

郵便番号	地区	担当センター	日常生活圏域	郵便番号	地区	担当センター	日常生活圏域	郵便番号	地区	担当センター	日常生活圏域				
あ	305-0062	あかつか 赤塚	谷田部東	谷田部東	お	305-0053	おのがわ 小野川	谷田部東	谷田部東	こ	305-0844	こじらばさま 小白碓	谷田部西	谷田部西	
	300-4203	あけし 明石	筑波	筑波		305-0034	おのぎ 小野崎	谷田部東	谷田部東		300-2616	ごにんうけ 五人受	大穂	大穂	
	300-2632	あさひ 旭	豊里	豊里		300-2653	おものい 面野井	谷田部西	谷田部西		300-2644	このまた 木俣	豊里	豊里	
	300-4205	あしき 安食	筑波	筑波		か	305-0816	がくえん 学園の森	谷田部東		谷田部東	300-1277	ごまごめ 駒込	荳崎	荳崎
	300-1261	あしひ野 あしひ野	荳崎	荳崎		305-0818	がくえんみなみ 学園南	谷田部東	谷田部東		300-1276	こやま 小山	荳崎	荳崎	
	305-0031	あづま 吾妻	桜	桜		305-0064	かじうち 梶内	谷田部東	谷田部東		300-4224	こわだ 小和田	筑波	筑波	
	305-0005	あまくぼ 天久保	桜	桜		300-3254	かしまだい 鹿島台	大穂	大穂		305-0018	こんだ 金田	桜	桜	
	300-1253	あまぼうき 天宝喜	荳崎	荳崎		305-0821	かすが 春日	谷田部東	谷田部東		さ	300-3251	さ 佐	大穂	大穂
	305-0835	あらい 新井	谷田部西	谷田部西		305-0877	かただ 片田	谷田部西	谷田部西			305-0028	さいき 妻木	桜	桜
	305-0076	あらかきだ 新牧田	谷田部東	谷田部東		305-0824	かつらぎねぎ 葛城根崎	谷田部東	谷田部東			305-0036	さいごう 西郷	谷田部東	谷田部東
い	305-0874	いいた 飯田	谷田部西	谷田部西	300-2657	かとりだい 香取台	谷田部西	谷田部西	305-0864	さかいまつ 境松		谷田部西	谷田部西		
	300-4243	いけだ 池田	筑波	筑波	300-2622	かたの 妻	大穂	大穂	305-0867	さかいだ 境田		谷田部西	谷田部西		
	300-1240	いけだい 池の台	荳崎	荳崎	305-0041	かみひろおか 上広岡	桜	桜	305-0013	さかえ 栄		桜	桜		
	300-1269	いけむかい 池向	荳崎	荳崎	305-0854	かみよこば 上横場	谷田部西	谷田部西	305-0003	さくら 桜		桜	桜		
	300-4235	いずみ 泉	筑波	筑波	300-1274	かみいわさき 上岩崎	荳崎	荳崎	300-1271	さくらおか 桜が丘		荳崎	荳崎		
	300-4248	いそべ 磯部	筑波	筑波	300-4351	かみおおしま 上大島	筑波	筑波	305-0019	さくらの森 さくらの森		桜	桜		
	305-0073	いちのだい 市之台	谷田部東	谷田部東	305-0871	かみかやまる 上菅丸	谷田部西	谷田部西	300-2637	さけまる 酒丸		豊里	豊里		
	305-0071	いなおか 稲岡	谷田部東	谷田部東	300-2668	かみかわ かみかわ	谷田部西	谷田部西	305-0043	ささぎ 大角豆	桜	桜			
	300-1259	いなりばら 稲荷原	荳崎	荳崎	300-2661	かみかわらさき 上河原崎	谷田部西	谷田部西	し	300-3264	しのさき 篠崎	大穂	大穂		
	305-0061	いなりまえ 稲荷前	谷田部東	谷田部東	300-2645	かみごう 上郷	豊里	豊里		305-0004	しばさき 柴崎	桜	桜		
305-0855	いまいずみ 今泉	谷田部西	谷田部西	305-0011	かみさかい 上境	桜	桜	305-0833		しま 島	谷田部東	谷田部東			
300-2641	いまがしま 今鹿島	豊里	豊里	300-2614	かみさ 上里	豊里	豊里	300-2655		しまな 島名	谷田部西	谷田部西			
