate
Coaching
Teamwork
Theory

ACTy Ver.2 レベルV
専門性の発揮、管理・教育的役割モデルとなり、研究への取り組みができる

ACTy Ver.2 レベルIV

- ①後輩の学習を支援する
- ②チームリーダーとしての役割・行動がとれる

ACTy Ver.2 レベルIII

- ①個性を重視した看護を実践する
- ②看護実践者として後輩に支援的役割を果たせる

ACTy Ver.2 レベルII

- ①根拠に基づいた看護を実践する
- ②後輩と共に学習する

ACTy Ver.2 レベルI

看護実践に必要な基本的能力を習得する

自主的に学習し、
充実したい看護に向かって
ステップアップ



信州上田医療センターは働きやすいところです！

4 ワークライフバランスを重視。 出産・子育て中も働きやすい環境です。

看護師の皆さんに気持ちよく働いていただけるよう、ワークライフバランスを重視。育児支援にも力を入れており、看護職員の働きやすい職場づくりを目指しています。



Q1 福利厚生はしっかりしている？

共済組合（短期給付事業）

出産費、高額医療費、傷病手当金など法律に定められた給付の他に、診療費の一部負担金払戻金などの共済組合が独自に行う給付制度があります。

共済組合（長期給付事業）

厚生年金（退職・障害または死亡にかかる年金）に加入することになります。

Q2 高度な技術を身につけたいときは？

高度専門的な医療の提供ができる人材を確保するため、意欲のある職員が退職することなく、国立看護大学校研究課程または看護系の研究科を置く大学院等に進学できるよう、研究休職制度を設けています。

Q3 勤務時間や休暇はどのくらい？

勤務時間

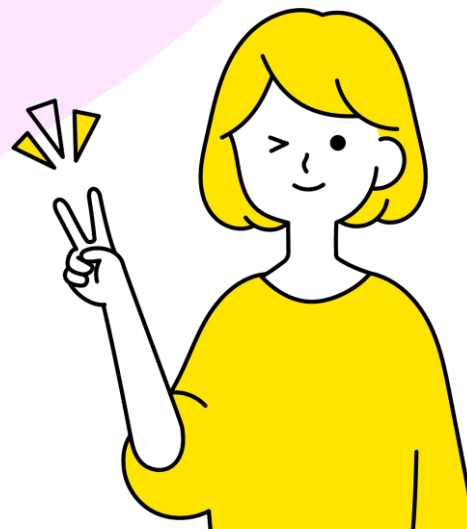
4週間を平均して1週間について38時間45分です。なお、二交替制や三交替制など、実情に応じた勤務体制を採用しています。

休日

原則として、4週間を通じて8日となっています。

休暇

心身のリフレッシュなどのため「年次休暇」や、病気やけがによりやむを得ず勤務できない場合の「病気休暇」、結婚や出産・育児のための「特別休暇」があります。また家族が病気やけがなどで介護が必要な場合は「介護休暇」を取得することもできます。



Q4 出産・育児のサポートは？

出産・育児の手当時間

産科医療補償制度に加入している医療機関等で分娩をした場合、出産時には、共済組合から出産費として、子1人につき50万円の給付金が支給されます（多胎の場合はそれぞれ人数分支給）。また、子1人につき4万円の出産費附加金も支給されます。さらに、産前休暇、産後休暇中は共済掛金（保険料）が免除されます。子が1歳となるまでの間は、雇用保険から育児休業給付金が支給されます。また、育児休業中は共済組合に継続加入でき、共済掛金（保険料）は免除されます。

出産・育児にかかわる休暇・休業時間

女性職員は出産予定日の6週間（多胎妊娠の場合は14週間）前からは産前休暇、出産日から8週間は産後休暇を取得することができます。

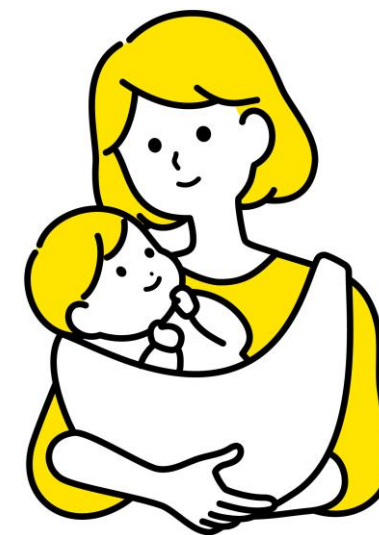
男性職員は、妻の入院から出産日後2週間までの間に、入退院の付添い等を行うため、2日の休暇を取得することができます。また、子の出生の日から起算して8週間を経過する日の翌日までの期間内に分割して2回まで出生時育児休業を取得することができます。さらに、妻の産前産後休暇中及び出産にかかる子が1歳となる誕生日の前日までの期間に、その子または小学校入学前の子を養育する場合、5日の休暇を取得することができます。

