

相談窓口

子育てをしながら家事、仕事を継続することはかなりの負担になり、子どもも成長するにしたがい、言うことをきかなくなったり、問題が発生したり、心身ともに疲れてくるのではないのでしょうか。そんな時、一人で悩まないで関係機関に相談してください。この章では、子育てに困ったときの援助や相談窓口などの情報を提供しています。

子育てに関すること

●子ども総合相談

妊娠婦や子どもの健康、子育ての心配事や子どもに関する諸手続きについての相談を、窓口や電話でお受けします。

【相談時間】

祝日・年末年始を除く毎日

午前8時30分～午後5時15分

(土・日曜日は電話相談のみ、保健センターに転送されます。)

【相談専用電話】632-2525(にこにこ)

【所在地】子ども支援課(市役所2階)

●こども家庭センター相談窓口

妊娠期から子育て期にわたるまでの母子保健や育児に関する相談に対応します。

中央部(市役所1階A18番窓口)……………TEL 632-2941

東部(平石地区市民センター)……………TEL 661-2369

西部(富屋地区市民センター)……………TEL 665-3698

南部(姿川地区市民センター)……………TEL 645-4535

北部(河内地区市民センター)……………TEL 671-3205

【相談時間】祝日・年末年始を除く

月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分

●宮っこ子育てコンシェル

様々な情報を集約し、関係機関との連絡・調整を行いながら子育て世帯のニーズにあった幅広い情報提供・相談に応じます。

施設名	所在地	電話	相談日及び時間
子育てサロン中央	駅前通り1丁目4-6 トナリエ宇都宮9階 (宇都宮市保健センター内)	627-0204 午前9時～午後4時	月・火・木・金・土 午前9時～午後4時
子育てサロン石井	石井町2989 (石井保育園内)	660-0600 午前9時～午後4時	月曜～金曜 午前9時～午後4時 土曜 午前9時～正午 (午後は電話相談のみ)
子育てサロン竹林	竹林町226 (竹林保育園内)	621-4788 午前9時～午後4時	
子育てサロン西部	鶴田町970-1 (子ども発達センター・西部保育園内)	647-4740 午前9時～午後4時	
子育てサロン北雀宮	若松原2丁目18-30 (北雀宮保育園内)	653-5164 午前9時～午後4時	
子育てサロンゆずのこ	松田新田町483 (ゆずのこ保育園内)	674-2010 午前9時～午後4時	
子育てサロンなかよし	白沢町396-2 (なかよし保育園内)	673-2511 午前9時～午後4時	



健康に関すること

●健康相談

妊産婦や子どもの健康に関する相談を、保健師等が個別にお受けします。また、電話による相談もお受けします。

関係機関	相談日及び時間	電話
こども家庭センター相談窓口	月～金曜日(祝日・年末年始を除く) 午前9時～正午、午後1時～4時	P32参照
宇都宮市保健センター	水曜日・祝休日等の休館日、年末年始を除く毎日 午前9時～正午、午後1時～4時	627-6666
各地区市民センター(篠井・上河内を除く) 東市民活動センター	日程・会場については、子ども支援課まで お問い合わせください。	632-2388

●栄養相談

妊産婦や子どもの食生活に関する相談を、栄養士が個別にお受けします。また、電話による相談もお受けします。

関係機関	相談日及び時間	電話
宇都宮市保健センター	水曜日・祝休日等の休館日、年末年始を除く毎日 午前9時～正午、午後1時～4時	627-6666
各地区市民センター(篠井・上河内を除く) 東市民活動センター	日程・会場については、子ども支援課まで お問い合わせください。	632-2388

●歯科健康相談

歯科医師がむし歯や歯並びなど歯に関する相談を、歯科衛生士がブラッシングに関する相談をお受けします。

【所在地】宇都宮市保健センター 駅前通り1丁目4-6 トナリエ宇都宮9階

【相談日及び時間】日程等の詳細については、「広報うつのみや」でお知らせします。

【問合せ先】市保健センター TEL 627-6666



しつけに関すること

●家庭児童相談室

満18歳未満の児童に関する虐待、養育、性格・行動、生活習慣、学校・家庭生活等の相談を家庭相談員がお受けします。

【相談窓口】子ども支援課(市役所2階)