う	305-0002	うえの 上野	桜	桜	300-4246	かみさわ 上沢	筑波	筑波		300-1273	しものいわさき 下岩崎	荳崎	荳崎		
	305-0023	うえの 上ノ室	桜	桜	300-4241	かみすがま 上菅間	筑波	筑波		300-4222	しもおおしま 下大島	筑波	筑波		
	300-4211	うすい 臼井	筑波	筑波	305-0055	かみはら 上原	谷田部東	谷田部東		305-0872	しもかやまる 下萱丸	谷田部西	谷田部西		
	300-1275	うめおか 梅ヶ丘	荳崎	荳崎	305-0822	かりま 刈間	谷田部東	谷田部東		300-2662	しもかわらさき 下河原崎	谷田部西	谷田部西		
	305-0045	うめぞの 梅園	桜	桜	300-4212	かんのおり 神郡	筑波	筑波		305-0063	しもはら 下原	谷田部東	谷田部東		
	300-4216	うるしじよ 漆所	筑波	筑波	305-0856	かんのんだい 観音台	谷田部西	谷田部西		305-0813	しもひらつか 下平塚	谷田部東	谷田部東		
え	305-0853	えのきど 榎戸	谷田部東	谷田部東	き	305-0022	きせ 吉瀬	桜	桜	305-0042	しもひろおか 下広岡	桜	桜		
	お	305-0016	おお 大	桜		桜	300-4232	きたお 北太田	筑波	筑波	300-2666	しもべつぶ 下別府	谷田部西	谷田部西	
300-1243		おおい 大井	荳崎	荳崎		305-0811	きたさと 北郷	大穂	大穂	305-0075	しもよこば 下横場	谷田部東	谷田部東		
300-4221		おおがた 大形	筑波	筑波		305-0072	きたなかしま 北中島	谷田部東	谷田部東	300-1266	じゆうおか 自由ヶ丘	荳崎	荳崎		
300-2611		おおくぼ 大久保	大穂	大穂		305-0066	きたなかつま 北中妻	谷田部東	谷田部東	305-0014	しまろけい 松栄	桜	桜		
305-0845		おおじらはさま 大白碓	谷田部西	谷田部西		300-3266	きたはら 北原	大穂	大穂	300-1251	しろやま 城山	荳崎	荳崎		
300-2612		おおすな 大砂	大穂	大穂		300-4233	きみじま 君島	筑波	筑波	305-0847	じんば 陣場	谷田部西	谷田部西		
300-3253		おおそね 大曽根	大穂	大穂		<	300-1272	くさき 荳崎	荳崎	荳崎	す	300-1246	すがま 菅間	荳崎	荳崎
300-4218		おおぬき 大貫	筑波	筑波			300-4354	くにまつ 国松	筑波	筑波		300-4217	すぎのき 杉木	筑波	筑波
300-1267		おおふなと 大舟戸	荳崎	荳崎			300-1262	くまんつば 九万坪	荳崎	荳崎		300-2658	すわ 諏訪	谷田部西	谷田部西
300-3256		おおほ 大穂	大穂	大穂	305-0024		くらかけ 倉掛	桜	桜	せ		305-0047	せんげん 千現	桜	桜
305-0851		おお 大わし	谷田部西	谷田部西	305-0001		くわいばら 栗原	桜	桜			た	305-0868	だいまち 台町	谷田部西
300-1255		おくき 小莖	荳崎	荳崎	け		305-0817	けんきゅうがくえん 研究学園	谷田部東	谷田部東			305-0846	だいら 平	谷田部西
300-3265		おきこうや 長高野	大穂	大穂		300-4236	こいずみ 小泉	筑波	筑波	300-1245	たかさき 高崎		荳崎	荳崎	
300-4215		おさわ 小沢	筑波	筑波	300-2642	こうや 高野	豊里	豊里	300-2665	たかすか 高須賀	谷田部西		谷田部西		
300-4223		おだ 小田	筑波	筑波	305-0074	こうやだい 高野台	谷田部東	谷田部東	300-2652	たかた 高田	谷田部西		谷田部西		
300-2651		おにがくぼ 鬼ヶ窪	谷田部西	谷田部西	300-4202	こうやばらしんでん 高野原新田	筑波	筑波	305-0077	たかのばら 鷹野原	谷田部東		谷田部東		

