

## ■ ケアラー支援相談窓口等一覧

### ■ 保健・福祉・医療に関するご相談は

内容	施設等
<b>● 保健・福祉に関する相談</b> ○ 保健福祉総合相談  ○ 福祉のしごと相談 ○ 認知症高齢者や障害者等の権利擁護相談	県西健康福祉センター (0289)64-3125 県東健康福祉センター (0285)82-3321 県南健康福祉センター (0285)22-0302 県北健康福祉センター (0287)22-2257 安足健康福祉センター (0284)41-5900 福祉人材・研修センター (028)643-5622 とちぎ権利擁護センター(あすてらす) (028)621-1234 とちぎ成年後見支援センター (福) 栃木県社会福祉協議会
<b>● 医療に関する相談</b>	県域医療安全相談センター (028)623-3900 県西医療安全相談センター (0289)64-3125 県東医療安全相談センター (0285)82-3321 県南医療安全相談センター (0285)22-0302 県北医療安全相談センター (0287)22-2257 安足医療安全相談センター (0284)43-2267 宇都宮市保健所 (028)626-1236
<b>● 病院や診療所に関する情報</b>	「とちぎ医療情報ネット」HP <a href="http://www.gg.pref.tochigi.lg.jp/">http://www.gg.pref.tochigi.lg.jp/</a> 
<b>● こころの健康に関する相談</b> ○ こころのダイヤル ○ 栃木いのちの電話	≪ 月～金曜日 午前9時～午後5時 ≫ (028)673-8341 栃木いのちの電話 (028)643-7830 ≪ 毎日24時間 ≫ 足利いのちの電話 (0284)44-0783 ≪ 毎日 午後3時～午後9時 ≫
<b>● ひきこもり、ニート、不登校等に関する相談</b>	栃木県子ども若者・ひきこもり総合相談センター (ポラリス☆とちぎ) (028)643-3422 中高年ひきこもり専用 (028)643-3438 ≪ 火～土曜日 10時～19時 ≫ 【FAX】(028)643-3452 【メール】soudan@polaris-t.net
<b>● 性感染症・エイズについての相談</b>	県西健康福祉センター (0289)62-6225 県東健康福祉センター (0285)82-3323 県南健康福祉センター (0285)22-1219 県北健康福祉センター (0287)22-2679 安足健康福祉センター (0284)41-5895 宇都宮市保健所 (028)626-1115

<p>●難病・小児慢性特定疾病に関する相談</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○各種相談</li> <li>○医療費助成</li> </ul>	<p>とちぎ難病相談支援センター (028) 623-6113</p> <p>健康増進課 (028) 623-3086</p> <p>県西健康福祉センター (0289) 62-6225</p> <p>県東健康福祉センター (0285) 82-3323</p> <p>県南健康福祉センター (0285) 22-1509</p> <p>県北健康福祉センター (0287) 22-2679</p> <p>安足健康福祉センター (0284) 41-5895</p> <p>今市健康福祉センター (0288) 21-1066</p> <p>栃木健康福祉センター (0282) 22-4121</p> <p>矢板健康福祉センター (0287) 44-1296</p> <p>烏山健康福祉センター (0287) 82-2231</p> <p>宇都宮市保健所(難病) (028) 626-1116</p> <p>宇都宮市子ども支援課(小児) (028) 632-2296</p>
<p>●がんに関する相談(治療法、不安や悩み、その他)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○がん相談支援センター</li> </ul>	<p>栃木県立がんセンター (028) 658-6484</p> <p>済生会宇都宮病院 (028) 626-5500</p> <p>自治医科大学附属病院 (0285) 58-7107</p> <p>獨協医科大学病院 (0282) 87-2053</p> <p>上都賀総合病院 (0289) 64-2161</p> <p>那須赤十字病院 (080) 7576-2655</p> <p>足利赤十字病院 (0284) 20-1307</p> <p>芳賀赤十字病院 (0285) 82-2195</p> <p>佐野厚生総合病院 (0283) 22-5222</p>
<p>●肝炎に関する相談</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○肝炎検査やB型・C型肝炎に係る医療費助成制度</li> </ul>  <ul style="list-style-type: none"> <li>○肝疾患相談室</li> </ul>	<p>県西健康福祉センター (0289) 64-3125</p> <p>県東健康福祉センター (0285) 82-3321</p> <p>県南健康福祉センター (0285) 22-0302</p> <p>県北健康福祉センター (0287) 22-2257</p> <p>安足健康福祉センター (0284) 41-5900</p> <p>今市健康福祉センター (0288) 21-1066</p> <p>栃木健康福祉センター (0282) 22-4121</p> <p>矢板健康福祉センター (0287) 44-1296</p> <p>烏山健康福祉センター (0287) 82-2231</p> <p>宇都宮市保健所 (028) 626-1114</p> <p>自治医科大学附属病院 (0285) 58-7107</p> <p>獨協医科大学病院 (0282) 87-2279</p>
<p>●歯と口の健康相談</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○訪問歯科の相談</li> </ul>	<p>とちぎ歯の健康センター (028) 648-6480</p> <p>とちぎ在宅歯科医療連携室 (028) 648-0750</p>
<p>●ひとり親家庭等に関する相談</p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>○就業に関する相談</li> <li>○一般相談</li> <li>○専門相談・要予約</li> </ul>	<p>栃木県母子家庭等就業・自立支援センター (028) 665-7801 または (028) 665-7806 ※対象:母子家庭、父子家庭、寡婦等</p> <p>《火～日曜日 午前9時～午後4時》 《火～日曜日 午前9時～午後4時》</p> <p>弁護士による法律相談 《毎月第2・4水曜日午前中》 企業診断士による経営相談 《随時》</p>

