

〔新潟県〕

地域区分	地域の範囲
上越市	上越市
妙高市	妙高市
糸魚川市	糸魚川市
柏崎市及び刈羽郡	柏崎市及び刈羽村
長岡市及び三島郡	長岡市及び出雲崎町
三条市、見附市、加茂市及び南蒲原郡	三条市、見附市、加茂市及び田上町
燕市及び西蒲原郡	燕市及び弥彦村
新潟市	新潟市
五泉市及び東蒲原郡	五泉市及び阿賀町
新発田市、阿賀野市、胎内市及び北蒲原郡	新発田市、阿賀野市、胎内市及び聖籠町
村上市及び岩船郡	村上市、関川村及び粟島浦村
十日町市及び中魚沼郡	十日町市及び津南町
南魚沼市及び南魚沼郡	南魚沼市及び湯沢町
小千谷市及び魚沼市	小千谷市及び魚沼市
佐渡市	佐渡市

〔長野県〕

地域区分	地域の範囲
長野市及び上水内郡	長野市、信濃町、飯綱町及び小川村
飯山市、中野市、須坂市、下水内郡、下高井郡及び上高井郡	飯山市、中野市、須坂市、栄村、野沢温泉村、山ノ内町、木島平村、小布施町及び高山村
千曲市及び埴科郡	千曲市及び坂城町
上田市、東御市及び小県郡	上田市、東御市、長和町及び青木村
小諸市及び北佐久郡北部地域	小諸市、御代田町及び軽井沢町
佐久市及び北佐久郡南部地域	佐久市及び立科町
南佐久郡	川上村、南牧村、南相木村、小海町、北相木村及び佐久穂町
松本市及び東筑摩郡南部地域	松本市、山形村及び朝日村
安曇野市及び東筑摩郡北部地域	安曇野市、麻績村、筑北村及び生坂村
大町市及び北安曇郡	大町市、小谷村、白馬村、池田町及び松川村
塩尻市	塩尻市
木曽郡	南木曽町、大桑村、上松町、王滝村、木祖村及び木曽町
茅野市及び諏訪郡東部地域	茅野市、富士見町及び原村
諏訪市及び諏訪郡西部地域	諏訪市及び下諏訪町
岡谷市	岡谷市
伊那市、駒ヶ根市及び上伊那郡	伊那市、駒ヶ根市、南箕輪村、箕輪町、辰野町、中川村、飯島町及び宮田村
飯田市及び下伊那郡	飯田市、大鹿村、松川町、豊丘村、高森町、喬木村、泰阜村、根羽村、平谷村、阿智村、天龍村、阿南町、下條村及び売木村