



# 相談窓口(無料)～開催日が決まっている相談～

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 予約が必要なものを以外は、当日、直接、会場へ

予 要予約 相 相談時間20分以内 相 相談時間30分以内 相 相談時間50分程度 相 相談時間1時間程度

	名称・内容	日時・定員	会場	申込・問い合わせ先
専 門 家	弁護士法律相談 予相 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	7月14・28日(日)、午前10時～午後0時40分 ※時間の指定はできません ▼定員 各先着40人 ▼申込 14日分(市役所14階会議室)は11日、28日分(市役所16階会議室)は25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	7月8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) 7月28日(日)午後1時～4時 ▼会場 市民プラザ(馬場通り4丁目)		広報広聴課 ☎(632)2022
	司法書士による相続の相談 予相 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	電話相談=7月13・27日(土)、午前10時～午後3時 ▼申込 13日分は10日、27日分は24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)URL1の登録司法書士一覧をご覧の上、電話 で、各司法書士事務所へ		▲相続登記相談 センター(HP)
	司法書士による相談 予 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	7月6・20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3日前までに、電話で、県司法書士会☎(614)1122へ		
	司法書士相談 登記(相続、売買、会社設立など)、債務整理など	7月9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、境界確認、建物新築登記など	7月17日(水)午前10時～午後3時		
	調停手続相談会 家事関係のもめ事(夫婦関係、相続・遺産分割など)、 民事関係のもめ事(金銭の貸借、土地・建物、交通事 故など)について、調停手続に関する相談	7月22日(月)午前10時～正午と午後1時～3時 ▼会場 市役所14階C会議室 ▼問い合わせ先 家事関係=宇都宮家庭裁判所☎(621)4843、民事関係=宇都宮簡易裁判所 ☎(621)4815		
	宅地建物取引士による不動産相談 予相 空き家をはじめとする不動産に関する全般的な相談	7月12日(金)午後1時30分～3時30分 ▼定員 先着5人 ▼会場・申込 7月3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		
	税理士税金なんでも相談 予相 税金全般(法人および個人事業主などの相談は除 く)	7月9日(火)、8月20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6人②先着10人 ▼会場 上下水道局(河原町) ▼申込 7月9日分は7月1日、8月20日分は8月5日、午前8時30分から、電話で、税制課☎(63 2)2204へ		
	社会保険労務士労働相談 予 労働時間、賃金、雇止めなど	7月11日(木)・30日(火)、午後1時30分～4時30分	商工振興課(市役所7階) ☎(632)2446	
女 性	女性のためのカウンセリング 予相 女性カウンセラーによる、心の悩み、人間関係、自 分の生き方などの相談	7月13日(土)午後1時30分～4時30分 ▼定員 先着3人	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	
	女性のための弁護士法律相談 予相 女性弁護士による、離婚・親権・養育費などの相談	7月17日(水)、8月7日(水)。午後1時30分～4時 ▼定員 先着4人	7月4日午前10時から、電話で、女 性相談所☎(636)5731へ	
健 康 ・ 福 祉	市社会福祉協議会心配ごと・悩みごと相談センター 予 ①弁護士の法律相談※同一内容の相談は1回限り ②知的障がい者の生活相談(知的障がい者相談員) ③更生や犯罪予防に関する相談(保護司) ④こころの悩み相談(精神保健福祉士)	①7月16日(火)午前9時～正午 ②7月17日(水)午前10時～午後3時 ③7月18日(木)午前10時～午後3時 ④7月19日(金)午後1時～4時	各相談日の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	
	⑤巡回相談	7月4日・8月1日=ことぶき会館、7月2日・8月6日=河内総合福祉センター、7月11日=ふれあい 荘、7月18日=やすらぎ荘、7月25日=すこやか荘。午前10時～正午		
	こころの健康相談 予相 医師・公認心理師・精神保健福祉士が対応	7月10・24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	保健所(竹林町)	保健予防課 ☎(626)1116
子 育 て	自殺予防いのちの電話相談 死にたい死のうとと思っている人などの自殺予防相談	7月10日(水)午前8時～11日(木)午前8時 フリーダイヤル☎0120(783)556 ▼問い合わせ先 栃木のいのちの電話事務局☎(622)7970、保健予防課☎(626)1116		
	エイズ(HIV抗体)検査・性感染症検査・ウイルス 性肝炎検査 予 ※検査は匿名 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 ID 1004524	即日検査=エイズ(HIV抗体)・梅毒 即日検査結果は当日、通常検査結果は 約1週間後 7月3・10・17・24・31日、午前9時～10時 ▼会場 保健所 ▼定員 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	予約制の検査 については、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)1115へ
暮 ら し	マザーズコーナー出張相談 予 子育て中の母親を対象とした就職相談	7月11日(木)午後2時～4時	7月10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 予 離婚などでひとり親になる人の養育費など	7月10・24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	各相談日の前日正午までに電話で、 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へ	
	役所のこと何でも相談 行政相談委員などによる、国、県、市など行政機関 への意見や要望に関する相談	7月4日(木)、8月1日(木)。午後1時30分～3時30分 ▼会場 FKD宇都宮店(今泉町) 7月12日(金)午後1時30分～3時30分 ▼会場 FKDインターパーク店(インターパーク6丁目) ▼問い合わせ先 総務省栃木行政監視行政相談センター☎(633)1100		
人権よろず相談 人権擁護委員による、差別・いじめなどさまざまな 人権に関する相談と必要に応じた調査などの支援	7月10日(水)午前10時～正午と午後1時～3時	市役所5階 A会議室	男女共同参画課 ☎(632)2346	
シニア世代の相談 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	出張相談=7月9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	中央図書館 (明保野町)	みやシニア活動セン ター(高齢福祉課内) ☎(632)2368	
初心者パソコン相談 相 パソコンの基本操作など ※パソコン持参	7月10日(水)午後1時～3時 ▼会場 中央運(中央1丁目) ▼問い合わせ先 生涯学習課☎(632)2748、ITアットうつのみや☎(908)8655			