●急な病気やけがについての相談	とちぎ救急医療電話相談(概ね15歳以上の方) #7111 または (028)623-3344 《月曜～金曜 午後6時～午後10時》 《土曜・日曜・祝休日 午後4時～午後10時》
●依存症対策に関する相談	精神保健福祉センター (028)673-8785 県西健康福祉センター (0289)64-3125 県東健康福祉センター (0285)82-3321 県南健康福祉センター (0285)22-0302 県北健康福祉センター (0287)22-2257 安足健康福祉センター (0284)41-5900 今市健康福祉センター (0288)21-1066 栃木健康福祉センター (0282)22-4121 矢板健康福祉センター (0287)44-1296 烏山健康福祉センター (0287)82-2231 宇都宮市保健所 (028)626-1114
●生活のお困りごとに関する相談 ○生活困窮者自立支援制度に関する相談	宇都宮市社会福祉協議会 (028)612-6668 足利市社会福祉課 (0284)20-2269 栃木市社会福祉協議会 (0282)51-7785 佐野市社会福祉協議会 (0283)22-8113 鹿沼市社会福祉協議会 (0289)63-2167 日光市社会福祉協議会 (0288)25-3109 小山市福祉課 (0285)22-9623 真岡市社会福祉協議会 (0285)82-8844 大田原市社会福祉協議会 (0287)23-1130 矢板市社会福祉協議会 (0287)44-3000 那須塩原市社会福祉協議会 (0287)37-6833 さくら市社会福祉協議会 (028)601-7123 那須烏山市健康福祉課 (0287)88-7115 下野市社会福祉協議会 (0285)43-1236 益子町健康福祉課 (0285)72-8866 茂木町保健福祉課 (0285)63-5631 市貝町長寿福祉課 (0285)68-1113 芳賀町健康福祉課 (028)677-1112 上三川町健康福祉課 (0285)56-9128 壬生町健康福祉課 (0282)81-1883 野木町総合サポートセンター (0280)33-6878 塩谷町福祉課 (0287)47-5173 高根沢町健康福祉課 (028)675-8105 那須町保健福祉課 (0287)72-6917 那珂川町健康福祉課 (0287)92-1119

