避難行動要支援者のための
避難支援マニュアル

～資料編～



長崎市

令和８年９月改訂

資料編　目次

避難行動要支援者名簿について　・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 2

個別避難計画について　・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 2

避難行動要支援者名簿 見本、個別避難計画作成名簿 見本　・・・・・ 3

安心カード（急変時・災害時対応版）見本　・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 4

地域防災マップについて　・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 6

ささえあいマップについて　・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 7

福祉避難所について　・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 9

避難行動要支援者の避難体制整備にかかる様式　・・・・・・・・・・・・・・・・12

① 避難行動要支援者　情報連絡網　・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・13

② 避難行動要支援者　避難体制整備表　・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・14

長崎市地域包括支援センター一覧　・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・15

避難行動要支援者名簿について

長崎市では、災害時又は災害が発生する恐れがある場合の避難の支援、安否の確認などの避難支援体制を強化するため、**「避難行動要支援者」**の名簿作成と提供を行います。

これは、災害対策基本法の改正（平成 26 年４月１日施行）により市町へ義務化されました。

１　対象となるかたは？

避難行動要支援者とは、災害時に避難所まで自力で避難することができないかたをいいます。
長崎市では、下記のいずれかに該当するかたを避難行動要支援者として定めています。

① 要介護１以上のかた
② 身体障害者手帳１級または２級、療育手帳Ａ１またはＡ２
　精神障害者保健福祉手帳１級
③ 特定医療費（指定難病）受給者
④ 乳幼児・妊産婦
⑤ その他、市長が認めるもの



２　名簿の内容は？

市で管理している住民基本台帳をもとに、対象となるかたの情報を載せた名簿を作成します。
記載情報は、次のとおりです。

① 氏名、②生年月日、③性別、④住所、⑤電話番号、⑥緊急連絡先、
⑦ 避難支援等を必要とする事由（要介護度、障害者、難病など）⑧世帯

３　名簿はどうやって活用されるの？

避難行動要支援者の方々が、災害時の避難等、可能な限り地域で支援が受けられるよう、提供に同意をされた方の名簿を、平常時から次の方々へご要望をうけて提供しています。

【避難支援等関係者】消防機関、警察機関、自治会、民生委員・児童委員、
地域コミュニティ連絡協議会、長崎市地域包括支援センター　等

平常時に情報提供する名簿については、同意された方の名簿のみとなります。
しかし、災害発生時または発生のおそれがある場合は、命を守ることを最優先とし不同意の方の名簿も関係機関へ情報提供することがあります。

※ ただし、必ずしも災害時の支援が約束されるものではありません。

個別避難計画について

近年、全国各地で甚大な災害が発生しており、その犠牲者の多くが自力で避難することができない避難行動要支援者である状況を踏まえ、令和３年５月に災害対策基本法が一部改正され、「個別避難計画」（※）作成が市町村の努力義務とされました。

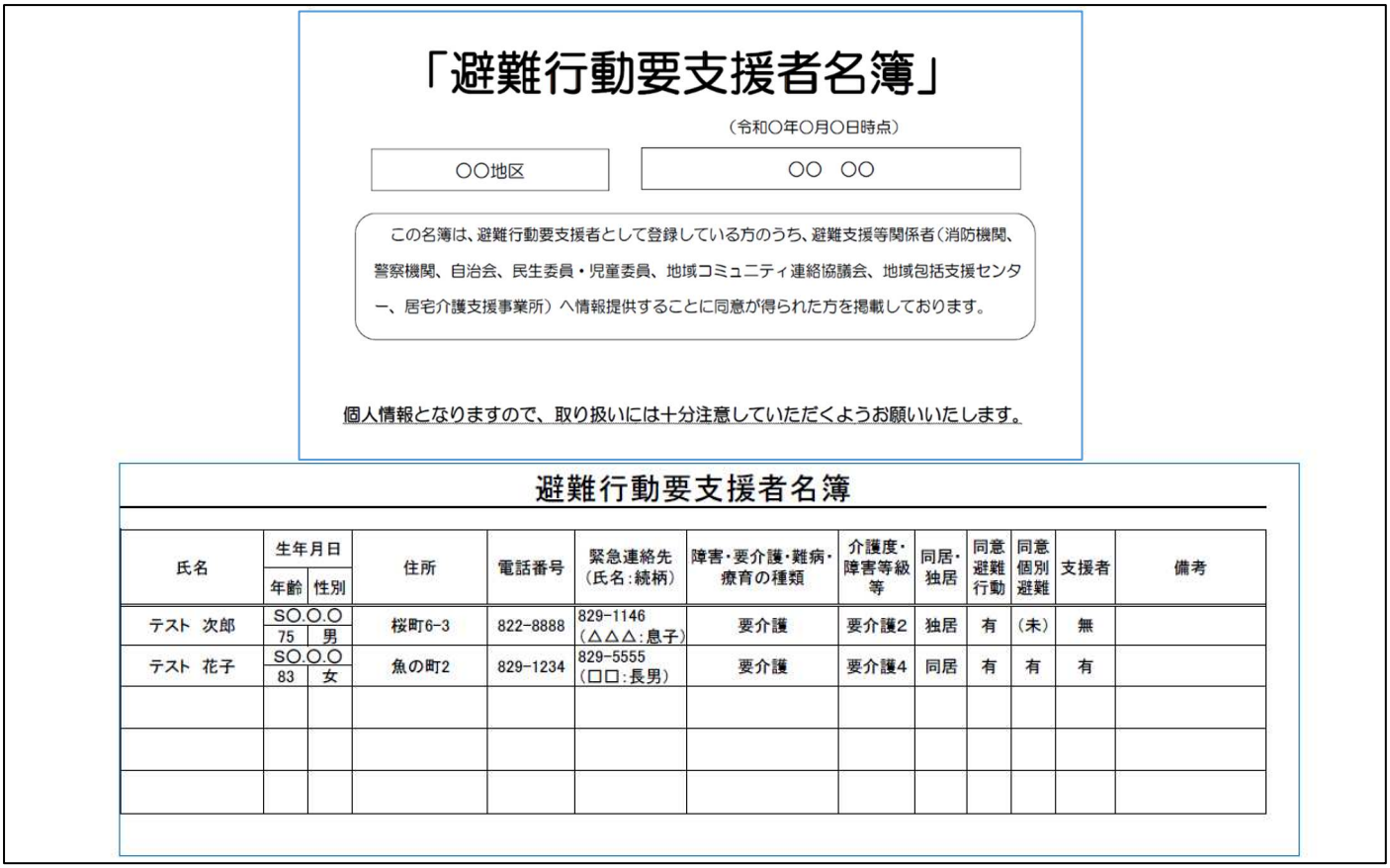
長崎市では、「災害が起きてもみんなで助かる地域」を目指し、介護支援専門員（ケアマネジャー）等の協力のもと、個別避難計画作成の取り組みを進めています。

