

1 相談窓口

(1) 市役所関係の申請・相談窓口

各担当窓口

内 容	窓 口	電話番号
在宅福祉サービス	高齢福祉課 福祉サービスグループ 高齢福祉課 相談支援グループ	632-2360 632-2357
敬老会、敬老祝金など	高齢福祉課 福祉サービスグループ	632-2360
要介護・要支援認定	高齢福祉課 認定審査グループ	632-2986
介護保険サービス	高齢福祉課 介護サービスグループ	632-2906
介護保険料	高齢福祉課 介護保険料グループ	632-2907
介護予防	高齢福祉課 相談支援グループ	632-2357
健康相談	保健所 健康増進課 健康づくりグループ 宇都宮市保健センター	626-1126 627-6666
栄養相談	保健所 健康増進課 健康づくりグループ 宇都宮市保健センター	626-1126 627-6666
後期高齢者医療制度	保険年金課 後期高齢者医療グループ	632-2307
老齢基礎年金・老齢福祉年金など	保険年金課 国民年金グループ	632-2327
民生委員・児童委員	保健福祉総務課 地域共生企画グループ	632-2919
生活保護など	生活福祉第1課 保護第1グループ 保護第2グループ 生活福祉第2課 保護第3グループ 保護第4グループ 保護第5グループ	632-2105 2068 2465 2876 2891
シニア世代のセカンドライフ支援	みやシニア活動センター	632-2368
就業相談	公益社団法人 宇都宮市シルバー人材センター	633-5300
老人クラブ活動	宇都宮市老人クラブ連合会事務局	634-4950

保健と福祉に関する相談窓口

高齢者や障がい者の日常生活や介護などの相談、保健と福祉のサービス全般の案内、利用のアドバイス、申請受付を行っています。

< 開設日時 >

月曜日～金曜日 午前8時30分～午後5時15分

< お問合せ先 >

担 当 窓 口		担当地域	電話番号
保健福祉総務課 保健福祉相談担当	(中央部) 市役所 1階 A18 窓口	本庁管内・宝木・豊郷	632-2941
	(東部) 平石地区市民センター 保健福祉グループ	平石・清原・瑞穂野	661-2369
	(西部) 富屋地区市民センター 保健福祉グループ	城山・国本・富屋・篠井	665-3698
	(南部) 姿川地区市民センター 保健福祉グループ	陽南・横川・姿川・雀宮	645-4535
	(北部) 河内地区市民センター 保健福祉グループ	上河内・河内	671-3205

地域包括支援センター

高齢者が住み慣れた地域で、その人らしい生活を送るために、介護・福祉・健康など様々な面から総合的に支えていく機関として、お住まいの地域に設置しています。

問 高齢福祉課
相談支援グループ
TEL 632-2357

市民からの介護・福祉に関する相談や、高齢者が介護状態となることを予防するようなサービス調整、高齢者虐待の早期発見・防止などを行っています。

< サービス内容 >

地域包括支援センターは、相談や支援を行うため、

- ① 保健師・看護師
- ② 社会福祉士
- ③ 主任介護支援専門員（ケアマネジャー）

の3職種による専門チームを配置しています。

○ 様々な相談ごと

高齢者やその家族から介護や福祉などに関する相談を受け、適切なサービス利用ができるよう、支援いたします。

【たとえば、こんなときに・・・】

- ・ 近所の一人暮らしの高齢者のことが心配
- ・ 福祉サービスのことが知りたい など

○ 介護や健康のこと

要支援1・2の要介護認定を受けた方に、介護予防ケアプランの作成を行い、介護予防サービスの利用調整を行います。また、要介護状態になる可能性の高い方などへの介護予防事業の紹介や介護予防・生活支援サービスの調整を行います。

