

	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	1月12・26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 12日分(市役所14階会議室)は9日、26日分(市役所16階会議室)は23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	1月20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) 1月26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=1月11・25日(土)、午前10時～午後3時 ▼申込 11日分は8日、25日分は22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	1月18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 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	1月14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	1月15日(水)午前10時～午後3時		
	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	1月10日(金)午後1時30分～3時30分 ▼定員 先着5人 ▼会場・申込 1月6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		
女性	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は除く) ※ 原則、年1回限り	1月21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 ▼会場 市役所14階C会議室 ▼申込 1月7日午前8時30分から、電話で、税制課☎(632)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	1月9日(木)・21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	1月11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	1月22日(水)、2月5日(水)。午後1時30分～4時 ▼定員 先着4人	1月8日午前10時から、電話で、女性相談所☎(636)5731へ	
	女性のための居場所「つなサポ まいまいルーム」 日々の暮らしの中の悩み相談や「アロマオイルでセルフマッサージ」などのイベント、一人で過ごせるスペース	1月18日(土)午後1時30分～4時30分 ▼会場 まちづくり交流センター(イエローフィッシュ)(江野町) ▼対象 おおむね18歳以上の女性 ▼問い合わせ先 アコール☎(636)4075	つなサポ まいまいルーム▶	 ID 1035568
	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) ⑤巡回相談	①1月21日(火)午前9時～正午 ②1月15日(水)午前10時～午後3時 ③1月16日(木)午前10時～午後3時 ④1月17日(金)午後1時～4時 ⑤2月4日=河内総合福祉センター、1月16日=やすらぎ荘、1月23日=すこやか荘。午前10時～正午	各相談日の2日前(土・日曜日、祝日を除く)までに、電話で、市社会福祉協議会☎(636)1251へ	
	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	1月8・22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
	自殺予防いのちの電話相談 死にたい、死のうと思っている人などの自殺予防相談	1月10日(金)午前8時～11日(土)午前8時 フリーダイヤル☎0120(783)556 ▼問い合わせ先 栃木いのちの電話事務局☎(622)7970、保健予防課☎(626)1116		
福祉	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 1月8・15・22・29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な事項を入力するか、電話で、保健予防課☎(626)1115へ
	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	1月9日(木)午後2時～4時	1月8日正午までに、電話で、子ども政策課☎(632)2386へ	
子育て	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	1月8・22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 1月15日(水)午後1時～4時	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「バルティ」内)☎(665)7801へ 1月14日正午までに、電話で、子ども政策課☎(632)2386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	1月9日(木)午後1時30分～3時30分 ▼会場 FKD宇都宮店(今泉町) 1月10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		
暮らし	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	1月8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
	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=1月14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	南図書館(雀宮町)	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	1月8日(水)午後1時～3時 ▼会場 東運(中今泉3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→

ID 1004927



▲専門家・女性

ID 1004929



▲健康福祉

ID 1004930



▲子育て1

ID 1004931



▲子育て2

ID 1004928



▲暮らし

専門家

① 起業・創業相談 予	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 予	商工振興課	☎(632)2446

女性

③ 配偶者からの暴力(DV) 相談 予	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 予	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 保健と福祉のまると相談窓口 「エール」	保健福祉総務課 平石区 富田区 姿川区 河内区	☎(632)2941 ☎(661)2369 ☎(665)3698 ☎(645)4535 ☎(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 予	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 障がい者生活支援センターサポートみゆき 障がい者生活支援センタークライス 障がい者生活支援センタースローライフ 障がい者生活支援センターとみや	☎(678)3077 ☎(661)5116 ☎(612)4746 ☎(678)8781 ☎(612)8120
----------------	---	--

子育て

㉑ 子ども総合相談	子ども総合相談 (子ども支援課内)	☎(632)2525
㉒ こども家庭センター相談窓口	中央部 東部 西部 南部 北部	☎(632)2941 ☎(661)2369 ☎(665)3698 ☎(645)4535 ☎(671)3205
㉓ 家庭児童相談	家庭児童相談室 (子ども支援課内)	☎(632)2390
㉔ 教育相談 予	市教育センター	☎(639)4380・4381
㉕ 子どもの発達相談 予	子ども発達センター	☎(647)4720
㉖ 青少年総合相談	青少年自立支援センター	☎(633)3715
㉗ ひとり親家庭の相談 予	子ども政策課	☎(632)2389

暮らし

㉘ 市民相談	市民相談コーナー	☎(632)2835
㉙ 消費生活相談 予	市消費生活センター	☎(616)1547
㉚ 戸籍がない人の相談	市民課	☎(632)2270
㉛ 生活困窮相談 予	自立相談支援機関	☎(612)6668
㉜ ごみの相談	ごみ減量課	☎(632)2423
㉝ 上下水道についての相談 引越に伴う開栓・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 配水管理センター 水質検査センター	☎(633)1300 ☎(616)1331 ☎(674)1399
㉞ ボランティア相談	市社協ボランティアセンター	☎(636)1285
㉟ 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
㊱ ペット相談	生活衛生課	☎(626)1108

日程・情報

外壁の工事中ですが、通常通り診療しています。



夜間休日救急診療所

☎(625)2211(竹林町968)

診療科目・時間

▼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、診療の結果、重症の場合には二次救急の医療機関を紹介します。



祝休日のごみ収集

1月13日(月・成人の日)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

ID 1004687



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

携帯電話やプッシュ回線以外の場合は☎028(623)3344

▼相談時間 月～金曜日 午後4時～翌日午前10時

土・日曜日、祝休日 24時間

▼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

携帯電話やプッシュ回線以外の場合は☎028(623)3511

▼相談時間 月～金曜日 午後4時～翌日午前10時

土・日曜日・祝休日 24時間

▼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。

▼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。

▼その他 移動採血車(献血バス)が、県内各地を移動し、献血をお願いします。

詳しくは、県赤十字血液センター(☎URL3)をご覧ください。

☎保健所総務課☎(626)1104