・「個別避難計画」（※）とは・・災害時の避難に係る具体的な備えとして、避難場所や避難方法などの情報を記載したもの

・「安心カード（急変時・災害時対応版）」（別紙参照）として、ご自宅の冷蔵庫に保管しています。

・作成した計画の情報は避難行動要支援者名簿と同じく本人の同意を得て避難支援等関係者に情報提供しています。

「避難行動要支援者名簿」　見本



「避難行動要支援者名簿」

（令和〇年〇月〇日時点）

〇〇地区　　〇〇　〇〇

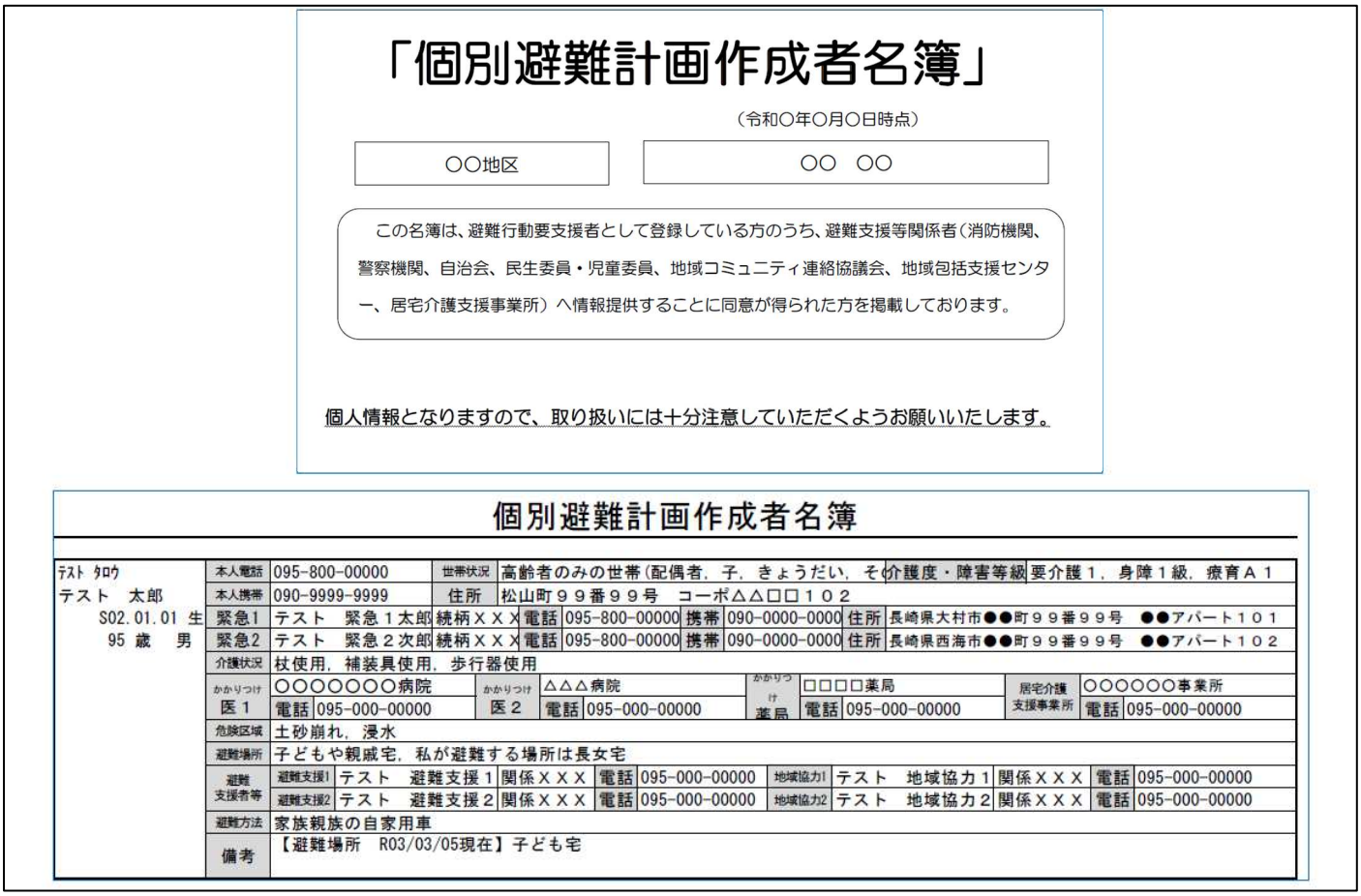
この名簿は、避難行動要支援者として登録している方のうち、避難支援等関係者（消防機関、警察機関、自治会、民生委員・児童委員、地域コミュニティ連絡協議会、地域包括支援センター、居宅介護支援事業所）へ情報提供することに同意が得られた方を掲載しております。