【たとえば、こんなときに・・・】

- ・ 介護の認定を受けたい、要介護状態になることを予防したい など

○ 権利を守ること

高齢者のさまざまな権利を守ります。高齢者虐待の早期発見や、成年後見制度のご案内などを行います。

【たとえば、こんなときに・・・】

- ・ 虐待を受けている高齢者がいる、財産管理に自信がなくなった など

○ 暮らしやすい地域にするために

地域の多様な社会資源を活用したケアマネジメント体制の構築を行うために、さまざまな機関と協力していきます。

< 費用 >

無 料

< 手続き >

お住まいの地区を担当するセンターをご利用ください。

< 地域包括支援センター一覧 >

地域包括支援センター	所在地	電話番号	担当地区 (自治会連合会名)
地域包括支援センター御本丸	中央1丁目5-12 見木ビル1階	651-4777	中央, 築瀬, 城東
地域包括支援センターようなん	陽南4丁目6-34	658-2125	陽南, 宮の原, 西原
地域包括支援センターきよすみ	星が丘1丁目7-38	622-2243	昭和, 戸祭
地域包括支援センター今泉・陽北	今泉3丁目13-1 喜多川マンション1階	616-1780	今泉, 錦, 東
地域包括支援センターさくら西	西2丁目1-7	610-7370	西, 桜
鬼怒地域包括支援センター	御幸町77 森崎ビル1階	683-2230	御幸, 御幸ヶ原, 平石
地域包括支援センター清原	鎧山町1983	667-8222	清原
地域包括支援センター瑞穂野	上桑島町1476-2	656-9677	瑞穂野
地域包括支援センター峰・泉が丘	東今泉2丁目1-1	613-5500	峰, 泉が丘
地域包括支援センター石井・陽東	石井町2580-1	660-1414	石井, 陽東
よこかわ地域包括支援センター	屋板町578-504	657-7234	横川
地域包括支援センター雀宮	南高砂町11-17	655-7080	雀宮(東部)
地域包括支援センター雀宮・五代若松原	針ヶ谷町655	688-3371	雀宮(西部), 五代若松原
緑が丘・陽光地域包括支援センター	双葉1丁目13-56	684-3328	緑が丘, 陽光
地域包括支援センター砥上	砥上町54-1	647-3294	姿川(北部), 富士見, 明保
姿川南部地域包括支援センター	幕田町1456-1	654-2281	姿川(南部)
くにもと地域包括支援センター	宝木本町2141	666-2211	国本
地域包括支援センター細谷・宝木	細谷町486-7	902-4170	細谷・上戸祭, 宝木
富屋・篠井地域包括支援センター	徳次郎町65-8	665-7772	富屋, 篠井
城山地域包括支援センター	田野町666-2	652-8124	城山
地域包括支援センター豊郷	川俣町900-2	616-1237	豊郷
地域包括支援センターかわち	白沢町771	673-8941	古里中学校区
田原地域包括支援センター	上田原町346-18	672-4811	田原中学校区
地域包括支援センター奈坪	下岡本町1987-1	671-2202	河内中学校区
上河内地域包括支援センター	中里町218-1	674-7222	上河内

(2) 身近な相談先

民生委員・児童委員

厚生労働大臣から委嘱された方々で、地域の皆さんの福祉相談を受け、福祉事務所などの関係機関への協力活動を行っています。

問 保健福祉総務課
地域共生企画グループ
TEL 632-2919

(3) 社会福祉協議会

市民の皆様の参加と協力のもと、ともに支えあい助けあう「向こう三軒両隣型」の地域共生社会の構築を目指し、ふれあい・いきいきサロンや安心・安全情報キット配付事業などの地域福祉事業のほか、心配ごと・悩みごと相談センターやボランティアセンターなどの運営を行っています。

宇都宮市社会福祉協議会

〒320-0806

中央1丁目1番15号 市総合福祉センター内

TEL：636-1215 FAX：638-9856

交通（バス）：県庁前下車もしくは市内循環バス総合福祉センター前下車

心配ごと・悩みごと相談センター

日常生活の中での心配ごとや悩みごとの相談をお受けし、必要に応じて助言、他の専門窓口のご紹介をしています。

相談内容	開催日	場所・時間
心配ごとや 悩みごとの相談	月曜日～金曜日	市総合福祉センター5階 午前9時～午後3時
巡回相談 (心配ごとや 悩みごとの相談)	毎月第1木曜日	老人福祉センターことぶき会館 午前10時～午後3時
	毎月第2木曜日	老人福祉センターふれあい荘 午前10時～午後3時
	毎月第3木曜日	老人福祉センターやすらぎ荘 午前10時～午後3時
	毎月第4木曜日	老人福祉センターすこやか荘 午前10時～午後3時
	毎月第1火曜日	河内総合福祉センター 午前10時～午後3時

相談内容	開催日	場所・時間
弁護士の法律相談 ※ 要予約	毎月第3火曜日	市総合福祉センター5階 午前9時～正午 (受付は午前11時30分まで)
知的障がい者の 生活相談	毎月第3水曜日	市総合福祉センター5階 午前10時～午後3時
更生や犯罪予防 に関する相談	毎月第3木曜日	市総合福祉センター5階 午前10時～午後3時
こころの悩み相談	毎月第3金曜日	市総合福祉センター5階 午後1時～午後4時

※ 祝休日及び休館日は除きます。

※ 相談日時は変更となる場合がありますので、詳しくはお問い合わせください。

※ 法律相談・巡回相談以外は、電話による相談も受け付けています。

< 費用 >

無 料

< お問い合わせ先 >

TEL : 636-1215

ボランティアセンター

ボランティアに関する相談や養成講座の開催、登録・紹介を行っています。

< 開館日 >

日曜日・祝日及び休館日を除く毎日 午前8時30分～午後5時15分

< お問い合わせ先 >

中央1丁目1番15号 市総合福祉センター8階

TEL : 636-1285 FAX : 634-2870

E-mail : miya-vc@ap.wakwak.com

(4) 専門相談

問 栃木県高齢対策課
地域支援担当
TEL 623-3148

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の相談員が、認知症の方とその家族の悩みごとや介護に関する電話相談を実施しています。

