

## 1 相談窓口

### (1) 市役所関係の申請・相談窓口

#### 各担当窓口

内 容	窓 口	電話番号	
在宅福祉サービス	高齢福祉課 福祉サービスグループ	632-2360	
	高齢福祉課 相談支援グループ	632-2357	
要介護・要支援認定	高齢福祉課 認定審査グループ	632-2986	
介護保険サービス	高齢福祉課 介護サービスグループ	632-2906	
介護保険料	高齢福祉課 介護保険料グループ	632-2907	
介護予防	高齢福祉課 相談支援グループ	632-2357	
後期高齢者医療制度	保険年金課 後期高齢者医療グループ	632-2307	
老齢基礎年金・遺族基礎年金など	保険年金課 国民年金グループ	632-2327	
民生委員・児童委員	保健福祉総務課 企画グループ	632-2919	
生活保護など	生活福祉第1課 保護第1グループ	632-2105	
		保護第2グループ	2068
	生活福祉第2課 保護第3グループ	2465	
		保護第4グループ	2876
		保護第5グループ	2891
		保護第6グループ	2787
就業相談	公益社団法人 宇都宮市シルバー人材センター	633-5300	
老人クラブ活動	宇都宮市老人クラブ連合会事務局	634-4950	

### 保健と福祉のまるごと相談窓口「エールU」

子どもや高齢者、障がい者などの日常生活での相談や困りごとを受け止め、育児や介護、生活困窮などの様々な保健福祉サービスの案内や利用のアドバイスなどを行っています。本人だけでなく家族や地域など、誰でも相談をすることができます。

#### < 開設日時 >

月曜日～金曜日（祝休日，年末年始を除く）

午前8時30分～午後5時15分

#### < お問合せ先 >

担当窓口	担当地域	電話番号
保健福祉総務課 地域保健福祉担当 中央部 (市役所1階A18番窓口)	本庁管内・宝木・豊郷	632-2941
地域保健福祉担当 東部 (平石地区市民センター)	平石・清原・瑞穂野	661-2369
地域保健福祉担当 西部 (富屋地区市民センター)	城山・国本・富屋・篠井	665-3698
地域保健福祉担当 南部 (姿川地区市民センター)	陽南・横川・姿川・雀宮	645-4535
地域保健福祉担当 北部 (河内地区市民センター)	上河内・河内	671-3205

## 地域包括支援センター（保健と福祉のまるごと相談窓口「エールU」）

高齢者が住み慣れた地域で、その人らしい生活を送るために、介護・福祉・健康など様々な面から総合的に支えていく機関として、お住まいの地域に設置しています。

☎ 高齢福祉課  
相談支援グループ  
TEL 632-2357

保健と福祉のまるごと相談窓口「エールU」として、高齢者や子ども、障がい者などの日常生活での相談や困りごとを受け止め、様々な保健福祉サービスの案内や利用のアドバイスなどを行っています。

また、相談・支援については、①保健師・看護師、②社会福祉士、③主任介護支援専門員（主任ケアマネジャー）の3職種による専門チームを配置し、連携して対応しています。

### < サービス内容 >

#### 様々な相談ごと

高齢者やその家族から介護や福祉などに関する相談を受け、適切なサービス利用ができるよう、支援します。

【たとえば、こんなときに・・・】

- ・ 近所に心配なひとり暮らしの高齢者がいる
- ・ 地域の人たちと交流できるサロンなどを教えてほしい など

#### 介護や健康のこと

要支援1・2の認定を受けた方に、介護予防ケアプランの作成を行い、介護予防サービスの利用調整を行います。また、要介護状態になる可能性の高い方などへの介護予防事業の紹介や介護予防・生活支援サービスの調整を行います。