個人情報となりますので、取り扱いには十分注意していただくようお願いいたします。

避難行動要支援者名簿

氏名	生年月日 年齢	生年月日 性別	住所	電話番号	緊急連絡先（氏名:続柄）	障害・要介護・難病・療育の種類	介護度・障害等級等	同居・独居	同意避難行動	同意個別避難	支援者	備考
テスト　次郎	S〇.〇.〇 75	男	桜町6-3	822-8888	829-1146 (△△△:息子)	要介護	要介護2	独居	有	（未）	無	
テスト　花子	S〇.〇.〇 83	女	魚の町2	829-1234	829-5555 (□□:長男)	要介護	要介護4	同居	有	有	有	

「個別避難計画作成者名簿」　見本



「個別避難計画作成者名簿」

（令和〇年〇月〇日時点）

〇〇地区　　〇〇　〇〇

この名簿は、避難行動要支援者として登録している方のうち、避難支援等関係者（消防機関、警察機関、自治会、民生委員・児童委員、地域コミュニティ連絡協議会、地域包括支援センター、居宅介護支援事業所）へ情報提供することに同意が得られた方を掲載しております。

個人情報となりますので、取り扱いには十分注意していただくようお願いいたします。

個別避難計画作成者名簿

ﾃｽﾄ ﾀﾛｳ テスト　太郎 S02.01.01 生 95 歳　男	本人電話	095-800-00000	世帯状況	高齢者のみの世帯（配偶者，子，きょうだい，その	介護度・障害等級	要介護１，身障１級，療育Ａ１						
	本人携帯	090-9999-9999	住所	松山町９９番９９号　コーポ△△□□１０２								
	緊急1	テスト　緊急１太郎	続柄ＸＸＸ	電話	095-800-00000	携帯	090-0000-0000	住所	長崎県大村市●●町９９番９９号　●●アパート１０１			
	緊急2	テスト　緊急２次郎	続柄ＸＸＸ	電話	095-800-00000	携帯	090-0000-0000	住所	長崎県西海市●●町９９番９９号　●●アパート１０２			
	介護状況	杖使用，補装具使用，歩行器使用										
	かかりつけ医１	〇〇〇〇〇〇〇病院		電話	095-000-00000	かかりつけ医２	△△△病院	電話	095-000-00000	かかりつけ薬局	□□□□薬局	電話	095-000-00000	居宅介護支援事業所	〇〇〇〇〇〇事業所	電話	095-000-00000
	危険区域	土砂崩れ，浸水										
	避難場所	子どもや親戚宅，私が避難する場所は長女宅										
	避難支援者等	避難支援1	テスト　避難支援１	関係ＸＸＸ	電話	095-000-00000	地域協力1	テスト　地域協力１	関係ＸＸＸ	電話	095-000-00000	
		避難支援2	テスト　避難支援２	関係ＸＸＸ	電話	095-000-00000	地域協力2	テスト　地域協力２	関係ＸＸＸ	電話	095-000-00000	
	避難方法	家族親族の自家用車										
	備考	【避難場所　R03/03/05現在】子ども宅										

見本　表面

安心カード（急変時・災害時対応版）

（　R4.11.1　記入）

★フリガナ　ﾅｶﾞｻｷ ﾀﾛｳ　　★生年月日　S11.12.27

★氏 名　長崎　太郎　　★性別　男　　★年 齢　85　歳

健康保険被保険者番号　00000000

介護保険被保険者番号　0000000000

★電話番号　095-000-0000　　ファックス番号　095-000-0001

★携帯番号　080-000-0000　　メールアドレス　ansin@ne.jp

★住 所(居所)　長崎市　◎◎町×丁目×番◆号　◇アパート101

小学校区　◎◎小学校

医療や介護の状況

現病・既往歴等	・高血圧　・骨粗鬆症　・認知症　・前立腺肥大	
自覚症状	痛みの有無　有　⇒(痛みの箇所　・腰　・膝　) もの忘れの有無　有 気持ちの落ち込み　有	
身体状況	身長　150　cm	体重　67.2　kg
アレルギー	なし	
介護★	・杖使用　・パッド使用、屋外では杖使用するため支えが必要	

