

いつも身近に!

地域包括支援センター ポケットガイド

ダイジェスト版

地域包括支援センターはこんなところです

地域包括支援センターは、住み慣れた地域で尊厳あるその人らしい生活を継続することができるよう、さまざまな方面から高齢者のみなさんを支える機関です。

地域包括支援センターでは、主任ケアマネジャー、社会福祉士、保健師などが中心となって高齢者のみなさんを支援します。3人はそれぞれ専門分野を持っていますが、専門分野の仕事だけをするのではなく、互いに連携をとりながら「チーム」として総合的にみなさんを支えます。

気軽に相談してください!



自立した生活を支援します!

介護保険では非該当と認定されたが、体力に自信がない



元気で生活できているので、いまの状態をなるべく維持したい



足の筋力が衰えているので、介護予防のプログラムを受けようすすめられた

介護保険のサービスを利用したい



要支援1と認定されたので介護予防ケアプランを作りたい



要介護認定の申請を頼みたい

などをサポートしていきます。

みなさんの権利を守ります！

安心して暮らすために知っておきましょう

高齢者を狙った悪質な訪問販売や住宅改修、消費者金融などの事件が増えています。地域包括支援センターでは、消費生活センターや行政などと協力して、高齢者の被害を未然に防ぐよう努めています。

また、お金の管理や契約に関することに不安があっても頼れる家族がないなどの場合には、成年後見制度を利用できます。場合によっては、申し立てなどの手続きの支援もしますので、ご相談ください。

■成年後見制度とは

不動産や預貯金などの財産管理、介護などのサービスや施設への入所などに関する契約といった場面において、適切な判断をすることが難しくなった人を支援する制度です。不利益をこうむったり、悪質商法の被害者となることを防ぎ、権利と財産を守ります。



■成年後見制度には、2つの制度があります。

法定後見制度

判断能力が不十分な人が、今すぐ成年後見制度を利用する

任意後見制度

判断能力のある人が、将来にそなえて後見人を決める

どちらの制度を利用しても、預貯金の管理や遺産分割など財産に関する契約などについての助言や支援（財産管理）、介護サービスなどの利用や医療・福祉施設等への入退所の手続きや費用の支払いなど、日常生活上の契約などについての支援（身上監護）が受けられます。

高齢者の尊厳を守りましょう

高齢者虐待とは、「家庭で介護をしている人（家族・親族・同居者など）」または、「養介護施設や養介護事業に従事する人」が高齢者に対して、心身を傷つけるような言動や人権侵害をすることです。高齢者虐待防止法では、虐待に気づいた人は、市区町村に通報する義務があることを定めています。早期に発見し、第三者が介入することで虐待の深刻化を防ぐことができます。虐待を発見したり、虐待があると思われるときは、地域包括支援センターや市区町村の担当窓口などにご連絡ください。

虐待があった場合の対応の流れ



■介護はがんばりすぎないで！

高齢者の介護は、想像以上に大変です。「介護疲れ」が介護する人を追いつめストレスとなり、虐待を引き起こしてしまう場合もあります。ショートステイやデイサービスなどの介護保険のサービスを利用し、息抜きをしたり、介護の負担を減らすことが大切です。困ったときは一人で悩まず、地域包括支援センターにご相談ください。



なんでもご相談ください!



利用していない
介護サービスの
金額を請求されて
いるようだ

認知症の母親は徘徊が
ひどくて困っているが、
何かよいサービスはないだろうか

引っ越してきたばかりで
友人がいないので、
地域のサークルを
教えてほしい



ご相談はどなたでも!

高齢者本人からだけでなく、家族、近隣に暮らす人などからも、高齢者に関する相談を受け付けます。また、電話での相談もできますので、緊急のときや、家を空けられないときなどでも、お気軽にご相談ください。

気軽に相談してみましよう

これまで悩みや相談ごとがあったときに、「ここは担当ではない」「ここではわからない」などと言われ、相談することをあきらめてしまった経験はありませんか? 地域包括支援センターでは、介護に関する相談や悩み以外にも、健康や福祉、医療や生活に関することなど、どのような相談にも対応します。「どこに相談すればよいのかわからない」といった悩みも、まずは地域包括支援センターにご相談ください。必要なサービスや制度、関係機関の情報提供や紹介をします。また、緊急の対応が必要な場合には、職員が訪問するなどして解決策を探ります。

多方面からみなさんを支えます!

ケアマネジャーは、
こんな仕事を
しています



見えないところで、
みなさんを支えています



地域のネット
ワークづくりに
努めています

ケアマネジャーってどんな人?

介護の知識を幅広く持った専門家で、ケアプランの作成やサービス事業者、医療機関などとの連絡調整をします。また、介護保険のサービスを受けていてサービス事業者に苦情や不満があるときも、まずケアマネジャーに相談してみましよう。

いつでもみなさんを見守っています

地域包括支援センターでは、高齢者のみなさんへの直接の支援だけでなく、みなさんを支えるケアマネジャーの支援もしています。地域包括支援センターには、一定の研修を修了した主任ケアマネジャーがいて、高齢者が暮らしやすい地域づくりのために、医療機関や行政その他の関係機関との連携体制づくりをすすめています。また、地域のケアマネジャーが円滑に仕事ができるよう支援や指導をして、質の高い支援の提供に努めています。

あなたの心身の状態を チェックしましょう

次の質問表の、「はい」「いいえ」の当てはまる方に○をつけましょう。ピンク色の回答に○がついた場合は、右のような心配がある可能性があります。気になる項目があったら、早めに地域包括支援センターにご相談ください。

