

## 【ヘルプマーク配布窓口】

令和6年7月1日現在

## 横浜市関係

区名	窓口	所在地	問合せ先
鶴見区	鶴見区福祉保健センター高齢・障害支援課	鶴見区鶴見中央 3-20-1	横浜市健康福祉局障害施策推進課  (電話)045-671-3598 (Fax)045-671-3566  ※ 各区福祉保健センターでの配布は、平日午前8時45分から午後5時まで。お一人様一つの配布となります。障害者手帳、本人確認書類等の提示、申請書等の提出は不要です。  ※ 市役所障害施策推進課、横浜市総合リハビリテーションセンターでの配布は、平日午前8時45分から午後5時15分まで。  ※ 各区の地域ケアプラザでの配布は、平日・土曜日は午前9時から午後6時まで。日曜日・祝日は午前9時から午後5時まで。(いずれも年末年始、施設点検日を除く)
	横浜市潮田地域ケアプラザ	鶴見区本町通 4-171-23	
	横浜市矢向地域ケアプラザ	鶴見区矢向 4-32-11	
	横浜市寺尾地域ケアプラザ	鶴見区東寺尾 6-37-14	
	横浜市東寺尾地域ケアプラザ	鶴見区東寺尾 1-12-3	
	横浜市駒岡地域ケアプラザ	鶴見区駒岡 4-28-5	
	横浜市鶴見市場地域ケアプラザ	鶴見区市場下町 11-5	
	横浜市鶴見中央地域ケアプラザ	鶴見区鶴見中央 1-23-26	
	横浜市生麦地域ケアプラザ	鶴見区生麦 4-6-4	
	横浜市馬場地域ケアプラザ	鶴見区馬場 7-11-23	
神奈川区	神奈川区福祉保健センター高齢・障害支援課	神奈川区広台太田町 3-8	※ 各区の地域ケアプラザでの配布は、平日・土曜日は午前9時から午後6時まで。日曜日・祝日は午前9時から午後5時まで。(いずれも年末年始、施設点検日を除く)
	横浜市反町地域ケアプラザ	神奈川区反町 1-11-2	
	横浜市神之木地域ケアプラザ	神奈川区神之木町 7-1	
	横浜市菅田地域ケアプラザ	神奈川区菅田町 1718-1	
	横浜市片倉三枚地域ケアプラザ	神奈川区三枚町 199-4	
	横浜市新子安地域ケアプラザ	神奈川区新子安 1-2-4	
	横浜市沢渡三ツ沢地域ケアプラザ	神奈川区沢渡 56-1	
横浜市六角橋地域ケアプラザ	神奈川区六角橋 3-3-13		
西区	西区福祉保健センター高齢・障害支援課	西区中央 1-5-10	
	浅間台地域ケアプラザ	西区浅間台 6	
	横浜市藤棚地域ケアプラザ	西区藤棚町 2-198	
	横浜市宮崎地域ケアプラザ	西区宮崎町 2	
	横浜市戸部本町地域ケアプラザ	西区戸部本町 50-33	

中区	健康福祉局 障害施策推進課	中区本町 6-50-10 横浜市役所 15 階
	中区福祉保健センター高齢・ 障害支援課	中区日本大通 35
	横浜市新山下地域ケアプラザ	中区新山下 3-15-5
	横浜市不老町地域ケアプラザ	中区不老町 3-15-2
	横浜市麦田地域ケアプラザ	中区麦田町 1-26-2
	横浜市本牧原地域ケアプラザ	中区本牧原 6-1
	横浜市簗沢地域ケアプラザ	中区簗沢 13-204
	横浜市本牧和田地域ケアプラ ザ	中区本牧和田 35-13

