

高齢者・障がい者

介護保険なんでも相談窓口

1 介護サービスや要介護等認定申請の手続き方法、介護保険料など介護保険全般 **2** 月～金曜日、午前8時30分～午後7時 **3** ① 高齡福祉課(市役所2階) ☎(632)8989、☎(632)3040

あすてらす・うつのみや
(とちぎ権利擁護センター)

要予約(一部)

1 高齢者・障がい者が抱える金銭管理不安や福祉サービス利用手続き **2** 一般相談 = 月～金曜日、午前9時～午後4時。専門相談(弁護士・社会福祉士) = 5月13日(火)午前10時～正午、要予約 **3** ① あすてらす・うつのみや(市総合福祉センター5階) ☎(635)1234

リハビリテーション相談
(電話相談)

1 高齢者・障がい者を対象とした理学療法士・作業療法士・言語聴覚士による電話相談 **2** 月～金曜日、午前9時～正午 **3** ① 子ども発達センター ☎(647)4720

障がい者の医療・生活相談 要予約

1 18歳以上を対象とした医師による、医療や生活 **2** 5月10日(土)午前10時～正午 **3** ① 障がい者福祉センター(市総合福祉センター2階)送迎も可 ☎(639)1050、☎(639)1052

障がい者生活支援センター

1 各種福祉サービス・手続き、社会活動の場 **2** **3** 毎日、午前10時30分～午後7時 = 市総合福祉センター ① ☎(636)1536、☎(636)1537。月～土曜日、午前8時30分～午後5時 = 子ども発達センター ① ☎・☎(647)4724

女性

女性相談 予約優先

1 夫婦のこと・家庭のこと・自分の生き方 **2** 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 **3** ① 女性相談所(男女共同参画推進センター・総合コミュニティセンター) ☎(636)5731

女性のための

カウンセリング 要予約

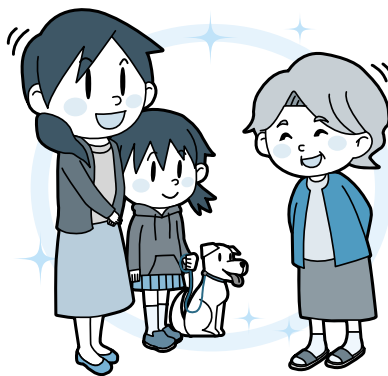
1 女性カウンセラーによる、心の悩み、人間関係、自分の生き方 **2** 5月10・24日(土)午後1時～5時。定員は先着4人 **3** ① 女性相談所 ☎(636)5731

女性のための法律相談 要予約

1 女性弁護士による、離婚・親権・養育費の問題 **2** 5月21日(水)午後1時30分～4時。申込は5月2日午前9時から電話で女性相談所へ **3** ① 女性相談所 ☎(636)5731

配偶者からの暴力(DV)相談

1 配偶者などからの暴力(DV) **2** 火～土曜日(月曜日が祝休日のときは火曜日を休み)午前9時～午後5時。① 配偶者暴力相談支援センター ☎(635)7751



子ども

小・中学生のための

“へるぷコール”(電話相談)

1 いじめなどの悩み **2** 月～金曜日 = 午後3時～9時。土・日曜日、祝休日、春・夏・冬休み = 午前10時～午後4時 **3** ① ☎(651)2322

子ども総合相談(電話相談可)

1 妊産婦やお子さんの健康や悩み、子育ての心配事や手続き **2** 月～金曜日、午前8時30分～午後7時。土・日曜日は午後5時15分まで **3** ① 子ども総合相談(市役所2階子ども家庭課内) ☎(632)2525

子どもの発達相談 要予約

1 お子さんの発達(ことば・運動・行動)に関する悩み、不安 **2** 月～金曜日、午前8時30分～午後5時 **3** ① 子ども発達センター ☎(647)4720

教育相談 要予約

1 幼児(年長児)、小・中学生の学校生活や就学 **2** 月～金曜日、午前9時～午後5時 **3** ① 市教育センター(天神1丁目) ☎(639)4380・4381