基本チェックリスト		（いずれかに○をつけてください）		回答
1	バスや電車で1人で外出していますか	はい	いいえ	
2	日用品の買物をしていますか	はい	いいえ	
3	預貯金の出し入れをしていますか	はい	いいえ	
4	友人の家を訪ねていますか	はい	いいえ	
5	家族や友人の相談にのっていますか	はい	いいえ	
6	階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか	はい	いいえ	
7	椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっていますか	はい	いいえ	
8	15分位続けて歩いていますか	はい	いいえ	
9	この1年間に転んだことはありますか	はい	いいえ	
10	転倒に対する不安は大きいですか	はい	いいえ	
11	6カ月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか	はい	いいえ	
12	身長 cm 体重 kg BMI ^(注) が18.5未満ですか	はい	いいえ	
13	半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか	はい	いいえ	
14	お茶や汁物等でむせることがありますか	はい	いいえ	
15	口の渴きが気になりますか	はい	いいえ	
16	週に1回以上は外出していますか	はい	いいえ	
17	昨年と比べて外出の回数が減っていますか	はい	いいえ	
18	周りの人から「いつも同じ事を聞く」などの物忘れがあるとされますか	はい	いいえ	
19	自分で電話番号を調べて、電話をかけることをしていますか	はい	いいえ	
20	今日が何月何日かわからない時がありますか	はい	いいえ	
21	（ここ2週間）毎日の生活に充実感がない	はい	いいえ	
22	（ここ2週間）これまで楽しんでやれていたことが楽しめなくなった	はい	いいえ	
23	（ここ2週間）以前は楽にできていたことが今ではおっくうに感じられる	はい	いいえ	
24	（ここ2週間）自分が役に立つ人間だと思えない	はい	いいえ	
25	（ここ2週間）わけもなく疲れたような感じがする	はい	いいえ	

 該当する項目（ピンク色の回答に○印）が多い場合、次の介護予防の取り組みが必要かもしれません。

生活機能全般で ピンク色の回答に○が多かった

生活が不活発になっている可能性があります。その結果心身がより早く衰える危険があるかもしれません。

生活機能
全般を
調べます

運動器の機能で ピンク色の回答に○が多かった

筋力が衰えていることから、活動が不活発になったり、転倒などから寝たきりを招くことがあります。

関係する介護予防 → 運動器の機能向上

運動器の
機能の状態
を調べます

栄養状態で ピンク色の回答に○が多かった

低栄養の可能性があります。低栄養になると、筋力が衰えたり病にかかりやすくなり、衰弱しやすくなります。

関係する介護予防 → 栄養改善

栄養がとれ
ているか
調べます

口腔機能で ピンク色の回答に○が多かった

口腔機能が低下すると、食べたり飲み込んだりしにくくなるため低栄養や肺炎など、全身の健康状態が悪化します。

関係する介護予防 → 口腔機能の向上

口腔機能
の状態を
調べます

閉じこもりで ピンク色の回答に○が多かった

家に閉じこもりがちだと心身の活動が少ないため、全身の衰弱や認知症、うつなどを招きやすくなります。

関係する介護予防 → 閉じこもり予防・支援

閉じこもり
気味かどう
か調べます

認知症で ピンク色の回答に○が多かった

初期の認知症の可能性があります。認知症は予防と早期発見・早期対応が重要です。

関係する介護予防 → 認知症予防・支援

認知症の
可能性が
ないか
調べます

うつで ピンク色の回答に○が多かった

うつになると活動量が減って心身が衰えるだけでなく、自殺などの危険もあります。

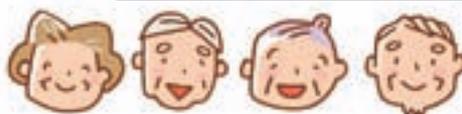
関係する介護予防 → うつ予防・支援

うつの
可能性が
ないか
調べます

(注) BMIの求め方: BMI=体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)

(例) 体重60kg、身長150cmの人の場合 → BMI=60÷1.5÷1.5=約26.7

ピンク色の回答に○が多いほど、その分野での問題が多いと考えられます。



横浜市の地域包括支援センター 一覧 (平成27年2月10日現在)

区	担当地域	施設名・電話番号・所在地	業務委託法人
鶴見区	潮田町、仲通、下野谷町、本町通、栄町通1~2丁目、向井町、大東町、朝日町、浜町、安善町、汐入町、小野町、末広町、寛政町、弁天町、扇島	横浜市潮田地域ケアプラザ TEL: 045-507-2929 鶴見区本町通 4-171-23	(福)横浜市社会福祉協議会
	矢向1~6丁目、江ヶ崎町	横浜市矢向地域ケアプラザ TEL: 045-573-0020 鶴見区矢向 4-32-11	(福)横浜市福祉サービス協会
	北寺尾1~5丁目、東寺尾中台(1~15、19~34)、東寺尾北台、東寺尾東台、諏訪坂(4~6、20)、鶴見1丁目(5、6-1~6-14)・2丁目(2(東台自治会、東寺尾中部会))、寺谷1丁目(23、24、25-4~25-23(東寺尾北部町内会))、東寺尾6丁目(1~16除く)、岸谷3丁目の一部(東台自治会)、獅子ヶ谷1丁目1~26、33~38、40、2~3丁目、馬場6丁目の一部(北寺尾東部自治会)	横浜市寺尾地域ケアプラザ TEL: 045-585-5566 鶴見区東寺尾 6-37-14	(福)横浜市社会福祉協議会
	東寺尾1丁目(一部除く(東寺尾第一自治会))、2~4丁目、5丁目1~14・15の一部、20・21(東寺尾南部明朗会)、東寺尾6丁目(1~3)、岸谷1~2丁目、3丁目(一部除く(岸谷第2、第3自治会))、岸谷4丁目(30~34除く(岸谷第1、第1自治会))	横浜市東寺尾地域ケアプラザ TEL: 045-584-0129 鶴見区東寺尾 1-12-3	(福)若竹大寿会
	駒岡1~5丁目、梶山1~2丁目、上末吉1~5丁目、下末吉1~6丁目、三ツ池公園、獅子ヶ谷1丁目27~63(33~38・39を除く)	横浜市駒岡地域ケアプラザ TEL: 045-570-6601 鶴見区駒岡 4-28-5	(福)横浜鶴声会
	市場東中町、市場西中町、市場下町、市場大和町、市場富士見町、菅沢町、平安町、栄町通3~4丁目、尻手1~3丁目、元宮1~2丁目、市場上町	横浜市鶴見市場地域ケアプラザ TEL: 045-504-1077 鶴見区市場下町 11-5	(福)大樹
	鶴見1丁目(1~4、6-15~6-26、6-28~、7~13)、鶴見2丁目(1、3(鶴見1・2丁目町内会、寺谷自治会、常緑ハイツ自治会))、鶴見中央1~5丁目(1~7、8の一部、9・10、11の一部、14の一部、15・16、19・20(鶴見下第2町会、鶴見下第3町会部分))、豊岡町、佃野町、寺谷1丁目(1~22、26、27、25-1~25-3、25-24~25-28(寺谷自治会、豊岡第2町会))、寺谷2丁目、東寺尾中台(16~18、35~37)、諏訪坂(1~3、7~19、21)	横浜市鶴見中央地域ケアプラザ TEL: 045-508-7800 鶴見区鶴見中央 1-23-26	(福)横浜YMCA福祉会
	生麦1~5丁目、岸谷4丁目(30~34)、鶴見中央5丁目(8の一部、11の一部、12・13、14の一部、17・18、21~31(生麦北町北部自治会部分))、大黒町、大黒ふ頭	横浜市生麦地域ケアプラザ TEL: 045-510-3411 鶴見区生麦 4-6-4	(福)横浜YMCA福祉会
	馬場1~5・7丁目、馬場6丁目の一部(馬場第一町内会、北寺尾町内会)、東寺尾1丁目の一部(馬場町南部自治会)、東寺尾5丁目11・15の一部、16~19・22・23、東寺尾6丁目4~16、北寺尾6~7丁目、上の宮1~2丁目	横浜市馬場地域ケアプラザ TEL: 045-576-4231 鶴見区馬場 7-11-23	(福)秀峰会
	9か所		

