

## 専門家 1004927

名称	内容	日時・対象・定員	会場	申込・問い合わせ先
弁護士法律相談 要予約	不動産、相続、離婚、金銭貸借など ※同一内容の相談は1回限り ※相談時間は20分以内	12月10・24日(日)、午前10時～午後0時40分。※時間の指定はできません ▼対象 市内在住者 ▼定員 各先着40人 ▼会場 市役所14階会議室 ▼申込 10日分は7日、24日分は21日、午前8時30分から、電話で、広報広聴課 ☎(632)2022・2023・2025・2027・2028へ		
行政書士相談	相続、離婚、農地転用、開発行為、営業許可など、市役所など官公庁に提出する書類や手続き	12月11日(月)午前10時～午後3時 ▼会場 市民相談コーナー(市役所2階) 12月24日(日)午後1時～4時 ▼会場 市民プラザ(うつのみや表参道スクエア5階)		広報広聴課 ☎(632)2022
司法書士による相続の相談会 要予約	不動産登記などの相続、遺言に関する電話または面談による相談 ※相談時間はいずれも30分程度	電話相談=12月9・23日(土)、午前10時～午後3時 ▼申込 9日分は6日、23日分は20日の午後4時30分までに、電話で、相続登記相談センター(県司法書士会) ☎(614)1122へ 面談相談=調整の上、相談日を決定 ▼申込 相続登記相談センター(HP)URLの登録司法書士一覧をご覧くださいの上、電話で、各司法書士事務所へ		
司法書士による相談 要予約	登記(相続、売買、会社設立など)、債務整理、成年後見手続きなど	12月2・16日(土)、午前10時～午後3時 ▼会場 栃木県司法書士会館(幸町) ▼申込 いずれも相談日の2日前までに、電話で、県司法書士会 ☎(614)1122へ		
司法書士相談		12月12日(火)午前10時～11時30分と午後1時～2時30分	市民相談コーナー	広報広聴課 ☎(632)2022
土地家屋調査士相談	土地測量、分筆登記、建物新築登記、境界確認、筆界特定など	12月20日(水)午前10時～午後3時		
遺言公正証書相談 要予約	遺言公正証書作成に関する相談 ※相談時間は20分以内	12月19日(火)午前10時～11時30分 ▼申込 12月15日までに、電話で、宇都宮公証センターへ		宇都宮公証センター ☎(624)1100
税理士税金なんでも相談 要予約	税金全般(法人および個人事業主などの相談は除く) ※相談時間は30分以内	12月19日(火) ①午前10時～11時50分 ②午後0時50分～3時50分 ▼定員 ①先着9人②先着15人	市役所14階B会議室	12月4日午前8時30分から、電話で、税制課 ☎(632)2204へ
宅地建物取引士による不動産(空き家などの)相談会 要予約	空き家をはじめとする不動産に関する全般的な相談 ※相談時間は20分以内	12月13日(水)午後1時30分～3時30分 ▼定員 先着5人		12月4日午前8時30分から、電話で、生活安心課(市役所2階) ☎(632)2266へ
起業・創業相談 要予約	起業・創業に関する相談や情報提供	原則、毎週水・金曜日 午前9時～正午と午後1時～3時	市起業家支援施設(中央3丁目・県産業会館内)	市起業家支援施設 ☎(680)6010 産業政策課 ☎(632)2443
社会保険労務士労働相談 要予約	労働時間、賃金、解雇、ハラスメント、雇止め、事業主からの労務管理	12月7日(木)・19日(火) 午後1時30分～4時30分		商工振興課(市役所7階) ☎(632)2446
キャリアコンサルタントによるキャリア相談 要予約	働く上でのストレスなどの悩み、今後の働き方、適性・職業の選択方法、応募書類・面接対策、転職などの相談	毎週月～水・金曜日 午前9時30分～正午と午後1時～4時30分 毎週木曜日 午前10時～正午と午後1時～5時	商工振興課 ☎(632)2446 とちぎジョブモール(駅前通り1丁目)	商工振興課 ☎(632)2446
事業承継相談 要予約	事業承継・M&A(企業間の合併・買収)に関する相談や情報提供	12月13日(水)午前10時～午後4時30分		商工振興課 ☎(632)2433