青少年総合相談窓口

1 自立を目指す若者の不安や悩み、キャリアカウンセリング、少年非行や問題行動 **2** 月～金曜日、午前9時～午後5時 **3** ① 青少年自立支援センター(中央生涯学習センター4階) ☎(633)3715

チャイルドラインとちぎ

(電話相談)

1 18歳以下の子どもを対象とした、悩みや不安 **2** 月・金曜日、午後3時～10時 **3** ① チャイルドラインとちぎ ☎0120(7)26266、☎(614)3366、子ども未来課 ☎(632)2944

5月19～25日は春の行政相談週間 行政相談は、皆さんから国や県、市などへの苦情や要望をお聞きし、行政運営の改善に反映させるものです。市内では総務大臣から委嘱を受けた9人の行政相談委員が相談をお受けします。市内の行政相談委員(敬称略) 海賀宏之、松本カネ子、飛田和子、浅海伸子、篠田律子、鈴木英明、大久保照江、小林和美、渋井トミ子。 総務省栃木行政評価事務所 (633)1100

相談窓口

相談対象は、市内に在住か通勤通学している人(無料法律相談は市内在住者のみ)。秘密は厳守します。なるべく本人か家族が、関係書類を持参の上、ご相談ください。費用は、記載があるもの以外は無料。予約が必要なものは、当日、会場へ。

1 主な相談内容 2 日時(常設のものは、祝休日と重なった場合は休み)

3 会場④の順に掲載。

保健と福祉(総合)

保健と福祉の総合相談

1 妊娠・子育てから高齢者の介護まで健康や悩み、福祉サービス全般 2 月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分 3 ④保健と福祉の総合相談(市役所1階B1番窓口) ☎(632)2941、平石地区市民センター☎(661)2369、富屋地区市民センター☎(665)3698、姿川地区市民センター☎(645)4535

上河内地域自治センター保健福祉課☎(674)3133、河内地域自治センター保健福祉課☎(671)3205でも相談を受けています。



心配ごと・困りごと相談「総合相談センター」

1 2 弁護士による法律相談 = 5月20日(火)午前9時～正午(受付は午前11時50分まで)。生活福祉相談(心配ごと相談) = 月～金曜日、知的障がい者などの相談 = 5月21日(水)、更正相談 = 5月15日(木)、看護・介護相談 = 5月16日(金)、午前9時～午後3時。巡回相談 = 5月1日(ことぶき会館)・8日(ふれあい荘)・13日(上河内老人福祉センター)・15日(やすらぎ荘)・22日(すこやか荘)、午前9時30分～午後3時30分 3 ④総合相談センター(市総合福祉センター5階)☎(636)1215

健康・医療

国民年金相談

1 国民年金の加入、脱退 2 月～金曜日、午前8時30分～午後7時 3 ④保険年金課(市役所1階)☎(632)2327

国民健康保険相談

1 国民健康保険の加入、脱退 2 月～金曜日、午前8時30分～午後7時 3 ④保険年金課(市役所1階)☎(632)2320

健康相談①

1 成人の健康全般 2 3 保健所 = 月～金曜日、市保健センター = 毎日(休館日を除く)、午前9時～正午、午後1時～4時 ④健康増進課☎(626)1126、市保健センター☎(627)6666

健康相談②

1 エイズ、肝炎、難病、結核、精神保健 2 月～金曜日、午前9時～正午、午後1時～4時 ④保健予防課☎(626)1114・1116

栄養相談(電話相談可)

1 栄養士による食事の悩みや不安 2 毎日(休館日を除く)、午前9時～正午、午後1時～4時 3 ④市保健センター☎(627)6666

病態別栄養相談(要予約)

1 管理栄養士による生活習慣病などの病気に応じた食事療法。医師の指示が必要 2 月曜日、午前9時30分～午後3時 3 ④健康増進課☎(626)1126

エイズ(HIV抗体)検査と

性感染症検査(要予約(一部))

6月1～7日はHIV検査普及週間

6月3日(火)午後6時～7時、保健所(夜間・迅速検査、要予約)。

1 匿名による、エイズ(感染し

たと思われる日から3カ月経過後)、クラミジア・梅毒(感染したと思われる日から4週間経過後)の検査と相談 2 3 5月7・14・21・28日(水)、午前9時～10時 = 保健所(迅速検査は要予約、先着10人)、5月25日(日)午後1時～4時 = 市保健センター ④保健予防課☎(626)1114 保健所の迅速検査結果は当日、通常検査結果は両会場とも約1週間後。

