



各種相談



最新の情報は左の
二次元コードから
市HPへアクセスし
て入手してください

INDEX

- 暮らし全般に関する相談は…P122 ●消費生活・債務に関する相談は…P124
- 人権に関する相談は…P125 ●悩み・心配ごとに関する相談は…P125 ●保健・福祉に関する相談は…P126
- 健康・医療に関する相談は…P126 ●子育てに関する相談は…P127 ●子どもに関する相談は…P128
- 高齢者障がい者サービス、介護に関する相談は…P129 ●労働・求職・労災に関する相談は…P131
- 年金や健康保険に関する相談は…P132 ●国税・県税・市税に関する相談は…P132 ●学習に関する相談は…P133
- 土地・建物に関する相談は…P133 ●外国人のための相談窓口は…P134 ●暴力団でお困りのときは…P135
- 交通事故でお困りのときは…P135 ●ボランティアを希望する人は…P135 ●市道・県道・国道のことは…P136
- 市・県・国などの仕事に関する相談は…P136 ●民事問題に関する相談は…P137
- 各種手続きに関する相談は…P138 ●各種相談関係機関所在地(市・県の機関など)…P139
- 各種相談関係機関所在地(国・その他の機関)…P140

注意

- ※相談日が年末年始・祝休日と重なった場合は、原則として、休みとなります。
- ※**要予約**とあるものは、予約方法などを問い合わせ先へ確認してください。
- ※相談日時は変更される場合がありますので、問い合わせ先へ確認してください。
- ※各機関の所在地は139～140ページをご覧ください。

暮らし全般に関する相談は

相談名	相談内容・相談日時	問い合わせ先
ごみについての相談	ごみの分け方・出し方やごみステーションに関する相談 月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分	(市)ごみ減量課 TEL.632-2423
空き家や空き地についての相談	周辺で管理されていない空き地・空き家に関する相談 月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分	(市)生活安心課 TEL.632-2266
工場・事業場の騒音や悪臭についての相談	事業活動に伴う騒音や悪臭に関する相談 月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分	(市)環境保全課 TEL.632-2420
石綿(アスベスト)についての相談	石綿に関する相談(健康・労働関係を除く)	(市)環境保全課 TEL.632-2420
	石綿に関する相談(労働関係)	月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分 (国)宇都宮労働基準監督署 TEL.633-4251
	健康に関する相談、健康被害救済制度に関する相談	(市)保健所健康増進課 TEL.626-1126
公園についての相談	公園に関する問い合わせ 月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分	(市)公園管理課 TEL.632-2529

< 広告 >

遺品
整理

特殊
清掃

草刈
伐採

害虫
駆除

～あなたの為に出来る事～



株式会社 マルゲン

代表取締役 杉本 幸久



【お問合せ24時間対応】電話受付 8:30～18:30

☎ 050-5212-7340

〒321-0131 栃木県宇都宮市宮の内1-15-6 コーポ中村A101



LINE
公式アカウント

24時間
お問合せ
受付中



LINEの「友だち追加」から「ID検索」
または「QRコード」で登録

@b-marugen

http://www.maru-gen.jp

info@benri-marugen.com

べんり
愉快だ
宇都宮
UTSUNOMIYA

相談名	相談内容・相談日時	問い合わせ先
上下水道についての相談	引っ越しに伴う使用開始・休止、名義変更など	月～土曜日、午前8時30分～午後5時15分 (市) 上下水道局お客様受付センター TEL.633-1300
	水道料金・下水道使用料に関すること	(市) 上下水道局サービスセンター TEL.633-3108
	下水道事業受益者負担金に関すること	(市) 上下水道局サービスセンター TEL.633-3127
	給水装置・排水設備の新設、増設など	月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分 (市) 上下水道局工事受付センター TEL.633-3164
	道路からメーターまでの漏水	(市) 上下水道局配水管理センター TEL.616-1331
	公共マスからの汚水のおふれや公共マスの破損など	(市) 上下水道局下水道管理課 TEL.633-3391
	水道水質に関すること	(市) 上下水道局水質検査センター TEL.674-1399
食品についての相談	食中毒、不良食品などの相談 月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分	(市) 保健所生活衛生課 TEL.626-1110 (市) 危害情報申出相談 TEL.627-7721

〈 広告 〉



**ホームセンター
kanseki カンセキ**

大切な住まいを守り快適に!

キッチンに漂うイヤな臭い…
原因は排水管かもしれません

排水管クリーニング

●一般住宅限定(4箇所) ※施工時間:約2時間程度

8,800円 (税込)

冷暖房機の効果を高める
断熱工事を始めませんか?

省エネ・断熱対策

床下の断熱工事もおまかせ下さい!

シロアリ対策

床や畳がくぼむ感じがしたらシロアリがいる可能性アリ!まずはご相談ください。

床下防霉・防カビ対策

家全体がジメジメしている・床下が土間のつくりをしているお家にオススメ!

安心
親切
便利

住マイル 応援隊

お気軽に
お電話ください!

(受付時間:あさ9時～よる7時まで)

0120-187-004

見積り無料

住マイル応援隊

各種相談

相談名	相談内容・相談日時	問い合わせ先
ペットについての相談	犬、猫の飼い方など 月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分	(市) 保健所生活衛生課 TEL.626-1108
犬・猫死体の処理	飼い犬・飼い猫の死体処理(有料)、飼い主が不明な犬・猫の死体処理(無料) 月～土曜日(年末年始を除く)、午前8時30分～午後5時	(他) 平石環境システム TEL.661-3553
ハチの巣などの相談	ハチの巣、ハクビシン、ネズミ、害虫などの相談、駆除(有料)に関すること 月～土曜日(日曜日・祝休日を除く)、午前8時～午後5時30分	(他) 衛生害虫防除等相談室 TEL.625-0606
生活困窮者自立相談支援	経済的に困窮されている方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	(他) 市社会福祉協議会 TEL.612-6668
生活福祉資金貸付相談	生活福祉資金の相談 月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分	(他) 市社会福祉協議会 TEL.636-1215
テレビの受信についての相談	地上デジタル放送の受信に関すること 月～金曜日(祝日・年末年始を除く) 午前9時～正午、午後1時～午後5時	(国) 総務省関東総合通信局 TEL.03-6238-1944
運転免許に関する相談	運転免許手続きに関する相談 月～金曜日(祝休日・年末年始を除く)、午前8時30分～午後5時15分	(県) 最寄りの警察署 宇都宮中央警察署 TEL.623-0110 宇都宮東警察署 TEL.610-0110 宇都宮南警察署 TEL.653-0110
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歳以上の人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	(市) みやシニア活動センター (高齢福祉課内) TEL.632-2368

消費生活・債務に関する相談は

相談名	相談内容・相談日時	問い合わせ先
消費生活相談	消費者からの消費生活に関する相談	(市) 消費生活センター (うつのみや表参道スクエア5階) TEL.616-1547
多重債務相談 要予約	多重債務に関する相談	
消費生活相談	消費者からの消費生活に関する相談	(県) 消費生活センター TEL.625-2227
多重債務相談	多重債務に関する相談	

〈広告〉

早期発見で被害を最小限に!
無防備な家屋は、たちまち被害をうけます。
おかしいと思ったら、早めにご相談ください。

創業昭和42年「快適な環境づくり」をめざす。
(社)ベストコントロール協会 会員

邦和理工株式会社

見積・相談無料

- シロアリ
- 防鳥
- 排水管洗浄
- コウモリ
- ネズミ
- 衛生害虫

クリーンな街をアシストします!
折りたたみ式 ゴミ収納庫
(ゴミストッカー)

●まずはお電話を
TEL.028-624-8991
〒320-0072 宇都宮市若草3-13-22
●詳しくはホームページをご覧ください。 [ほうわりこ](#)

信頼と実績の確かな技術力
診断・見積無料!!