## ■ 子どもに関するご相談は

内容	施設等
●急な病気やけがについての相談	とちぎ子ども救急電話相談 #8000 または (028)600-0099 《月曜～土曜 午後6時～翌朝8時》 《日曜・祝休日 24時間(午前8時～翌朝8時)》
●子どもについての悩みや相談 ○子どもと家庭に関する相談  ○子どもについての心配や悩み相談 ○虐待、養育等児童に関する相談  ○児童相談所虐待対応ダイヤル ○児童相談所相談専用ダイヤル	児童家庭支援センター にこにこ広場 (028)623-4152 ちゅうりっぷ (028)686-2220 テレホン児童相談 (028)665-7788 中央児童相談所 (028)665-7830 県南児童相談所 (0282)24-6121 県北児童相談所 (0287)36-1058 189(いちはやく) フリーダイヤル (0120)189-783 ※お住まいの最寄の児童相談所につながります
●育児の悩みや子どもについての困り事に関する相談 ○妊娠・出産・育児に関する様々な相談  ○子育てに関する相談や情報提供、子育て親子の交流促進などを実施  ○親子のための相談LINE	子育て世代包括支援センター一覧 <a href="https://www.pref.tochigi.jp/e01/documents/kosodate-soudannmadoguchi.pdf">https://www.pref.tochigi.jp/e01/documents/kosodate-soudannmadoguchi.pdf</a>   地域子育て支援拠点一覧 <a href="https://www.pref.tochigi.jp/e01/documents/kosodate-shienkyoten.pdf">https://www.pref.tochigi.jp/e01/documents/kosodate-shienkyoten.pdf</a>   SNS相談 <a href="https://line.me/R/ti/p/@778asdia">https://line.me/R/ti/p/@778asdia</a> 
●思春期の子どもの心の問題に関する相談	県西健康福祉センター (0289)62-6224 県東健康福祉センター (0285)82-2138 県南健康福祉センター (0285)22-0488 県北健康福祉センター (0287)22-2259 安足健康福祉センター (0284)41-5895

■女性(男性)に関するご相談は

内容	施設等
<p>●女性が抱える悩みごと相談</p> <p>○一般相談</p> <p>○配偶者暴力相談</p> <p>○法律相談</p> <p>○ODV法律相談</p> <p>○女性のためのカウンセリングルーム</p> <p>○困難を抱える女性LINE相談@とちぎ</p>	<p>とちぎ男女共同参画センター (028)665-8720</p> <p>電話 &lt;&lt;月～日曜日 午前9時～午後4時&gt;&gt;</p> <p>面接(要予約) &lt;&lt;火～日曜日 午前9時～午後4時&gt;&gt;</p> <p>電話 &lt;&lt;月～金曜日 午前9時～午後8時&gt;&gt;</p> <p>&lt;&lt;土・日曜日 午前9時～午後4時&gt;&gt;</p> <p>面接(要予約) &lt;&lt;火～日曜日 午前9時～午後4時&gt;&gt;</p> <p>面接(要予約)</p> <p>&lt;&lt;第2・4木曜日 午後1時30分～午後3時30分&gt;&gt;</p> <p>面接(要予約) &lt;&lt;日時はお問い合わせください&gt;&gt;</p> <p>面接(要予約)</p> <p>&lt;&lt;第2・4金曜日 午後1時～午後4時&gt;&gt;</p> <p>LINE相談 &lt;&lt;火・土曜日 午後3時～午後10時&gt;&gt;</p> <p><a href="https://lin.ee/inKys5f">https://lin.ee/inKys5f</a></p> 
<p>●性暴力被害に関する相談(性別・年齢問わず受付)</p>	<p>とちぎ性暴力被害者サポートセンター(とちエール) (栃木県済生会宇都宮病院内) (028)678-8200</p> <p>※全国共通短縮ダイヤル #8891(はやくワンストップ)でもつながります</p> <p>電話・来所相談</p> <p>&lt;&lt;月～金曜日 午前9時～午後5時30分&gt;&gt;</p> <p>&lt;&lt;土曜日 午前9時～午後12時30分&gt;&gt;</p> <p>※第2土曜日、祝日、年末年始を除く</p> <p>※時間外、休日はコールセンターにつながり相談受付</p> <p>※来所相談を希望される場合も、まずはお電話ください</p>
<p>●不妊・不育症に関する悩みの相談</p> <p>○助産師による相談</p> <p>○医師による相談</p>	<p>栃木県不妊・不育専門相談センター (028)665-8099 (とちぎ男女共同参画センター内)</p> <p>【メール】funin.fuiku-soudan@air.ocn.ne.jp</p> <p>電話・メール・面接(要予約)</p> <p>&lt;&lt;火～土曜日、第4日曜日&gt;&gt;</p> <p>(祝日、月曜日が祝日の場合の火曜日、年末年始を除く)</p> <p>面接(要予約)</p> <p>&lt;&lt;不妊専門相談センターまでお問い合わせください&gt;&gt;</p>
<p>●思いがけない妊娠等に関する相談</p>	<p>にんしんSOSとちぎ (050)5526-4662</p> <p>電話</p> <p>&lt;&lt;火曜日 午前10時～午後2時&gt;&gt;</p> <p>&lt;&lt;土曜日 午後2時～午後6時&gt;&gt;</p> <p>※相談フォームに入力</p> <p>【メール】ninshin-sos-tochigi.com</p>
<p>●女性の就職に関する悩み相談</p>	<p>とちぎ男女共同参画センター (028)665-8724</p> <p>電話・面接(要予約)</p> <p>&lt;&lt;第2・4水曜日 午前9時～午後12時&gt;&gt;</p> <p>午後1時～午後4時&gt;&gt;</p> <p>※予約のみ&lt;&lt;火～土曜日 午前9時～午後4時&gt;&gt;</p> <p>予約専用TEL(028)665-8323</p>
<p>●男性が抱える悩みごと相談</p> <p>○配偶者暴力相談</p>	<p>とちぎ男女共同参画センター (028)665-8724</p> <p>電話</p> <p>&lt;&lt;月・水曜日 午後5時30分～午後7時30分&gt;&gt;</p> <p>電話 (028)665-8720</p> <p>&lt;&lt;月～金曜日 午前9時～午後8時&gt;&gt;</p> <p>&lt;&lt;土・日曜日 午前9時～午後4時&gt;&gt;</p> <p>面接(要予約)</p> <p>&lt;&lt;火～日曜日 午前9時～午後4時&gt;&gt;</p>
<p>●性的マイノリティに関する相談</p>	<p>とちぎにじいろダイヤル (028)665-8724</p> <p>電話</p> <p>&lt;&lt;毎月第1・第3金曜日 午後5時30分～午後7時30分&gt;&gt;</p>

