

相談対象は、市内に在住か通勤通学している人(無料法律相談は市内在住者のみ)。秘密は厳守します。なるべく本人か家族が、関係書類・物品をお持ちの上、ご相談ください。予約が必要なものは、当日、会場へ。
①主な相談内容 ②日時(常設のものは、祝休日と重なった場合は休み) ③会場④の順に掲載。

市総合福祉センター④障がい者福祉センター☎(614)3309
あすてらす・うつのみや(とちぎ権利擁護センター)

①高齢者・障がい者で判断能力が十分でない人が持つ金銭管理の不安や福祉サービス利用の手続き ②月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分 ③④あすてらす・うつのみや(市社会福祉協議会内)☎(635)1234
権利擁護・成年後見センター

要予約(一部)

①判断能力が不十分な人のための成年後見制度に関する相談・助言 ②月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分 ③④権利擁護・成年後見センター(中央1丁目・市総合福祉センター社会福祉協議会内)☎(636)1215
障がい者の医療・生活相談

要予約

①18歳以上を対象とした医師による、医療や生活 ②7月9日(土)午前10時～正午。先着2組 ③④障がい者福祉センター(市総合福祉センター内)☎(639)1050、FAX(639)1052

とちぎ難病相談支援センター
医療相談

要予約

①難病患者またはその家族を対象とした専門医などによる医療個別相談 ②腎・泌尿器系疾患＝7月3日(日)午前9時30分～午後0時30分。循環器系疾患＝7月23日(土)午前9時30分～午後0時30分。呼吸器系疾患＝8月6日(土)午前9時30分～午後0時30分。申し込みは午前10時～正午、午後1時～4時に、電話で、とちぎ難病相談支援センター☎(623)6113へ ③とちぎリハビリテーションセンター(駒生町)④保健予防課☎(626)1114

介護保険相談窓口

①介護サービスや要介護等認定申請の手続き方法、介護保険料など介護保険全般 ②月～金曜

日、午前8時30分～午後7時 ③④高齢福祉課(市役所2階)☎(632)8989、FAX(632)3040
医療相談(電話相談)

①患者や家族からの医療に関する相談 ②月～金曜日、午前9時～午後4時④保健所総務課(医療相談窓口)☎(626)1236
国民年金相談

①国民年金の加入、脱退 ②月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分 ③④保険年金課(市役所1階)☎(632)2327

国民健康保険相談

①国民健康保険の加入、脱退 ②月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分 ③④保険年金課☎(632)2320

子ども

子ども総合相談(電話相談可)

①妊産婦や子どもの健康や悩み、子育ての心配ごとや手続き ②月～金曜日、午前8時30分～午後7時。土・日曜日は午後5時15分まで(電話相談のみ) ③④子ども総合相談(市役所2階・子ども家庭課内)☎(632)2525
家庭児童相談(電話相談可)

①児童に関する虐待・生活習慣・学校・家庭生活 ②月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分 ③④家庭児童相談室(子ども家庭課内)☎(632)2390

教育相談

要予約

①幼児(年長児)、小・中学生の学校生活や就学 ②月～金曜日、午前9時～午後5時 ③④市教育センター(天神1丁目)☎(639)4380・4381

子どもの発達相談

要予約

①子どもの発達(ことば・運動・社会性)に関する悩み、不安 ②月～金曜日、午前8時30分～午後5時 ③④子ども発達センター☎(647)4720

青少年総合相談窓口

要予約

①自立を目指す若者の不安や悩み、キャリアカウンセリング、少

年非行や問題行動 ②来所相談＝月～金曜日、午前9時～午後5時。出張相談＝7月6日(平石区)・13日(南漣)・20日(清原区)・27日(西漣)、8月3日(横川区)。午後1時～4時 ③④青少年自立支援センター「ふらっぷ」(中央1丁目・中央漣内)☎(633)3715

女性

配偶者からの暴力(DV)相談

①配偶者などからの暴力(DV) ②火～土曜日(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) ③④配偶者暴力相談支援センター☎(635)7751

女性相談

要予約(一部)

①夫婦のこと、家庭のこと、自分の生き方 ②火～土曜日(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)、面談は要予約 ③④女性相談所(西川田町・男女共同参画推進センター内)☎(636)5731