シロアリ スズメバチ

ゴキブリ ねずみ

その他害虫・害獣駆除

サニター興業株式会社
宇都宮市宝木町2-877-2
☎ 028(652)3333

お問い合わせ・お見積り無料

シロアリ駆除

害虫駆除・特殊清掃
のこたなら

害虫駆除

害獣駆除

日本住環
にお任せください。

害鳥飛来防止

住環境サービス

住環境衛生総合サービス
日本住環

☎ 028-666-0019
宇都宮市清住3-1-23



人権に関する相談は

相談名	相談内容・相談日時	問い合わせ先
人権よろず相談	人権擁護委員による、差別、いじめ、職場での嫌がらせ、虐待、近隣トラブルなどに関する相談 原則として第2水曜日、午前10時～正午と午後1時～3時 会場は広報紙でご確認ください	(市) 男女共同参画課 TEL.632-2346
みんなの人権110番	差別や虐待、パワーハラスメントなど、さまざまな人権問題についての相談 月～金曜日(祝休日・年末年始を除く)、午前8時30分～午後5時15分	(国) 宇都宮地方法務局人権擁護課 TEL.0570-003-110
子どもの人権110番	いじめや体罰、不登校や親による虐待など、子どもをめぐる人権問題 月～金曜日(祝休日・年末年始を除く)、午前8時30分～午後5時15分	(国) 宇都宮地方法務局人権擁護課 TEL.0120-007-110
女性の人権 ホットライン	配偶者やパートナーからの暴力、職場におけるセクシャルハラスメント、ストーカー行為など、女性をめぐるさまざまな人権問題 月～金曜日(祝休日・年末年始を除く)、午前8時30分～午後5時15分	(国) 宇都宮地方法務局人権擁護課 TEL.0570-070-810
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) 市民課 TEL.632-2270

悩み・心配ごとに関する相談は

相談名	相談内容・相談日時	問い合わせ先
女性相談 (面接は 要予約)	夫婦、家庭のこと、生き方など、女性のさまざまな悩みの相談 火～土曜日(月曜日が祝休日のときは火曜日も休み)、午前9時～午後5時(第4土曜日は正午まで) ただし、祝休日・年末年始を除く	(市) 女性相談所 TEL.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、生き方などの相談 原則として第3土曜日、午後1時～5時	
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(祝休日・年末年始・第2土曜は除く)	(他) つなサポ相談室 TEL.090-2705- ^{つなサポ} 2730
配偶者からの 暴力(DV)相談 (面接は 要予約)	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(月曜日が祝休日のときは火曜日も休み)、午前9時～午後5時(第4土曜日は正午まで) ただし、祝休日・年末年始を除く	(市) 配偶者暴力相談支援センター TEL.635-7751
とちぎ男女共同参画 センター相談ルーム	配偶者暴力相談 月～金曜日、午前9時～午後8時 土・日曜日、午前9時～午後4時 面接相談 要予約 火～日曜日、午前9時～午後4時 ただし、祝休日・年末年始を除く	(県) とちぎ男女共同参画センター (配偶者暴力相談支援センター) TEL.665-8720
	女性のための一般相談 月～日曜日、午前9時～午後4時 面接相談 要予約 火～日曜日、午前9時～午後4時 ただし、祝休日・年末年始を除く	
	男性のための電話相談 月曜日・水曜日、午後5時30分～7時30分 ただし、祝休日・年末年始を除く	(県) とちぎ男女共同参画センター TEL.665-8724
不妊専門相談	助産師による不妊や不育症に関する電話・面接・メール相談 火～土曜日、毎月第4日曜日、午前10時～午後0時30分と午後1時30分～4時 産婦人科医師・泌尿器科医師による面接相談 要予約 毎月1回、午後2時～4時	(県) 栃木県不妊専門相談センター TEL.665-8099 不妊相談専用Eメール funin.fuiku-soudan@air.ocn.ne.jp
性犯罪被害者 相談電話	性犯罪などに関する相談	毎日、24時間 (県) 警察本部 TEL.625-2070 #8103
犯罪被害者相談電話	犯罪被害者等支援に関する相談 月～金曜日、午前10時～午後4時(祝休日・年末年始を除く)	(他) 被害者支援センターとちぎ TEL.643-3940
栃木いのちの電話	死にたい・死のうと思っている人などの自殺予防相談	毎日、24時間 (他) 栃木いのちの電話 TEL.643-7830

保健・福祉に関する相談は

相談名	相談内容・相談日時	問い合わせ先
保健と福祉の相談	妊娠・子育てから高齢者の介護まで、健康の悩み、福祉サービス全般 保健と福祉についての困り事などの相談 月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分	(市)保健福祉総務課 (市役所1階A18番窓口) TEL.632-2941 (市)平石地区市民センター TEL.661-2369 (市)富屋地区市民センター TEL.665-3698 (市)姿川地区市民センター TEL.645-4535 (市)河内地区市民センター TEL.671-3205
市社会福祉協議会 心配ごと・悩みごと 相談センター	心配ごとや悩みごとの相談 月～金曜日、午前9時～午後3時 巡回相談(心配ごとや悩みごとの相談) 第1～4木曜日、第1火曜日、午前10時～午後3時 知的障がい者の生活相談 第3水曜日、午前10時～午後3時 更生や犯罪予防に関する相談 第3木曜日、午前10時～午後3時 こころの悩み相談 第3金曜日、午後1時～4時	(他)市社会福祉協議会 TEL.636-1215

健康・医療に関する相談は

相談名	相談内容・相談日時	問い合わせ先
健康相談①	保健師による生活習慣病や健康づくりに関する個別相談 月～金曜日、午前9時～正午と午後1時～4時 水曜日、祝休日を除く、午前9時～正午と午後1時～4時	(市)保健所健康増進課 TEL.626-1126 (市)宇都宮市保健センター TEL.627-6666
健康相談②	保健師によるエイズ、肝炎、結核、難病、精神保健など 月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分	(市)保健所保健予防課 TEL.626-1114
栄養相談	栄養士による栄養や食事に関する個別相談 月～金曜日、午前9時～正午と午後1時～4時 水曜日・祝休日を除く、午前9時～正午と午後1時～4時	(市)保健所健康増進課 TEL.626-1126 (市)宇都宮市保健センター TEL.627-6666
病態別栄養相談 要予約	医師の指示に基づいた、管理栄養士による生活習慣病などの病気に応じた食事に関する個別相談 月曜日、午前9時30分～午後3時(保健所) 土・日曜日、午前9時30分～午後3時(宇都宮市保健センター)	(市)保健所健康増進課 TEL.626-1126
歯科健康相談	歯科医師による入れ歯や歯周病などの歯に関する個別相談、歯科衛生士によるブラッシングに関する相談 詳しくは、お問い合わせください。	(市)宇都宮市保健センター TEL.627-6666
歯科医院への就職相談	歯科衛生士や歯科助手、医療事務員を対象とした、市歯科医師会会員の歯科医院への就職相談 月～金曜日、午前9時～午後5時(市歯科医師会)	市歯科医師会 TEL.625-6060
エイズ・性感染症検査 (HIV・クラミジア・梅毒) 要予約	検査・相談 水曜日、午前9時～10時(保健所) 原則第4日曜日、午後1時～3時30分(宇都宮市保健センター)	(市)保健所保健予防課 TEL.626-1114
肝炎ウイルス検査 (B型・C型肝炎) 要予約	検査・相談 水曜日、午前9時～10時(保健所) 原則第4日曜日、午後1時～3時30分(宇都宮市保健センター)	
精神保健福祉相談 要予約	精神科医師や公認心理師、精神保健福祉士による、こころの健康や日常生活の悩みなどについて個別相談 原則第2・4水曜日、午後1時30分～4時	