## 女性 1004927

名称	内容	日時・定員	会場	申込・問い合わせ先
配偶者からの暴力(DV)相談 要予約(面談)	配偶者などからの暴力(DV)についての女性専用相談	火～土曜日(月曜日が祝休日の時は火曜日も休み)、午前9時～午後5時(第4土曜日は正午まで) 月～金曜日、午前9時～午後8時 土・日曜日、午前9時～午後4時 月～金曜日、午前9時～午後5時	配偶者暴力相談支援センター ☎(635)7751 緊急時は県警本部県民相談室 ☎(627)9110、#9110(24時間)または近くの警察署へ とちぎ男女共同参画センター「パルティ」 ☎(665)8720 ウイメンズハウスとちぎ ☎(621)9993	
女性相談 要予約(面談)	夫婦・家庭のこと、自分の生き方など、女性のさまざまな悩み	火～土曜日(月曜日が祝休日の時は火曜日も休み)、午前9時～午後5時(第4土曜日は正午まで)		女性相談所(明保野町・男女共同参画推進センター「アコール」内) ☎(636)5731
女性のためのカウンセリング 要予約	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 ※相談時間は50分程度	12月16日(土)午後1時～5時 ▼定員 先着4人		
女性のための弁護士法律相談 要予約	女性弁護士による、離婚・親権・養育費の問題 ※相談時間は30分以内	12月20日(水)、令和6年1月17日(水) 午後1時30分～4時 ▼定員 各先着4人		12月7日午前10時から、電話で、女性相談所 ☎(636)5731へ
女性のための人権相談(電話相談)	配偶者などからの暴力(DV)やセクハラ被害についての人権相談	月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分		女性の人権ホットライン ☎0570(070)810
つなサポ相談室	▼女性の日々の不安や人間関係の悩みの相談 ▼生理用品の提供	月～金曜日、午前9時～午後5時 土曜日、午前9時～正午(第2土曜日は除く)	済生会宇都宮病院(竹林町)	つなサポ相談室 ☎090(2705)2730



# 相談窓口(無料)

相談対象は、市内在住か通勤通学者（弁護士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、相談内容を事前にまとめた上で、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、直接、会場へ。※12月29日～令和6年1月3日は休み。

## 健康・福祉 ID 1004929

名称	内容	日時・定員	会場	申込・問い合わせ先
国民年金相談	国民年金の加入、脱退	月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分	保険年金課(市役所1階)	☎(632)2327
国民健康保険相談	国民健康保険の加入、脱退	月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分	保険年金課	☎(632)2320
保健と福祉のまるごと相談窓口「エル」	子どもや高齢者、障がい者などの健康の悩みや福祉サービス全般、日常生活での困りごとに関する相談(育児や介護、生活困窮など)	月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分 保健福祉総務課(市役所1階)☎(632)2941、平石区(下平出町)☎(661)2369、富屋区(徳次郎町)☎(665)3698、姿川区(西川田町)☎(645)4535、河内区(中岡本町)☎(671)3205 ※その他、25カ所のすべての地域包括支援センターで実施		
市社会福祉協議会 心配ごと・悩みごと相談センター <b>要予約(一部)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▼心配事や悩み事の相談 月～金曜日、午前9時～午後3時</li> <li>▼弁護士の法律相談 12月19日(火)午前9時～正午(要予約) ※同一内容の相談は1回限り</li> <li>▼知的障がい者の生活相談(知的障がい者相談員) 12月20日(水)午前10時～午後3時(要予約)</li> <li>▼更生や犯罪予防に関する相談(保護司) 12月21日(木)午前10時～午後3時(要予約)</li> <li>▼こころの悩み相談(精神保健福祉士) 12月15日(金)午後1時～4時(要予約)</li> <li>▼巡回相談 12月5日=河内総合福祉センター、12月7日=令和6年1月4日=ことぶき会館、12月14日=ふれあい荘、12月21日=やすらぎ荘、12月28日=すこやか荘。午前10時～正午</li> </ul>		市社会福祉協議会(中央1丁目・市総合福祉センター内)	予約制の相談につきましては、各相談日2日前(土・日曜日、祝休日を除く)までに、電話で、市社会福祉協議会☎(636)1251へ
成人健康相談	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	月～金曜日 午前9時～正午と午後1時～4時 毎日(休館日を除く)	健康増進課(竹林町・保健所内)	☎(626)1126
栄養相談	管理栄養士による、栄養や食事に関する相談	午前9時～正午と午後1時～4時 ※休館日は44ページをご覧ください。	市保健センター(トナリエ宇都宮9階)	☎(627)6666
病態別栄養相談 <b>要予約</b>	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	毎週月曜日、午前9時30分～午後3時 毎週土・日曜日、午前9時30分～午後3時	保健所 市保健センター	健康増進課 ☎(626)1126
医療相談(電話相談)	患者や家族からの医療に関する電話による相談	月～金曜日、午前9時～午後4時	医療相談窓口(保健所総務課内)	☎(626)1236
感染症・難病・精神保健に関する相談	エイズ、肝炎、結核、難病、精神保健に関する相談	月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分	保健予防課(保健所内)	☎(626)1114
こころの健康相談 <b>要予約</b>	医師や公認心理師、精神保健福祉士による、心の健康についての相談 ※相談時間は1時間程度	12月13・20日(水)、午後1時30分～4時 その他、随時、保健師が相談を受け付けています	保健所	保健予防課 ☎(626)1114
エイズ(HIV抗体)検査・性感染症検査・ウイルス性肝炎検査 <b>要予約(一部)</b> ID 1004524	対象の検査と相談。対象は次の5つ ①エイズ(HIV抗体)=感染したと思われる日から3カ月経過後。 ②クラミジア③梅毒=感染したと思われる日から1カ月経過後。 ④B型肝炎⑤C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。 ※検査は匿名	<b>即日検査=エイズ(HIV抗体)・梅毒</b> <b>即日検査結果は当日、通常検査結果は約1週間後</b> 12月6・13・20・27日、午前9時～10時 <b>▼会場</b> 保健所2階検査会場 <b>▼定員</b> 即日検査=先着10人(要予約) ※HIV・梅毒の即日検査のみ要予約。通常検査は予約不要なので、受付時間(午前9時15分～10時)内にお越しください 12月24日(日)午後1時～3時30分 ※即日検査は実施していません <b>▼会場</b> 市保健センター <b>▼定員</b> 通常検査=先着20人(要予約)	市HPの申し込みフォームに必要事項を入力するか、電話で、保健予防課☎(626)1114へ	
介護保険相談	介護サービスや要介護等認定申請の手続き方法、介護保険料などの相談	月～金曜日、午前8時30分～午後7時	高齢福祉課(市役所2階)	☎(632)8989、FAX(632)3040
障がい者の医療・生活相談 <b>要予約</b>	18歳以上の障がい者を対象とした、医師による、医療や生活相談	12月9日(土)午前10時～正午 ▼定員 先着2組	障がい者福祉センター(中央1丁目)	☎(639)1050、FAX(639)1052
障がい者基幹相談支援センター	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	月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分	障がい福祉課(市役所1階)	☎(632)2366
障がい者の差別解消相談(電話・ファクス・Eメール相談可)	日常生活での障がいを理由とした不当な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	月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分	障がい福祉課	☎(632)2353、FAX(636)0398、✉u1904@city.utsunomiya.tochigi.jp
障がい者生活支援センター	在宅の障がい児・者や家族からの各種相談への対応などを行い、障がい者の自立した生活を支援	障がい者生活支援センターひかり(若草4丁目)☎(678)3077 障がい者生活支援センターサポートみゆき(海道町)☎(661)5116 障がい者生活支援センターフリス(桜2丁目)☎(666)5911 障がい者生活支援センタースローライフ(下金井町)☎(678)8781 障がい者生活支援センターとみや(宝木町1丁目)☎(612)8120		
視覚障がい者相談窓口	視覚障がい者や家族からの各種相談、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	第1～第4火・木曜日、午前9時～午後4時	市総合福祉センター(中央1丁目)	障がい者福祉センター ☎(614)3309
とちぎ権利擁護センター「あすてらす・うつのみや」	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に関する相談や福祉サービス利用の手続き	月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分	あすてらす・うつのみや(中央1丁目)	☎(635)1234