ウイルス性肝炎検査

1 B・C型肝炎ウイルス(感染したと思われる日から6カ月経過後)の検査と相談 2 3 5月14・28日(水)午前10時30分～11時30分 = 保健所、5月25日(日)午後1時～4時 = 市保健センター ④保健予防課☎(626)1114

こころの健康相談(要予約)

1 精神科医師や精神保健福祉士(ケースワーカー)による、心の健康についての個別相談 2 5月14・28日(水)午後1時30分～3時30分 3 ④保健予防課☎(626)1114

上記相談日以外でも、随時、保健師が相談を受けています。

医療相談(電話相談)

1 患者や家族からの医療や医療機関について 2 月～金曜日、午前9時～午後4時 ④保健所総務課(医療相談窓口)☎(626)1236

心の労働相談(予約優先)

1 臨床心理士による、仕事に関することが原因で生じた心の悩みや不安(1人50分以内) 2 5月29日(木)午後1時30分～4時30分 3 ④商工振興課☎(632)2446

県立県央高等産業技術学校で在職者向け講座

コース・期間・定員 ①電気工事士(2種)知識 5

月13～15日の午前9時～午後4時、15人 ②研削砥石特別教育・知識 5月14・15日の午前8時30分～午後5時15分、10人 費用 3,430円 申込 開催日の2週間前までに同校☎(689)6380へ。

専 門 家

弁護士無料法律相談 要予約

1 不動産、相続、離婚、金銭貸借 **2** 5月11日(日)・25日(日)、午前10時～午後0時40分 **3** 市役所14階大会議室
対象 市内在住の人 定員 各回先着50人 申込 11日分が8日(木)午前8時30分から、25日分が22日(木)午前8時30分から、電話で広報広聴課 ☎(632)2022・2023・2025・2028へ。
同一内容の相談は1回限り。相談時間は20分以内が目安。
行政書士無料相談
1 農地転用、開発行為、営業許可、相続など市役所に提

出する書類や手続き **2** 5月12日(月)午前10時～午後3時 **3** 市民相談コーナー ④ 広報広聴課 ☎(632)2022
司法書士無料相談
1 不動産登記、商業登記、訴訟、債務 **2** **3** 5月13日(火) = 市民相談コーナー - (市役所2階)、毎週土曜日 = 栃木県司法書士会館、いずれも午前10時～午後3時(市民相談コーナーでの受付は午後2時まで) ④ 広報広聴課 ☎(632)2022
土地家屋調査士無料相談
1 土地測量、分筆登記、建物新築登記、境界確認 **2** 5月28日(水)午前10時～午後3時 **3** 市民相談コーナー ④ 広報広聴課 ☎(632)2022

税理士税金なんでも相談
1 税金全般 **2** 5月20日(火)午前10時～午後4時 **3** 市役所2階ロビー ④ 税制課 ☎(632)2184
弁理士無料発明相談
1 特許、実用新案 **2** 5月9・16・23日(金) 午後1時30分～4時30分(受付は午後1時～4時) **3** 商工会議所2階会議室(中央3丁目) ④ 商工振興課 ☎(632)2434
社会保険労務士労働相談
予約優先
1 社会保険制度や労働時間、賃金、解雇。事業主からの人事、労務管理 **2** 5月13日(火)・29日(木) 午後1時30分～4時30分 **3** ④ 商工振興課 ☎(632)2446

が い こ く じん 外 国 人

A 市役所
1 市の仕事についての外国語による通訳 **2** ポルトガル語・スペイン語 = 毎週木曜日。中国語 = 5月8日(木)。午前9時～11時30分 **2** ④ 市民相談コーナー(市役所2階) ☎(632)2834
B うつのみや表参道スクエア
1 生活一般に関する相談 **2** ポルトガル語 = 毎週月・火・木曜日。スペイン語 = 毎週月・木・金曜日。中国語 = 毎週火曜日。タイ語 = 毎週水曜日。英語 = 毎週金曜日。午後3時～6時 **3** ④ 国際交流プラザ(うつのみや表参道スクエア5階) ☎(616)1564
ポルトガル語
Consultas em Português
A Prefeitura: às 5as. feiras (9:00-11:30), no 2o. andar No. 29, ☎(632)2834 Espaço Internacional (Kokusai Koryu Plaza): às 2as., 3as. e 5as. feiras (15:00-18:00), exceto nos feriados, no 5o. andar de Omotesando Square, Av.