区名	窓口	所在地	
南区	南区福祉保健センター高齢・ 障害支援課	南区浦舟町 2-33	※ 各区福祉保健センターでの配布は、平日午前8時45分から午後5時まで。お一人様一つの配布となります。障害者手帳、本人確認書類等の提示、申請書等の提出は不要です。
	横浜市大岡地域ケアプラザ	南区大岡 1-14-1	
	横浜市清水ヶ丘地域ケアプラザ	南区清水ヶ丘 49	
	横浜市永田地域ケアプラザ	南区永田南 2-16-31	
	横浜市六ツ川地域ケアプラザ	南区六ツ川 2-3-211	
	横浜市浦舟地域ケアプラザ	南区浦舟町 3-46	
	横浜市中村地域ケアプラザ	南区中村町 2-120-3	
	横浜市睦地域ケアプラザ	南区睦町 1-31-1	
	横浜市別所地域ケアプラザ	南區別所 1-7-23	
港南区	港南区福祉保健センター高齢・ 障害支援課	港南区港南 4-2-10	※ 各区の地域ケアプラザでの配布は、平日・土曜日は午前9時から午後6時まで。日曜日・祝日は午前9時から午後5時まで。（いずれも年末年始、施設点検日を除く）
	横浜市港南台地域ケアプラザ	港南区港南台 3-3-1	
	横浜市東永谷地域ケアプラザ	港南区東永谷 1-1-12	
	横浜市下永谷地域ケアプラザ	港南区下永谷 3-33-5	
	横浜市野庭地域ケアプラザ	港南区野庭町 612	
	横浜市日下地域ケアプラザ	港南区笹下 3-11-1	
	横浜市港南中央地域ケアプラザ	港南区港南 4-2-7	
	横浜市日野南地域ケアプラザ	港南区日野南 3-1-11	

	横浜市芹が谷地域ケアプラザ	港南区芹が谷 2-16-12
	横浜市日限山地域ケアプラザ	港南区日限山 1-66-55
保土ヶ谷区	保土ヶ谷区福祉保健センター 高齢・障害支援課	保土ヶ谷区川辺町 2-9
	上菅田地域ケアプラザ	保土ヶ谷区上菅田町 1696
	横浜市岩崎地域ケアプラザ	保土ヶ谷区岩崎町 37-5
	横浜市今井地域ケアプラザ	保土ヶ谷区今井町 412-8
	横浜市星川地域ケアプラザ	保土ヶ谷区川辺町 5-11
	横浜市仏向地域ケアプラザ	保土ヶ谷区仏向町 1262-3
	横浜市常盤台地域ケアプラザ	保土ヶ谷区常盤台 53-2
	横浜市川島地域ケアプラザ	保土ヶ谷区川島町 360-2
	横浜市保土ヶ谷地域ケアプラザ	保土ヶ谷区岩井町 143-2

区名	窓口	所在地	
旭区	旭区福祉保健センター 高齢・障害支援課	旭区鶴ヶ峰 1-4-12	<p>※ 各区福祉保健センターでの配布は、平日午前8時45分から午後5時まで。お一人様一つの配布となります。障害者手帳、本人確認書類等の提示、申請書等の提出は不要です。</p> <p>※ 各区の地域ケアプラザでの配布は、平日・土曜日は午前9時から午後6時まで。日曜日・祝日は午前9時から午後5時まで。(いずれも年末年始、施設点検日を除く)</p>
	万騎が原地域ケアプラザ	旭区万騎が原 4	
	横浜市上白根地域ケアプラザ	旭区上白根町 112	
	横浜市左近山地域ケアプラザ	旭区左近山 1186-2	
	横浜市川井地域ケアプラザ	旭区川井本町 57-8	
	横浜市若葉台地域ケアプラザ	旭区若葉台 4-16-1	
	横浜市鶴ヶ峰地域ケアプラザ	旭区鶴ヶ峰 1-38-3	
	横浜市今宿地域ケアプラザ	旭区今宿町 2647-2	
	横浜市ひかりが丘地域ケアプラザ	旭区上白根町 807-2	
	横浜市南希望が丘地域ケアプラザ	旭区南希望が丘 72-3	
	横浜市今宿西地域ケアプラザ	旭区今宿西町 410-1	
	横浜市笹野台地域ケアプラザ	旭区笹野台 2-32-1	
	横浜市白根地域ケアプラザ	旭区白根 2-3-18 パール横浜白根ビル 2階	
	横浜市二俣川地域ケアプラザ	旭区二俣川 2-50-14COPRE 二俣川商業・業務棟 6階	

磯子区	磯子区福祉保健センター高 齢・障害支援課	磯子区磯子 3-5-1
	横浜市根岸地域ケアプラザ	磯子区馬場町 1-42
	横浜市新杉田地域ケアプラザ	磯子区新杉田町 8-7
	横浜市洋光台地域ケアプラザ	磯子区洋光台 6-7-1
	横浜市磯子地域ケアプラザ	磯子区磯子 3-1-22
	横浜市滝頭地域ケアプラザ	磯子区滝頭 2-30-1
	横浜市屏風ヶ浦地域ケアプラ ザ	磯子区森 4-1-17
	横浜市上笹下地域ケアプラザ	磯子区氷取沢町 60-17