家族の状況

世帯 ★	独居	
緊急連絡先 ★（第1番目）	氏名　長崎　花子	続柄　長女
	住所　長崎市○○町7-2	
	電話番号　095-800-0000	携帯番号　080-0000-0001
緊急連絡先 ★（第2番目）	氏名　福岡　市子	続柄　次女
	住所　福岡県◇◇市	
	電話番号　092-000-0000	携帯番号　090-0000-0000

医療や介護の支援者

かかりつけ医★	医療機関名：○○医院	電話番号：095-800-0001
	医療機関名：△△クリニック	電話番号：095-800-0002
かかりつけ薬局 ★	薬局名：　□□薬局	電話番号：095-800-0003
居宅介護支援事業所 ★	事業所名：ケアプランセンター●●	電話番号：095-800-0004

見本　裏面

住まいの状況

所有形態	アパート 鉄筋　（　2　）階建て／（　1　）階
エレベーター	なし
車横付け	出来ない　⇒車道までの距離（　30　）m　階段（　0　）段
危険区域該当★	・浸水
自治会	加入　（自治会名　◎◎自治会　）

避難生活上の留意事項

医療処置	・なし		
支援状況	食事	自立	
	治療食	軟食	
	排泄	一部介助	間に合わないこともあり、パッド使用
	入浴	一部介助	要シャワーチェア、洗身等で一部介助
	着衣	自立	指示があれば可能
	歩行	一部介助	屋外は杖使用。ふらつきあり、支えが必要。
	服薬	服薬確認	飲み忘れるため、服薬確認が必要
	その他		
特記事項	医療、介護職からの専門的な特記事項 （認知症のため、環境変化等によりパニックになりやすいため、声かけに配慮が必要。　） その他 （ふらつきによる転倒に注意。　）		

避難に関する備え

いつ	高齢者等避難の発令
どこに★	・避難所 私が避難する場所は、◎◎小学校
誰に★	（避難支援者）※実際に避難を支援する人 氏名　長崎　花子　関係　長女　電話番号　080-0000-0000 氏名　関係　電話番号 （地域協力者）※可能な範囲において声かけや避難を支援する人 氏名　すこやか　一子　関係　友人　電話番号　090-0000-0001 氏名　関係　電話番号 災害発生時には、何が起こるかわかりませんので、声かけや避難支援が必ず約束されるものではありません。
どのように★	・タクシー
介助人員	1人体制
避難経路における危険箇所	車道に出るまで坂がある。杖使用によりふらつくので支えが必要。
情報提供における同意確認	私は、災害が発生した場合、自力での避難ができないため、事前に名簿情報（本調査票の★印部分含む）を避難支援等関係者※へ提供することに 同意します

※避難支援等関係者：消防機関、警察機関、自治会、民生委員・児童委員、地域コミュニティ連絡協議会、地域包括支援センター、居宅介護支援事業所　等 避難支援等の実施に携わる関係者