情報ひろば



# 相談窓口(無料)

相談対象は、市内在住か通勤通学者（弁護士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、相談内容を事前にまとめた上で、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、直接、会場へ。※12月29日～令和6年1月3日は休み。

## 子育て ID 1004930 ID 1004931

名称	内容	日時	会場	申込・問い合わせ先
子ども総合相談 (電話相談可)	妊産婦や子どもの健康や悩み、子育ての心配事や手続き	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・市保健センターへ転送)	子ども総合相談 (市役所2階・子ども支援課内) ☎(632)2525	
こども家庭センター 相談窓口 (電話相談可)	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	月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分 ※健康相談=月～金曜日、午前9時～正午と午後1時～4時	保健福祉総務課(市役所1階) ☎(632)2941、平石区(下平出町) ☎(661)2369、富屋区(徳次郎町) ☎(665)3698、姿川区(西川田町) ☎(645)4535、河内区(中岡本町) ☎(671)3205	
家庭児童相談 (電話相談可)	児童に関する虐待・生活習慣・学校・家庭生活	月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分	家庭児童相談室(子ども支援課内) ☎(632)2390	
教育相談 <b>要予約</b>	年長児の就学や、小中学生の学校生活(不登校・発達障がいも含む)に関する相談・助言	月～金曜日、午前9時～午後5時 ▼会場 市教育センター(天神1丁目) ▼申込 市教育センター(HP)URLの申し込みフォームに必要事項を入力 ▼問い合わせ先 市教育センター ☎(639)4380・4381	市教育センター(HP)	
子どもの発達相談 (電話相談可) <b>要予約(面談)</b>	子どもの発達(言葉・運動・社会性など)に関する悩み、不安	月～金曜日、午前8時30分～午後5時	子ども発達センター(鶴田町) ☎(647)4720	
青少年総合相談 (電話相談可)	ニート、ひきこもりなど自立に困難を抱える若者の不安や悩み、就職についての相談	月～金曜日、午前9時～午後5時	青少年自立支援センター「ふらっぷ」(中央1丁目・中央(運)内) ☎(633)3715	
ひとり親家庭の相談 <b>要予約</b>	母子・父子自立支援員による、ひとり親家庭対象の就職・生活相談	月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分	子ども政策課(市役所2階) ☎(632)2389	
マザーズコーナー 出張相談 <b>予約優先</b>	子育て中の母親を対象とした就職相談	12月14日(木)午後2時～4時	12月13日正午までに、電話で、子ども政策課 ☎(632)2386へ	
ひとり親の養育費などに関する弁護士法律相談 <b>要予約</b>	弁護士による、離婚などでひとり親になる人の養育費などに関する法律相談	12月13・27日(水)、午前9時30分～正午 ※予約状況により、若干時間を変更する場合があります	県母子家庭等就業自立支援センター(野沢町・とちぎ男女共同参画センター「パルティ」内) ☎(665)7801	