区名	窓口	所在地	
金沢区	金沢区福祉保健センター高 齢・障害支援課	金沢区泥亀 2-9-1	<p>※ 各区福祉保健センターでの配布は、平日午前8時45分から午後5時まで。お一人様一つの配布となります。障害者手帳、本人確認書類等の提示、申請書等の提出は不要です。</p> <p>※ 各区の地域ケアプラザでの配布は、平日・土曜日は午前9時から午後6時まで。日曜日・祝日は午前9時から午後5時まで。(いずれも年末年始、施設点検日を除く)</p>
	横浜市並木地域ケアプラザ	金沢区富岡東 2-5-31	
	横浜市六浦地域ケアプラザ	金沢区六浦 5-20-2	
	横浜市泥亀地域ケアプラザ	金沢区泥亀 1-21-5	
	横浜市富岡地域ケアプラザ	金沢区富岡西 7-16-1	
	横浜市釜利谷地域ケアプラザ	金沢区釜利谷南 2-8-1	
	横浜市能見台地域ケアプラザ	金沢区能見台東 2-1	
	横浜市西金沢地域ケアプラザ	金沢区釜利谷南 3-22-3	
	横浜市富岡東地域ケアプラザ	金沢区富岡東 4-13-3	
	横浜市柳町地域ケアプラザ	金沢区柳町 1-4	
	横浜市西柴地域ケアプラザ	金沢区柴町 343-5	
港北区	港北区福祉保健センター高 齢・障害支援課	港北区大豆戸町 26-1	
	横浜市総合リハビリテーショ ンセンター	港北区鳥山町 1770	
	新吉田地域ケアプラザ	港北区新吉田町 6001-6	
	横浜市篠原地域ケアプラザ	港北区篠原東 2-15-27	
	横浜市高田地域ケアプラザ	港北区高田西 2-14-6	
	横浜市下田地域ケアプラザ	港北区下田町 4-1-1	

港北区	横浜市大豆戸地域ケアプラザ	港北区大豆戸町 316-1
	横浜市樽町地域ケアプラザ	港北区樽町 1-22-46
	横浜市城郷小机地域ケアプラザ	港北区小机町 2484-4
	横浜市日吉本町地域ケアプラザ	港北区日吉本町 4-10-A
	横浜市新羽地域ケアプラザ	港北区新羽町 1240-1
緑区	緑区福祉保健センター高齢・障害支援課	緑区寺山町 118
	横浜市十日市場地域ケアプラザ	緑区十日市場町 825-1
	横浜市長津田地域ケアプラザ	緑区长津田 2-11-2
	横浜市中山地域ケアプラザ	緑区中山 2-1-1
	横浜市東本郷地域ケアプラザ	緑区東本郷 5-5-6
	横浜市鴨居地域ケアプラザ	緑区鴨居 5-29-8
	横浜市霧が丘地域ケアプラザ	緑区霧が丘 3-23
	横浜市山下地域ケアプラザ	緑区北八朔町 218-13

区名	窓口	所在地	
青葉区	青葉区福祉保健センター高齢・障害支援課	青葉区市ケ尾町 31-4	※ 各区福祉保健センターでの配布は、平日午前8時45分から午後5時まで。お一人様一つの配布となります。障害者手帳、本人確認書類等の提示、申請書等の提出は不要です。
	横浜市荏田地域ケアプラザ	青葉区荏田町 494-7	
	横浜市もえぎ野地域ケアプラザ	青葉区もえぎ野 4-2	
	奈良地域ケアプラザ	青葉区奈良町 1757-3	
	横浜市さつきが丘地域ケアプラザ	青葉区さつきが丘 12-1	
	横浜市美しが丘地域ケアプラザ	青葉区美しが丘 4-32-7	※ 各区の地域ケアプラザでの配布は、平日・土曜日は午前9時から午後6時まで。日曜日・祝日は午前9時から午後5時まで。(いずれも年末年始、施設点検日を除く)
	横浜市大場地域ケアプラザ	青葉区大場町 383-3	
	横浜市鴨志田地域ケアプラザ	青葉区鴨志田町 547-3	
	ビオラ市ケ尾地域ケアプラザ	青葉区市ケ尾町 25-6	
	青葉台地域ケアプラザ	青葉区青葉台 2-8-22	
	横浜市恩田地域ケアプラザ	青葉区あかね台 2-8-4	
	横浜市たまプラーザ地域ケアプラザ	青葉区新石川 2-1-15	