相談名	相談内容・相談日時	問い合わせ先
電話相談 「こころのダイヤル」	こころの健康や悩みに関する相談	月～金曜日、午前9時～午後5時(休日、年末年始を除く)
精神保健福祉相談 要予約	依存症(薬物・ギャンブル・アルコールなど)、摂食障害、ひきこもり、自傷・自殺関連の相談。精神疾患や精神障がいに関する悩みや相談	来所相談
	自死遺族等特定相談	第3水曜日、午後1時30分～4時
	頻回自傷・未遂者及び家族等特定相談	第2水曜日、午後1時30分～3時30分
医療相談	患者や家族からの医療に関する相談	月～金曜日、午前9時～午後4時
		月～金曜日、午前9時30分～11時30分と午後1時～4時30分(来所相談は要予約)
薬物相談	麻薬・覚せい剤など薬物乱用に関する相談	月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分
		月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分
依存症専門相談 要予約	薬物特定相談	第3水曜日、午後2時～4時
	ギャンブル等依存症特定相談	第1水曜日、午後1時30分～3時30分
難病相談 (医療相談は 要予約)	一般相談	月～金曜日、午前10時～正午と午後1時～4時
	ピア・サポート相談	対象疾患別に年間予定あり
	医療相談	対象疾患別に年間予定あり
精神科救急医療相談 電話	夜間・休日の緊急な精神医療相談	夜間(平日)午後5時～10時 休日(土・日・祝日)午前10時～午後10時
とちぎ救急医療電話 相談	急な病気やけがで心配なときや、救急医療を利用するか迷ったときの相談窓口	月～金曜日、午後6時～10時 土・日曜日・祝休日、午後4時～10時

子育てに関する相談は

相談名	相談内容・相談日時など	問い合わせ先
子ども総合相談	妊産婦やお子さんの健康、子育ての心配事や子どもに関する諸手続きについての相談	月～金曜日(祝日・年末年始を除く)午前8時30分～午後7時 土・日曜日は電話相談のみで午後5時15分まで
子育て世代包括支援センター	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(祝日・年末年始を除く)午前9時～正午と午後1時～4時
済生会宇都宮乳児院 児童家庭支援センター にこにこ広場	子どもやご家族の心配や困り事についての相談 相談支援担当、心理療法担当で相談に応じる 月～金曜日、午前9時～午後5時(祝休日・年末年始を除く) 来所での相談は 要予約	(市) 子ども家庭課 TEL.632-2525 (市) 保健福祉総務課 (市役所1階A18番窓口) TEL.632-2941 (市) 平石地区市民センター TEL.661-2369 (市) 富屋地区市民センター TEL.665-3698 (市) 姿川地区市民センター TEL.645-4535 (市) 河内地区市民センター TEL.671-3205 (他) 済生会宇都宮乳児院 TEL.623-4152 FAX.626-5781 Eメール nikoniko@sunyuuji.org

相談名	相談内容・相談日時など	問い合わせ先
とちぎ子ども救急電話相談	子どもの急な病気やけがに関する家庭での対処方法などを看護師がアドバイス 月～土曜日、午後6時～翌朝8時 日曜日・祝休日、24時間	(県)とちぎ子ども救急電話 #8000 ダイヤル回線などの場合 TEL.600-0099
子育て相談	乳幼児の育児相談 月～金曜日、午前8時30分～午後5時	(市)保育課 TEL.632-2384 認可保育所など148カ所
子育てサロン なかよしクラブ 宮っこ子育てコンシェル	以下7つの公立子育てサロンでは、「宮っこ子育てコンシェル」に相談ができます。 (市)子育てサロン中央(市保健センター内) TEL.627-0204 (市)子育てサロン石井(石井保育園内) TEL.660-0600 (市)子育てサロン竹林(竹林保育園内) TEL.621-4788 (市)子育てサロン西部(西部保育園内) TEL.647-4740 (市)子育てサロン北雀宮(北雀宮保育園内) TEL.653-5164 (市)子育てサロンゆずのこ(ゆずのこ保育園内) TEL.674-2010 (市)子育てサロンなかよし(なかよし保育園内) TEL.673-2511	(民)子育てサロンみずほの(瑞穂野保育園そば) TEL.678-2526 (民)子育てサロン宝木(宝木保育園内) TEL.622-6460 (民)子育てサロンとまつり (ナーサリースクールとまつり内) TEL.622-7552 (民)子育てサロンやよい(弥生保育園内) TEL.634-5653 (民)子育てサロンとよさと なかよし広場 (バンビーとよさと隣り) TEL.624-3370 (市)石井なかよしクラブ(石井保育園内) TEL.661-6101 (市)竹林なかよしクラブ(竹林保育園内) TEL.621-0041 (市)北雀宮なかよしクラブ(北雀宮保育園内) TEL.653-5982
子どもの発達相談	言葉や社会性、運動面など、子どもの発達全般に関する相談 月～金曜日、午前8時30分～午後5時	(市)子ども発達センター TEL.647-4720
おやがく相談(家庭教育に関する個別相談)	<ul style="list-style-type: none"> 子育て中の保護者のための、子どもとのより良い接し方や上手なほめ方・叱り方などについての、自宅訪問等による個別相談(詳細は、市ホームページをご覧ください。) メールでの相談も受け付けています。 	(市)生涯学習課 TEL.632-2648 <ul style="list-style-type: none"> 市HP 「おやがく相談」 メール申込用 

子どもに関する相談は

相談名	相談内容・相談日時など	問い合わせ先
家庭児童相談	児童に関する虐待、生活習慣、学校、家庭生活などの相談 月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分	(市)子ども家庭課 TEL.632-2390
児童に関する電話相談	児童に関するあらゆる相談 毎日、午前9時～午後8時	(県)テレホン児童相談 TEL.665-7788
教育相談室 要予約	小・中学生の不登校や学校生活(発達障がいを含む)、幼児(年長児)の就学に関する事など 月～金曜日、午前9時～午後5時	(市)教育センター TEL.639-4380 TEL.639-4381
青少年総合相談	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	(市)青少年自立支援センターふらっぴ TEL.633-3715
教育行政相談	教育行政に関する相談 月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分	(市)教育企画課 TEL.632-2706
保護者専用 ホットもっと電話相談 (家庭教育ホットライン)	乳幼児期から高校生期の子どもを持つ保護者のための家庭教育やしつけなどに関する相談 月～金曜日、午前8時30分～午後9時30分 土曜日、午前8時30分～午後5時30分 ただし、上記時間外と、日曜日・祝日・年末年始ははじめ相談さわやかテレホンTEL.665-9999をご利用ください。 ※メールでの相談も受け付けています	(県)教育委員会 TEL.665-7867 【メール相談】専用ホームページから送信してください。 ホットもっとメール相談 検索

相談名	相談内容・相談日時など	問い合わせ先
子ども専用 ホットもっと電話相談 (いじめ相談さわやかテレホン)	児童・生徒のためのいじめや不登校、その他学校生活などに関する相談 毎日、24時間 ※メールでの相談も受け付けています	(県)教育委員会 TEL.665-9999 【メール相談】 専用ホームページから送信してください。 ホットもっとメール相談 検索
子ども専用 チャイルドラインとちぎ	18歳までの子どもがかけられる電話とオンラインチャット相談 毎日、午後4時～9時 オンラインは、第1・3水曜日、木曜、金曜、第3土曜日	(他)チャイルドラインとちぎ TEL.0120-99-7777 オンラインは、チャイルドライン支援センターホームページから
ヤングテレホンコーナー	非行問題や犯罪被害を受けた青少年の悩みなど 月～金曜日(祝休日・年末年始を除く)、午前9時～午後4時	(県)警察本部 TEL.0120-87-4152 <small>マイコミ</small>

