



# 相談窓口(無料)～開催日が決まっている相談～

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)  
相 秘密は厳守します 相 予約が必要なものを以外は、当日、直接、会場へ

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	<b>弁護士法律相談 予相</b> 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	3月8・22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 8日分(市役所16階共用スペース)は5日、22日分(市役所14階会議室)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		
	<b>行政書士相談</b> 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	3月9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) 3月22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
	<b>司法書士による相続の相談 予相</b> 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=3月14・28日(土)、午前10時～午後3時 ▼申込 14日分は11日、28日分は25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
	<b>司法書士相談</b> 登記(相続、売買、会社設立など)、債務整理など	3月10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
	<b>司法書士による相談 予</b> 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	3月7・21日(土)、午前10時～午後3時 ▼会場 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		
	<b>遺言公正証書相談 予相</b> 遺言公正証書作成に関する相談	4月1日(水)午前10時～11時30分 ▼会場 市民相談コーナー ▼申込 3月30日までに、電話で、宇都宮公証センター☎(624)1100へ		
	<b>土地家屋調査士相談</b> 土地測量、分筆登記、境界確認、建物新築登記など	3月18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
	<b>宅地建物取引士による不動産相談 予相</b> 空き家をはじめとする不動産に関する全般的な相談	3月13日(金)午後1時30分～3時30分 ▼定員 先着5人 ▼会場・申込 3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		
	<b>社会保険労務士労働相談 予</b> 労働時間、賃金、雇止めなど	3月5日(木)・17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	<b>女性のためのカウンセリング 予相</b> 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	3月14日(土)午後1時30分～4時30分 ▼定員 先着3人	申し込み フォーム▶ 
<b>女性のための弁護士法律相談 予相</b> 女性弁護士による、離婚・親権・養育費などの相談		3月18日(水)、4月8日(水)、午後1時30分～4時 ▼定員 各先着4人		3月5日午前10時から、電話で、女 性相談所☎(636)5731へ
<b>女性のための居場所「つなサボ まいまいルーム」</b> 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、3月21日のみワークショップ「ハーブ香る エッグポプリ」を開催		3月6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) 3月21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		つなサボまいまいルーム▶  ID 1040476
<b>女性のためのLINE相談</b> 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 ※3月20日(金)は、システムメンテ ンスなどにより実施しません  ID 1041443	女性のための LINE相談▶	女性相談所☎(636)5731
健 康 ・ 福 祉	<b>市社会福祉協議会心配ごと・悩みごと相談センター 予</b> 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巡回相談	①3月17日(火)午前9時～正午 ②3月18日(水)午前10時～正午 ③3月19日(木)午前10時～正午 ④3月3日=河内総合福祉センター、3月5日=ことぶき会館、 3月12日=ふれあい荘、3月19日=やすらぎ荘、3月26日= すこやか荘。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
	<b>こころの健康相談 予相</b> 医師・公認心理師・精神保健福祉士が対応	3月11・25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
	<b>自殺予防いのちの電話相談</b> 孤独や不安で悩んでいる人のための自殺予防相談	3月10日(火)午前8時～11日(水)午前8時(24時間) 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		
子 育 て	<b>エイズ(HIV抗体)検査・性感染症検査・ウイル ス性肝炎検査 予</b> ※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 3月4・11・18・25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) 3月22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
	<b>マザーズコーナー出張相談</b> 子育て中の母親を対象とした就職相談	3月12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	<b>ひとり親の養育費などに関する弁護士法律 相談 予</b> 離婚などでひとり親になる人の養育費など	3月11・25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
	<b>役所のこと何でも相談</b> 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	3月5日(木)午後1時30分～3時30分 ▼会場 FKD宇都宮店(今泉町) 3月13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		
	<b>人権よろず相談</b> 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	3月11日(水)午前10時～正午と午後1時～3時	市役所14階 C会議室	多文化共生推進 課 ☎(632)2971
	<b>シニア世代の相談</b> 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=3月17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	すこやか荘 (下砥上町)	高齢福祉課 ☎(632)2368
<b>初心者パソコン相談 相</b> パソコンの基本操作など ※パソコン持参	3月11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

ID 1004929

ID 1004930

ID 1004931

ID 1004928



▲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	☎(680)6010
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

## 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 保健と福祉のまるごと相談窓口 「エール」	保健福祉総務課 平石区 富屋区 委川区 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 <b>予</b>	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	☎(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フリス	☎(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

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	☎(632)2941
	東部	☎(661)2369
	西部	☎(665)3698
	南部	☎(645)4535
北部	☎(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 <b>予</b>	市教育センター	☎(639)4380-4381
㉕ 子どもの発達相談 <b>予</b>	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 <b>予</b>	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 <b>予</b>	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 <b>予</b>	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	☎(633)1300
	配水管理センター	☎(616)1331
	水質検査センター	☎(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  
情報を確認できるもの、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。

### 市議会3月定例会

ID 1044002

- ▼開会 2月25日(水) ▼一般質問 3月4・5・6・9日
- ▼常任委員会 2月26日、3月11・12・13日
- ▼閉会 3月24日(火)
- 時間 いずれも午前10時~。
- 傍聴の受付 本会議は市役所議会棟6階で受け付け。た  
だし、常任委員会は開会10分前までに、議会棟  
3階議会事務局(定員 各抽選5人)へ。日程は  
変更になる場合があります。

☎議会事務局議事課☎(632)2608



▲市庁

### 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。

### 祝休日のごみ収集

3月20日(金・春分の日)も、通常通り、該当地区のごみを収集を  
行います。☎ごみ減量課☎(632)2423

### 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)01

11、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 献血場所、日程など、詳しくは、県赤

十字血液センター(HP)をご覧ください。

☎保健所総務課☎(626)1104

県赤十字血液センター(HP)