【問合せ先】子ども支援課 子ども家庭支援室
TEL 632-2390

●相談内容

- (1) 虐待、家族関係など家庭内の問題についての相談。
- (2) 性格・行動、生活習慣など家庭でのしつけについての相談。
- (3) 不登校など学校生活についての相談。
- (4) 暴力、夜遊びなど非行についての相談。
- (5) その他、児童の養育について幅広く相談に応じています。

●栃木県中央児童相談所

18歳未満の子どもの成長に伴って生じてくる、心のこと、からだのこと、身のまわりのことなど、さまざまな問題について、児童福祉司や児童心理司、相談員、医師などが相談に応じています。

【所在地】野沢町4-1

【問合せ先】栃木県中央児童相談所 TEL 665-7830

●児童家庭支援センター

子どもやその家族に関する心配や悩みについて、専門の相談員が応じています。

●児童家庭支援センターにここ広場

【受付時間】月～金曜日 午前9時～午後5時

【電話】623-4152 【FAX】626-5781

【E-mail】nikoniko@sunnyuuj.org

●テレホン児童相談(県の窓口)

子どもについての心配や悩みをお持ちの方または子ども本人からの相談に、専門の電話相談員が応じています。匿名での相談も可能です。

【受付時間】毎日 午前9時～午後8時

【電話】665-7788

●ホットもっと電話相談

●家庭教育ホットライン

【相談内容】保護者のための子育てや家庭教育に関する相談

【受付時間】月～金曜日 午前8時30分～午後9時30分

土曜日 午前8時30分～午後5時30分

(上記時間外と日曜日・祝日・年末年始等は
留守番電話・FAX(電話番号と同じ)で対応)

【電話】665-7867

●こころのダイヤル

専門の相談員などが、心の悩みに関して幅広く相談に応じています。

【受付時間】月～金曜日(祝日・年末年始は除く)

午前9時～午後5時

▼精神科医による相談

(精神疾患と治療に関すること)

第2・第4水曜日 午前9時30分～午前11時30分

【電話】673-8341



学校生活に関すること

●宇都宮市教育センター 教育相談室

宇都宮市教育センター内にある教育相談室では、小中学生の学校生活や発達などに関する相談（不登校・発達障がいを含む）や、幼児（年長児）の就学に関する相談に、教育や心理の専門家が対応しています。秘密は守りますので、安心してご相談ください。

また、保護者の了解のもと、必要に応じて在籍校と連携を図ります。

●このようなときにご相談ください

- | | |
|--------------------------|------------------------|
| (1) 入学を前にして、集団に入れるか心配。 | (7) 整理整頓が苦手で、忘れ物が多い。 |
| (2) 友達とかかわれず、一人でいることが多い。 | (8) 落ち着きがなく、集中力がない。 |
| (3) 学校に行きたがらない。学校に行けない。 | (9) 少しのことで怒る。パニックを起こす。 |
| (4) みんなと同じ行動をすることが苦手。 | (10) 非常に神経質である。 |
| (5) 極端に苦手な学習がある。 | (11) 友達とトラブルになりやすい。 |
| (6) 発音がうまくできない。 | (12) 育て方やしつけに自信がない。 など |