< 電話番号 >

TEL : 627-1122

< 開設日時 >

月曜日～土曜日（祝日・12/29～1/3を除く）

午後 1 時 30 分～午後 4 時

※ 土曜日は、若年性認知症に関する相談を実施しています。

※ 第4水曜日は来所相談も実施しています。

（とちぎ健康の森 1 階会議室）

問 高齢福祉課
企画グループ
TEL 623-2332

もの忘れ相談会

「最近、もの忘れが増えてきた」や「家族や知り合いが認知症かもしれない」など、市民の心配ごとや悩みごとに応じるための相談会を図書館等で定期的開催しています。（詳細は「広報うつのみや」等でお知らせします。）

オレンジサロン

認知症の本人とその家族が地域住民や専門職などと相互に情報を共有し、お互いを理解しあうことを目的として、公益社団法人認知症の人と家族の会栃木県支部の協力のもと、誰もが集える交流の場を提供するとともに、認知症に関する相談への対応を行います。

< オレンジサロン一覧 >

名 称	オレンジサロン 「石蔵」	オレンジサロン 「あん」	オレンジサロン 「えん」	オレンジサロン 「さくらカフェ」
所 在 地	道場宿町 1131	田下町 846-2	宝木町 1 丁目 2580	花房 2 丁目 9-33
開設時間	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・12/29～ 1/4 を除く	毎月第 1・3・4 金曜日 午前 10 時～午後 2 時 毎月第 1 土曜日、 毎月第 4 日曜日 午前 10 時～正午 祝日・12/28～ 1/5 を除く	月曜日～金曜日 午前 10 時～正午 祝日・12/27～ 1/4 を除く	毎週火・木曜日 午後 1 時～3 時 祝日・8/14～ 15・12/30～ 1/3 を除く
電話番号	667-0365	652-3525	625-5668	666-8224

※ 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。

認知症疾患医療センター相談

認知症疾患医療センターは、都道府県や政令指定都市が指定する病院に設置するもので、認知症疾患における鑑別診断、地域における医療機関等の紹介、行動・心理症状への対応についての相談や、もの忘れ等の自覚症状がある高齢者に関する相談や支援などを行う医療機関です。

< 認知症疾患医療センター一覧 >

センター名	所在地	電話番号	電話相談の受付時間
皆藤病院	東町22	689-5088	祝日・年末年始を除く 月・火・水・金・土曜日 午前9時～午後4時
済生会宇都宮病院	竹林町911-1	680-7010	祝日・年末年始を除く 月曜日～金曜日 午後2時～午後4時

- ※ 受診を希望される際には、直接各センターへお問い合わせください。
- ※ 初診にかかりつけ医の紹介状が必要となる場合があります。
- ※ 診療受付時間等についても、直接各センターへお問い合わせください。

とちぎ権利擁護センター（あすてらす・うつのみや）

高齢の方（認知症高齢者、ひとり暮らし高齢者、高齢者2人世帯）や障がいのある方（知的障がい者、精神障がい者等）などで判断能力が十分でないために、福祉サービスの利用手続きが分からなかったり、日常的な預貯金の出し入れなどについてお困りの方に無料で相談に応じています。

< 相談日時 >

月曜日～金曜日（祝日・年末年始を除く）
午前8時30分～午後5時15分

< お問い合わせ先 >

中央1丁目1番15号 市総合福祉センター内
TEL：635-1234 FAX：637-2020
※ 来所又は電話にて相談を承ります。
※ 来所の場合には事前にご連絡ください。

権利擁護・成年後見センター（法人後見事業）

認知症や知的障がい・精神障がいなどの理由により、判断能力が不十分なため意思決定が困難な方の権利を守る制度である成年後見制度に関する相談を受け、助言を行います。相談は無料です。また、成年後見制度に基づき宇都宮市社会福祉協議会が法人として後見（保佐，補助）人を受任し，財産管理及び身上保護を行うことで，その方の権利を擁護します。

< 相談日時 >

月曜日～金曜日（祝日・年末年始を除く）

午前8時30分～午後5時15分

< お問い合わせ先 >

中央1丁目1番15号 市総合福祉センター内

TEL：636-1215 FAX：637-2020

※ 来所又は電話にて相談を承ります。

※ 来所の場合には事前にご連絡ください。

病態別栄養相談

生活習慣病などの病気に応じた食事療法について、主治医の指示に基づき、管理栄養士による個別相談を予約制で行います。

健康増進課
健康づくりグループ
TEL 626-1126

< 相談先・開催日時 >

相談先	開催日時
宇都宮市保健所健康増進課	月曜日（祝日・年末年始を除く） 午前9時30分～午後3時
宇都宮市保健センター	土・日曜日（祝日・年末年始を除く） 午前9時30分～午後3時

< 手続き >

事前予約が必要です。予約は健康増進課 健康づくりグループまでご連絡ください。