郵便番号	地区	担当センター	日常生活圏域	郵便番号	地区	担当センター	日常生活圏域	郵便番号	地区	担当センター	日常生活圏域
た 300-1252	たかみほら 高見原	荃崎	荃崎	ね 305-0865	ねきき 根崎	谷田部西	谷田部西	み 305-0065	みなみ なかつま 南中妻	谷田部東	谷田部東
た 300-2669	たかやま 高山	谷田部西	谷田部西	の 300-2643	のぼた 野畑	豊里	豊里	300-2621	みなみほら 南原	大穂	大穂
た 300-2664	たから 高良田	谷田部西	谷田部西	は 300-3262	はすぬま 蓮沼	大穂	大穂	300-4245	みちり 水守	筑波	筑波
た 300-2615	たくら 田倉	豊里	豊里	305-0843	はちまん 八幡台	谷田部西	谷田部西	305-0841	みゆき 御幸が丘	谷田部西	谷田部西
た 305-0032	たけのこ 竹園	桜	桜	300-2638	はっけ 百家	豊里	豊里	300-1257	みょうしん 明神	荃崎	荃崎
た 300-3263	たちほら 立原	大穂	大穂	300-1264	はつき 泊崎	荃崎	荃崎	300-1256	もり 森の里	荃崎	荃崎
た 305-0067	たての 館野	谷田部東	谷田部東	305-0875	はなしま 花島新田	谷田部西	谷田部西	305-0842	やなぎ 柳橋	谷田部西	谷田部西
た 300-4244	たなか 田中	筑波	筑波	305-0029	はなぞの 花園	桜	桜	305-0861	やたべ 谷田部	谷田部西	谷田部西
た 300-3255	たまどり 玉取	大穂	大穂	300-3261	はなはだけ 花畑	大穂	大穂	300-4234	やまき 山木	筑波	筑波
た 300-4251	たみやま 田水山	筑波	筑波	305-0025	はなむら 花室	桜	桜	300-4214	やまぐち 山口	筑波	筑波
つ 300-4352	つくば 筑波	筑波	筑波	305-0857	はなれ 羽成	谷田部西	谷田部西	305-0836	やまなか 山中	谷田部西	谷田部西
つ 300-3257	つくば 筑穂	大穂	大穂	305-0823	はら 原	谷田部東	谷田部東	305-0017	よこまち 横町	桜	桜
つ 300-4204	つくりや 作谷	筑波	筑波	305-0007	はるかぜ 春風台	桜	桜	300-2617	よしぬま 吉沼	大穂	大穂
つ 300-2636	つち 土田	豊里	豊里	300-2659	ばんぼく 万博公園西	谷田部西	谷田部西	305-0008	りゅうせい 流星台	桜	桜
て 300-2647	てこまる 手子生	豊里	豊里	ひ 305-0046	ひがし 東	谷田部東	谷田部東	300-1258	ろく 六斗	荃崎	荃崎
て 305-0834	てしろぎ 手代木	谷田部東	谷田部東	305-0033	ひがし 東新井	谷田部東	谷田部東	300-1248	わかぐり 若栗	荃崎	荃崎
て 300-4201	てらく 寺具	筑波	筑波	305-0812	ひがし 東平塚	谷田部東	谷田部東	300-1249	わかば 若葉	荃崎	荃崎
て 305-0006	てんのうだい 天王台	桜	桜	305-0027	ひがし 東岡	桜	桜	300-3252	わかもり 若森	大穂	大穂
と 300-2635	とうこうだい 東光台	豊里	豊里	305-0862	ひがし 東丸山	谷田部西	谷田部西	300-4247	わだい 和台	筑波	筑波
と 300-2633	とびがし 遠東	豊里	豊里	300-1242	ひ 樋の沢	荃崎	荃崎	300-4204	わだい 和台原	筑波	筑波
と 300-2648	とよさと 豊里の杜	豊里	豊里	300-4213	ひらさわ 平沢	筑波	筑波				
な 305-0068	なかうち 中内	谷田部東	谷田部東	ふ 300-1263	ふじみ 富士見台	荃崎	荃崎				