高齢者障がい者サービス、介護に関する相談は

相談名	相談内容・相談日時など	問い合わせ先
高齢者総合相談	保健、福祉や権利擁護などに関する相談、支援 月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分	(市)高齢福祉課 TEL.632-2357
	介護・福祉・健康や権利擁護などに関する相談、支援 月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分 (他)地域包括支援センター御本丸 (中央、築瀬、城東地区) TEL.651-4777 (他)地域包括支援センターようなん (陽南、宮の原、西原地区) TEL.658-2125 (他)地域包括支援センターきよすみ (昭和、戸祭地区) TEL.622-2243 (他)地域包括支援センター今泉・陽北 (今泉、錦、東地区) TEL.616-1780 (他)地域包括支援センターさくら西 (西、桜地区) TEL.610-7370 (他)鬼怒地域包括支援センター (御幸、御幸ヶ原、平石地区) TEL.683-2230 (他)地域包括支援センター清原 (清原地区) TEL.667-8222 (他)地域包括支援センター瑞穂野 (瑞穂野地区) TEL.656-9677 (他)地域包括支援センター峰・泉が丘 (峰、泉が丘地区) TEL.613-5500 (他)地域包括支援センター石井・陽東 (石井、陽東地区) TEL.660-1414 (他)よこかわ地域包括支援センター (横川地区) TEL.657-7234 (他)地域包括支援センター雀宮 (雀宮(東部)地区) TEL.655-7080	(他)地域包括支援センター雀宮・五代若松原 (雀宮(西部)、五代若松原地区) TEL.688-3371 (他)緑が丘・陽光地域包括支援センター (緑が丘、陽光地区) TEL.684-3328 (他)地域包括支援センター砥上 (姿川(北部)、富士見、明保地区) TEL.647-3294 (他)姿川南部地域包括支援センター (姿川(南部)地区) TEL.654-2281 (他)くにもと地域包括支援センター (国本地区) TEL.666-2211 (他)地域包括支援センター細谷・宝木 (細谷・上戸祭、宝木地区) TEL.902-4170 (他)富屋・篠井地域包括支援センター (富屋、篠井地区) TEL.665-7772 (他)城山地域包括支援センター (城山地区) TEL.652-8124 (他)地域包括支援センター豊郷 (豊郷地区) TEL.616-1237 (他)地域包括支援センターかわち (古里中学校区) TEL.673-8941 (他)田原地域包括支援センター (田原中学校区) TEL.672-4811 (他)地域包括支援センター奈坪 (河内中学校区) TEL.671-2202 (他)上河内地域包括支援センター (上河内地区) TEL.674-7222

相談名	相談内容・相談日時など	問い合わせ先	
認知症の人と家族のための電話相談	公益社団法人認知症の人と家族の会栃木県支部会員による認知症相談 毎週月～金、午後1時30分～4時 (毎月第4水曜日は来所相談にも応じています) ※若年性認知症については、毎週土曜日午後1時30分～4時	(他) 認知症の人と家族の会 栃木県支部 TEL.627-1122	
	オレンジサロン(認知症の本人とその家族を中心に、誰もが参加できる、交流の場)	毎週土曜日、毎月第2木曜日 午前11時～午後3時 毎月第1・3日曜日 午後1時～4時 祝日、12月29日～1月4日を除く	オレンジサロン「石蔵」 (道場宿町1131) TEL.667-0365
		毎月第1・3・4金曜日 午前10時～午後2時 毎月第1土曜日、第4日曜日 午前10時～正午 祝日、12月28日～1月5日を除く	オレンジサロン「あん」 (田下町846-2) TEL.652-3525
		月～金曜日 午前10時～正午 祝日、12月27日～1月4日を除く	オレンジサロン「えん」 (宝木町1丁目2580) TEL.625-5668
		毎週火・木曜日 午後1時～3時 祝日、8月14日～15日、12月30日～1月3日を除く	オレンジサロン「さくらカフェ」 (花房2丁目9-33) TEL.666-8224
認知症疾患医療センターの専門医療相談	認知症かどうかの診断や治療に関する相談 月～水・金・土曜日、 午前9時～午後4時	(他) 皆藤病院内 TEL.689-5088	
	月～金、午後2時～4時	済生会宇都宮病院内 TEL.680-7010	
高齢者や障がい者の福祉サービスの利用援助、金銭管理の相談	一般相談 月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分	(他) 権利擁護センター 「あすてらす・うつのみや」 TEL.635-1234	
成年後見制度に関する相談	月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分	(他) 権利擁護・成年後見センター TEL.636-1215	
障がい者総合相談	福祉制度、サービスなど 月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分	(市) 障がい福祉課 TEL.632-2869	
障がい者生活相談	在宅の障がい者(児)やその家族の地域での生活を支援するための相談、各種福祉サービスの利用援助、調整 おおむね、午前8時30分～午後5時15分	障がい者生活支援センター ひかり 若草4丁目20番7号セントラル若草206 TEL.678-3077	
		障がい者生活支援センター サポートみゆき 海道町79番地 TEL.661-5116	
		障がい者生活支援センター クライス 桜2丁目5番30号福田ビル2F(福)房香会サテライトオフィス TEL.666-5911	
		障がい者生活支援センター スローライフ 下金井町587番地 TEL.678-8781	
	障がい者基幹相談支援センター (市) 障がい福祉課内 TEL.632-2366		
障がい者差別解消相談窓口	日常生活での障がいを理由とする不当な差別的取扱いや合理的配慮の不提供などについての相談 午前8時30分～午後5時15分	(市) 障がい福祉課 TEL.632-2353 FAX.636-0398	
障がい者の医療・生活相談 要予約	障がいのある18歳以上の人およびその家族を対象に、医師による医療や生活面の相談 第2土曜日、午前10時～正午	(市) 障がい者福祉センター TEL.639-1050 FAX.639-1052	
障がい者就労相談	障がい者の就労相談、生活面でのさまざまな相談 月～金曜日、午前9時～午後5時	(他) 宇都宮圏域障害者就業・生活支援センター TEL.678-3256 FAX.678-3257	
介護保険相談窓口	要介護・要支援認定申請、転入・転出に係る手続き、被保険者証等再交付申請、支給申請(紙おむつ購入費・住宅改修費・福祉用具購入費・高額介護サービス費など)、各種減額申請、介護保険料の納付 月～金曜日、午前8時30分～午後7時	(市) 高齢福祉課 要介護(支援)認定に関すること TEL.632-2986 介護サービスに関すること TEL.632-2906 介護保険料に関すること TEL.632-2907	

※オレンジサロン「石蔵」では、毎月第2土曜日の午後5時から午後8時まで、男性介護者のサロン「止まり木」を実施しています。

労働・求職・労災に関する相談は

相談名	相談内容・相談日時など	問い合わせ先
労働相談 要予約	社会保険労務士によるハラスメント、雇止め、労働時間、賃金、解雇など労働全般の相談 事業主からの労務管理などの相談も可能 原則として第2木曜日・第4火曜日(相談日については、広報紙または市ホームページでご確認ください)、午後1時30分～4時30分 (会場:市役所)	(市) 商工振興課 TEL.632-2446
労働相談	労働問題全般 月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分	(県) 宇都宮労政事務所 TEL.626-3053
総合労働相談	労働者と事業主との間の紛争(解雇、雇止め、賃金引き下げ、いじめ、嫌がらせ、パワーハラスメント、マタニティハラスメント、セクシュアルハラスメント、男女均等取り扱い、育児・介護休業、母性健康管理など)に関する労働相談 月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分	(国) 栃木労働局雇用環境・均等室 総合労働相談コーナー TEL.633-2795
労働の相談	賃金不払い・解雇・労災の問題など 月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分	(国) 宇都宮労働基準監督署 TEL.633-4251
就労に関する相談	若年者をはじめ、中高年齢者や障がいのある人などを対象に、就職活動に向けてのさまざまな相談からキャリアカウンセリング、併設ハローワークでの職業紹介、職場定着までをワンストップで支援します。 月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分。土曜日、午前10時～午後5時	(県) とちぎジョブモール TEL.623-3226
キャリア相談 要予約	キャリアコンサルタントによる仕事に関する悩みの相談や面接の受け方、応募書類の書き方へのアドバイス、適職診断、模擬面接の実施など 月～水・金曜日、午前9時30分～午後4時30分(会場:市役所) / 木曜日、午前10時～午後5時(会場:とちぎジョブモール)	(市) 商工振興課 TEL.632-2446
女性のための就職相談 予約優先	就職相談、適職診断など 水曜日、午前9時～正午と午後1時～4時	(県) とちぎ男女共同参画センター TEL.665-8724
職業の相談	求人、求職の相談、各種雇用情報の提供 月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分	(国) 宇都宮公共職業安定所 TEL.638-0369
	子育てをしている人の求人、求職の相談、各種雇用情報の提供 月～金曜日、午前10時30分～午後7時 第1・3・5土曜日、午前10時～午後5時	(国) ハローワーク宇都宮駅前プラザ TEL.623-8609 (国) マザーズコーナー宇都宮 TEL.623-8609
	学校卒業予定者および卒業後3年以内の既卒者の求職の相談など 月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分	(国) 宇都宮新卒応援ハローワーク TEL.678-8311
若年者の就労相談 要予約	仕事の経験がない、離職後の空白期間がある、など現在仕事をしていない方に対して、面談・セミナーを通して就職を支援しています 火～土曜日、午前10時～午後6時	(国) とちぎ若者サポートステーション TEL.612-2341
社会保険労務士 無料なんでも相談会 要予約	社会保険労務士による労働問題の全般 原則、第1・3水曜日、午後1時30分～4時30分	(他) 栃木県社会保険労務士会 TEL.647-2028
起業・創業相談 要予約	起業・創業時に関する相談や支援制度の案内など 原則、毎週水・金曜日、午前9時～正午と午後1時～3時	(市) 市起業家支援施設 TEL.680-6010
新規就農に関する相談	新規就農に関する相談や支援制度の案内など 月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分	(市) 農業企画課 TEL.632-2473