Odori, ☎(616)1564
スペイン語 Consultas en Español
Municipalidad: los jueves (9:00-11:30), en el 2do piso No.29, ☎(632)2834 Espacio Internacional (Kokusai Koyuu Plaza): los lunes, jueves y viernes (15:00-18:00), excepto los días feriados, en el 5to piso de Omotesando Square, Av. Odori, ☎(616)1564.
中国語 汉语咨询服务 **A** 市役所汉语 毎月第2 星期四 上午(9:00-11:30) 市役所2 楼29号 ☎(632)2834
B 国際交流广场 每周星期二 下午 (3:00-6:00) 节假日休息 馬場通り4-4-1 うつのみや表参道スクエア5 楼 ☎(616)1564
英語 Counseling in English
B every Friday 3pm-6pm, except national holidays, at the International Plaza, 5F Utsunomiya Omotesando Square 4-1-1 Baba-dori, ☎(616)1564
タイ語 **B** บริการด้านชีวิตความเป็นอยู่ ภาษาไทยปรึกษาได้ในวันหยุด เวลาบ่าย 3:00~6:00 น
ณที่สมาคมแลกเปลี่ยนนานาชาติ ตั้งอยู่ที่ อาคารดิออร์ โฉมใหม่ที่4เลขที่1 อุทีนะมียา โฉมเมเตชั่นนิต สแควร์ชั้นที่ 5 หมายเลขโทรฯ ☎(616)1564
โปรดระวัง ถ้าวินหยุดตรงกับวันหยุด (วันแดง) ก็เป็นวันหยุด

外国人のための日本語講座
1 市総合福祉センター会場(中央1丁目) 日程 5月～平成21年2月の木曜日(5月は1・8・15・22日)、午後6時～8時 定員 80人 費用 2,400円(前期分の資料代)
2 北生涯学習センター会場(若草3丁目) 日程 5月～平成21年3月の土曜日(5月は10・17・24日) 午後6時30分～8時30分 定員 30人 費用 2,400円(前期分の資料代)
3 国際交流プラザ会場(馬場通り4丁目) 日程 5月～平成21年2月の水曜日(5月は7・14・21日) ①午前10時～正午、②午後1時30分～3時30分、③5月～平成21年3月の土曜日(5月は3・10・17・24・31日) 午前10時～正午 定員 各30人 費用 ①・②は2,400円(前期分の資料代) ③は1回300円。
対象 市内在住の外国人。
④ 市国際交流協会(馬場通り4丁目1-1 うつのみや表参道スクエア5階、国際交流プラザ内) ☎(616)1870

夜間飛行訓練(予定) 日程 5月1・7・8・13・14・15・20・21・22・27・28・29日。訓練時間は午後9時ごろまでを予定していますが、天候により実施日、終了時刻が変更される場合があります。④ 北宇都宮駐屯地 ☎(658)2151

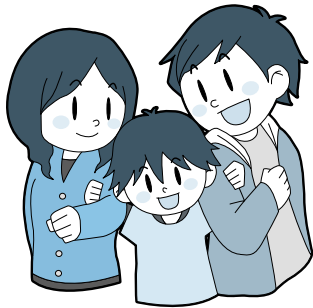
相談窓口

相談対象は、市内に在住か通勤通学している人(無料法律相談は市内在住者のみ)。秘密は厳守します。なるべく本人か家族が、関係書類を持参の上、ご相談ください。費用は、記載があるもの以外は無料。予約が必要なものは、当日、会場へ。

1 主な相談内容 2 日時(常設のものは、祝休日と重なった場合は休み)