女性のためのカウンセリング

要予約

①女性カウンセラーによる、心の悩み、人間関係、自分の生き方 ②7月16日(土)午後1時～5時。先着4人 ③④女性相談所☎(636)5731

女性のための法律相談

要予約

①女性弁護士による、離婚・親権・養育費の問題 ②7月20日(水)、8月3日(水)。午後1時30分～4時。申し込みは7月7日午前9時から、電話で、女性相談所へ ③④女性相談所☎(636)5731

子育てママの就職相談

要予約

①子育て中の女性を対象とした、就職相談 ②8月4日(木)午後2時～4時。先着4人。申し込みは8月3日正午までに、電話で、男女共同参画推進センターへ ③④男女共同参画推進センター(西川田町)☎(659)3894

本文中に記載がないものは、原則として、対象にならない。費用は無料、申込不要。
①地区市民センター、②出張所、③生涯学習センター、④地域のコミュニティセンター、⑤市民活動センター、⑥ホームページ、⑦Eメールアドレス、⑧地域自治センター、⑨地域コミュニケーションセンター、⑩市民活動センター

◎重い運動障がいのある子どものプール活動を支援 ▽日時 7月6・13日、8月3・10日。午後1時10分～4時10分▽会場 子ども発達センター▽内容 医師や理学療法士などによる、安心で楽しい温水プール活動▽対象 市内在住の18歳未満で重い運動障がいのある子ども。事前に医師の診察(有料・要予約)が必要。④子ども発達センター☎(647)4720



健康・福祉

保健と福祉の相談

1 妊娠・子育てから高齢者の介護まで、健康の悩み、福祉サービス全般 **2** 月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分 **3** 市保健福祉総務課（市役所1階）☎（632）2941、上河内 **4** 保健福祉課☎（674）3133、河内 **5** 保健福祉課☎（671）3205、平石 **6** ☎（661）2369、富屋 **7** ☎（665）3698、姿川 **8** ☎（645）4535

市社会福祉協議会総合相談センター

1 2 弁護士の法律相談＝7月19日（火）午前9時～正午（受け付けは午前11時30分まで）。生活福祉相談（心配ごと相談）＝月～金曜日、心身障がい者相談（知的障がい者相談員）＝7月20日（水）、更生相談（保護司）＝7月21日（木）、午前9時～午後3時、精神保健福祉相談（精神保健福祉士）＝7月15日（金）午後1時～4時。巡回相談＝7月5日、8月2日（河内総合福祉センター）・7月7日（ことぶき会館）・12日（上河内老人福祉センター）・14日（ふれあい荘）・21日（やすらぎ荘）・28日（すこやか荘）。午前9時30分～午後3時30分 **3** 総合相談センター（中央1丁目・市総合福祉センター社会福祉協議会内）☎（636）1215

運動サポート相談

要予約

1 運動指導員による運動相談と実技指導 **2** 詳しくは、お問い合わせください **3** 市保健センター☎（627）6666

健康相談①

1 健診結果や生活習慣病予防など成人の健康に関する相談 **2 3** 保健所（竹林町）＝月～金曜日、市保健センター（ララスクエア宇都宮9階）＝毎日（休館日を除く）、午前9時～正午、午後1時～4時 **4** 健康増進課☎（626）1126、市保健センター☎（62

7）6666

健康相談②

1 エイズ、肝炎、結核、難病、精神保健 **2** 月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分 **3** 保健予防課☎（626）1114

栄養相談

1 管理栄養士による栄養や食事に関する個別相談 **2** 毎日（休館日を除く）、午前9時～正午、午後1時～4時 **3** 市保健センター☎（627）6666

病態別栄養相談

要予約

1 管理栄養士による生活習慣病などの病気に応じた食事療法。医師の指示書が必要 **2 3** 保健所＝月曜日、市保健センター＝土・日曜日、午前9時30分～午後3時 **4** 健康増進課☎（626）1126

エイズ（HIV抗体）検査・性感染症検査・ウイルス性肝炎検査

要予約（一部）

1 匿名によるエイズ（HIV抗体・感染したと思われる日から3カ月経過後）、クラミジア・梅毒（感染したと思われる日から4週間経過後）、B型・C型肝炎（感染したと思われる日から6カ月経過後）の検査と相談 **2 3** 7月6・13・20・27日、8月3日。午前9時～10時＝保健所（即日検査は要予約、先着10人）。7月24日（日）午後1時～3時30分＝市保健センター。