なお、女性・男性職員共に子どもが3歳となる誕生日の前日までは、分割して2回まで育児休業を取得できます。

出産・育児にかかわる勤務軽減など時間

子どもが1歳となる誕生日の前日までは、授乳や保育園への送迎などのために保育時間（1日2回、それぞれ30分）を取得できます。子どもが3歳となる誕生日の前日までは、時間外勤務をしないことができます。

子どもが小学校に入学するまでの間は、深夜勤務（22時から翌日5時）と時間外勤務の制限、育児時間（1日2時間以内）の取得、勤務時間の短縮など、無理のない働き方を選ぶことができます（取得に要件がある場合があります）。また、小学校入学前の子の看護をする場合には、子の看護休暇（1の年度で5日、2人以上なら10日）を取得することも可能です。



信州上田医療センターの 待遇を知りたい？！

5 気になるお金のこと。 給与規定により基本給と諸手当で、こんな感じです。

あなたの給料は、独立行政法人国立病院機構職員給与規定により支給されます。給与支給のベースは「基本給」ですが、条件に応じて諸手当がプラスされます。

たとえば就業1年目の場合は…（令和5年新規採用者の一例）

病院から5km離れた家賃55,000円の賃貸上宅に住み、三交替夜勤を月8回した場合の給与（時間外勤務手当は別途）

大学卒の看護師の初任給

●基本給＋地域手当
225,800～270,960円
(地域手当該当なし)

●支給総額
297,000～343,000円

■助産師の初任給（支給総額） 298,000～344,000円

短大3卒の看護師の初任給

●基本給＋地域手当
218,800～262,560円
(地域手当該当なし)

●支給総額
289,200～334,000円

ボーナスについて

①賞与（ボーナス）は年間4.2ヶ月分（令和5年度実績） ②昇給は年1回

諸手当（条件に応じて下記の手当を加算）（令和5年度実績）

夜間看護等手当 夜勤手当	二交替夜勤1回につき概ね11,000円 三交替夜勤1回につき概ね5,000円
専門看護手当	月額 専門看護師5,000円、認定看護師3,000円
住居手当	自ら居住するため住宅を借り受けている場合、 1ヶ月当たり最高27,000円
通勤手当	1ヶ月当たり最高55,000円まで支給

その他 扶養手当、時間外勤務手当、特殊業務手当等給与規定に基づき支給します。
※採用される方が入居できるよう看護師宿舎を用意しています。詳細は看護職員採用担当者へお問い合わせください。

～奨学金のご案内～

国立病院機構の奨学金制度

国立病院機構では、将来の国立病院機構を担う看護師及び助産師の育成のため、奨学金制度を設けています。

①貸与対象者

看護学校等（国立病院機構附属看護学校、看護系大学、看護専門学校）に在籍する学生であって、卒業後、貸与を受ける国立病院機構の病院に常勤職員として勤務することを希望する学生を対象としています。

※入学見込みの方は、入学後に貸与対象者となります。

②金額

看護師（若干名）400,000円 助産師（若干名）600,000円 ※申し込み：令和6年6月末まで

③返還免除及び返還

奨学金の貸与を受けた病院に就職し、一定期間（奨学金貸与期間相当）を勤務することにより、返還義務が免除されます。ただし、看護学校等を中途退学した場合や、卒業後に奨学金貸与病院に就職しなかった場合などは、それまでの貸与額を一括で返還していただくこととなります。

申請方法等

申請方法、募集予定人数、応募期間などの詳細については信州上田医療センター
管理課庶務班長（TEL.0268-22-1890）へお問い合わせください。

上田市看護師確保修学資金貸与制度

市長が指定する上田市内の医療機関で看護師として従事する意思のある上田市出身の看護系大学生に対し、修学資金を貸与し、修学の支援をするとともに地域における看護師の確保を図り、市民への安定的な医療提供体制を確立することを目的とした制度です。