— (告 告) —



労働に関するお悩み、 ご相談ください。



連合は、労働者の権利・利益を守るため、風通しのよい職場をつくるため、労働関連の問題(解雇・賃金未払い・ハラスメント・有給休暇など)等の相談(無料・秘密厳守)に取り組んでいます。

連合「なんでも労働相談ダイヤル」 連合栃木「無料法律相談」

フリーダイヤル

0120-154-052

(連合・労働相談センター 受付時間 平日9:30～17:30)

いこうよ

れんごうに

★ 連合栃木「無料法律相談」
毎月 5のつく日に開設

こちらをご利用ください。
【要予約 / 時間: 30分】
TEL: 0120-190-537

★ 労働組合づくりもお手伝い!



連合栃木

各種相談

年金や健康保険に関する相談は

相談名	相談内容・相談日時など	問い合わせ先
年金相談	厚生年金・国民年金の年金請求などに関する相談 【窓口・電話相談】 月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分 時間延長＝週初めの開初日、午後5時15分～7時 週末相談＝第2土曜日、午前9時30分～午後4時 ※来訪相談は予約相談をご利用ください。	(他) 宇都宮西年金事務所 TEL.622-4281 (他) 宇都宮東年金事務所 TEL.683-3211 予約受付専用番号 TEL.0570-05-4890
国民年金の届け出相談	国民年金の加入、資格得喪など 月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分	(市) 保険年金課 TEL.632-2327
社会保険相談	社会保険制度(会社などで加入する健康保険・厚生年金保険)について 【窓口・電話相談】 月曜日、午前8時30分～午後7時 ※週の初めが休みの場合は翌営業日 火～金曜日、午前8時30分～午後5時15分	(他) 宇都宮西年金事務所 TEL.622-4281 (他) 宇都宮東年金事務所 TEL.683-3211
国民健康保険相談	国民健康保険の加入、脱退など 月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分	(市) 保険年金課 TEL.632-2320
	国民健康保険の療養費支給など 月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分	(市) 保険年金課 TEL.632-2316
後期高齢者医療制度についての相談	後期高齢者医療の資格の得喪、保険料、療養費支給など 月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分	(市) 保険年金課 TEL.632-2307

国税・県税・市税に関する相談は

相談名	相談内容・相談日・相談時間	問い合わせ先
国税の相談	所得税や法人税、消費税、酒税、相続税、贈与税など 月～金曜日、午前8時30分～午後5時	(国) 宇都宮税務署 TEL.621-2151
県税の相談	不動産取得税や自動車税(種別割)など 月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分	(県) 宇都宮県税事務所 TEL.626-3003
市税の相談	軽自動車税(種別割)	(市) 税制課 TEL.632-2205
	市民税・県民税	月～金曜日、 午前8時30分～午後5時15分 (市) 市民税課 TEL.632-2203
	固定資産税	(市) 資産税課 TEL.632-2243
	国民健康保険税	(市) 保険年金課 TEL.632-2320
納税相談	市税の納税	月～金曜日、 午前8時30分～午後5時15分 (市) 納税課 TEL.632-2196
	国民健康保険税の納税	(市) 保険年金課 TEL.632-2325
税金なんでも相談 要予約	税理士による税金全般の無料相談(法人及び個人事業主などの相談は除く) 原則第3火曜日、午前10時～11時50分と午後0時50分～3時50分(2・3月は除く)	(市) 税制課 TEL.632-2204
税務相談 予約優先	税金についての無料相談 原則第2水曜日、午前10時～正午と午後1時～4時(3月は除く)	(他) 関東信越税理士会宇都宮支部 TEL.637-1007

〈広告〉

〈広告〉

個人、会社の税金と経営について
お気軽にご相談ください

小口税務会計事務所

税理士 小口 克彦
税理士 小口 俊之

相続税

贈与税

所得税

法人税

消費税

起業家支援

宇都宮市昭和1-1-24 小口ビル

028-625-3121

お客様第一の税理士事務所

各種税金の申告 に関するご相談から
顧問契約、相続 に関するご相談など
幅広く承っております。

常に「お客様第一」という姿勢を忘れず、
一人ひとりの実情を親身にお聞きし、最適な
アドバイスをいたします。

吉原邦彦
税理士事務所

経営革新等認定支援機関

〒320-0032
宇都宮市昭和3丁目2番13号
ワンダービル201号室

お客様を税務の面から
サポートするためには、
お客様の現状把握が
必須です。
個人様、法人様まずは
ご相談ください。

028-689-8495

学習に関する相談は

相談名	相談内容・相談日時	問い合わせ先	
学びの相談	講座や講師、サークルや利用施設など、学習に関する相談、情報提供 月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分	(市)人材かがやきセンター TEL.632-6332	(市)城山生涯学習センター TEL.652-4794
		(市)中央生涯学習センター TEL.632-6331	(市)国本生涯学習センター TEL.665-2942
		(市)東生涯学習センター TEL.638-5782	(市)富屋生涯学習センター TEL.665-1663
		(市)西生涯学習センター TEL.648-7480	(市)豊郷生涯学習センター TEL.660-2340
		(市)南生涯学習センター TEL.645-0006	(市)篠井生涯学習センター TEL.669-2515
		(市)北生涯学習センター TEL.621-7745	(市)姿川生涯学習センター TEL.658-1594
		(市)平石生涯学習センター TEL.660-1964	(市)雀宮生涯学習センター TEL.654-1013
		(市)清原生涯学習センター TEL.667-5696	(市)上河内生涯学習センター TEL.674-3131
		(市)横川生涯学習センター TEL.656-6452	(市)河内生涯学習センター TEL.671-3201
		(市)瑞穂野生涯学習センター TEL.656-4250	(市)学習文化情報センター TEL.632-2980

土地・建物に関する相談は

相談名	相談内容・相談日時など	問い合わせ先
建築士による住宅相談 要予約	住宅の新築・リフォームなどに関する相談 偶数月の第3もしくは第4金曜日、 午後1時30分～4時30分	(市)住宅政策課 TEL.632-2735
建築相談 要予約	建築全般に関するアドバイス、住宅の不具合、耐震診断 (木造耐震)・耐震補強などのアドバイス 第2金曜日、午後2時～4時	(他)栃木県建築士事務所協会 TEL.621-3954
不動産無料相談所 要予約	宅地建物の取引に関する相談とアドバイス 毎月23日(休日の場合前日)、午後1時30分～4時	(他)栃木県宅地建物取引業協会 TEL.634-5788
不動産無料相談会 要予約	不動産の賃貸および売買に関する相談 第1・3火曜日、午後1時～4時	(他)全日本不動産協会栃木県本部 TEL.666-4554
不動産取引相談	宅地建物の取引に関する相談(宅地建物取引業法の範囲) 月～金曜日、午前9時～11時30分と午後1時～4時	(県)住宅課 TEL.623-2488
不動産取引の無料法律相談 要予約	弁護士による宅地建物の取引に関する相談 原則として月1回(日時は要確認)	(県)住宅課 TEL.623-2488