■ 障害者(児)に関するご相談は

内容	施設等
●障害者(児)に関する相談	
○身体障害に関する相談	障害者総合相談所 (028)623-7010 【FAX】(028)623-7255
○身体障害者総合相談	身体障害者総合相談所 (とちぎ福祉プラザ障害者スポーツセンター内) 【TEL/FAX】(028)623-6353 《水・金・土 午前10時～午後3時》
○知的障害に関する相談	障害者総合相談所 (028)611-1208
○精神障害者の保健福祉に関する相談	精神保健福祉センター (028)673-8785 県西健康福祉センター (0289)64-3125 県東健康福祉センター (0285)82-3321 県南健康福祉センター (0285)22-0302 県北健康福祉センター (0287)22-2257 安足健康福祉センター (0284)41-5900 今市健康福祉センター (0288)21-1066 栃木健康福祉センター (0282)22-4121 矢板健康福祉センター (0287)44-1296 烏山健康福祉センター (0287)82-2231 宇都宮市保健所 (028)626-1114
○発達障害に関する相談	県西健康福祉センター (0289)62-6224 県東健康福祉センター (0285)82-2138 県南健康福祉センター (0285)22-0488 県北健康福祉センター (0287)22-2259 安足健康福祉センター (0284)41-5895 障害者総合相談所 発達障害者支援センター「ふぉーゆう」 (028)623-6111 宇都宮市子ども発達センター (028)647-4720
○高次脳機能障害に関する相談	障害者総合相談所 (028)623-6114
○医療的ケア児等に関する相談	栃木県医療的ケア児等支援センター「くるん」 (028)678-4601 【FAX】(028)665-7744 9:00～17:00 (土・日・祝日・年末年始・施設休館日を除く) 【メール】ikea-tochigi@hibari-clinic.com
○療育、就学就労、人権等に関する相談	障害者社会参加推進センター(障害者110番) (とちぎ福祉プラザ内) (028)624-3789 【FAX】(028)624-8631 《月～金 午前9時30分～午後4時》
○障害者虐待や差別に関する相談	障害者権利擁護センター (028)623-3139 【FAX】(028)623-3052
○教育相談	総合教育センター (028)665-7210・7211 《要予約》
○早期教育相談(幼児・保護者対象)	盲学校 (028)652-2331 聾学校 (028)622-3910 のざわ特別支援学校 (028)689-2655 わかくさ特別支援学校 (028)622-3650 富屋特別支援学校 (028)665-2281 岡本特別支援学校 (028)673-3456 今市特別支援学校 (0288)22-6417 国分寺特別支援学校 (0285)44-5121 栃木特別支援学校 (0282)24-7575 足利特別支援学校 (0284)91-1110 足利中央特別支援学校 (0284)41-1185 益子特別支援学校 (0285)72-4915 那須特別支援学校 (0287)36-4570 南那須特別支援学校 (0287)88-7571