①貸与対象者

- ・4年制の看護系大学に在学していること（令和6年度の募集は大学1、2、3年生を対象とします）
- ・本人又は本人の扶養者が市内に居住していること
- ・卒業後、すみやかに指定医療機関において看護師の業務に従事する意思を有していること

②金額 看護師（若干名）400,000円 半期ごとに200,000円ずつ貸与します。

③返還免除及び返還

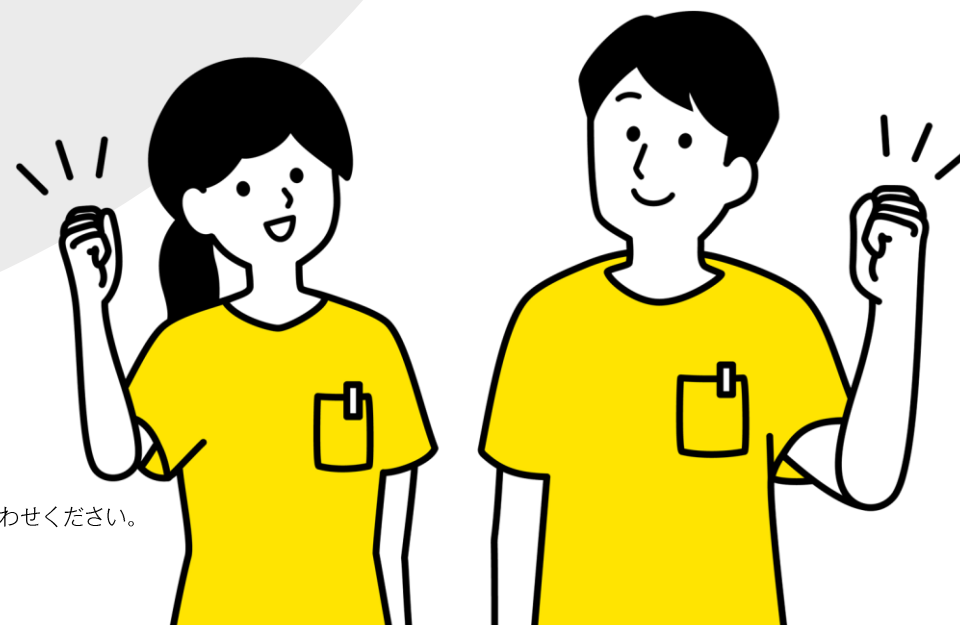
他の修学資金との併用も可能です。ただし、併用が認められない場合もありますので、申請前に予めご確認ください。

次の場合には、返還猶予、又は返還免除をいたします。

- ・返還猶予：指定医療機関において、看護師の業務に従事しているとき
- ・返還免除：貸与期間終了後、指定医療機関において看護師の業務に従事した期間を通算した月数（それぞれ連続した従事期間において1月に満たない日数は切り捨てる）が修学資金の貸与を受けた期間に相当する期間に達したとき

お問い合わせ先

上田市緑が丘1-27-32 上田市 健康こども未来部 地域医療政策室
TEL 0268-75-5463 E-mail iryo@city.ueda.nagano.jp



信州上田市は暮らしやすい真田家ゆかりの城下町です！

長野県は●移住したい県2位^(※1)
上田市は●長野県で住みたい都市3位^(※2)

※1 ふるさと回帰支援センター「2022年 移住希望者に人気の都道府県トップ10」
※2 不動産情報サイト タウンライフブライー編集部「2023移住希望者に人気の信州の街トップ5」

信州上田医療センターがある長野県上田市は、戦国武将真田家ゆかりの城下町。人口15.3万人、長野県3番目の都市で、東京から新幹線で最短約80分です。信州最古の温泉・別所温泉、信州の鎌倉と呼ばれる寺院群、上信越国立公園内の自然豊かでパウダースノーの菅平高原などアクティビティが多く、晴天率が高い穏やかな気候です。その暮らしやすさで、近年、首都圏や全国から移住者が増加しています。



上田市は北陸新幹線をはじめ、上信越自動車道、国道18号線、144号線、143号線、152号線、254号線、406号線など主要道路の要所で、一足伸ばせばステキな街並みや大自然、温泉、グルメなど、楽しいアクティビティにたくさん出会えます。

- 東京から新幹線で最短80分
- 上田市には上田城、菅平高原や別所温泉などの観光地
- 自動車約1時間ほどの半径に
長野市、松本市、軽井沢町、群馬県草津町、八ヶ岳高原、高崎市（高速利用）等