この他にも、通級指導教室、特別支援学級、特別支援学校、学校以外の安心できる居場所等に関する相談もお受けしています。

【相談窓口】 宇都宮市教育センター教育相談室 天神1丁目1-24

【相談申し込み】 市教育センターHPの申し込みフォームに必要事項を入力

【費用】 無料

【問合せ先】 市教育センター 相談グループ TEL 639-4380・4381



市教育センターHP



●いじめ相談さわやかテレホン

【電話】 665-9999

全国共通ダイヤル 0120-0-78310

【相談内容】 児童生徒のためのいじめや不登校、その他学校生活などに関する相談

【受付時間】 毎日 24時間

教育の扶助に関すること

●就学援助制度

経済的理由で市内の公立小・中学校に通う子どもの学校給食費の支払いや学用品の購入にお困りの家庭に対して、その一部を援助する制度です。

小学校入学前には、入学準備金を支給します。

制度の対象となる家庭は生活保護受給世帯や、生活保護に準じる程度の低所得世帯、ひとり親家庭で児童扶養手当の受給が決定した家庭等です。

【問合せ先】 学校管理課 就学グループ TEL 632-2724

●高等学校授業料の免除

私立高等学校等に在学中の勉学の意欲がある生徒で、保護者の年収が一定基準以下の場合（モデル世帯で年収350万円未満程度）は、申請により授業料が免除になる場合があります。

【問合せ先】 各高等学校



青少年に関すること

● 青少年自立支援センター「ふらっぷ」

学校や仕事、将来のことなどで、悩みや不安を抱えている青少年（おおむね15歳～39歳）やご家族からの相談に、専門の知識や経験のある相談員と一緒に考えながら解決を目指します。

【相談時間】月～金曜日 午前9時～午後5時（祝日・年末年始を除く）

【電話相談】633-3715（みないーこ）

【面接相談】電話で予約の上、青少年自立支援センター「ふらっぷ」へお越しください。

※必要に応じて、訪問相談を行います。

【費用】無料

【所在地】中央1丁目1-13 中央生涯学習センター4階

【問合せ先】 青少年自立支援センター「ふらっぷ」 TEL 633-3715

● 若者自立支援ステップアップ事業

宇都宮市青少年自立支援センター「ふらっぷ」では、ニートやひきこもり、不登校など、自立に困難を抱える若者のための、体験活動プログラム「若者自立支援ステップアップ事業」を実施しています。

この事業は、「社会に出るのが怖い」「自分に自信がない」「学校生活で挫折してしまった」「就職活動でつまづいた」等、様々な課題を抱え、社会に出ることに不安を感じている若者を対象に、様々な体験活動や他者との緩やかな交流を通じて、自信回復や円滑な社会復帰を目指すことを目的としています。

利用される方の興味関心に合わせて、それぞれ希望するプログラムに参加しながら、本市の相談員と面談による振り返りを行うことで、一人ひとりのペースに合わせたステップアップを目指していきます。

【対象】15歳から39歳までの市内在住者（在学・在勤を含む）で、ニートやひきこもり、不登校など自立に困難を抱える方、仕事が続かない方、社会とのつながりを持てずにいる方など

【開催場所】宇都宮市青少年自立支援センター「ふらっぷ」

（宇都宮市中央1丁目1番13号 中央生涯学習センター4階）

（注意）プログラムの内容によって開催場所が変更となる場合があります。

【開催時間】毎週火曜日・金曜日 午前10時～正午 午後2時～4時

詳細は、市HPをご覧ください。

（注意）プログラムの内容によって日程が変更となる場合があります。

【参加費】無料

【問合せ先】 青少年自立支援センター「ふらっぷ」 TEL 633-3715



市HP▶

● 子どもの人権相談

宇都宮地方裁判所の人権擁護課において、「人権相談」及び子どものいじめや体罰などの問題についての相談「子どもの人権110番」を電話で受け付けています。（月～金曜日の午前8時30分～午後5時15分まで）

【問合せ先】 宇都宮地方裁判所人権擁護課（人権相談） TEL 0570-003-110

（子どもの人権110番） TEL 0120-007-110

保護者に関すること

●女性相談所

夫婦・家庭・自分の生き方など、女性のさまざまな悩みに、女性相談員による相談やカウンセラーによるカウンセリング、弁護士による法律相談を行っていますので、お気軽にご相談ください。