区	担当地域	施設名・電話番号・所在地	業務委託法人
神奈川 区	高島台、松本町、反町、栄町、上反町、幸ヶ谷、金港町、桐畑、大野町、青木町、台町、鶴屋町1丁目、松ヶ丘、栗田谷、旭ヶ丘、広台太田町、泉町、鳥越、立町、富家町、西神奈川1丁目、二ツ谷町	横浜市反町地域ケアプラザ TEL: 045-321-8004 神奈川区反町1-11-2	(福)横浜市社会福祉協議会
	西神奈川2~3丁目、二本榎、中丸、斎藤分町、平川町、白楽、六角橋1~6丁目、白幡町、白幡東町、白幡西町、白幡南町、白幡上町、白幡仲町、白幡向町	横浜市六角橋地域ケアプラザ TEL: 045-413-3281 神奈川区六角橋3-3-13	(福)若竹大寿会
	鶴屋町2~3丁目、沢渡、三ツ沢東町、三ツ沢西町、三ツ沢南町、三ツ沢上町、三ツ沢中町、三ツ沢下町	横浜市沢渡三ツ沢地域ケアプラザ TEL: 045-577-8210 神奈川区沢渡56-1	(福)若竹大寿会
	松見町、西寺尾1~4丁目、神之木町、神之木台、大口仲町、大口通、西大口、七島町	横浜市神之木地域ケアプラザ TEL: 045-435-2906 神奈川区神之木町7-1	(福)聖坂学園
	菅田町	横浜市菅田地域ケアプラザ TEL: 045-471-3101 神奈川区菅田町1718-1	(福)恩賜財団済生会支部神奈川県済生会
	三枚町、神大寺1~4丁目、片倉1~5丁目	横浜市片倉三枚地域ケアプラザ TEL: 045-413-2571 神奈川区三枚町199-4	(福)若竹大寿会
	新子安1~2丁目、子安台1~2丁目、子安通、入江1~2丁目、神奈川1~2丁目、東神奈川1~2丁目、新町、神奈川本町、浦島町、亀住町、千若町、新浦島町、守屋町、恵比寿町、宝町、山内町、星野町、出田町、鈴繁町、橋本町、瑞穂町、浦島丘	横浜市新子安地域ケアプラザ TEL: 045-423-1703 神奈川区新子安1-2-4 カトコハマビジネスセンター1F	(福)横浜市福祉サービス協会
8 か 所	羽沢町、羽沢南1~4丁目	若竹苑(特別養護老人ホーム) TEL: 045-382-0024 神奈川区羽沢町550-1	(福)若竹大寿会

区	担当地域	施設名・電話番号・所在地	業務委託法人
西 区	北幸1~2丁目、南幸1~2丁目、岡野1~2丁目、西平沼町、浅間町、南浅間町、浅間台、楠町、宮ヶ谷、南軽井沢、北軽井沢	浅間台地域ケアプラザ TEL: 045-311-7200 西区浅間台6	(福)ハマノ愛生会
	藤棚町1丁目(第3地区部分)、藤棚町2丁目、浜松町、久保町、東久保町、元久保町、境之谷	横浜市藤棚地域ケアプラザ TEL: 045-253-0661 西区藤棚町2-198	(福)横浜市福祉サービス協会
	花咲町、紅葉ヶ丘、宮崎町、戸部町1~4丁目、老松町、東ヶ丘、赤門町、霞ヶ丘、西戸部町1~2丁目、伊勢町1~2丁目、伊勢町3丁目(第4地区部分)	横浜市宮崎地域ケアプラザ TEL: 045-261-6095 西区宮崎町2	(福)ハマノ愛生会
	4 か 所	御所山町、戸部本町、戸部町5~7丁目、桜木町、西戸部町3丁目、伊勢町3丁目(第2地区部分)、中央1~2丁目、西前町、藤棚町1丁目(第2地区部分)、高島1~2丁目、平沼1~2丁目、緑町、みなとみらい1~6丁目	横浜市戸部本町地域ケアプラザ TEL: 045-321-3200 西区戸部本町50-33