安心カード編集・発行：長崎市高齢者すこやか支援課　095-829-1146

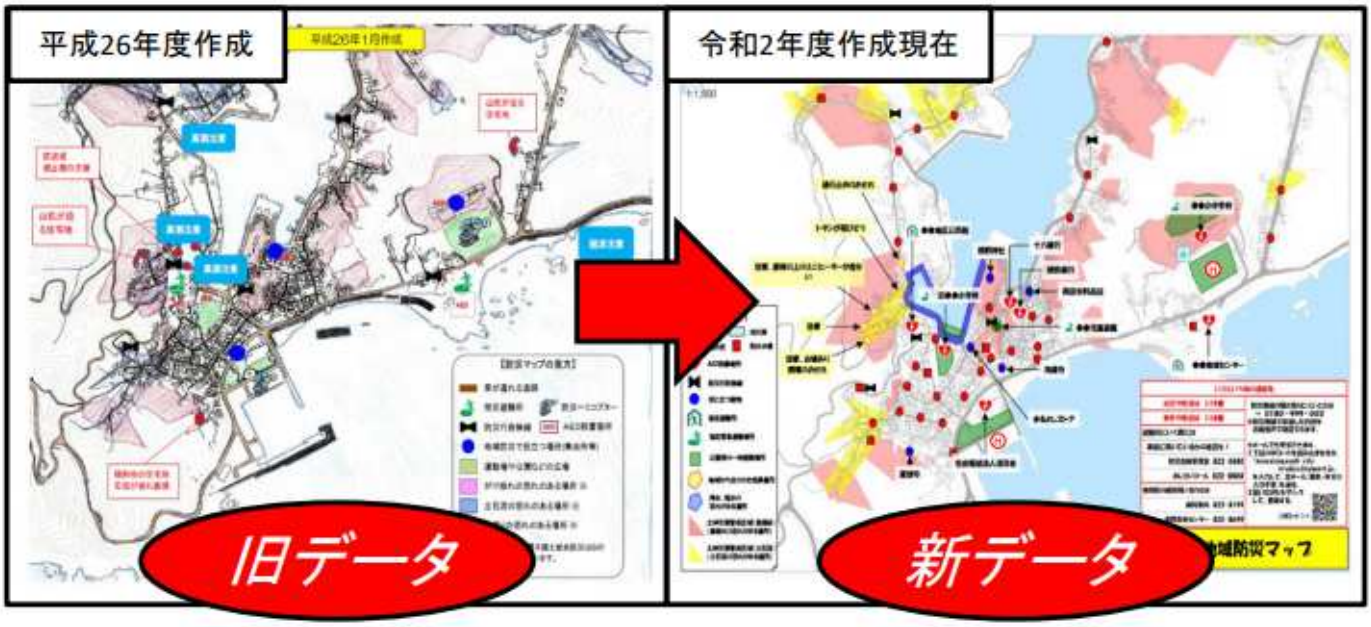


「地域防災マップ」見直してみませんか？



すでに完成した地域防災マップを活用し、町歩きなどをしてみましょう。
実際に歩いて確認してみると、新たな危険箇所や問題点が見つかるかもしれません。
一層きめ細やかな災害への備えを促進することを目的として、
地域の視点から「地域防災マップ」を見直してみませんか？

地域防災マップは、平成23年から作成を始めて10年が経過しました。
その間も、建築物や道路だけでなく、各種災害の想定区域も変化を続けています。
実際の状況に沿うように、定期的に情報を更新・見直すことも重要です。



地域防災マップづくりの実施の効果

1　地域に起こる可能性のある災害や災害に対する弱点がわかる
2　一緒に作業をすることで、地域のネットワークが広がる
3　危険箇所、避難所などの情報を共有することができる

≪作成を検討したい自治会がありましたら、是非ご連絡ください≫

地域防災マップの公開について、ご協力ください

作成した地域の方々のご希望をお聞きした上で、
地域防災の取組みとして長崎市ホームページで紹介させていただきます。
地域の安全・安心の為に情報を発信していきましょう！





★ご不明な点等がございましたら、防災危機管理室までお問い合わせください。
なお、新規作成も随時受け付けております。
防災危機管理室　長崎市魚の町4番1号 電話:095-822-0480

ささえあいマップ　作成方法

～災害で命を落とす人を１人でも少なくするために～

近年、各地で災害が発生し、多くの尊い命が失われています。1人でも被害に遭うかたを少なくするためには、住民同士での日ごろからの見守りや必要に応じた助けあいが大切です。

そこで長崎市では、視覚的にわかりやすい地図を使って、地域で助けあうしくみづくりを目指した「ささえあいマップ」づくりを提案しています。



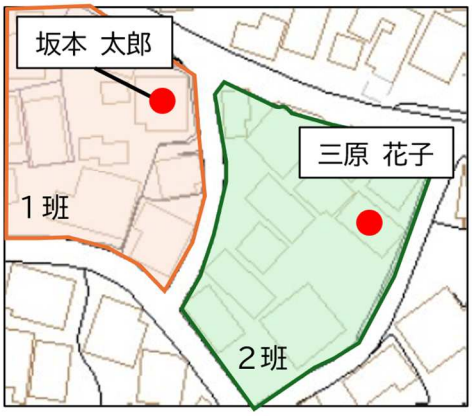
Q　どうして地域での助けあい（共助）が大切なの？

・阪神淡路大震災の際、救助された人のうち、**97%以上**は自助と共助によるもの。
・救急車到着までの**平均時間は約10分**。その時間は長くなる傾向。
・発災後や避難生活において、日ごろのつながりの有無が**生死に関わる**ことも。

Q　どんな地図を作るの？

支援が必要なかた等を地図上に示します。
※個人情報の取り扱いは事前に決めておく

〈活用方法〉
・支援や配慮が必要なかたを地図上で把握
・日ごろの「ながら見守り」
・避難訓練（避難路の確認、避難所までの同行）
・緊急時（火事等）の支援、警察・消防等の救助者への情報提供



Q　地図の作り方は統一されているの？

地域に合わせた作り方ができます。
※最初はできる範囲で行い、見直しの際に徐々に実用性を高めることが負担なくできるポイントです。

〈例〉
・要支援者、要配慮者のかたに個人の支援者を立てる場合は、両者を矢印で結ぶ。
・書き込み式を想定したシンプルな地図

Q　具体的な作り方は？

なるべく負担のない形で行います。

打合せ説明
・役員、民生委員などで事前に打ち合わせ
・役員会等の機会でご説明します

▽

話し合い（情報収集）
・要支援、要配慮者の洗い出しや、見守り（支援）方法等について話し合います。
※市で、必要な物品の準備や当日の進行が可能です。

▽

確認
・市で取りまとめ、適宜の修正
・地域で修正したものを確認
・関係者に周知
※必要に応じて対象者に同意を取ります。

▽

受領配付
・活用しやすい媒体でお渡しします。

長崎市における避難行動要支援者

●介護認定が要介護1以上
●身体障害者手帳1級または2級
●療育手帳A1またはA2
●精神障害者保健福祉手帳1級
●特定医療費（指定難病）受給者
●妊産婦・乳幼児