【相談日時】火～土曜日（祝休日・年末年始は休み、月曜日が祝休日のときは火曜日も休み）
午前9時～午後5時（第4土曜日は正午まで）

【電話相談】636-5731

【面談相談】予約の上、女性相談所へお越しください。

【カウンセリング日時】原則第2土曜日／午後1時半～午後4時半（1人50分程度）

【法律相談日時】原則第1・3水曜日／午後1時半～4時（1人30分以内）

※カウンセリング・法律相談は予約が必要です。先着順

【費用】無料

【所在地】明保野町7-1

【問合せ先】女性相談所 TEL 636-5731

●配偶者暴力相談支援センター

配偶者や恋人からの暴力（DV）の相談をお受けします。女性専用となります。秘密は守りますので安心してご相談ください。

【相談日時】火～土曜日（祝休日・年末年始は休み、月曜日が祝休日のときは火曜日も休み）
午前9時～午後5時（第4土曜日は正午まで）

【電話相談】635-7751

【面談相談】予約の上、配偶者暴力相談支援センターへお越しください（場所は予約時にお伝えします）。

【費用】無料

【問合せ先】配偶者暴力相談支援センター TEL 635-7751

就労に関すること

子育てと仕事を両立させるために、市民の就労を支援している相談や技術講習会などの窓口を紹介しています。

●キャリア相談

キャリアコンサルタントが、就職・転職活動への悩みや面接の受け方、応募書類の書き方に関する各種相談等に応じています。

※このほか、就職・転職活動を支援するためのセミナーも実施しています。

【問合せ先】商工振興課 労政グループ TEL 632-2446 ※要予約

●ハローワーク宇都宮（宇都宮公共職業安定所）

ハローワークでは、仕事を探されている求職者の方に対し、求人（仕事）の検索や求人情報の提供、職業紹介、職業訓練のあっせん、就職支援セミナーの開催など、様々な就職支援により就職のお手伝いを行っています。

なお、駅前プラザには「マザーズコーナー」（お子様を見守るキッズサポーターがいます。）を開設し、子育てと仕事の両立を希望する求職者の方に対して、担当者制により就職支援、セミナーを行っています。

【問合せ先】ハローワーク宇都宮… 明保野町1-4（第2地方合同庁舎1F） TEL 638-0369
ハローワーク宇都宮駅前プラザ… 駅前通り1丁目3-1KDX宇都宮ビル2F TEL 623-8609

●とちぎジョブモール

若年者をはじめ中高年齢者や障がいのある方などの就職を支援するために県が設置した施設で、就職活動に向けての様々な相談から、キャリアカウンセリング、職場定着までをワンストップで支援します。

●**総合相談**…就職活動に向けての様々な相談や情報提供、各種セミナー及び窓口の案内を行っています。

●**キャリアカウンセラー等による支援**…適職診断、面接の受け方等の指導、更には個々の能力や特性を踏まえたキャリアカウンセリング、職場定着支援を行っています。

●**専門相談**…障がいのある方、農業、林業、建設業、福祉への就職を希望する方への専門機関による相談会を定期的に開催しています。

●**女性向けセミナー**…女性ならではのキャリアの選択と磨き方や、就活術・仕事術等を学ぶセミナー及び一度離職した女性が再就職するために必要なスキル等を学ぶセミナーを開催しています。

●**職業相談・職業紹介**…とちぎジョブモールに併設された「宇都宮新卒応援ハローワーク」及び2階の「ハローワーク宇都宮駅前プラザ」と連携しています。

【所在地】駅前通り1丁目3-1 KDX宇都宮ビル1階

【HP】<https://workwork-tochigi.jp/jobmall/>

問合せ先 TEL 623-3226

●労働相談

育児休業、ハラスメント、労働時間、賃金、雇止めなど労働に関する各種相談に応じています。

関係機関	所在地	電話
宇都宮市商工振興課労政グループ ※要予約	旭1丁目1-5(市役所7階)	632-2446
栃木県労働政策課	埴田1-1-20	623-3535
宇都宮労働基準監督署	明保野町1-4第2地方合同庁舎 別館	633-4251
栃木労働局雇用環境・均等室	明保野町1-4第2地方合同庁舎	633-2795