区	担当地域	施設名・電話番号・所在地	業務委託法人
中 区	山下町、元町、新山下1～3丁目、千代崎町、北方町、小港町、諏訪町、本牧十二天	横浜市新山下地域ケアプラザ TEL: 045-625-1911 中区新山下3-15-5	(福)横浜社会福祉協会
	宮川町、桜木町、花咲町、野毛町、黄金町、初音町、日ノ出町、赤門町、英町、伊勢佐木町、末広町、羽衣町、弥生町、曙町、末吉町、吉田町、福富町仲通、福富町西通、福富町東通、長者町、蓬莱町、若葉町、松影町、吉浜町、万代町、不老町、寿町、扇町、三吉町、千歳町、翁町、山田町、山吹町、富士見町、石川町、打越、海岸通、元浜町、日本大通、新港1～2丁目、北仲通、南仲通、太田町、相生町、住吉町、常磐町、尾上町、真砂町、港町、本町、弁天通、横浜公園、内田町	横浜市不老町地域ケアプラザ TEL: 045-662-0161 中区不老町3-15-2	(福)横浜社会福祉協会
	麦田町、柏葉、大和町、立野、鷺山、竹之丸、西之谷町、本牧緑ヶ丘(1～77、81～201)、上野町、妙香寺台、豆口台、滝之上(51～78)、仲尾台、山手町(36～202、226～269)	横浜市麦田地域ケアプラザ TEL: 045-664-6023 中区麦田町1-26-2	(福)横浜市社会福祉協議会
	本郷町、本牧満坂、本牧町、本牧荒井(131、132、158～170)、本牧原、本牧宮原、本牧元町(25～35)、本牧緑ヶ丘(139-4・201-9)、錦町、和田山、本牧ふ頭	横浜市本牧原地域ケアプラザ TEL: 045-623-0971 中区本牧原6-1	(福)横浜市福祉サービス協会
	山元町、箕沢、塚越、寺久保、大平町、大芝台、西竹之丸、根岸台、根岸旭台、滝之上(1～50、79～160)、山手町(1～35、203～225、270～288)	横浜市箕沢地域ケアプラザ TEL: 045-663-6960 中区箕沢13-204	(福)横浜市社会事業協会
6 か 所	本牧和田、本牧間門、本牧荒井(36～122、303-2、303-6)、本牧元町(1～24、36～76)、本牧大里町、本牧三之谷、根岸町、池袋、根岸加曽台、矢口台、千鳥町、豊浦町、かもめ町、南本牧	横浜市本牧和田地域ケアプラザ TEL: 045-622-1211 中区本牧和田35-13	(福)横浜やまびこの里

区	担当地域	施設名・電話番号・所在地	業務委託法人
南区	大岡 1~2 丁目、大橋町、中島町、通町、若宮町、弘明寺町、井土ヶ谷下町、井土ヶ谷中町、井土ヶ谷上町、中里町	横浜市大岡地域ケアプラザ TEL: 045-743-6102 南区大岡 1-14-1	(福) 横浜市社会事業協会
	清水ヶ丘、庚台、三春台、伏見町、西中町、前里町、白金町、南太田 1~4 丁目	横浜市清水ヶ丘地域ケアプラザ TEL: 045-253-0071 南区清水ヶ丘 49	(福) 青い鳥
	永田南 1~2 丁目、永田山王台、永田東 1~3 丁目、永田みなみ台、永田台、永田北 1~3 丁目	横浜市永田地域ケアプラザ TEL: 045-711-8611 南区永田南 2-16-31	(福) 横浜社会福祉協会
	六ツ川 1~4 丁目、別所中里台、別所 6~7 丁目、中里 4 丁目	横浜市六ツ川地域ケアプラザ TEL: 045-716-0680 南区六ツ川 2-3-211	(福) 横浜大陽会
	永楽町、真金町、万世町、高根町、白妙町、浦舟町、日枝町、南吉田町、山王町、吉野町、新川町、二葉町、高砂町、	横浜市浦舟地域ケアプラザ TEL: 045-261-3315 南区浦舟町 3-46	(福) 横浜市福祉サービス協会
	中村町、唐沢、平楽、八幡町、山谷	横浜市中村地域ケアプラザ TEL: 045-260-5100 南区中村町 2-120-3	(福) 秀峰会
	堀ノ内町、睦町、花之木町、宿町、宮元町、共進町、東蒔田町、榎町、蒔田町	横浜市睦地域ケアプラザ TEL: 045-730-5151 南区睦町 1-31-1	(福) たすけあい ゆい
	大岡 3~5 丁目、別所 1~5 丁目、中里 1~3 丁目	白朋苑 (特別養護老人ホーム) TEL: 045-742-0866 南区大岡 5-13-15	(福) 横浜大陽会

8
か
所

区	担当地域	施設名・電話番号・所在地	業務委託法人
港南区	港南台1~9丁目	横浜市港南台地域ケアプラザ TEL: 045-834-3141 港南区港南台3-3-1	(福) 恩賜財団 済生会支部神 奈川県済生会
	東永谷1~3丁目、大久保1~3丁目、上永谷1~3丁目、最戸1~2丁目	横浜市東永谷地域ケアプラザ TEL: 045-826-1097 港南区東永谷1-1-12	(福) 横浜市社 会福祉協議会
	下永谷1~6丁目、上永谷4~6丁目	横浜市下永谷地域ケアプラザ TEL: 045-826-2640 港南区下永谷3-33-5	(福) 同塵会
	野庭町、上永谷町	横浜市野庭地域ケアプラザ TEL: 045-848-0111 港南区野庭町612	(福) ひまわり 福祉会
	笹下2~7丁目、日野中央1・3丁目	横浜市日下地域ケアプラザ TEL: 045-843-3555 港南区笹下3-11-1	(福) 杜の会
	上大岡西1~3丁目、港南1~6丁目、港南中央通、笹下1丁目、日野1~6丁目、上大岡東1~3丁目	横浜市港南中央地域ケアプラザ TEL: 045-845-4100 港南区港南4-2-7	(福) 横浜市福 祉サービス協 会
	日野南1~7丁目、日野7~9丁目、日野中央2丁目	横浜市日野南地域ケアプラザ TEL: 045-836-1801 港南区日野南3-1-11	(福) そよかせ の家
	芹が谷1~5丁目、東芹が谷	横浜市芹が谷地域ケアプラザ TEL: 045-828-5181 港南区芹が谷2-16-12	(福) 親善福祉 協会
	日限山1~4丁目、丸山台1~4丁目	芙蓉苑(特別養護老人ホーム) TEL: 045-822-3471 港南区下永谷4-21-10	(福) 同塵会