## ■高齢者・認知症に関するご相談は

内容	施設等
●高齢者に関する総合相談	地域包括支援センター一覧 <a href="https://www.pref.tochigi.jp/e03/welfare/koureisha/kaigohoken/1184889455152.html">https://www.pref.tochigi.jp/e03/welfare/koureisha/kaigohoken/1184889455152.html</a> 
●認知症に関する相談 ○一般医療相談、専門医療相談、診断	認知症疾患医療センター 獨協医科大学病院 (0282) 87-2251 烏山台病院 (0287) 82-0051 足利富士見台病院 (0284) 62-7775 上都賀総合病院 (0289) 64-2186 皆藤病院 (028) 689-5088 足利赤十字病院 (0284) 20-1366 芳賀赤十字病院 (0285) 81-3856 自治医科大学附属病院 (0285) 58-8998 済生会宇都宮病院 (028) 680-7010 佐藤病院 (0287) 43-1150
○本人やその家族の抱える悩みごとなどに関する相談	(公社)認知症の人と家族の会栃木県支部 (028) 627-1122 《月～金曜日 午後1時30分～午後4時》
○若年性認知症の方やその家族の抱える悩みごとなどに関する相談	(公社)認知症の人と家族の会栃木県支部 (028) 627-1122 《土曜日 午後1時30分～午後4時》

## ■教育に関するご相談は

内容	施設等
●教育に関する相談 ○教育上の問題や悩み相談	河内教育事務所 (028) 626-3182 上都賀教育事務所 (0289) 62-7167 芳賀教育事務所 (0285) 82-3324 下都賀教育事務所 (0282) 23-3422 塩谷南那須教育事務所 (0287) 43-0176 那須教育事務所 (0287) 23-2177 安足教育事務所 (0283) 23-1471
○子どもに関する悩みや不安についての教育相談	総合教育センター 《要予約》 (028) 665-7210・7211
○体罰・性暴力等に関する相談	まずは、お住まいの地区ごとの相談窓口へ 「栃木県HP(体罰・性暴力等についての相談窓口)」参照
○小・中学校及び義務教育学校	義務教育課人事担当 (028) 623-3386
○県立学校	高校教育課人事担当 (028) 623-3396
●子どもについての悩みや心配ごとについて ○家庭教育ホットライン(保護者専用) ○いじめ相談さわやかテレホン(子ども専用)	栃木県教育委員会 (028) 665-7867 栃木県教育委員会 (028) 665-9999 全国共通24時間子どもSOSダイヤル フリーダイヤル 0120-0-78310
○メール相談(保護者・子ども専用)	栃木県教育委員会 <a href="https://www.pref.tochigi.jp/m06/education/shougai/suishinjigyou/telephone.html">https://www.pref.tochigi.jp/m06/education/shougai/suishinjigyou/telephone.html</a> 
●奨学金に関する相談 ○高校生対象	教育政策課 (028) 623-3354
○高校生・大学生等対象	(公財)栃木県育英会 (028) 623-3459