

	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	12月7・21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 7日分(市役所14階大会議室)は4日、21日分(市役所16階共用スペース)は18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) 12月21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＝12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)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	12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 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	12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
	遺言公正証書相談 予 相 遺言公正証書作成に関する相談	令和8年1月7日(水)午前10時～11時30分 ▼会場 市民相談コーナー ▼申込 1月5日までに、電話で、宇都宮公証センター☎(624)1100へ		
	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	12月17日(水)午前10時～午後3時	市民相談コーナー	広報広聴課 ☎(632)2022
	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	12月12日(金)午後1時30分～3時30分 ▼定員 先着5人 ▼申込 12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)※原則、年1回限り	12月16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 市役所14階B会議室 ▼申込 12月3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、雇い止めなど	12月4日(木)・23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	一級建築士による住宅相談 予 住宅の新築・リフォームなどに関する相談	12月19日(金)午後1時30分～4時30分 ▼定員 先着6人	市役所14階 B会議室	12月3～11日に、電話で、住宅政策課 ☎(632)2735へ
	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	12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	12月17日(水)、令和8年1月14日(水)、午後1時30分～4時 ▼定員 各先着4人	12月4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一人で過ごせるスペース、12月20日のみワークショップ「ヒンメリで作るクリスマスモビール」を開催	12月5日(金)午後1時30分～4時 ▼会場 市総合福祉センター(中央1丁目) 12月20日(土)午後1時30分～4時 ▼会場 アコール ▼問い合わせ先 アコール☎(636)4075	つなサポまいまいルーム▶	 ID 1040476
	女性のためのLINE相談 夫婦や家族関係などの悩みに女性相談支援員がチャット形式で返答	毎週金曜日午後2時～4時 毎週土曜日午前10時～正午 ※システムメンテナンスなどにより実施しない場合あり		女性相談所☎(636)5731
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) ⑤巡回相談	①12月16日(火)午前9時～正午②12月17日(水)午前10時～正午③12月18日(木)午前10時～正午④12月19日(金)午後1時～3時⑤12月2日(火)＝河内総合福祉センター(白沢町)、12月4日(木)＝ことぶき会館(屋板町)、12月11日(木)＝ふれあい荘(陽東2丁目)、12月18日(木)＝やすらぎ荘(宝木本町)、12月25日(木)＝すこやか荘(下砥上町)。午前10時～正午		各相談日の3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
	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	12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
	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	12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 12月3・10・17・24日(水)、午前9時～10時 ▼会場 保健所 ▼定員 即日検査＝先着10人(要予約) 12月21日(日)午後1時～3時30分 ※即日検査は実施していません ▼会場 市保健センター(トナリエ宇都宮9階) ▼定員 通常検査＝先着20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
	マザーズコーナー出張相談 子育て中の母親を対象とした就職相談	12月11日(木)午後2時～4時		相談日の前日までに、電話で、子ども政策課☎(632)2386へ
暮 ら し	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	12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、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	12月4日(木)午後1時30分～3時30分 ▼会場 FKD宇都宮店(今泉町) 12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	12月10日(水)午前10時～正午と午後1時～3時	市役所11階 A会議室	多文化共生推進課 ☎(632)2971
	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＝12月16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)	高齢福祉課 ☎(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	12月10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)

各相談の詳し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	☎(680)6010
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

健康・福祉

⑤ 国民年金相談(加入・脱退)	保険年金課	☎(632)2327
⑥ 国民健康保険相談(加入・脱退)	保険年金課	☎(632)2320
⑦ 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 富屋区 姿川区 河内区	☎(632)2941 ☎(661)2369 ☎(665)3698 ☎(645)4535 ☎(671)3205
⑧ 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
⑨ 成人健康相談	健康増進課	☎(626)1126
⑩ 栄養相談	市保健センター	☎(627)6666
⑪ 病態別栄養相談 予	健康増進課	☎(626)1126
⑫ 医療相談	医療相談窓口 (保健所総務課内)	☎(626)1236
⑬ 感染症に関する相談	保健予防課	☎(626)1115
⑭ 難病・精神保健に関する相談	保健予防課	☎(626)1116
⑮ 要介護等認定申請の手続き	高齢福祉課	☎(632)2986
⑯ 介護保険サービス	高齢福祉課	☎(632)2905
⑰ 判断能力が十分でない人への 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グライス 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 「ぶらっぶ」	☎(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 引っ越しに伴う休止・開栓 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 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

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

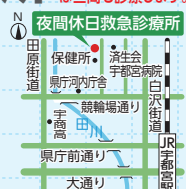
昼間(日曜日、祝休日)

内科・小児科・歯科=午前9時～午後5時

■持ち物 マイナ保険証または資格確認書など健康保険資格
情報が確認できるもの、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(日曜日、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。

12月30日(火)～
令和8年1月3日(土)
は昼間も診療します。



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。



12月14日(日)は全市一斉清掃

市民憲章推進協議会では、「美しいまちづくり」の一環と
して、全市一斉清掃を提唱しています。

市市民憲章推進協議会事務局(みんなでまちづくり課内)☎(632)2884



消防出動情報

消防出動情報は、電話・携帯サイト・メール配信
サービスでお知らせしています。災害情報テレホン
サービス(自動音声)☎(624)2441、携帯サイトへ。
メール配信サービスを希望する場合は、メールアドレスを
登録してください。

119番は火事や救急などの緊急通報用電話番号
です。適正利用にご協力ください。

消防局通信指令課☎(625)5599



市議会12月定例会

ID 1042727

※ 議場天井改修工事に伴い、本会議を議員協議会室で開催します。

▼開会 11月28日(金)▼一般質問 12月4・5・8・9日

▼常任委員会 12月11日(木)・12日(金)▼閉会 12月19日(金)

■時間 いずれも午前10時～。

■傍聴の受付 本会議は所定の時間までに市役所5
階5A会議室(定員 抽選10人)へ。ただし、常任委
員会は開会10分前までに、議会議棟3階議事事務局
(定員 各抽選5人)へ。日程は変更になる場合があ
ります。

市議会事務局議事課☎(632)2608



▲市(国)
「議会の日程」



▲携帯サイト

ID 1003258



▲市(国)
「消防出動情報」