9
か
所

区	担当地域	施設名・電話番号・所在地	業務委託法人
保土ヶ谷区	新井町、上菅田町	上菅田地域ケアプラザ TEL: 045-371-3831 保土ヶ谷区上菅田町 1696	(福) 同愛会
	岩崎町、霞台、狩場町、岩井町、桜ヶ丘 1~2 丁目、月見台、瀬戸ヶ谷町、初音ヶ丘、花見台、保土ヶ谷町 1~3 丁目、帷子町、西久保町、岩間町、神戸町	横浜市岩崎地域ケアプラザ TEL: 045-334-1551 保土ヶ谷区岩崎町 37-5	(福) なでしこ会
	今井町、法泉 1~3 丁目、新桜ヶ丘 1~2 丁目、境木町、藤塚町、境木本町、権太坂 1~3 丁目	横浜市今井地域ケアプラザ TEL: 045-351-8812 保土ヶ谷区今井町 412-8	(福) 清光会
	仏向町、仏向西、坂本町	横浜市仏向地域ケアプラザ TEL: 045-336-1565 保土ヶ谷区仏向町 1262-3	(福) 清光会
	明神台、星川 1~3 丁目、峰岡町 1~2 丁目、川辺町、天王町、宮田町	横浜市星川地域ケアプラザ TEL: 045-333-9500 保土ヶ谷区川辺町 5-11	(福) 横浜市福祉サービス協会
	鎌谷町、峰沢町、岡沢町、常盤台、釜台町、和田 1~2 丁目、上星川 1~3 丁目、峰岡町 3 丁目	横浜市常盤台地域ケアプラザ TEL: 045-339-5701 保土ヶ谷区常盤台 53-2	(福) なでしこ会
	川島町、東川島町、西谷町	横浜市川島地域ケアプラザ TEL: 045-370-1550 保土ヶ谷区川島町 360-2	(福) 朋光会

7
か
所

区	担当地域	施設名・電話番号・所在地	業務委託法人
旭区	本宿町、南本宿町、万騎が原、桐が作、大池町、二俣川1~2丁目、柏町、さちが丘、本村町	万騎が原地域ケアプラザ TEL: 045-362-3354 旭区万騎が原4番地	(福) 清正会
	中白根1~4丁目、白根5丁目の一部(三菱第六団地自治会、白根日商自治会)、白根7丁目の一部(中白根町内会)、白根8丁目、白根町、上白根1~3丁目、上白根町の中原街道の北側を除くエリア	横浜市上白根地域ケアプラザ TEL: 045-951-3966 旭区上白根町112番地	(福) 横浜市社会福祉協議会
	今宿東町、今宿西町、今宿南町	横浜市今宿西地域ケアプラザ TEL: 045-958-1251 旭区今宿西町410-1	(福) 清光会
	左近山、市沢町	横浜市左近山地域ケアプラザ TEL: 045-353-1121 旭区左近山1186-2	(福) 幸済会
	上川井町、川井本町、川井宿町、下川井町、都岡町、矢指町	横浜市川井地域ケアプラザ TEL: 045-955-1111 旭区川井本町57-8	(福) 秀峰会
	若葉台1~4丁目	横浜市若葉台地域ケアプラザ TEL: 045-923-8831 旭区若葉台4-16-1	(福) 創生会
	鶴ヶ峰1~2丁目、西川島町、川島町(国道16号の南側)、三反田町、小高町、鶴ヶ峰本町1~3丁目、今川町、四季美台	横浜市鶴ヶ峰地域ケアプラザ TEL: 045-382-6070 旭区鶴ヶ峰1-38-3	(福) 横浜市福祉サービス協会
	今宿町、東希望が丘の一部(クレール希望が丘自治会、東希望が丘西部自治会、希望が丘ビレッジ自治会、コスモ希望が丘自治会、東希望が丘ハイツ自治会を除く)、今宿1~2丁目、中沢1~3丁目、中尾1~2丁目	横浜市今宿地域ケアプラザ TEL: 045-392-0309 旭区今宿町2647-2	(福) 漆原清和会
	上白根町の中原街道の北側エリア	横浜市ひかりが丘地域ケアプラザ TEL: 045-953-6890 旭区上白根町807-2	(福) アト・ベントリスト福祉会
	中希望が丘、南希望が丘、東希望が丘の一部(クレール希望が丘自治会、東希望が丘西部自治会、希望が丘ビレッジ自治会、コスモ希望が丘自治会、東希望が丘ハイツ自治会)、善部町	横浜市南希望が丘地域ケアプラザ TEL: 045-360-5095 旭区南希望が丘72-3	(福) 誠幸会
	金が谷、金が谷1~2丁目、笹野台1~4丁目	横浜市笹野台地域ケアプラザ TEL: 045-367-2330 旭区笹野台2-32-1	(福) 秀峰会
12か所	白根1~4・6丁目、白根5丁目の一部(三菱第六団地自治会、白根日商自治会を除く)、白根7丁目の一部(中白根町内会を除く)、川島町(国道16号の南側を除くエリア)	横浜市白根地域ケアプラザ TEL: 045-958-2571 旭区白根2-3-18 パール横浜白根ビル2階	(福) 秀峰会

区	担当地域	施設名・電話番号・所在地	業務委託法人
磯子区	東町、西町、鳳町、原町、下町、坂下町、馬場町、上町、広地町、久木町、磯子1丁目・8丁目、中浜町	横浜市根岸地域ケアプラザ TEL: 045-751-4801 磯子区馬場町1-42	(福)訪問の家
	丸山1~2丁目、滝頭1~3丁目、岡村1~8丁目	横浜市滝頭地域ケアプラザ TEL: 045-750-5151 磯子区滝頭2-30-1	(福)竹生会
	磯子2~7丁目、磯子台、新磯子町、森1丁目、新森町	横浜市磯子地域ケアプラザ TEL: 045-758-0180 磯子区磯子3-1-22	(福)横浜市福祉サービス協会
	汐見台、森2~6丁目、森が丘1~2丁目、中原1~4丁目、新中原町	横浜市屏風ヶ浦地域ケアプラザ TEL: 045-750-5411 磯子区森4-1-17	(福)伸こう福祉会
	杉田1~9丁目、新杉田町、杉田坪呑	横浜市新杉田地域ケアプラザ TEL: 045-771-3332 磯子区新杉田町8-7	(福)電機神奈川福祉センター
	洋光台1~6丁目	横浜市洋光台地域ケアプラザ TEL: 045-832-5191 磯子区洋光台6-7-1	(福)横浜長寿会
	栗木1~3丁目、田中1~2丁目、上中里町、氷取沢町、峰町	横浜市上笹下地域ケアプラザ TEL: 045-769-0240 磯子区氷取沢町60-17	(福)ふるさと自然村
7か所			