	横浜市すすき野地域ケアプラザ	青葉区すすき野 1-8-21
都筑区	都筑区福祉保健センター高齢・障害支援課	都筑区茅ヶ崎中央 32-1
	横浜市葛が谷地域ケアプラザ	都筑区葛が谷 16-3
	東山田地域ケアプラザ	都筑区東山田町 270
	横浜市加賀原地域ケアプラザ	都筑区加賀原 1-22-32
	横浜市新栄地域ケアプラザ	都筑区新栄町 19-19
	横浜市中川地域ケアプラザ	都筑区中川 1-1-1
	横浜市都田地域ケアプラザ	都筑区東方 655-4
戸塚区	戸塚区福祉保健センター高齢・障害支援課	戸塚区戸塚町 16-17
	横浜市上矢部地域ケアプラザ	戸塚区上矢部町 2342
	横浜市東戸塚地域ケアプラザ	戸塚区川上町 4-4
	横浜市上倉田地域ケアプラザ	戸塚区上倉田町 259-11
	汲沢地域ケアプラザ	戸塚区汲沢町 986
	横浜市平戸地域ケアプラザ	戸塚区平戸 2-33-57
	横浜市原宿地域ケアプラザ	戸塚区原宿 4-36-1
	横浜市舞岡柏尾地域ケアプラザ	戸塚区舞岡町 3705-10
	横浜市南戸塚地域ケアプラザ	戸塚区戸塚町 2626-13
	横浜市下倉田地域ケアプラザ	戸塚区下倉田町 1951-8
	横浜市名瀬地域ケアプラザ	戸塚区名瀬町 791-14
	横浜市深谷俣野地域ケアプラザ	戸塚区深谷町 1432-11
	栄区	栄区福祉保健センター高齢・障害支援課
横浜市豊田地域ケアプラザ		栄区飯島町 1368-10
横浜市中野地域ケアプラザ		栄区中野町 400-2
横浜市桂台地域ケアプラザ		栄区桂台中 4-5
横浜市小菅ヶ谷地域ケアプラザ		栄区小菅ヶ谷 3-32-12
横浜市笠間地域ケアプラザ		栄区笠間 1-1-1

※ 各区福祉保健センターでの配布は、平日午前8時45分から午後5時まで。お一人様一つの配布となります。障害者手帳、本人確認書類等の提示、申請書等の提出は不要です。

※ 各区の地域ケアプラザでの配布は、平日・土曜日は午前9時から午後6時まで。日曜日・祝日は午前9時から午後5時まで。(いずれも年末年始、施設点検日を除く)

	横浜市野七里地域ケアプラザ	栄区野七里 1-2-31	
	横浜市本郷台駅前地域ケアプラザ	栄区小菅ケ谷 1-5-4 SAKAESTA 2 階	
泉区	泉区福祉保健センター高齢・障害支援課	泉区和泉中央北 5-1-1	※ 各区福祉保健センターでの配布は、平日午前8時45分から午後5時まで。お一人様一つの配布となります。障害者手帳、本人確認書類等の提示、申請書等の提出は不要です。
	横浜市上飯田地域ケアプラザ	泉区上飯田町 1338-1	
	横浜市下和泉地域ケアプラザ	泉区和泉が丘 1-26-1	
	横浜市踊場地域ケアプラザ	泉区中田東 1-4-6	
	横浜市いずみ中央地域ケアプラザ	泉区和泉中央北 5-14-1	
	横浜市新橋地域ケアプラザ	泉区新橋町 33-1	
	横浜市いずみ野地域ケアプラザ	泉区和泉町 6214-1	
	横浜市岡津地域ケアプラザ	泉区岡津町 1228-3	
瀬谷区	瀬谷区福祉保健センター高齢・障害支援課	瀬谷区二ツ橋町 190	※ 各区の地域ケアプラザでの配布は、平日・土曜日は午前9時から午後6時まで。日曜日・祝日は午前9時から午後5時まで。(いずれも年末年始、施設点検日を除く)
	横浜市二ツ橋地域ケアプラザ	瀬谷区二ツ橋町 83-4	
	横浜市阿久和地域ケアプラザ	瀬谷区阿久和南 2-9-2	
	横浜市中屋敷地域ケアプラザ	瀬谷区中屋敷 2-18-6	
	横浜市下瀬谷地域ケアプラザ	瀬谷区下瀬谷 2-44-6	
	横浜市二ツ橋第二地域ケアプラザ	瀬谷区二ツ橋町 469	