# 相談窓口(無料)~その他の常設の相談~

予 要予約  
予 要予約 (面談のみ。電話相談は予約不要)

各相談の詳細い内容はこちらから→



▲専門家・女性 ▲健康福祉 ▲子育て1 ▲子育て2 ▲暮らし

専門家		
① 起業・創業相談 <b>予</b>	市起業家支援施設 産業政策課	☎(680)6010 ☎(632)2443
② キャリアコンサルタントによる キャリア相談 <b>予</b>	商工振興課	☎(632)2446
女性		
③ 配偶者からの暴力(DV) 相談 <b>予</b>	配偶者暴力相談支援センター ※緊急時は県警本部県民相談室#9110(24時間) とちぎ男女共同参画センター ウイメンズハウスとちぎ	☎(635)7751 ☎(665)8720 ☎(621)9993
④ 女性相談 <b>予</b>	女性相談所	☎(636)5731
⑤ 女性のための人権相談	女性の人権ホットライン	☎0570(070)810
健康・福祉		
⑥ 国民年金相談(加入・脱退)	保険年金課	☎(632)2327
⑦ 国民健康保険相談(加入・脱退)	保険年金課	☎(632)2320
⑧ 保健と福祉のまるごと相談窓口 「エール」	保健福祉総務課	☎(632)2941
	平石区	☎(661)2369
	富屋区	☎(665)3698
	姿川区	☎(645)4535
	河内区	☎(671)3205
⑨ 市社会福祉協議会心配ごと・ 悩みごと相談センター	市社会福祉協議会	☎(636)1251
⑩ 成人健康相談	健康増進課	☎(626)1126
⑪ 栄養相談	市保健センター	☎(627)6666
⑫ 病態別栄養相談 <b>予</b>	健康増進課	☎(626)1126
⑬ 医療相談	医療相談窓口 (保健所総務課内)	☎(626)1236
⑭ 感染症に関する相談	保健予防課	☎(626)1115
⑮ 難病・精神保健に関する相談	保健予防課	☎(626)1116
⑯ 介護保険相談	高齢福祉課	☎(632)2986 ☎(632)2908 ☎(632)2905
⑰ 判断能力が不十分な方への 金銭管理などの相談	あすてらす・うつのみや	☎(635)1234
⑱ 視覚障がい者相談窓口	障がい者福祉センター	☎(614)3309
⑲ 障がい者基幹相談支援センター	障がい福祉課	☎(632)2366
⑳ 障がい者の差別解消相談	障がい福祉課	☎(632)2353