区	担当地域	施設名・電話番号・所在地	業務委託法人
金 沢 区	富岡東1~3丁目1~9番、並木1丁目、昭和町、鳥浜町、白帆	横浜市並木地域ケアプラザ TEL: 045-775-0707 金沢区富岡東 2-5-31	(福) 横浜市社会福祉協議会
	六浦町、六浦南1~5丁目、六浦3~5丁目、大道1~2丁目、朝比奈町、東朝比奈1~3丁目、	横浜市六浦地域ケアプラザ TEL: 045-786-8801 (※電話番号のおかけ間違いにご注意ください。) 金沢区六浦 5-20-2	(福) 恩賜財団済生会支部神奈川県済生会
	泥亀1~2丁目、町屋町、洲崎町、柴町、谷津町、金沢町、寺前1~2丁目、海の公園、平潟町、野島町、乙舳町	横浜市泥亀地域ケアプラザ TEL: 045-782-2940 金沢区泥亀 1-21-5	(福) 横浜市福祉サービス協会
	富岡西1~7丁目	横浜市富岡地域ケアプラザ TEL: 045-771-2301 金沢区富岡西 7-16-1	(福) 同塵会
	釜利谷東1~4、6~8丁目、釜利谷南1~4丁目、高舟台1~2丁目	横浜市釜利谷地域ケアプラザ TEL: 045-788-2901 金沢区釜利谷南 2-8-1	(福) すみなす会
	能見台1~6丁目、西柴1~4丁目、能見台通、能見台東、堀口、片吹、長浜、長浜1~2丁目、能見台森	横浜市能見台地域ケアプラザ TEL: 045-787-0991 金沢区能見台東 2-1	(福) 恩賜財団済生会支部神奈川県済生会
	釜利谷町、釜利谷東5丁目、釜利谷西1~6丁目、みず木町	横浜市西金沢地域ケアプラザ TEL: 045-788-2228 金沢区釜利谷南 3-22-3	(福) 昂
	富岡東3丁目10番~6丁目、並木2~3丁目、幸浦1~2丁目、福浦1~3丁目、八景島	横浜市富岡東地域ケアプラザ TEL: 045-776-2030 金沢区富岡東 4-13-3	(福) 若竹大寿会
9 か 所	大川、六浦東1~3丁目、六浦1~2丁目、柳町、瀬戸	横浜市柳町地域ケアプラザ TEL: 045-790-5225 金沢区柳町 1-4	(福) すみなす会

区	担当地域	施設名・電話番号・所在地	業務委託法人
港 北 区	新吉田町、新吉田東1~8丁目	新吉田地域ケアプラザ TEL: 045-592-2151 港北区新吉田町 6001-6	(福) 横浜共生 会
	篠原町(表谷町内会を除く)、篠原西町、篠原台町、 篠原東1~3丁目、仲手原1~2丁目、菊名1~2丁 目、菊名3丁目の一部(菊名南町自治会)、富士塚1 ~2丁目の一部(富士塚自治会)	横浜市篠原地域ケアプラザ TEL: 045-423-1230 港北区篠原東 2-15-27	(福) 横浜市社 会福祉協議会
	高田町、高田東1~4丁目、高田西1~5丁目	横浜市高田地域ケアプラザ TEL: 045-594-3601 港北区高田西 2-14-6	(福) 緑峰会
	下田町1~6丁目、日吉本町2丁目・5~6丁目	横浜市下田地域ケアプラザ TEL: 045-563-9081 港北区下田町 4-1-1	(福) 横浜共生 会
	日吉本町1丁目・3~4丁目、箕輪町1~3丁目、日 吉1~7丁目	横浜市日吉本町地域ケアプラザ TEL: 045-566-0360 港北区日吉本町 4-10-A	(福) 緑峰会
	大豆戸町、大倉山1~7丁目、菊名4~7丁目、菊名 3丁目の一部(菊名北町町内会)、新横浜1~3丁目、 錦ヶ丘、篠原北1~2丁目、富士塚2丁目の一部(ふ じ町内会)、篠原町の一部(表谷町内会)	横浜市大豆戸地域ケアプラザ TEL: 045-432-4911 港北区大豆戸町 316-1	(福) 横浜市福 祉サービス協 会
	綱島西1~6丁目、綱島東1~6丁目、綱島上町、綱 島台、樽町1~4丁目、大曽根1~3丁目、大曽根台、 師岡町	横浜市樽町地域ケアプラザ TEL: 045-532-2501 港北区樽町 1-22-46	(福) 横浜共生 会
	小机町、鳥山町、岸根町	横浜市城郷小机地域ケアプラザ TEL: 045-478-1133 港北区小机町 2484-4	(福) 秀峰会
9 か 所	新羽町、北新横浜1~2丁目	横浜市新羽地域ケアプラザ TEL: 045-542-7207 港北区新羽町 1240-1	(福) 横浜共生 会

区	担当地域	施設名・電話番号・所在地	業務委託法人
緑 区	十日市場町、新治町、長津田みなみ台7丁目一部(8番19~27号・9~32番)	横浜市十日市場地域ケアプラザ TEL: 045-985-6321 緑区十日市場町 825-1	(福)神奈川県 匡済会
	霧が丘1~6丁目	横浜市霧が丘地域ケアプラザ TEL: 045-920-0666 緑区霧が丘 3-23	(福)奉優会
	長津田1~7丁目、長津田町、いぶき野、長津田みなみ台1~6丁目・7丁目一部(8番19~27号・9~32番を除く)	横浜市長津田地域ケアプラザ TEL: 045-981-7755 緑区長津田 2-11-2	(福)横浜市社 会福祉協議会
	中山町、三保町、上山1~3丁目、寺山町、森の台、台村町	横浜市中山地域ケアプラザ TEL: 045-935-5694 緑区中山町 413-4	(福)横浜市福 祉サービス協 会
	東本郷町、東本郷1~6丁目	横浜市東本郷地域ケアプラザ TEL: 045-471-0661 緑区東本郷 5-5-6	(福)和枝福祉 会
	白山1~4丁目、竹山1~4丁目、鴨居1~7丁目、鴨居町	横浜市鴨居地域ケアプラザ TEL: 045-930-1122 緑区鴨居 5-29-8	(福)清光会
7 か 所	西八朔町、北八朔町、小山町、青砥町	ふじ寿か園 (特別養護老人ホーム) TEL: 045-931-1187 緑区西八朔町 773-2	(福)ふじ寿か 会