市で把握している「避難行動要支援者名簿」及び「個別避難計画作成者名簿」（いずれも同意あり）は、自治会ごとに提供できます。

【お問い合わせ】
各総合事務所地域福祉課

支援者って責任が重い？

支援者は、要支援者の身近に暮らす住民の一人として、要支援者のことを気にかけていただくかたのことです。
まずは、**自分自身や家族を守ることが第一**ですので、状況に応じてできる範囲での支援をおこなってください。

完成後も定期的に更新しましょう。

詳しく知りたいときは、お気軽にご相談ください。

中央総合事務所	**総務課**	TEL：095-829-1428
東総合事務所	**地域福祉課**	TEL：095-813-9001
南総合事務所	**地域福祉課**	TEL：095-898-7870
北総合事務所	**地域福祉課**	TEL：095-814-3400

福祉避難所！
ご存知ですか？



平成 28 年(2016 年)熊本地震では、多数の被災者が、最寄りの指定避難所等へ避難されました。避難された方々の中には、高齢者や障害者等、介護や支援がないと生活が難しい方々がおられます。このような、指定避難所で生活をすることが困難なかたが避難できる場所【 福祉避難所 】をお知らせします。

住民の安全な避難場所はどんなところがあるの？（令和８年７月１日現在）

〇指定緊急避難場所・・災害危険の切迫した緊急の避難場所（公園等）　236 か所
〇指定避難所・・・災害危険のため一定期間滞在することの出来る施設　265 か所
〇福祉避難所・・・下記参照　87 か所

福祉避難所とは？

大規模災害発生により避難を余儀なくされたとき、最寄りの指定避難所において対応が困難な在宅な在宅寝たきり高齢者や重度の障害者等の特に支援を要する要配慮者を受け入れるため、長崎市からの受け入れ要請を受けて開設される避難所をいいます。

どのような施設があるの？

① 特別養護老人ホーム	28 ヶ所	②養護老人ホーム	7 ヶ所
③軽費老人ホーム	12 ヶ所	④介護老人保健施設	15 ヶ所
⑤障害者施設	9 ヶ所	⑥地域密着型特別養護老人ホーム	13 ヶ所
⑦デイサービスセンター	2 ヶ所	⑧有料老人ホーム	1 ヶ所

台風が襲来する時など、いつでも利用できるの？

福祉避難所は、災害発生時直ちに開設されるものではなく、大規模災害が発生し、災害救助法（※）が適用される場合に開設されます。

※災害救助法：災害発生後の応急期において応急救助に対応する主要な法律

私の(マイ)避難所を考えておきましょう!!

災害発生時にどこに避難するか。平常時から、私の(マイ)避難所を考えておきましょう。
〇指定避難所や親戚・友人宅など安全な場所。
〇介護が必要なかたは、担当ケアマネージャーと相談し、介護サービスを利用するなど。



高齢者施設
【担当課】高齢者すこやか支援課
☎　８２９－１１４６

障害者施設
【担当課】障害福祉課
☎　８２９－１１４１

福祉避難所等に関するＱ＆Ａ

Ｑ１）「福祉避難所」とはなんですか？

Ａ１）大規模な災害発生により、災害救助法の適用を受けた場合、最寄りの指定避難所等において避難生活が困難な方を受け入れるため、長崎市からの受入れ要請を受けて社会福祉施設等に開設される避難所を「福祉避難所」といいます。

Ｑ２）福祉避難所には、どのような人が避難できるのですか？

Ａ２）高齢者、障害者、乳幼児その他の特に配慮を要する方「要配慮者」のうち、指定避難所の福祉スペース等においても生活が困難な、在宅寝たきり高齢者や重度の障害者等の特に支援を要する方及びその介護者を対象にしています。

Ｑ３）長崎市が福祉避難所の受入れ要請をする社会福祉施設等とは、どういった施設ですか？

Ａ３）「高齢者福祉施設」「障害者福祉施設」です。

Ｑ４）福祉避難所の受入れ要請ができる施設数はどれくらいあるんですか？どこの施設ですか？

Ａ４）現在、長崎市が福祉避難所の開設に係る協定を締結している施設等が、市内に 87 施設あり、うち高齢者福祉が 78 施設、障害者福祉施設が 9 施設あります。
詳細は、市のホームページに掲載しています。

Ｑ５）福祉避難所は、指定避難所と同じタイミングで開設するのですか？

Ａ５）福祉避難所は、学校の体育館や公民館等の指定避難所とは異なり、災害発生前に開設することはありません。福祉避難所は、長崎市が災害救助法の適用を受けた場合において、その必要性や協定する施設の被害状況を踏まえ、施設の安全確認と、要配慮者の受入スペースの確保・スタッフの配置等の運営準備が整った施設から順に開設することになります。
なお、福祉避難所の開設については、市が施設に開設を要請し、承諾を得たうえで開設します。