⑳ 障がい者生活支援センター	障がい者生活支援センターひかり	☎(678)3077
	障がい者生活支援センターサポートみゆき	☎(661)5116
	障がい者生活支援センタークライス	☎(612)4746
	障がい者生活支援センタースローライフ	☎(678)8781
	障がい者生活支援センターとみや	☎(612)8120
子育て		
㉒ 子ども総合相談	子ども総合相談 (子ども支援課内)	☎(632)2525
㉓ こども家庭センター相談窓口	中央部	☎(632)2941
	東部	☎(661)2369
	西部	☎(665)3698
	南部 北部	☎(645)4535 ☎(671)3205
㉔ 家庭児童相談	家庭児童相談室 (子ども支援課内)	☎(632)2390
㉕ 教育相談 <b>予</b>	市教育センター	☎(639)4380-4381
㉖ 子どもの発達相談 <b>予</b>	子ども発達センター	☎(647)4720
㉗ 青少年総合相談	青少年自立支援センター	☎(633)3715
㉘ ひとり親家庭の相談 <b>予</b>	子ども政策課	☎(632)2389
暮らし		
㉙ 市民相談	市民相談コーナー	☎(632)2835
㉚ 消費生活相談 <b>予</b>	市消費生活センター	☎(616)1547
㉛ 戸籍がない人の相談	市民課	☎(632)2270
㉜ 生活困窮相談 <b>予</b>	自立相談支援機関	☎(612)6668
㉝ ごみの相談	ごみ減量課	☎(632)2423
㉞ 上下水道についての相談 引っ越しに伴う開栓・休止 道路からの漏水・修繕工事 水質についての相談	お客さま受付センター	☎(633)1300
	配水管理センター	☎(616)1331
	水質検査センター	☎(674)1399
㉟ ボランティア相談	市社協ボランティアセンター	☎(636)1285
㊱ シニア世代の相談	みやシニア活動センター (高齢福祉課内)	☎(632)2368
㊲ ペット相談	生活衛生課	☎(626)1108

## 日程・情報

### 夜間休日救急診療所

☎(625)2211(竹林町968)

#### 診療科目・時間

- 宇都宮市 夜間休日救急診療所URL2
- ▼ 夜間(毎日)  
内科・小児科/午後7時30分~翌日午前7時  
歯科/午後7時30分~午前0時
- ▼ 昼間(日曜日・祝休日)  
内科・小児科・歯科/午前9時~午後5時

■ 持ち物 健康保険証・子ども医療費受給資格者証(高校3年生相当年齢まで)。

- ※ 受け付けは診療終了時間の30分前までとなります。
- ※ 昼間(日・祝休日)の正午~午後1時は休憩時間です。午前11時30分までの受け付けにご協力をお願いします。
- ※ 症状が重い場合は、診療時間内であれば対応しますので、窓口スタッフにお申し出ください。また、診察の結果、重症の場合には二次救急の医療機関を紹介します。

### 祝休日もごみ収集を行います

7月15日(月・海の日)も、通常通り、該当地区の収集を行います。また、清掃センターへの持ち込みも可能です(持ち込み量・品目に制限あり)。

☎ごみ減量課☎(632)2423

### 毎月19日は「食育の日」

食育とは、さまざまな経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てることです。

改めて「食」について考えてみませんか。食育については  
☎健康増進課☎(626)1126



### とちまる救急安心電話相談

■ おおむね15歳以上の人およびその家族など

▼ 電話番号 局番なしの#7119

▼ 相談時間 月~金曜日 午後4時~翌日午前10時

▼ 相談内容 急な病気やけがに関する救急車要請や医療機関受診の要否、家庭での対処方法など。

▼ 相談内容 急な病気やけがに関する救急車要請や医療機関受診の要否、家庭での対処方法など。

■ おおむね15歳未満の人およびその家族など

▼ 電話番号 局番なしの#8000

▼ 相談時間 月~金曜日 午後4時~翌日午前10時

▼ 相談内容 子どもの急な病気やけがへの家庭での対処方法など。慢性疾患や育児相談には応じられません。

▼ 相談内容 子どもの急な病気やけがへの家庭での対処方法など。慢性疾患や育児相談には応じられません。

### 献血にご協力ください

■ 実施場所 県赤十字血液センター(今宮4丁目)☎(659)0111、うつのみや大通り献血ルーム(大通り2丁目)☎(632)1131。

■ その他 移動採血車(献血バス)が、県内各地を移動し、献血をお願いしています。

詳しくは、県赤十字血液センターURL3をご覧ください。

▼ 対象 16~69歳の健康な人。ただし、65歳以上の人の場合は、60~64歳の間に献血の経験がある人のみ。

▼ 持ち物 運転免許証・マイナンバーカードなどの身分証明書。

☎保健所総務課☎(626)1104