※保健所の即日（HIV・梅毒抗体検査）検査結果は当日、通常検査結果は約1週間後 **4** 保健予防課☎（626）1114

精神保健福祉相談

要予約

1 医師や精神保健福祉士（ケースワーカー）による、心の健康についての個別相談 **2** 7月13・27日（水）、午後1時30分～4時 **3** 保健予防課☎（626）1114
※上記相談日以外でも、随時、保健師が相談を受けています。

歯科健康相談

要予約

1 1 ① 歯科医師による歯に関する個別相談 ② 歯科衛生士による口

腔ケアに関する相談 **2** 7月30日（土）午後1時30分～3時30分。各先着6人。申し込みは7月4日午前9時30分から **3** 市保健センター☎（627）6666

休日眼科診療

1 眼科診療 **2** 日曜日・祝休日、午前10時～午後5時 **3** NHO 栃木医療センター（中戸祭1丁目）☎（622）5241 **4** 保健所総務課☎（626）1102

障がい者の差別解消相談

（電話・ファクス・Eメール相談可）

1 日常生活での差別的取り扱いや合理的配慮の不提供などについての相談 **2** 月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分 **3 4** 障がい福祉課☎（632）2353、☎（636）0398、✉ u1904@city.utsunomiya.tochigi.jp

障がい者基幹相談支援センター

1 相談支援事業所などへの助言、障がい者や家族からの専門相談・総合相談 **2** 月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分 **3 4** 障がい福祉課（市役所1階）☎（632）2366

障がい者生活支援センター

1 在宅の障がい児・者や家族からの各種相談などを行い障がい者の自立した生活を支援 **2** 各問い合わせ先へ **3 4** 市総合福祉センター☎（636）1536、子ども発達センター（鶴田町）☎（647）4724、障がい者生活支援センターこぶし（茂原町）☎（680）5748、サポートセンターとみや生活支援センター（徳次郎町）☎（665）8230、泉が丘ふれあいプラザ（泉が丘3丁目）☎（661）9055、うつのみや（西2丁目）☎（632）6074、サポートみゆき（御幸本町）☎（661）5116

視覚障がい者相談窓口

1 視覚障がい者や家族からの各種相談の受け付け、情報提供や助言を行い、視覚障がい者の自立した生活を支援 **2** 第1～4火・木曜日、午前9時～午後4時 **3**

◎対面朗読をご利用ください 視覚に障がいのある人や文字からの情報が困難な人に、音訳ボランティアが対面で朗読するサービスを行います。▽日時 7月18・31日を除く毎日、午前9時～午後4時▽会場 市総合福祉センター▽申込 朗読希望日の1週間前までに、電話で、ボランティアセンター☎（636）1285へ。

相談対象は、市内に在住か通勤通学している人(無料法律相談は市内在住者のみ)。秘密は厳守します。なるべく本人か家族が、関係書類・物品をお持ちの上、ご相談ください。予約が必要なものは、当日、会場へ。
①主な相談内容②日時(常設のものは、祝休日と重なった場合は休み)③会場④の順に掲載。

談受け付け②年末年始を除く毎日、午前9時～午後9時30分。日曜日・祝休日は午後5時まで③④まちぴあ(元今泉5丁目)☎(661)2778

ボランティアの相談

①ボランティアに関する相談②毎日(休館日を除く)、午前8時30分～午後5時15分③④ボランティアセンター(中央1丁目・市総合福祉センター内)☎(636)1285、FAX(634)2870

戸籍がない人の相談

①出生届を提出できず戸籍や住民票がない人に関する相談②月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分③④市民課(市役所1階)☎(632)2270

生活困窮相談

要予約

①経済的に困窮している人の自立に向けた相談②月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分③④自立相談支援機関(中央1丁目・市総合福祉センター社会福祉協議会内)☎(612)6668

上下水道についての相談

①③④引っ越しに伴う休止・開栓、名義変更=お客様受付センター☎(633)1300、道路からの漏水・修繕工事=配水管理センター☎(616)1331、水質=水質管理室☎(674)1399②月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分。