〈 広告 〉



土地・建物に関するご相談は
お任せください！

- 公認不動産
コンサルティングマスター
- 宅地建物取引士
- 相談診断士
- 住宅ローンアドバイザー



代表取締役：高山友克



takayama fudosan
株式会社 高山不動産宇都宮
栃木県知事(1)第5328号

〒321-0925 宇都宮市東築瀬1-28-5



TEL 028-678-4721

FAX 028-678-4724

高山不動産 宇都宮 検索



各種
相談

外国人のための相談窓口は

相談名	相談内容・相談日時など	問い合わせ先
<p>外国人のための総合相談 (対応できる言語は下記をご確認ください。国際交流プラザでは、その他の言語での相談も多言語音声翻訳タブレットを活用し、対応します)</p>	<p>外国人のための生活一般の相談(会場:国際交流プラザ) 月・火・水・金曜日、午後3時～6時 窓口開設中は、電話相談可。TEL.616-1564</p> <p>要予約 第4日曜日、午後3時～6時</p> <p>外国人のための生活一般の相談(会場:市役所2階) 木曜日、午前9時～12時と午後2時～5時 窓口開設中は、電話相談可。TEL.632-2834</p>	<p>(市)国際交流プラザ TEL.616-1564</p>
<p>外国人相談</p>	<p>外国人のための総合相談。火～土、午前9時～午後4時 対応言語:日本語・ポルトガル語・スペイン語 週3回 午前9時～午後4時 対応言語:ベトナム語 週1回 午前10時～午後1時 対応言語:英語・中国語・タガログ語・ネパール語・タイ語・シンハラ語・タミル語・インドネシア語 曜日についてはウェブサイトをご確認ください。 https://tai21.or.jp/hello.html ※日、月、祝、年末年始除く</p> <p>要予約 弁護士による無料法律相談 午前10時～正午 毎月第1火曜日(第1火曜日が祝休日の場合は第3火曜日) 対応言語:日本語・ポルトガル語・スペイン語・英語・中国語・タガログ語・ネパール語・タイ語・シンハラ語・タミル語・インドネシア語 ※その他の言語についてはご相談ください</p> <p>要予約 行政書士による在留資格・ビザ等の無料相談 午前10時～正午 毎月第2水曜日(第2水曜日が祝休日の場合は第4水曜日) 対応言語:日本語・ポルトガル語・スペイン語・英語・中国語・タガログ語・ネパール語・タイ語・シンハラ語・タミル語・インドネシア語 ※その他の言語についてはご相談ください</p> <p>要予約 医師による無料精神保健相談 午後3時～4時 月1回(曜日についてはお問い合わせください) 対応言語:日本語・ポルトガル語・スペイン語・英語・中国語・タガログ語・ネパール語・タイ語・シンハラ語・タミル語・インドネシア語 ※相談日、上記以外の言語についてはご相談ください</p>	<p>とちぎ外国人相談 サポートセンター (公益財団法人 とちぎけんこくさいこうりゅう 栃木県国際交流 協会) TEL.627-3399</p>

外国人のための総合相談

取扱窓口 国際交流プラザ TEL.616-1564

国際交流プラザ外国人のための総合相談

(時間:午後3時～6時) 第4日曜日のみ要予約

外国人のための生活一般の相談(会場:国際交流プラザ)

ポルトガル語・スペイン語 毎週月曜日・第4日曜日。

中国語 毎週火曜日・第4日曜日。

タイ語 毎週水曜日・第4日曜日。

英語 毎週金曜日・第4日曜日。

ベトナム語 第1・第3月曜日・第4日曜日。

※受け付けは各相談の終了時間の30分前まで。また、窓口開設中は、電話相談可。TEL.616-1564

市役所外国人のための総合相談(木曜日のみ)

外国人のための生活一般の相談(会場:市役所2階)

ポルトガル語・スペイン語 毎週木曜日、午前9時～正午、午後2時～5時。

中国語 第2木曜日、午前9時～正午。

タイ語 第1木曜日、午後2時～5時。

英語 第1木曜日＝午前9時～正午、第3木曜日＝午後2時～5時。

ベトナム語 第2木曜日、午後2時～5時。

※受け付けは各相談の終了時間の30分前まで。木曜日が祝休日
のときは、次の週の木曜日に開設。また、窓口開設中は、電話
談も可。TEL.632-2834

外国人への情報提供

120ページもご覧ください。

暴力団でお困りのときは

相談名	相談内容・相談日時など	問い合わせ先
暴力団関係相談	暴力団員による不当要求などに関する相談 月～金曜日(祝休日・年末年始を除く)、 午前9時～午後5時	(県)暴力追放県民センター TEL.627-2600

交通事故でお困りのときは

相談名	相談内容・相談日時など	問い合わせ先
交通事故相談	交通事故の賠償・責任問題、示談の進め方、保険の請求など 月～金曜日、午前9時～11時30分と午後1時～3時30分受け付け	(県)広報課県民プラザ室 TEL.623-2188
交通事故自動車保険相談	交通事故による損害賠償などの請求、交渉、示談などの相談 月～金曜日、午前9時15分～午後5時	(他)日本損害保険協会そんぽADRセンター ナビダイヤル(全国共通) TEL.0570-022-808
交通事故被害について	中学生までの交通遺児への育成資金貸付、生活全般に関する相談 月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分	(他)自動車事故対策機構 栃木支所 TEL.651-2701
	自動車事故により重度の後遺障がいを負った人の介護料や在宅介護に関する相談 月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分	
	自動車事故により脳を損傷し、重度の後遺障がい(遷延性意識障害)を負った人の療護センターへの入院に関する相談 月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分	
	交通事故被害に関する相談先について 月～金曜日、午前10時～正午、午後1時～4時	(他)NASVA交通事故被害者ホットライン TEL.0570-000-738

ボランティアを希望する人は

相談名	相談内容・相談日時など	問い合わせ先
ボランティアについての相談	ボランティアをしたい人・必要な人、ボランティアに関する相談 年末年始を除く毎日、午前9時～午後9時30分 日曜日・祝休日の相談受け付けは午後5時まで	(市)まちづくりセンター「まちぴあ」 TEL.661-2778
	日曜日、祝休日・年末年始および総合福祉センター休館日を除く毎日、午前8時30分～午後5時15分	(市)市社会福祉協議会ボランティアセンター(市総合福祉センター8階) TEL.636-1285

市道・県道・国道のことは

相談名	相談内容・相談日時など	問い合わせ先
市道について	境界確認・占用許可などに関する相談 月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分	(市) 道路管理課 TEL.632-2527
	維持修繕などに関する相談 月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分	(市) 道路保全課 TEL.632-2520
国道、県道について (国道4号を除く)	境界確認・占用許可などに関する相談 月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分	(県) 宇都宮土木事務所保全部保全管理課 TEL.626-3157
	維持修繕などに関する相談 月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分	(県) 宇都宮土木事務所保全部 TEL.626-3147 TEL.626-3148
国道4号・新4号 国道について	道路に関する相談 月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分	(国) 宇都宮国道事務所 TEL.638-2186
道路の異状に関する 緊急通報など	栃木、茨城、群馬、埼玉、東京、神奈川、千葉、山梨、長野の道路に関する問い合わせ 24時間受付無料(道路の穴ぼこ、路肩などの道路損傷、落下物や路面の汚れなど)	(国) 道路緊急ダイヤル TEL.#9910