住宅に関すること

●マイホーム取得支援事業補助金

居住誘導区域や地区計画を定めている一部の区域への居住を促進し、ネットワーク型コンパクトシティのまちづくりを進めることを目的に、これらの区域で住宅を取得する世帯に対して補助を行っています。子育て支援として、多世代同居世帯や親元近居世帯のほか、18歳に達する日以降の最初の3月31日までの子どもの人数に応じて、補助額が加算されます。補助金の申請には、住宅ローン契約を締結する前に、事前申込が必要になります。詳細は市HPをご覧ください。

問合せ先 住宅政策課 住宅政策グループ TEL 632-2735



相談窓口

●若年夫婦・子育て世帯及び新卒採用者等家賃補助金

居住誘導区域への居住を促進し、ネットワーク型コンパクトシティのまちづくりを進めることを目的に、居住誘導区域の民間賃貸住宅に新たに転入する世帯に対して補助を行っています。子育て支援として多世代同居世帯や親元近居世帯のほか、18歳に達する日以降の最初の3月31日までの子どもの人数に応じて、補助額が加算されます(若年夫婦・子育て世帯は市外からの転入者がいる世帯のみ)。補助金の申請には、賃貸借契約を締結する前に、事前申込が必要になります。詳細は市HPをご覧ください。

問合せ先 住宅政策課 住宅政策グループ TEL 632-2735

生活の支援に関すること

●生活保護

病気などの理由で、収入や蓄えがなく、安定した生活が困難になった人に、経済面での援助をします。生活保護には、生活・住宅・教育・医療・介護などの扶助があります。

【相談窓口】生活福祉第1課(市役所1階)、生活福祉第2課(市役所1階)

問合せ先 生活福祉第1課 TEL 632-2105 生活福祉第2課 TEL 632-2465

●生活困窮者自立相談支援窓口

現に経済的に困窮し、最低限度の生活を維持することができなくなるおそれのある方のために、自立に向けた相談支援窓口を開設しています。

このようなときにご相談ください

- 働きたい気持ちはあるが、どうしたらよいのかわからない。
- 失業または減収により、家賃の支払が難しくなってしまった。
- 仕事が長く続かない。
- 就職活動の進め方がわからない。
- 子どもの学力が心配だが、塾を利用するのは経済的に難しい。
- 生活に困っているが、どうしたらよいのかわからない。 …など