【たとえば、こんなときに・・・】

- ・ 介護の認定を受けたい
- ・ 要介護状態になることを予防したい など

#### 権利を守ること

高齢者のさまざまな権利を守ります。高齢者虐待の早期発見や、成年後見制度の案内などを行います。

【たとえば、こんなときに・・・】

- ・ 虐待を受けている高齢者がいる
- ・ 財産管理に自信がなくなった など

#### 暮らしやすい地域にするために

地域の多様な社会資源を活用したケアマネジメント体制の構築を行うために、さまざまな機関と協力していきます。

< 費用 > 無料

< 手続き > お住まいの地区を担当する地域包括支援センターをご利用ください。

## ＜ 地域包括支援センター一覧 ＞

地域包括支援センター	所在地	電話番号	担当地区 (自治会連合会名)
地域包括支援センター御本丸	中央1丁目5-12 見木ビル1階	651-4777	中央, 築瀬, 城東
地域包括支援センターようなん	陽南4丁目6-34	658-2125	陽南, 宮の原, 西原
地域包括支援センターきよすみ	星が丘1丁目7-8	622-2243	昭和, 戸祭
地域包括支援センター今泉・陽北	今泉3丁目13-1 喜多川マンション1階	616-1780	今泉, 錦, 東
地域包括支援センターさくら西	西2丁目1-7	610-7370	西, 桜
鬼怒地域包括支援センター	御幸町77 森崎ビル1階	683-2230	御幸, 御幸ヶ原, 平石
地域包括支援センター清原	鎧山町1983	667-8222	清原
地域包括支援センター瑞穂野	上桑島町1476-2	656-9677	瑞穂野
地域包括支援センター峰・泉が丘	東今泉2丁目1-1	613-5500	峰, 泉が丘
地域包括支援センター石井・陽東	石井町2580-1	660-1414	石井, 陽東
よこかわ地域包括支援センター	屋板町578-504	657-7234	横川
地域包括支援センター雀宮	南高砂町11-17	655-7080	雀宮(東部)
地域包括支援センター雀宮・五代若松原	針ヶ谷町655	688-3371	雀宮(西部), 五代若松原
緑が丘・陽光地域包括支援センター	双葉1丁目13-56	684-3328	緑が丘, 陽光
地域包括支援センター砥上	砥上町54-1	647-3294	姿川(北部), 富士見, 明保
姿川南部地域包括支援センター	幕田町1456-1	654-2281	姿川(南部)
くにもと地域包括支援センター	宝木本町2141	666-2211	国本
地域包括支援センター細谷・宝木	細谷町486-7	902-4170	細谷・上戸祭, 宝木
富屋・篠井地域包括支援センター	徳次郎町65-8	665-7772	富屋, 篠井
城山地域包括支援センター	田野町666-2	652-8124	城山
地域包括支援センター豊郷	川俣町900-2	616-1237	豊郷
地域包括支援センターかわち	白沢町771	673-8941	古里中学校区
田原地域包括支援センター	上田原町346-18	672-4811	田原中学校区
地域包括支援センター奈坪	下岡本町1987-1	671-2202	河内中学校区
上河内地域包括支援センター	中里町218-1	674-7222	上河内

**(2) 身近な相談先**

保健福祉総務課  
企画グループ  
TEL 632-2919

**民生委員・児童委員**

民生委員・児童委員は住民の立場に立ってまちの福祉を担うボランティアです。地域住民からの相談に応じ、専門機関や福祉サービスへの「つなぎ役」となるとともに、高齢者世帯等の見守りや情報提供、社会調査などを行っています。

お住まいの地域の民生委員・児童委員をお知りになりたい場合は、保健福祉総務課までお問い合わせください。

**(3) 社会福祉協議会**

市民の皆様の参加と協力のもと、共に支え合い助け合う「向こう三軒両隣」の地域共生社会の実現を目指し、ふれあい・いきいきサロンや安心・安全情報キット配付事業などの地域福祉事業のほか、心配ごと・悩みごと相談センターやボランティアセンターなどの運営を行っています。