市・県・国などの仕事に関する相談は

相談名	相談日時	問い合わせ先
市の仕事、相談先が分からないとき	月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分	(市) 市民相談コーナー TEL.632-2835
		(市) 広報広聴課 TEL.632-2022
県の仕事	月～金曜日、午前9時～正午、午後1時～5時	(県) 広報課県民プラザ室 TEL.623-3765
警察への要望や犯罪などによる被害の未然防止に関する相談	毎日、24時間	(県) 警察本部 TEL.627-9110 #9110
		(県) 宇都宮中央警察署 TEL.623-0110
		(県) 宇都宮東警察署 TEL.610-0110
		(県) 宇都宮南警察署 TEL.653-0110
国の仕事	月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分	(国) 総務省 栃木行政監視行政相談センター TEL.633-1100 TEL.0570-090110

〈広告〉

高橋一斗法律事務所

栃木県弁護士会所属

弁護士 高橋一斗

宇都宮市大曾1-1-22 森山ハイツ1階B

債務・交通事故・相続
離婚・労働・その他
ご相談ください

身近な街の法律事務所です。

しっかりサポートさせていただきます。

お問い合わせは ☎028-612-2058



相談名	相談日時	問い合わせ先
当事者間で解決できない金銭トラブル、交通事故などの手続き案内	月～金曜日、午前8時30分～午後0時15分 午後1時～5時	(国) 宇都宮簡易裁判所 (民事受付) TEL.621-4803
当事者間で解決できない家庭内のもめごと、相続、離婚などの手続き案内		(国) 宇都宮家庭裁判所 (家事受付) TEL.621-4854
法的トラブルの解決に必要な情報提供	月～金曜日、午前9時～正午、午後1時～4時 (祝休日、年末年始を除く)	(他) 法テラス栃木 TEL.0570-078318
	月～金曜日、午前9時～午後9時 土曜日、午前9時～午後5時 (祝休日、年末年始を除く)	(他) 法テラス (日本司法支援センター) サポートダイヤル TEL.0570-078374 (おなやみなし)

民事問題に関する相談は

相談名	相談日時	問い合わせ先
弁護士会法律相談センター	要予約 原則有料 月～金曜日、午後1時30分～5時	(他) 栃木県弁護士会 TEL.689-9001
無料法律相談	要予約 原則として第2・4日曜日、 午前10時～午後0時40分	(市) 広報広聴課 TEL.632-2025
	要予約 第3火曜日、 午前9時～正午 (受け付けは午前11時30分まで)	(他) 市社会福祉協議会 TEL.636-1215
女性のための無料法律相談	要予約 原則として第1・3水曜日、 午後1時30分～4時	(市) 女性相談所 TEL.636-5731
	要予約 第2・4木曜日、 午後1時30分～3時30分	(県) とちぎ男女共同参画センター「パルティ」 TEL.665-8720
女性のためのDV無料法律相談	要予約 日時は要確認	
医療に関する無料法律相談	要予約 偶数月第3火曜日 (祝休日を除く)、 午後1時30分～4時 (原則1件当たり30分まで)	(県) 医療安全相談センター TEL.623-3900
経済的に余裕のない人を対象とする無料法律相談	要予約 (日時・場所などは要確認)	(他) 法テラス栃木 TEL.0570-078318

—〈 広告 〉—

- 遺産・相続
- 離婚・不倫
- 交通事故
- 債務整理
- B型肝炎給付金
- その他のトラブル

丁寧にお聞きしますので
お気軽にご相談ください



宇都宮東口 総合法律事務所

< 営業時間 >
平日9:00～18:00
(土日祝、夜間も面談可能 **要予約**)

栃木県弁護士会所属 弁護士 千住 亮

宇都宮市東宿郷3-1-8 大福ビル1階A号
J R 宇都宮駅東口より徒歩8分 / 提携駐車場あり

TEL.028-678-4825




総務省行政相談センター

まくみみ栃木

総務省の行政相談は、**医療保険・年金、雇用、道路、社会福祉、交通機関**など、いろいろな行政分野の幅広い相談に対応しています。

相談は**無料で秘密は厳守**されます。
お気軽にご相談ください。



行政相談マスコット
キクミン

0570-090110

各種相談

各種手続きに関する相談は

相談名	相談内容・相談日時など	問い合わせ先	問い合わせ先
行政書士無料電話相談	各種許認可、農地転用、開発、相続、会社、法人設立など 月～金曜日(年末年始・祝日・お盆を除く)、午前9時～午後5時		(他)行政書士相談センター TEL.638-0919(まるくいく)
行政書士無料相談	遺言・相続、離婚、農地転用、開発行為、法人設立、その他の各種許認可など 第2月曜日、午前10時～午後3時(会場:市民相談コーナー) 第4日曜日、午後1時～4時(会場:市民プラザ5階)		(他)栃木県行政書士会 宇都宮支部 TEL.638-0321
司法書士相談	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	第2火曜日、午前10時～11時30分と 午後1時～2時30分 (会場:市民相談コーナー)	(他)栃木県司法書士会 (予約電話) TEL.614-1122
司法書士無料法律相談	遺言・不動産の相続に関するもの 要予約 毎月第2・第4土曜日(電話による相談のみ)		
公正証書作成無料相談	契約、遺言などの公正証書作成予定者に対するアドバイス 要予約 月～金曜日、午前10時～午後4時		(他)宇都宮公証センター TEL.624-1100
土地家屋調査士無料相談	土地測量、分筆登記、建物新築・増築登記、境界確認など 第3水曜日、午前10時～午後3時(会場:市民相談コーナー)		(他)栃木県土地家屋 調査士会宇都宮支部 TEL.621-4734
弁理士無料知財相談	特許、実用新案、商標、意匠登録など 要予約 第1・3・4水曜日 午後1時30分～4時30分 (会場:(公財)栃木県産業振興センター)		(他)栃木県産業振興センター (予約電話)TEL.670-2617

〈広告〉

相続・遺言の各種手続き
相続登記の義務化についての相談

司法書士斎藤諒事務所



不動産の名義変更
相続放棄
遺言書の作成
預貯金の名義変更
生前贈与

TEL 028-612-6265

《駐車場有ります》
宇都宮市城東1-4-21

**無料相談
受付中**



行政書士 南木英樹事務所

- 相続・遺言・在留資格
- 農転・土地利用

あなたの悩みをお話してください
あなたの身近な相談窓口



〒321-0901
宇都宮市平出町2720番地
TEL028-307-6955
FAX028-307-6955
《栃木県行政書士会所属》

行政書士 南木英樹事務所 検索

高橋洋一司法書士事務所

- 不動産の名義変更・相続・抹消の登記
- 遺産整理・預貯金の相続手続○過払金の請求

TEL 028-666-8325

■ 無料相談受付中 ■ 夜間休日予約可

お電話での相談・出張相談も可能です
宇都宮市宮町2番13号 駐車場2台




お気軽にご相談ください

URL:<https://isanshoukei.jp/>

相続・遺言・不動産登記・成年後見

杉本法務司法書士事務所

司法書士 杉本 充彦



TEL 028-666-5595
FAX 028-666-5328

〒329-1104
栃木県宇都宮市下岡本町4172
イーストガーデンビル1F

杉本法務 検索

相続 遺言 終活 不動産 登記 会社・法人 登記

永井 司法書士 事務所

028-635-2194



私がお手伝いいたします。
お気軽にご相談ください!

代表 永井 雄一

栃木県司法書士会所属
栃木県行政書士会所属
終活アドバイザー協会会員
簡裁訴訟代理 認定番号第1901161号

〒321-0932 宇都宮市平松本町416番地84
TEL 028-635-2194

地域密着の法務サポートサービス

ひまわり行政書士事務所

[栃木県行政書士会所属]

相続 許認可 法人
成年後見 車庫証明



行政で勤務していた経験を活かし、
皆さまのお役に立てるよう
精進していきたいと考えております。
行政書士 増山和宏
出身:宇都宮市
元宇都宮市役所 職員

宇都宮市役所から徒歩2分!

宇都宮市中央2-3-14 SUNFLOWER中央101
TEL:028-651-5030
詳しい情報はホームページで!