相談支援員が、個別の相談内容に応じた支援プランを作成し、市や関係機関による就労支援や各種福祉サービスなどの活用により、自立に向けた支援を行います。

【相談時間】月～金曜日／午前8時30分～午後5時15分 ※祝休日・年末年始を除く

【所在地】中央1丁目1-15 宇都宮市総合福祉センター5階

問合せ先 市社会福祉協議会(生活困窮者自立相談支援窓口) TEL 612-6668

●生活関連融資制度

生活に必要な資金や教育のため資金などを融資している窓口を紹介しています。

名称	資金の種類	資格要件	問合せ
栃木県 勤労者 生活資金	一般勤労者向け (災害、事故、 病気、冠婚葬祭、 教育等)	●次の全てに該当する方 ①県内に1年以上居住し、かつ1年以上勤務している ②安定継続した年収が150万円以上あり、返済能力がある ③行為能力を有する(未成年者等を除く。) ④保証協会の保証が得られる	県労働政策課 623-3217
	失業者向け (貸付対象者又は 家族のための 生活資金)	●次の全てに該当する方 ①県内に1年以上居住し、離職を余儀なくされた ②離職後1年以内であり、現在求職活動中である ③満65歳未満で世帯の生計を支えている ④行為能力を有する(未成年者等を除く。) ⑤保証協会の保証が得られる ⑥失業給付の受給資格を有し、現にその申請を行っている	中央労働金庫 栃木県本部 622-4296
宇都宮市 奨学金貸付	奨学金	●本市市民の被扶養者で、経済的理由により修学が困難な方 ●高校、高専、大学、大学院、短大、中等教育学校(後期課程)、専修学校(高等課程、専門課程)に入学する方または在学している方 ●成年で独立の生計を営み、確実な保証能力があり、市税の滞納がない連帯保証人を2人選任できる方(住民票上別世帯の方を1名ずつ選任 ※保護者可)	教育企画課 632-2705
	交通遺児 奨学金	●保護者が道路上における交通事故で死亡し、又は負傷による後遺障がい で働けなくなった家庭の被扶養者 ●上記奨学金の資格要件を満たす方(ただし、連帯保証人は1人とする)	
宇都宮市 大学等受験 一時金貸付	受験一時金	●大学、大学院、短大、専修学校(専門課程)を受験する方の保護者で、市内に 住所があり、市税の滞納がない方 ●成年で独立の生計を営み、確実な保証能力があり、市税の滞納がない連帯 保証人を1人選任できる方(申請する保護者とは住民票上別世帯の方)	
宇都宮市 入学一時金 貸付	入学一時金	●高校※、高専※、大学、大学院、短大、中等教育学校(後期課程)※、専修学校 (高等課程※、専門課程)に入学する方の保護者で、市内に住所があり、市税 の滞納がない方 ※私立に限る ●成年で独立の生計を営み、確実な保証能力があり、市税の滞納がない連帯 保証人を1人選任できる方(申請する保護者とは住民票上別世帯の方) ●他の入学一時金を借り受けていない方	
宇都宮市 返還免除型 育英 修学資金 貸付	育英修学資金	●本市市民の被扶養者で、経済的理由により修学が困難な方 ●大学、大学院、短大、専修学校(専門課程)に入学する方 ●成年で独立の生計を営み、確実な保証能力があり、市税の滞納がない連帯保 証人を2人選任できる方(住民票上別世帯の方を1名ずつ選任 ※保護者可) ●最終学校卒業後、本市に居住することを希望する方 (最終学校卒業後、1年以内に本市に居住し、5年間継続して居住した場合、 返還が免除されます。)	
日本学生 支援機構	給付奨学金	●進学先や通学形態(自宅・自宅外)など様々な条件で異なる	日本学生支援機構 奨学金相談センター 0570-666-301
	貸与奨学金		
生活 福祉資金 貸付 ※他制度優先	福祉資金	●低所得世帯・障がい者世帯・高齢者世帯で、資金の貸付けにより今後の自立 が見込まれる世帯 - 生業費・技能修得費・住宅改善費・福祉用具の購入費・医療費・転宅費・冠婚 葬祭費・障がい者用自動車購入費など ※費用により対象となる世帯が異なります。	宇都宮市 社会福祉協議会 相談支援課 636-1251
	教育支援資金	●低所得世帯で高校・大学等の就学費用に困っており、他制度からの借り入れ が困難又は他制度からの借入のみでは不足する世帯	
	総合支援資金	●失業などによって生活の維持が困難になっている世帯	

※ひとり親家庭等の貸付金については、P27を参照ください。

●大学等受験料・模擬試験受験料支援事業

大学等※の受験料、大学等や高校への進学に向けた模擬試験受験料の支援を行います。

※大学等：大学、短期大学、専修学校（専門課程）及び高等専門学校（4年時）

【補助要件】次のすべてに当てはまる世帯

- (1) 申請日時点で、児童扶養手当を受給する世帯※または市民税非課税世帯
※同等の所得水準にあるひとり親家庭等を含む
- (2) 申請日時点で、申請者（原則保護者）の住民登録が宇都宮市にある
- (3) 申請する当年度中に子どもの大学等の受験料や模擬試験受験料を支払った世帯

【対象児童・補助額】

	大学等への進学に向けた支援	高校への進学に向けた支援
対象児童	高校3年生など (大学等を受験する20歳未満の人)	中学3年生
大学等受験料	1人あたり 上限5万3,000円	— (高校受験料は対象となりません。)
模擬試験受験料	1人あたり 上限8,000円	1人あたり 上限6,000円

※振込手数料・事務手数料は除きます

【申し込み】申請方法や申請期間は市ホームページをご確認ください。

問合せ先 児童扶養手当を受給する世帯…子ども政策課 自立支援グループ TEL 632-2386
 市民税非課税世帯……………子ども政策課 子ども給付グループ TEL 632-2387

