

あなたのまちのまいさぽ

2021年4月1日現在

お住まいの地域 (市・郡別)	愛称	所在地	電話/FAX/電子メール	相談受付時間 (月~金【平日】)	
東信	佐久市	まいさぽ佐久市	〒385-0043 佐久市取出町183 野沢会館2F 佐久市社会福祉協議会内	電話0267-88-6511 / FAX0267-63-4541 メール ps-sakushi@nsyakyo.or.jp	9:30~17:00
	南佐久郡 北佐久郡・小県郡	まいさぽ信州佐久	〒385-0043 佐久市取出町183 野沢会館2F	電話0267-78-5255 / FAX0267-78-5080 メール ps-saku@nsyakyo.or.jp	9:30~17:00
	小諸市	まいさぽ小諸	〒384-0006 小諸市与良町6丁目5番1号 野岸の丘総合福祉センター	電話0267-31-5235 / FAX0267-31-5535 メール k-syakyo@ctknet.ne.jp	9:00~17:00
	上田市	まいさぽ上田	〒386-0012 上田市中央三丁目5番1号 上田市ふれあい福祉センター内	電話0268-71-5552 / FAX0268-27-2500 メール maisapo@ueda-shakyo.or.jp	9:00~17:00
南信	東御市	まいさぽ東御	〒389-0502 東御市鞍掛197 東御市総合福祉センター内	電話0268-75-0222 / FAX0268-64-5695 メール maisapo@tomisyakyo.or.jp	8:30~17:15
	岡谷市	まいさぽ岡谷市	〒394-8510 岡谷市幸町8-1 市役所内	電話0266-23-4811(代) / FAX0266-22-8492 メール fukusi@city.okaya.lg.jp	8:30~17:15
	諏訪市	まいさぽ諏訪市	〒392-8511 諏訪市高島1-22-30 諏訪市役所2階	電話0266-52-4141(代) / FAX0266-53-6073 メール maisapo@city.suwa.lg.jp	8:30~17:15
	茅野市	まいさぽ茅野市	〒391-8501 茅野市塚原2-6-1 市役所内	電話0266-72-2101(代) / FAX0266-73-0391 メール chiikifukushi@city.chino.lg.jp	8:30~17:15
	諏訪郡	まいさぽ信州諏訪	〒393-0000 諏訪郡下諏訪町162-4 砥川住宅A棟101	電話0266-75-1202 / FAX0266-75-1621 メール ps-suwa@nsyakyo.or.jp	9:30~17:00
	伊那市	まいさぽ伊那市	〒396-0023 伊那市山寺298-1 伊那市福祉まちづくりセンター内	電話0265-72-8186 / FAX0265-98-0363 メール info@ishakyo.jp	8:30~17:15
	駒ヶ根市	まいさぽ駒ヶ根	〒399-4113 駒ヶ根市赤須町20-1 市役所内	電話0265-83-2111(代) / FAX0265-83-8590 メール fukusi@city.komagane.nagano.jp	9:00~17:00
	上伊那郡	まいさぽ上伊那	〒399-4511 上伊那郡南箕輪村4808-2 赤松荘内	電話0265-96-7845 / FAX0265-96-7846 メール ps-kamiina@nsyakyo.or.jp	9:30~17:00
	飯田市	まいさぽ飯田	〒395-0024 飯田市東栄町3108-1さんとびあ飯田内	電話0265-49-8830 / FAX0265-49-8692 メール maisapo@idashakyo.or.jp	9:30~17:00
	下伊那郡		飯田市東栄町3108-1さんとびあ飯田内	電話0265-49-8830 / FAX0265-49-8692 メール ps-ida@nsyakyo.or.jp	
中信	松本市	まいさぽ松本	〒390-8620 松本市丸の内3番7号 松本市役所本庁舎1階 市民相談課内	電話0263-34-3041 / FAX0263-36-6839 メール maisapo@syakyo-matsumoto.or.jp	8:30~17:15
	安曇野市	まいさぽ安曇野	〒399-8205 安曇野市豊科4160-1 安曇野市社会福祉協議会本所内	電話0263-88-8707 / FAX0263-72-9130 メール maisapo@azuminoshakyo.or.jp	8:30~17:30
	塩尻市	まいさぽ塩尻	〒399-0786 塩尻市大門六番町4-6 塩尻市保健福祉センター	電話0263-52-0026 / FAX0263-52-0067 メール maisapo-shiojiri@shiojirishakyo.or.jp	8:30~17:15
	東筑摩郡	まいさぽ東筑	〒390-1301 東筑摩郡山形村4520-1 いちいの里内	電話0263-88-0180 / FAX0263-88-0181 メール ps-touchiku@nsyakyo.or.jp	8:30~17:15
	大町市 北安曇郡	まいさぽ大町	〒398-0002 大町市大町1129 大町市総合福祉センター1F	電話0261-22-7083 / FAX0261-22-7071 メール ps-omachi@nsyakyo.or.jp	9:30~17:00
北信	木曾郡	まいさぽ木曾	〒399-5501 木曾郡大桑村大字殿1014 大桑村社会福祉協議会内	電話0264-24-0057 / FAX0264-24-0058 メール ps-kiso@nsyakyo.or.jp	8:30~17:15
	長野市	まいさぽ長野市	〒380-0813 長野市大字鶴賀緑町1714-5 長野市ふれあい福祉センター2F	電話026-219-6880 / FAX026-219-6882 メール maisaponaganoshi6880@csw-naganocity.or.jp	8:30~17:15
	須坂市	まいさぽ須坂	〒382-0087 須坂市大字須坂344-1-60 須坂ショッピングセンター内	電話026-248-9977 / FAX026-214-9883 メール maisapo@suzaka-shakyo.jp	9:00~17:00
	千曲市	まいさぽ千曲	〒387-8511 千曲市大字杭瀬下二丁目1番地 千曲市役所福祉課内	電話026-273-1111(代) / FAX026-273-8011 メール sssien@city.chikuma.nagano.jp	8:30~17:15
	埴科郡(坂城町) 上高井郡・上水内郡	まいさぽ信州長野	〒380-0936 長野市中御所岡田98-1 長野保健福祉事務所庁舎内	電話026-267-7088 / FAX026-224-3800 メール ps-nagano@nsyakyo.or.jp	9:30~17:00
	中野市	まいさぽ中野	〒383-8614 中野市三好町1丁目3番19号 中野市役所福祉課	電話0269-38-0221 / FAX0269-22-3879 メール fukushi@city.nakano.nagano.jp	8:30~17:15
飯山市・下高井郡 下高井郡(栄村)	まいさぽ飯山	〒389-2253 飯山市飯山1211-1 飯山市福祉センター2F	電話0269-67-0269 / FAX0269-62-2904 メール ps-iyama@nsyakyo.or.jp	9:30~17:00	