ひまわり行政書士 宇都宮 検索

各種相談

各種相談関係機関所在地 (市・県の機関など)

機関名	所在地	電話番号
市の機関など		
宇都宮市役所	旭1丁目1番5号	TEL.632-2222
市消費生活センター	馬場通り4丁目1番1号(うつのみや表参道スクエア5階)	TEL.616-1547
女性相談所	明保野町7番1号(男女共同参画推進センター「アコール」内)	TEL.636-5731
青少年自立支援センター「ふらっぷ」	中央1丁目1番13号(中央生涯学習センター4階)	TEL.633-3715
子ども発達センター	鶴田町970番地1	TEL.647-4720
保健所	竹林町972番地	TEL.626-1102
宇都宮市保健センター	駅前通り1丁目4番6号(トナリエ宇都宮9階)	TEL.627-6666
子育てサロン中央		TEL.627-0204
子育てサロン石井	石井町2989番地(石井保育園内)	TEL.660-0600
子育てサロン竹林	竹林町226番地(竹林保育園内)	TEL.621-4788
子育てサロン西部	鶴田町970番地1(西部保育園内)	TEL.647-4740
子育てサロン北雀宮	若松原2丁目18番30号(北雀宮保育園内)	TEL.653-5164
子育てサロンゆずのこ	松田新田町483番地(ゆずのこ保育園内)	TEL.674-2010
子育てサロンなかよし	白沢町396番地2(なかよし保育園内)	TEL.673-2511
子育てサロンみずほの	上桑島町1311番地25(瑞穂野保育園そば)	TEL.678-2526
子育てサロン宝木	若草2丁目3番31号(宝木保育園内)	TEL.622-6460
子育てサロンとまつり	戸祭1丁目4番12号(ナーサリースクールとまつり内)	TEL.622-7552
子育てサロンやよい	弥生1丁目6番3号(弥生保育園内)	TEL.634-5653
子育てサロンとよさとなかよし広場	関堀町53番地5(バンビー二とよさと隣)	TEL.624-3370
石井なかよしクラブ	石井町2989番地(石井保育園内)	TEL.661-6101
竹林なかよしクラブ	竹林町226番地(竹林保育園内)	TEL.621-0041
北雀宮なかよしクラブ	若松原2丁目18番30号(北雀宮保育園内)	TEL.653-5982
上下水道局	河原町1番41号	TEL.633-1300
市教育センター	天神1丁目1番24号	TEL.639-4380
		TEL.639-4381
まちづくりセンター「まちぴあ」	元今泉5丁目9番7号	TEL.661-2778
障がい者生活支援センター ひかり	若草4丁目20番7号セントラル若草206	TEL.678-3077
障がい者生活支援センター サポートみゆき	海道町79番地	TEL.661-5116
障がい者生活支援センター クライス	桜2丁目5番30号福田ビル2F (福)房香会サテライトオフィス	TEL.666-5911
障がい者生活支援センター スローライフ	下金井町587番地	TEL.678-8781
県の機関		
栃木県庁	塙田1丁目1番20号	TEL.623-2323
警察本部		TEL.621-0110
宇都宮中央警察署	下戸祭1丁目1番6号	TEL.623-0110
宇都宮東警察署	中今泉3丁目5番63号	TEL.610-0110
宇都宮南警察署	みどり野町1番8号	TEL.653-0110
宇都宮県税事務所	竹林町1030番地2(栃木県庁河内庁舎内)	TEL.626-3003
宇都宮労政事務所		TEL.626-3053
宇都宮土木事務所		TEL.626-3123
とちぎ男女共同参画センター「パルティ」	野沢町4番地1	TEL.665-8720
栃木県不妊専門相談センター		TEL.665-8099
消費生活センター	塙田1丁目1番20号(県くらし安全安心課内)	TEL.625-2227
栃木県医療安全相談センター	塙田1丁目1番20号(栃木県庁本館2階)	TEL.623-3900
とちぎ難病相談支援センター	駒生町3337番地1 とちぎ健康の森1階	TEL.623-6113
精神保健福祉センター	下岡本町2145番地13	TEL.673-8785
とちぎジョブモール	駅前通り1丁目3番1号 KDX宇都宮ビル1階	TEL.623-3226
暴力追放県民センター	昭和3丁目2番8号(しもつけ会館内)	TEL.627-2600

各種相談関係機関所在地 (国・その他の機関)

機関名	所在地	電話番号
国の機関		
栃木行政監視行政相談センター	桜5丁目1番13号(宇都宮地方合同庁舎3階)	TEL.633-1100
宇都宮地方裁判所	小幡1丁目1番38号	TEL.621-4766
宇都宮簡易裁判所		TEL.621-4803
宇都宮家庭裁判所		TEL.621-4854
宇都宮税務署	昭和2丁目1番7号	TEL.621-2151
宇都宮地方法務局	小幡2丁目1番11号	TEL.623-6333
栃木労働局雇用環境・均等室	明保野町1番4号(宇都宮第2地方合同庁舎内)	TEL.633-2795
宇都宮公共職業安定所		TEL.638-0369
宇都宮労働基準監督署	明保野町1番4号(宇都宮第2地方合同庁舎別館)	TEL.633-4251
ハローワーク宇都宮駅前プラザ	駅前通り1丁目3番1号(KDX宇都宮ビル2階)	TEL.623-8609
宇都宮国道事務所	平松町504番地	TEL.638-2181
東京出入国在留管理局宇都宮出張所	小幡2丁目1番11号	TEL.600-7750
その他の機関		
栃木県弁護士会	明保野町1番6号	TEL.689-9000
栃木県行政書士会	西一の沢町1番22号	TEL.635-1411
栃木県司法書士会	幸町1番4号	TEL.614-1122
宇都宮公証センター	大通り4丁目1番18号(宇都宮大同生命ビル7階)	TEL.624-1100
栃木県土地家屋調査士会	小幡1丁目4番25号	TEL.621-4734
栃木県税理士会	鶴田町3200番地2	TEL.637-1007
栃木県建築士会	築瀬町1958番地1(栃木県建設産業会館1階)	TEL.639-3150
栃木県建築士事務所協会	昭和2丁目5番26号	TEL.621-3954
栃木県社会保険労務士会	鶴田町3492番地46	TEL.647-2028
宇都宮西年金事務所	下戸祭2丁目10番20号	TEL.622-4281
宇都宮東年金事務所	元今泉6丁目6番13号	TEL.683-3211
宇都宮市社会福祉協議会	中央1丁目1番15号(総合福祉センター内)	TEL.636-1215
宇都宮市社会福祉協議会ボランティアセンター	中央1丁目1番15号(総合福祉センター8階)	TEL.636-1285
権利擁護センター「あすてらす・うつのみや」	中央1丁目1番15号(総合福祉センター5階)	TEL.635-1234
宇都宮市障害者福祉会連合会	中央1丁目1番15号(総合福祉センター内)	TEL.637-7771
宇都宮地区労働組合会議	中戸祭町821番地(県労働者福祉センター内)	TEL.625-3939
日本損害保険協会そんぽADRセンター	東京都千代田区神田淡路町2丁目105番 (ワテラスアネックス7階)	TEL.0570-022-808
独立行政法人自動車事故対策機構栃木支所	大通り2-1-5 明治安田生命宇都宮大通りビル2階	TEL.651-2701
栃木県宅地建物取引業協会	西一の沢町6番27号(栃木県不動産会館内)	TEL.634-5788
全日本不動産協会栃木県本部	中央1丁目9番11号(大銀杏ビル7階)	TEL.666-4554
衛生害虫防除等相談室	若草3丁目13番22号	TEL.625-0606
公益社団法人 被害者支援センターとちぎ	桜4丁目2番2号(県立美術館普及分館)	TEL.623-6600
とちぎ外国人相談サポートセンター (公益財団法人 栃木県国際交流協会)	本町9番14号(とちぎ国際交流センター内)	TEL.627-3399
法テラス栃木	本町4番15号 宇都宮NIビル2階	TEL.0570-078-318
済生会宇都宮乳児院	竹林町945番地1	TEL.626-5511