Ｑ６）災害救助法は、どのような場合に、どのように適用されるのですか？

Ａ６）災害救助法の適用については、災害による被害の程度が、災害救助法施行令に定める適用基準に達し、又は達する見込みがある場合に、長崎市が長崎県に対して適用を要請し、県知事が市町村を単位として適用を決定します。
なお、適用基準の例としては、市内の 150 世帯以上の住家が滅失した場合、あるいは、多数の者が生命又は身体に危害を受け、又は受けるおそれが生じた場合であって、災害が発生し又は発生するおそれのある地域に所在する多数の者が避難している場合などがあげられます。

Ｑ７）市のホームページに紹介されている福祉避難所（施設）に、直接 避難してもいいですか？

Ａ７）原則、直接避難することはできません。
指定避難所に避難された方や在宅で避難生活を送っている方のなかで、要配慮者とされる方の状態を保健師等が把握し、福祉避難所を開設し受入れ体制を整えたうえで、福祉避難所（施設）と要配慮者とのマッチングを市が行ない、福祉避難所への移動を案内します。

Ｑ８）直接避難の対象としていない要配慮者等や一般市民が福祉避難所等として協定している施設に一時避難した場合はどうなりますか？

Ａ８）市の案内を受けずに施設に避難された場合は、一旦受け入れたのち、福祉避難所の対象とならない状態の方については、移動が可能となった時点で指定避難所等への移動をお願いします。
本来の福祉避難所の機能が果たせるよう、皆様のご理解ご協力をお願いします。

Ｑ９）福祉避難所の対象となった場合、どうやって移動するのですか？

Ａ９）原則、避難所への移送は家族又は支援者にお願いすることになります。
ただし、家族又は支援者による移送が困難な場合は、市または施設などで移送します。
家族以外で移送する際は、原則、家族等の同乗をお願いします。

Ｑ10）福祉避難所等で、身体状況が悪化したときの対応はどうなりますか？（緊急時）

Ａ10）福祉避難所等に入った要配慮者の方が、身体状況悪化により医療 処置、治療が必要と判断される場合は、医療機関へ速やかに移送するなど、適宜、対応いたします。

Ｑ11）社会福祉施設への緊急入所はできないのですか？

Ａ11）社会福祉施設に空床があり、施設側が受入れることが可能であれば、緊急入所ができます。
なお、緊急入所の対象となる方は、福祉避難所等での生活が困難であって、入所介護を要する要介護３以上の方、又は、障害支援区分１以上の方を想定しています。
この場合、介護保険法又は障害者総合支援法に基づく入所であり、災害救助法は適用されませんが、市では福祉避難所の開設期間と同様に入所期間を設けることにしています。