長野県福祉人材センター

東信事務所	佐久・上小	〒386-0024 上田市大手2-4-5 大手町会館2F	電話080-2080-7288 / Fax 0268-71-5400 Mail c-toshin@nsyakyo.or.jp	相談受付時間(月~金) 8:30~17:15
北信事務所	長野・北信	〒380-0936 長野市中御所岡田98-1 長野保健福祉事務所庁舎内	電話026-226-7330 / Fax 026-227-0137 Mail c-hokushin@nsyakyo.or.jp	相談受付時間(月~金) 8:30~17:15
中信事務所	諏訪・松本・大北	〒390-1301 東筑摩郡山形村4520-1 いちいの里内	電話080-2055-7247 / 070-2622-1255(保育士人材) / Fax 0263-88-0181 / Mail c-chushin@nsyakyo.or.jp	相談受付時間(月~金) 8:30~17:15
南信事務所	上伊那・下伊那・木曾	〒399-4511 上伊那郡南箕輪村4808-2 赤松荘内	電話080-2080-7289 / Fax 0265-96-7846 Mail c-nanshin@nsyakyo.or.jp	相談受付時間(月~金) 8:30~17:15

※その他の相談窓口は、長野県社会福祉協議会のホームページに掲載しています。(http://www.nsyakyo.or.jp)