## 暮らし ID 1004928

名称	内容	日時	会場	申込・問い合わせ先
市民相談	市の業務や日常生活での困り事などに関する相談先の案内・助言	月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分	市民相談コーナー(市役所2階) ☎(632)2835	
役所のこと何でも相談	国、県、市など行政機関への意見や要望	12月7日(木) 午後1時30分～3時30分 12月8日(金) 午後1時30分～3時30分	FKD宇都宮店(今泉町) FKDインターパーク店(インターパーク6丁目)	総務省栃木行政監視行政相談センター ☎(634)4680 広報広聴課 ☎(632)2022
人権よろず相談	▼人権擁護委員による、差別、いじめ、虐待、近隣や職場での嫌がらせなどさまざまな人権に関する相談 ▼必要に応じて調査や救済措置などの支援	12月13日(水) 午前10時～正午と午後1時～3時	市役所14階 B会議室	男女共同参画課 ☎(632)2346
消費生活相談 <b>要予約(一部)</b>	▼悪質商法や契約トラブル、製品事故などの消費生活に関する相談 ▼多重債務整理相談は要予約	毎日、電話相談は午前9時～午後5時30分、来所相談は午前10時～午後5時30分(土・日曜日、祝休日は午後4時30分まで)	市消費生活センター(つつのみや表参道スクエア5階) ☎(616)1547	
戸籍がない人の相談	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	月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分	市民課(市役所1階) ☎(632)2270	
生活困窮相談 <b>要予約</b>	経済的に困窮している人の自立に向けた相談	月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分	自立相談支援機関(市社会福祉協議会)(中央1丁目) ☎(612)6668	
ごみの相談	ごみステーションの申請やごみの出し方 粗大ごみ収集(1点840円)の申し込みは、粗大ごみ受付センター ☎(643)5371(月～金曜日、午前9時～午後5時)へ。 なお、市で処理できる一般家庭のものを自分で清掃工場へ持ち込む場合は無料。 ※年末年始休業日については、14ページをご覧ください。	月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分	ごみ減量課(市役所12階) ☎(632)2423	
上下水道についての相談	引越しに伴う休止・開栓、名義変更 インターネット受付「引越れんらく帳」では、24時間申し込みます。 ID 1002579	月～土曜日、午前8時30分～午後5時15分	お客さま受付センター ☎(633)1300	
	道路からの漏水・修繕工事 水質についての相談	月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分	配水管理センター ☎(616)1331 水質検査センター ☎(674)1399	
ボランティア相談	ボランティアに関する相談	毎日(日曜日・祝休日を含む休館日を除く)、午前8時30分～午後5時15分	市社協ボランティアセンター ☎(636)1285、FAX(634)2870	
シニア世代の相談	第2の人生で「何か」をしてみたいが、相談先が分からないなど、おおむね50歳以上のシニア世代の自分づくりに関する相談	月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分 出張相談=12月12日(火)午後1時～3時 ※キャリアコンサルタントが相談に応じます	みやシニア活動センター 上河内地域交流センター(今里町)	みやシニア活動センター(市役所2階・高齢福祉課内) ☎(632)2368
初心者パソコン相談会	パソコンの基本操作に関する相談 ※パソコン持参 ※相談時間は30分程度	12月13日(水)午後1時～3時 ▼会場 姿川(運)(西川田町) ▼問い合わせ先 生涯学習課 ☎(632)2678、ITアットつつのみや ☎(908)8655		
ペット相談	ペットの飼い方相談	月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分	生活衛生課(竹林町・保健所内) ☎(626)1108	

本文中に記載がないものは、原則として、対象=どなたでも、費用=無料、申込=不要。[区]=地区市民センター、[運]=出張所、[運]=生涯学習センター。