**宇都宮市社会福祉協議会**

〒320-0806

中央1丁目1番15号 市総合福祉センター内

TEL : 636-1216 FAX : 638-9856

**心配ごと・悩みごと相談センター**

日常生活の中での心配ごとや悩みごとの相談を受け、必要に応じて、助言や他の専門窓口の紹介をしています。

相談内容	開催日	場所・時間
心配ごとや 悩みごとの相談	月曜日～金曜日	市総合福祉センター5階 午前9時～正午
巡回相談 (心配ごとや悩みごとの相談) ※ 要予約	毎月第1木曜日	老人福祉センターことぶき会館 午前10時～正午
	毎月第2木曜日	老人福祉センターふれあい荘 午前10時～正午
	毎月第3木曜日	老人福祉センターやすらぎ荘 午前10時～正午

相談内容	開催日	場所・時間
巡回相談 (心配ごとや悩みごとの相談) ※ 要予約	毎月第4木曜日	老人福祉センターすこやか荘 午前10時～正午
	毎月第1火曜日	河内総合福祉センター 午前10時～正午
弁護士の法律相談 ※ 要予約	毎月第3火曜日	市総合福祉センター5階 午前9時～正午 (受付は午前11時30分まで)
知的障がい者の 生活相談 ※ 要予約	毎月第3水曜日	市総合福祉センター5階 午前10時～正午
更生や犯罪予防に 関する相談 ※ 要予約	毎月第3木曜日	市総合福祉センター5階 午前10時～正午
こころの悩み相談 ※ 要予約	毎月第3金曜日	市総合福祉センター5階 午後1時～午後3時

※ 祝日、年末年始、休館日は除きます。

※ 相談日時は変更となる場合がありますので、詳しくはお問い合わせください。

※ 心配ごとや悩みごとの相談は、電話による相談も受け付けています。(巡回相談は来所のみ)

※ 要予約の相談につきましては、相談日の3日前までにお申し込みください。

#### < 費用 >

無 料

#### < お問い合わせ先 >

TEL : 636-1251

### ボランティアセンター

ボランティアに関する相談や養成講座の開催、登録・紹介を行っています。

#### < 開館日 >

月曜日～土曜日（祝日・年末年始・その他休館日を除く）

午前8時30分～午後5時15分

#### < お問い合わせ先 >

中央1丁目1番15号 市総合福祉センター8階

TEL : 636-1285 FAX : 634-2870

E-mail : miya-vc@ap.wakwak.com

**(4) 専門相談**

問 栃木県高齢対策課  
地域支援担当  
TEL 623-3148

**認知症の人と家族のための電話相談**

公益社団法人認知症の人と家族の会栃木県支部の相談員が、認知症の方とその家族の悩みごとや介護に関する電話相談を実施しています。

< 電話番号 >

TEL : 627-1122

< 開設日時 >

月曜日～土曜日（祝日・年末年始を除く）

午後1時30分～午後4時

※ 若年性認知症に関する相談も受け付けています。

問 高齢福祉課  
企画グループ  
TEL 623-2332

**もの忘れ相談会**

「最近、もの忘れが増えてきた」や「家族や知り合いが認知症かもしれない」など、市民の心配ごとや悩みごとに応じるための相談会を図書館等で定期的に開催しています。詳細は、「広報うつのみや」等でお知らせします。

**オレンジサロン**

認知症の本人とその家族が地域住民や専門職などと相互に情報を共有し、お互いを理解しあうことを目的として、誰もが気軽に集まれ、交流できる場を提供するとともに、認知症に関する相談への対応を行っています。

< オレンジサロン一覧 >

名称	住所	電話番号	開設時間
オレンジサロン 石蔵	道場宿町 1131	667-0365	火曜日，木曜日，土曜日 午前11時～午後3時 毎月第1・3日曜日 午後1時～午後3時 (祝日・年末年始を除く)
オレンジサロン あん	田下町 846-2	652-3525	金曜日 午前10時～午後2時 (祝日・年末年始を除く)
オレンジサロン えん	宝木町1丁目 2580	625-5668	月曜日～金曜日 午前10時～正午 (祝日・年末年始を除く)