区	担当地域	施設名・電話番号・所在地	業務委託法人
青葉区	あざみ野南1~4丁目、荏田町、荏田北1~3丁目	横浜市荏田地域ケアプラザ TEL: 045-911-8001 青葉区荏田町 494-7	(福) 横浜市社会福祉協議会
	もえぎ野、柿の木台、みたけ台、上谷本町、藤が丘1~2丁目、梅が丘1~13番地・17~33番地、千草台、下谷本町	横浜のもえぎ野地域ケアプラザ TEL: 045-974-5402 青葉区もえぎ野 4-2	(福) 横浜市社会福祉協議会
	すみよし台、奈良町、奈良1~5丁目、緑山	奈良地域ケアプラザ TEL: 045-962-8821 青葉区奈良町 1757-3	(福) 試行会
	しらとり台、つつじが丘、さつきが丘、梅が丘14~16番地・34~40番地	横浜市さつきが丘地域ケアプラザ TEL: 045-972-4769 青葉区さつきが丘 12-1	(福) みどり福祉会
	青葉台1~2丁目、桜台、若草台、榎が丘	青葉台地域ケアプラザ TEL: 045-988-0222 青葉区青葉台 2-8-22	(福) 試行会
	美しが丘4丁目、すすき野3丁目5番地、美しが丘西1~3丁目、荏子田1~3丁目(1丁目4番地・16番地、3丁目1番地~14番地・26番地~28番地を除く)、元石川町(3, 714~4, 341・5, 148・5, 151番地を除く)	横浜市美しが丘地域ケアプラザ TEL: 045-901-6665 青葉区美しが丘 4-32-7	(福) 緑成会
	大場町、みすずが丘、あざみ野1~4丁目、荏子田1丁目4・16番地、3丁目26~28番地、元石川町3, 714~4, 341・5, 148・5, 151番地	横浜市大場地域ケアプラザ TEL: 045-975-0200 青葉区大場町 383-3	(福) 横浜市福祉サービス協会
	鴨志田町、寺家町、成合町、たちばな台1~2丁目	横浜市鴨志田地域ケアプラザ TEL: 045-961-6911 青葉区鴨志田町 547-3	(福) ふじ寿か会
	荏田西1~5丁目、市ケ尾町	ビオラ市ケ尾地域ケアプラザ TEL: 045-308-7081 青葉区市ケ尾 25-6	(福) 中川徳生会
	あかね台1~2丁目、恩田町、桂台1~2丁目、田奈町、松風台	横浜市恩田地域ケアプラザ TEL: 045-988-2010 青葉区あかね台 2-8-4	(福) みどり福祉会
12か所	新石川1~4丁目、美しが丘1~3丁目、5丁目	横浜市たまプラザ地域ケアプラザ TEL: 045-910-5211 青葉区新石川 2-1-15	(福) 緑成会
	すすき野1~3丁目(3丁目5番地を除く)、もみの木台、鉄町、黒須田、荏子田3丁目1~14番地	緑の郷(特別養護老人ホーム) TEL: 045-903-8270 青葉区鉄町 2075-3	(福) 緑成会

区	担当地域	施設名・電話番号・所在地	業務委託法人
都 筑 区 5 か 所	葛が谷、大丸、高山、平台、長坂、桜並木、仲町台 1～5丁目、東方町、折本町、大熊町、川向町、荏田 東町、荏田東1～4丁目、荏田南町、荏田南1～5丁 目	横浜市葛が谷地域ケアプラザ TEL: 045-943-5951 都筑区葛が谷 16-3	(福)横浜市社 会福祉協議会
	東山田1～4丁目、東山田町、北山田1～7丁目、す みれが丘、南山田1～3丁目、南山田町	東山田地域ケアプラザ TEL: 045-592-5975 都筑区東山田町 270	(福)横浜やま びこの里
	見花山、富士見が丘、二の丸、加賀原 1～2 丁目、 川和台、川和町、池辺町、佐江戸町	横浜市加賀原地域ケアプラザ TEL: 045-944-4640 都筑区加賀原 1-22-32	(福)中川徳生 会
	勝田町、新栄町、勝田南 1～2 丁目、早渕 1～3 丁目、 茅ヶ崎町、茅ヶ崎中央、茅ヶ崎東 1～5 丁目、茅ヶ 崎南 1～5 丁目	横浜市新栄地域ケアプラザ TEL: 045-592-5255 都筑区新栄町 19-19	(福)横浜市福 祉サービス協 会
	大圃町、中川 1～8 丁目、牛久保町、牛久保 1～3 丁 目、牛久保西 1～4 丁目、牛久保東 1～3 丁目、中川 中央 1～2 丁目、大圃西、あゆみが丘	横浜市中川地域ケアプラザ TEL: 045-500-9321 都筑区中川 1-1-1	(福)若竹大寿 会

区	担当地域	施設名・電話番号・所在地	業務委託法人
戸塚区	烏が丘、矢部町の一部（ＪＲ線の西側）、上矢部町の一部（462番地の1、462番地の3、462番地の4、467番地の2、498番地～512番地、747番地～1,020番地を除く）	横浜市上矢部地域ケアプラザ TEL：045-811-2442 戸塚区上矢部町2342	(福)であいの会
	秋葉町、川上町、品濃町、上品濃、前田町	横浜市東戸塚地域ケアプラザ TEL：045-826-0925 戸塚区川上町4-4	(福)横浜市社会福祉協議会
	上倉田町、南舞岡1～4丁目、舞岡町の一部（舞岡上郷線の南側）	横浜市上倉田地域ケアプラザ TEL：045-865-5700 戸塚区上倉田町259-11	(福)開く会
	汲沢町、汲沢1～8丁目	汲沢地域ケアプラザ TEL：045-861-1727 戸塚区汲沢町986	(福)横浜博萌会
	平戸1～5丁目、平戸町	横浜市平戸地域ケアプラザ TEL：045-825-3462 戸塚区平戸2-33-57	(福)聖ヒルダ会
	原宿1～5丁目、小雀町、影取町、深谷町、俣野町、東俣野町	横浜市原宿地域ケアプラザ TEL：045-854-2291 戸塚区原宿4-36-1	(福)聖母会
	上柏尾町、柏尾町、吉田町、舞岡町の一部（舞岡上郷線の北側）、矢部町の一部（ＪＲ線の東側）	横浜市舞岡柏尾地域ケアプラザ TEL：045-827-0371 戸塚区舞岡町3705-10	(福)横浜市福祉サービス協会
	戸塚町	横浜市南戸塚地域ケアプラザ TEL：045-865-5960 戸塚区戸塚町2626-13	(福)朋光会
	下倉田町	横浜市下倉田地域ケアプラザ TEL：045-866-2020 戸塚区下倉田町1951-8	(福)開く会
	名瀬町、上矢部町の一部（462番地の1、462番地の3、462番地の4、467番地の2、498番地～512番地、747番地～1,020番地）	横浜市名瀬地域ケアプラザ TEL：045-815-2011 戸塚区名瀬町791-14	(福)朋光会