水道ぼうや

ひとり親家庭の相談

要予約

①母子・父子自立支援員によるひとり親家庭を対象とした就職・生活相談②月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分③④子ども家庭課☎(632)2389

マザーズコーナー出張相談

①子育て中の親を対象とした、就職相談②7月14日(木)午前10時～正午③④子ども家庭課☎(632)2386、ハローワーク宇都宮駅前プラザ「マザーズコーナー」☎(623)8609

初心者パソコン相談会

①パソコンの基本操作に関する相談(パソコン持参・1人30分程度)②7月13日(水)午後1時～3時③④中央(逕)4階(中央1丁目)④人材かがやきセンター☎(632)6332、ITアットうつのみや☎(908)8655

シニア世代の相談

①第2の人生で「何か」をしたいおおむね50歳以上の人の相談②月～土曜日、午前9時～午後6時③④みやシニア活動センター(市総合福祉センター内)☎(639)8585

花・緑の相談

①家庭の花や緑②火～日曜日(月曜日が祝休日のときは開所し、火曜日が休み)、午前10時～午後4時③④市緑の相談所(平出工業団地)☎(662)5813

ペットについての相談

要予約

①ペットの飼い方②月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分③④生活衛生課☎(626)1108

専門家

弁護士無料法律相談

要予約

①不動産、相続、離婚、金銭貸借など②7月10・24日(日)、午前10時～午後0時40分③市役所14階会議室▼対象 市内在住の人▼定員 各先着50人▼申込 10日分が7日午前8時30分から、24日分が21日午前8時30分から、電話で、広報広聴課☎(632)2022・2023・2025・2028・2129へ。※同一内容の相談は1回限り。相談時間は20分以内。

行政書士無料相談

①相続、離婚、農地転用、開発行為、営業許認可など、市役所に提出する書類や手続き②③7月11日(月)午前10時～午後3時=市民相談コーナー、7月24日(日)午後1時～4時=市民プラザ(参5階)④広報広聴課☎(6

32)2022

司法書士無料相談

①相続、売買、会社設立などの登記、債務整理②7月12日(火)午前10時～午後3時(受け付けは午後2時まで)③市民相談コーナー④広報広聴課☎(632)2022

土地家屋調査士無料相談

①土地測量、分筆登記、建物新築登記、境界確認、筆界特定など②7月20日(水)午前10時～午後3時③市民相談コーナー④広報広聴課☎(632)2022



税理士税金なんでも無料相談

予約優先

①税金全般②7月19日(火)午前10時～正午、午後1時～4時③市役所14階D会議室④税制課☎(632)2204

起業・創業相談

要予約

①起業・創業に関する相談や情報提供②詳しくはお問い合わせください③市起業家支援施設(中央3丁目・県産業会館内)④産業政策課☎(632)2443

弁理士知財相談

要予約

①特許、実用新案②7月15日(金)午後1時30分～4時30分(受け付けは午後1時～4時)③商工会議所(中央3丁目)④商工振興課☎(632)2434

社会保険労務士労働相談

予約優先

①社会保険制度や労働時間、賃金、解雇、事業主からの人事・労務管理②7月14日(木)・26日(火)、午後1時30分～4時30分③④商工振興課(市役所7階)☎(632)2446

キャリアコンサルタント就職相談

要予約

①就職に関する悩みや、面接の受け方、書類の書き方、適職診断など②毎週月～水・金曜日、午前10時～午後4時30分③④商工振興課☎(632)2446

◎無料調停相談 ▽日時 7月11日(月)午前10時～正午▽会場 市役所14階大会議室▽内容 交通事故、金銭の貸し借り(消費者金融など)、土地・建物の問題、相続、離婚、扶養、その他民事・家事に関する一切の相談。④宇都宮調停協会(宇都宮簡易裁判所内)☎(333)0030、広報広聴課☎(632)2022

本文中に記載がないものは、原則として、対象といたしません。費用は無料、申込不要。
④ 地区市民センター、⑤ 出張所、⑥ 生涯学習センター、⑦ うつのみや表参道スクエア、⑧ ホームページ、⑨ Eメールアドレス、⑩ 地域コミュニケーションセンター、⑪ 市民活動センター