## 1 相談窓口

名称	住所	電話番号	開設時間
オレンジサロン さくらカフェ	花房2丁目9-33	666-8224	月・火・木・金曜日 午後1時～午後3時 (祝日・お盆期間・年末年始を除く)
オレンジカフェ ろとす (白澤病院)	白沢町1813-16 白澤病院内1階 デイケアルーム	673-0011	毎月第2・4水曜日 午後2時～午後4時 (祝日・年末年始を除く)
JCHO オレンジサロン (JCHO うつのみや病院)	新富町9-4 雀宮地区市民 センター内	655-6601	毎月第4金曜日 午後1時30分～午後3時30分 (祝日・年末年始を除く) ※11月のみ第3金曜日

※ オレンジサロン「石蔵」では、毎月第2木曜日、第3日曜日はオレンジカフェ、毎月第2土曜日の午後5時から8時まで、男性介護者のサロン「止まり木」を実施しています。

※ JCHOオレンジサロンの開催場所は病院ではないため、ご注意ください。

### 認知症疾患医療センター相談

認知症疾患医療センターは、都道府県や政令指定都市が指定する病院に設置するもので、認知症疾患における鑑別診断、地域における医療機関等の紹介、行動・心理症状への対応についての相談や、もの忘れ等の自覚症状がある高齢者に関する相談や支援などを行う医療機関です。

#### < 認知症疾患医療センター一覧 >

センター名	所在地	電話番号	電話相談の 受付時間
皆藤病院	東町22	689-5088	月・火・水・金・土曜日 午前9時～午後4時 (祝日・年末年始を除く)
済生会宇都宮病院	竹林町911-1	680-7010	月曜日～金曜日 午後2時～午後4時 (祝日・年末年始を除く)

※ 受診を希望される際には、直接各センターへお問い合わせください。

※ 初診にかかりつけ医の紹介状が必要となる場合があります。

※ 診療受付時間等についても、直接各センターへお問い合わせください。

**あすてらす・うつのみや**

高齢の方（認知症高齢者，ひとり暮らし高齢者，高齢者2人世帯）や障がいのある方（知的障がい者，精神障がい者等）などで判断能力が十分でないために，福祉サービスの利用手続きが分からない方や，日常的な預貯金の出し入れなどについてお困りの方に無料で相談に応じています。

## &lt; 相談日時 &gt;

月曜日～金曜日（祝日・年末年始を除く）

午前8時30分～午後5時15分

## &lt; お問い合わせ先 &gt;

中央1丁目1番15号 市総合福祉センター内

TEL：635-1234 FAX:636-1248

※ 来所又は電話にて相談を承ります。

※ 来所の場合には事前にご連絡ください。

**病態別栄養相談**

問 健康増進課  
健康づくりグループ  
TEL 626-1126

生活習慣病などの病気に応じた食事療法について，主治医の指示に基づき，管理栄養士による個別相談を予約制で行います。

## &lt; 相談先・開催日時 &gt;

相談先	開催日時
宇都宮市保健所健康増進課	月曜日 午前9時30分～午後3時 (祝日・年末年始を除く)
宇都宮市保健センター	土曜日・日曜日 午前9時30分～午後3時 (祝日・年末年始を除く)

## &lt; 手続き &gt;

事前予約が必要です。

予約は，健康増進課 健康づくりグループまでご連絡ください。

### うつのみやあんしん住まいネット

住まい探しにお困りの方のご相談を無料で受け付けています。

☎住宅政策課  
住宅政策グループ  
TEL 632-2552

#### < 受付時間 >

月曜日～金曜日（祝日・年末年始を除く）

午前9時～午後5時

#### < お問合せ先 >

操町3番10号 労働者協同組合労協センター事業団内

TEL : 611-3250

※ 相談窓口へお越しになる場合は、事前にお電話ください。

#### < 手続き >

可能な範囲で、ご自身の状況（健康状態、収入、家族関係など）や希望の住まいの条件（家賃、間取り、立地など）を整理してからご相談されますと、よりスムーズに対応できます。

すでに支援を受けている方は、事前に、その支援者にご相談ください。

相談や住まい探しは無料ですが、入居にかかる引越し費用や仲介手数料などの初期費用が必要です。