区	担当地域	施設名・電話番号・所在地	業務委託法人
栄区	飯島町、長沼町、金井町、本郷台1～5丁目	横浜市豊田地域ケアプラザ TEL: 045-864-5144 栄区飯島町 1368-10	(福) 横浜市社会福祉協議会
	鍛冶ヶ谷 1～2 丁目(一部鍛冶ヶ谷町を含む)、元大橋 1～2 丁目、中野町、若竹町、東上郷町、上郷町(千載橋以北)、亀井町、尾月、	横浜市中野地域ケアプラザ TEL: 045-896-0711 栄区中野町 400-2	(福) 杜の会
	公田町、桂台北、桂台中、桂台西 1～2 丁目、桂台東、桂台南 1～2 丁目	横浜市桂台地域ケアプラザ TEL: 045-897-1111 栄区桂台中 4-5	(福) 訪問の家
	小菅ヶ谷 1～4 丁目、小菅ヶ谷町、小山台 1～2 丁目、柏陽、桂町、鍛冶ヶ谷町(中野町隣接を除く)	横浜市小菅ヶ谷地域ケアプラザ TEL: 045-896-0471 栄区小菅ヶ谷 3-32-12	(福) 横浜市福祉サービス協会
	笠間 1～5 丁目、笠間町、長尾台町、田谷町	横浜市笠間地域ケアプラザ TEL: 045-890-0800 栄区笠間 1-1-1	(福) 同塵会
6 か 所	庄戸 1～5 丁目、長倉町、野七里 1～2 丁目、上郷町の一部(千載橋以南)、上之町、犬山町	横浜市野七里地域ケアプラザ TEL: 045-890-5331 栄区野七里 1-2-31	(福) 伸こう福祉会

区	担当地域	施設名・電話番号・所在地	業務委託法人
泉区	上飯田町	横浜市上飯田地域ケアプラザ TEL: 045-802-8200 泉区上飯田町 1338-1	(福) 公正会
	下飯田町、和泉町 1～3, 299 番、下和泉 1～5 丁目、和泉が丘 1～3 丁目、和泉中央南 1 丁目 8～42 番、和泉中央南 2 丁目 27～39 番、和泉中央南 3 丁目 20 番、22～29 番	横浜市下和泉地域ケアプラザ TEL: 045-802-9920 泉区和泉が丘 1-26-1	(福) 横浜市社会福祉協議会
	白百合 1～3 丁目、中田町、中田北 1～3 丁目、中田東 1～4 丁目、中田西 1～4 丁目、中田南 1～5 丁目	横浜市踊場地域ケアプラザ TEL: 045-801-2920 泉区中田東 1-4-6	(福) 神奈川県匡済会
	和泉町全域(和泉町 1～3, 299 番を除く)、和泉中央南 1 丁目 1～7 番、2 丁目 1～26 番、3 丁目 1～19 番 21 番	横浜市いずみ中央地域ケアプラザ TEL: 045-805-1700 泉区和泉町 4732-1	(福) 横浜市福祉サービス協会
	岡津町、弥生台、西が岡 1～3 丁目、領家 1～4 丁目、桂坂、緑園 1～7 丁目、新橋町、池の谷	横浜市新橋地域ケアプラザ TEL: 045-813-3877 泉区新橋町 33-1	(福) 開く会
5 か 所			

区	担当地域	施設名・電話番号・所在地	業務委託法人
5 か 所	三ツ境、二ツ橋町の一部（相鉄本線から南側）、宮沢1～4丁目	横浜市二ツ橋地域ケアプラザ TEL: 045-361-9807 瀬谷区二ツ橋町 83-4	(福) 横浜市社会福祉協議会
	阿久和東、阿久和西、阿久和南	横浜市阿久和地域ケアプラザ TEL: 045-365-9892 瀬谷区阿久和南 2-9-2	(福) 湘南遊愛会
	中屋敷1～3丁目、本郷1～4丁目、竹村町、上瀬谷町、目黒町、五貫目町、北町、卸本町、瀬谷町、中央、瀬谷4丁目	横浜市中屋敷地域ケアプラザ TEL: 045-303-8100 瀬谷区中屋敷 2-18-6	(福) 誠幸会
	瀬谷5～6丁目、南瀬谷1～2丁目、南台1～2丁目、下瀬谷1～3丁目、橋戸1～3丁目、北新	横浜市下瀬谷地域ケアプラザ TEL: 045-304-1291 瀬谷区下瀬谷 2-44-6	(福) 同塵会
	二ツ橋町の一部（相鉄本線から北側）、東野、東野台、相沢1～7丁目、瀬谷1～3丁目	横浜市二ツ橋第二地域ケアプラザ TEL: 045-360-7855 瀬谷区二ツ橋町 469	(福) 横浜市社会福祉協議会

【参 考】地域包括支援センターの区別設置箇所数

区名	地域包括支援センター	区名	地域包括支援センター
鶴見区	9	金沢区	9
神奈川区	8	港北区	9
西区	4	緑区	7
中区	6	青葉区	12
南区	8	都筑区	5
港南区	9	戸塚区	10
保土ヶ谷区	7	栄区	6
旭区	12	泉区	5
磯子区	7	瀬谷区	5
		横浜市計	138