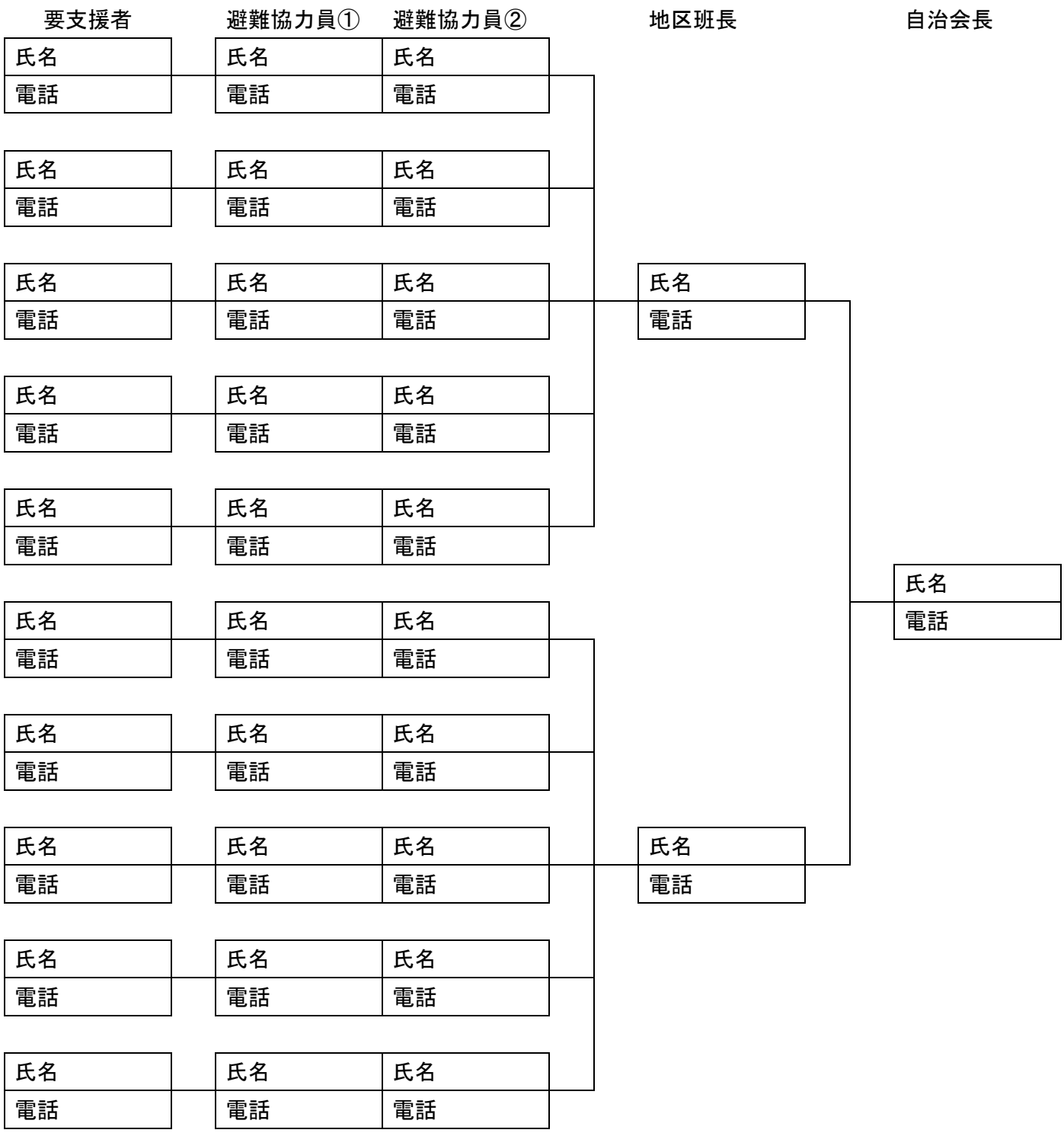
避難行動要支援者の避難体制整備にかかる様式

① 避難行動要支援者　避難体制整備表

② 避難行動要支援者　情報連絡網

① 避難行動要支援者　情報連絡網

（　　）自治会



※ささえあいマップを名簿で管理する方法です。
　②避難行動要支援者　避難体制整備表とあわせて使用します。

※避難協力員：できるだけ隣近所の複数の方にお願いすることになります。
　　日ごろから、要支援者の見守りや声かけができる人がいいと考えています。

② 避難行動要支援者　避難体制整備表

自治会名　　（　　）

指定避難所　①（　　）　②（　　）

No.	要支援者名	世帯構成	住所	電話番号	避難協力員名
１					
２					
３					
４					
５					
６					
７					
８					
９					
１０					

※ささえあいマップを名簿で管理する方法です。

①避難行動要支援者　情報連絡網とあわせて使用します。

長崎市地域包括支援センター



長崎市には１９か所の地域包括支援センターが、お住まいの地域（中学校区ごと）にあります。
介護予防のことはじめ、健康・福祉・介護の相談など、まずはお気軽にご連絡ください。

長崎市地域包括支援センター(担当地区)	所在地	電話番号
長崎市東長崎地域包括支援センター （東長崎中学校区）	田中町 888	813-8060
長崎市日見・橘地域包括支援センター （日見・橘中学校区）	かき道１丁目 1-2	801-2037
長崎市桜馬場地域包括支援センター （桜馬場中学校区）	古川町 8-15 磨屋町ビル２階	818-6602
長崎市片淵・長崎地域包括支援センター （片淵・長崎中学校区）	夫婦川町 1-10 リバーカップル１階	801-5188
長崎市大浦地域包括支援センター （大浦・梅香崎中学校区）	相生町 1-17 メゾンド田中 202 号	818-8311
長崎市江平・山里地域包括支援センター （旧江平・山里中学校区）	本原町 13-15 本原ハイツ102号	841-7770
長崎市西浦上・三川地域包括支援センター （西浦上・三川中学校区）	花丘町 20-3 花東ビル１階	847-0151
長崎市緑が丘地域包括支援センター （緑が丘中学校区）	白鳥町 3-28	847-3812
長崎市淵地域包括支援センター （淵中学校区）	城栄町 19-7　1-Bツインズ城栄	814-0202
長崎市小江原・式見地域包括支援センター （小江原中学校区）	小江原５丁目 6-5 小江原ゴルフセンター2 階	848-1222
長崎市西部地域包括支援センター （丸尾・福田・西泊中学校区）	旭町 8-23 ボナールビルディング 103 号	862-0119
長崎市岩屋地域包括支援センター （岩屋中学校区）	岩屋町 23-13　富吉ビル	855-8000
長崎市滑石・横尾地域包括支援センター （滑石・横尾中学校区）	滑石３丁目５-３４	814-7770
長崎市北部地域包括支援センター （琴海・三重・外海・池島中学校区）	琴海村松町 704-14	801-2730
	京泊２丁目 4-37　プレジデント京泊１号室（三重・外海事務所）	860-1100
長崎市小島・茂木地域包括支援センター （小島・茂木・日吉中学校区）	田上２丁目 2-7	820-8231
長崎市戸町・小ヶ倉地域包括支援センター （戸町・小ヶ倉中学校区）	上戸町２丁目 9-8　１階・２階	879-7408
長崎市土井首地域包括支援センター （土井首中学校区）	江川町 131 番地 102 号	833-5454
長崎市深堀・香焼地域包括支援センター （深堀・香焼・伊王島・高島中学校区）	深堀町１丁目 11-18	895-7007
長崎市南部地域包括支援センター （三和・野母崎中学校区）	布巻町111-1 三和地域センター3階	892-3124

お問い合わせ先：　長崎市高齢者すこやか支援課　　魚の町 4-1　（☎８２９－１１４６）