3 会場 ④の順に掲載。

暮らし



市政に関する相談

1 市政への意見、要望、苦情 2 月～金曜日、午前9時～午後4時 3 ④市民相談コーナー(市役所2階) ☎(632)2835

役所のこと何でも相談

1 国、県、市など行政機関への意見や要望 2 5月1日(木)午後1時～4時 3 福田屋宇都宮店(今泉町) ④広報広聴課 ☎(632)2022

遺言無料相談

1 遺言証書作成や相続 2 5月20日(火)午前10時～11時30分 3 市民相談コーナー ④広報広聴課 ☎(632)2022

人権相談

1 人権擁護委員による、いじめなどの人権問題 2 5月14日(水)午前10時～正午、午後1時～3時 3 市総合福祉センター10階大会議室 ④行政経営課 ☎(632)2047

消費生活相談

1 消費者からの商品やサービスに関するトラブル(解約手続きなど消費生活全般)、多重債務整理 2 年末年始を除く毎日、午前10時～午後5時

30分(電話相談は午前9時～。土・日曜日、祝休日は午後4時30分まで) 3 ④市消費生活センター(馬場通り4丁目・表参道スクエア5階) ☎(616)1547

ボランティアの相談

1 ボランティアをしたい人、必要とする人 2 毎日(休館日を除く)、午前8時30分～午後5時15分 3 ④ボランティアセンター(市総合福祉センター3階) ☎(636)1285、☎(634)2870

結婚相談

1 申込者の登録・紹介・お見合いなど。本人が確認できるもの(運転免許証、健康保険証)と3カ月以内のスナップ写真(証明写真は不可)を持参 2 火・金曜日(月曜日が祝休日のときは火曜日も休み)、正午～午後7時。土曜日、午前10時～午後4時。日曜結婚相談は5月11日(日)午前10時～午後4時 3 ④結婚相談所(男女共同参画推進センター・総合コミュニティセンター) ☎(636)5730

市民活動サポートセンター

1 ボランティアの情報や場所・機材の提供、相談受付 2 火～日曜日(月曜日が祝休日のときは開所し、火曜日が休み)、午前9時～午後9時。日曜日・祝休日は午後5時まで 3 ④市民活動サポートセンター(東コミュニティセンター内) ☎(614)1112

ごみについての相談

1 ごみステーションの申請やごみの出し方 2 月～金曜日、

午前8時30分～午後5時15分 3 ④ごみ減量課 ☎(632)2423、河内地区は河内地域自治センター ☎(671)3207、上河内地区は、上河内地域自治センター ☎(674)3132

粗大ごみ収集(1個810円)の申し込みは、粗大ごみ受付センター ☎(643)5371へ。なお、市で処理できる一般家庭のものを自分で清掃工場へ持ち込む場合は無料。

上下水道についての相談

1 3 ④引越しに伴う休止・開栓、名義変更 = お客様受付センター ☎(633)1300、道路からの漏水・修繕工事 = 配水管理センター ☎(616)1331、水質 = 水質管理室 ☎(674)1399 2 月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分。

ペットについての相談

1 ペットの飼い方 2 月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分 3 ④生活衛生課 ☎(626)1109

花・緑の相談

1 家庭の花や緑 2 火～日曜日(5月7日は休み)、午前10時～午後4時 3 ④市緑の相談所(平出工業団地公園内) ☎(662)5813

初心者パソコン相談会

1 パソコンの基本操作などに関する疑問・困りごと(1人30分程度) 2 5月7日(水)・17日(土)、午後1時～3時30分 3 ④中央生涯学習センター(中央1丁目) ☎(632)6331、ITアットうつのみや ☎(908)8655

文化財解説ボランティア養成講座受講者募集 日程 6月～平成21年2月(全11回)。初回は6月17日(火) 会場 市役所ほか市内各所 内容 市民や市外からの来訪者に市内の文化財を解説・案内するための研修 対象 市内在住の原則として全日程出席できる人。講座修了後に解説ボランティアとして活動する意志のある人 定員 20人。定員を超えた場合は抽選 申込 往復はがきで、5月26日(必着)までに、〒320-8540市役所文化課 ☎(632)2766へ。詳しくはお問い合わせください。