な 300-4242	なかすがま 中菅筒	筑波	筑波	305-0852	ふしちと 藤本	谷田部西	谷田部西				
な 305-0012	なかね 中根	桜	桜	305-0021	ふるく 古来	桜	桜				
な 305-0873	なかの 中野	谷田部西	谷田部西	305-0866	ふるだて 古館	谷田部西	谷田部西				
な 300-2639	なかひがし 中東	豊里	豊里	ほ 300-4231	ほうじょう 北条	筑波	筑波				
な 300-2634	なかひがし 中東原新田	豊里	豊里	300-1278	ぼう内 房内	荃崎	荃崎				
な 300-2667	なかべつ 中別府	谷田部西	谷田部西	300-1254	ほうよう 宝陽台	荃崎	荃崎				
な 305-0052	ながみね 長峰	谷田部東	谷田部東	300-1265	ほそみ 細見	荃崎	荃崎				
な 300-1268	なかやま 中山	荃崎	荃崎	300-4249	ほらげ 洞下	筑波	筑波				
な 300-2663	なべぬま 鍋沼新田	谷田部西	谷田部西	300-2623	ほんさく 本沢	大穂	大穂				
な 305-0044	なみき 並木	桜	桜	ま 300-3267	まえの 前野	大穂	大穂				
に 300-1260	にしお 西大井	荃崎	荃崎	300-1241	まきの 牧園	荃崎	荃崎				
に 305-0054	にしお 西大沼	谷田部東	谷田部東	300-2656	まきの 真瀬	谷田部西	谷田部西				
に 305-0831	にしお 西大橋	谷田部東	谷田部東	305-0035	まつしろ 松代	谷田部東	谷田部東				
に 305-0832	にしおか 西岡	谷田部東	谷田部東	305-0015	まつづか 松塚	桜	桜				
に 305-0876	にしくりやま 西栗山	谷田部西	谷田部西	305-0056	まつのき 松野木	谷田部東	谷田部東				
に 300-2613	にしこうや 西高野	大穂	大穂	300-1244	まつ 松の里	荃崎	荃崎				
に 300-2624	にしざわ 西沢	大穂	大穂	み 300-2654	みずほり 水堀	谷田部西	谷田部西				
に 300-1247	にし 西の沢	荃崎	荃崎	305-0863	みどり 緑が丘	谷田部西	谷田部西				
に 305-0815	にしほら 西原	大穂	大穂	300-2646	みどり 緑ヶ原	豊里	豊里				
に 305-0814	にしひらつか 西平塚	谷田部東	谷田部東	305-0881	みどりの みのりの	谷田部西	谷田部西				
に 305-0051	にの宮 二の宮	谷田部東	谷田部東	305-0882	みどりの みのりの中央	谷田部西	谷田部西				
ぬ 300-2631	ぬまざき 沼崎	豊里	豊里	305-0883	みどりの みのりの東	谷田部西	谷田部西				
ぬ 300-4353	ぬまた 沼田	筑波	筑波	305-0884	みどりの みのりの南	谷田部西	谷田部西				

表の見方（担当センター）

【筑波】
筑波地域包括支援センター
つくば市北条1184-1
電話 029-828-5806

【大穂】
大穂地域包括支援センター
つくば市要1187-299
電話 029-869-9527

【豊里】
豊里地域包括支援センター
つくば市遠東639番地1
電話 029-886-6147

【谷田部西】
谷田部西地域包括支援センター
つくば市上横場2290-9
電話 029-893-3170

【谷田部東】
谷田部東地域包括支援センター
つくば市手代木1932
電話 029-897-3231

【桜】
桜地域包括支援センター
つくば市栗原2470番地
電話 029-829-6102

【荃崎】
荃崎地域包括支援センター
つくば市下岩崎2068
電話 029-886-9500

【市担当部署】
つくば市 福祉部 地域包括支援課
つくば市研究学園一丁目1番地1
電話 029-883-1111(代表)