

■ 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
<p>● 保健・福祉に関する相談</p> <p>○ 保健福祉総合相談</p> <p>○ 福祉のしごと相談</p> <p>○ 認知症高齢者や障害者等の権利擁護相談</p>	<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>福祉人材・研修センター (028) 643-5622</p> <p>とちぎ権利擁護センター(あすてらす) (028) 621-1234</p> <p>とちぎ成年後見支援センター (福) 栃木県社会福祉協議会</p>
<p>● 医療に関する相談</p>	<p>県域医療安全相談センター (028) 623-3900</p> <p>県西医療安全相談センター (0289) 64-3125</p> <p>県東医療安全相談センター (0285) 82-3321</p> <p>県南医療安全相談センター (0285) 22-0302</p> <p>県北医療安全相談センター (0287) 22-2257</p> <p>安足医療安全相談センター (0284) 43-2267</p> <p>宇都宮市保健所 (028) 626-1236</p>
<p>● 病院や診療所に関する情報</p>	<p>「とちぎ医療情報ネット」HP  http://www.qq.pref.tochigi.lg.jp/</p>
<p>● ころの健康に関する相談</p> <p>○ ころのダイヤル</p> <p>○ 栃木いのちの電話</p>	<p>≪ 月～金曜日 午前9時～午後5時 ≫ (028) 673-8341</p> <p>栃木いのちの電話 (028) 643-7830</p> <p>≪ 毎日24時間 ≫</p> <p>足利いのちの電話 (0284) 44-0783</p> <p>≪ 毎日 午後3時～午後9時 ≫</p>
<p>● ヤングケアラーに関する相談</p>	<p>こども政策課 (028) 623-3061</p> <p>電話</p> <p>LINE相談 ≪ 月～金曜日 午前11時～午後8時 ≫</p> <p>「とちぎヤングケアラーチャンネル」  https://lin.ee/f43UMfr</p>
<p>● ひきこもり、ニート、不登校等に関する相談</p>	<p>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</p> <p>中高年ひきこもり専用 (028) 643-3438</p> <p>≪ 火～土曜日 10時～19時 ≫</p> <p>【FAX】(028) 643-3452 【メール】soudan@polaris-t.net</p>
<p>● 性感染症・エイズについての相談</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) 22-1219</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>宇都宮市保健所 (028) 626-1115</p>

<p>●難病・小児慢性特定疾病に関する相談</p> <ul style="list-style-type: none"> ○各種相談 ○医療費助成に関する相談 	<p>とちぎ難病相談支援センター (028) 623-6113 健康増進課 (028) 623-3086 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)22-1509 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 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(難病) (028) 626-1116 宇都宮市子ども支援課(小児慢性) (028) 632-2296</p>
<p>●がんに関する相談</p> <ul style="list-style-type: none"> ○がんに関する療法、不安や悩みに関する相談 	<p>《がん相談支援センター設置医療機関》 栃木県立がんセンター (028) 658-6484 済生会宇都宮病院 (028) 626-5500 自治医科大学附属病院 (0285) 58-7107 獨協医科大学病院 (0282) 87-2053 上都賀総合病院 (0289) 64-2161 那須赤十字病院 (080) 7576-2655 足利赤十字病院 (0284) 20-1307 芳賀赤十字病院 (0570) 01-2195</p>
<p>●肝炎に関する相談</p> <ul style="list-style-type: none"> ○肝炎検査やB型・C型肝炎に係る医療費助成制度 <p>○肝疾患相談室</p>	<p>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 自治医科大学附属病院 (0285) 58-7107 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"> ○訪問歯科の相談 	<p>とちぎ歯の健康センター (028) 648-6480 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"> ○就業に関する相談 ○一般相談 ○専門相談・要予約 	<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 《火～日曜日 午前9時～午後4時》 《火～日曜日 午前9時～午後4時》 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>

<p>●急な病気やけがについての相談</p>	<p>とちまる救急安心電話相談(概ね15歳以上の方) #7119 または (028)623-3344 《月曜～金曜 午後4時～午前10時》 《土曜・日曜・祝休日 24時間(午前10時～翌朝10時)》</p>
<p>●依存症対策に関する相談</p>	<p>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</p>
<p>●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</p>	<p>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</p>

■ 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	とちまる救急安心電話相談(概ね15歳未満の方) #8000 または (028)623-3511 《月曜～金曜 午後4時～午前10時》 《土曜・日曜・祝休日 24時間(午前10時～翌朝10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	こども家庭センター(母子保健)一覧 https://tocado.pref.tochigi.lg.jp/list/  地域子育て支援拠点一覧 https://tocado.pref.tochigi.lg.jp/search/search-34  SNS相談 https://line.me/R/ti/p/@778asdia 
●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> <ul style="list-style-type: none"> ○一般相談 ○配偶者暴力相談 ○法律相談 ○DV法律相談 ○女性のためのカウンセリングルーム ○困難を抱える女性LINE相談@とちぎ 	<p>とちぎ男女共同参画センター (028)665-8720</p> <p>電話 ≪月～日曜日 午前9時～午後4時≫</p> <p>面接(要予約) ≪火～日曜日 午前9時～午後4時≫</p> <p>電話 ≪月～金曜日 午前9時～午後8時</p> <p>≪土・日曜日 午前9時～午後4時≫</p> <p>面接(要予約) ≪火～日曜日 午前9時～午後4時≫</p> <p>面接(要予約)</p> <p>≪第2・4木曜日 午後1時30分～午後3時30分≫</p> <p>面接(要予約) ≪日時はお問い合わせください≫</p> <p>面接(要予約)</p> <p>≪第2・4金曜日 午後1時～午後4時≫</p> <p>LINE相談 ≪火・土曜日 午後3時～午後10時≫</p> <p>https://lin.ee/inKys5f</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)</p> <p>(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</p> <p>#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>≪月～金曜日 午前9時～午後5時30分≫</p> <p>≪土曜日 午前9時～午後12時30分≫</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> <ul style="list-style-type: none"> ○助産師による相談 ○医師による相談 	<p>栃木県不妊・不育専門相談センター (028)665-8099</p> <p>(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>≪火～土曜日、第4日曜日≫</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>≪不妊専門相談センターまでお問い合わせください≫</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>≪火、木、土曜日 午後6時～午後9時≫</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>≪第2・4水曜日 午前9時～午後12時</p> <p>午後1時～午後4時≫</p> <p>※予約のみ ≪火～土曜日 午前9時～午後4時≫</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> <ul style="list-style-type: none"> ○配偶者暴力相談 	<p>とちぎ男女共同参画センター (028)665-8724</p> <p>電話</p> <p>≪月・水曜日 午後5時30分～午後7時30分≫</p> <p>電話 (028)665-8720</p> <p>≪月～金曜日 午前9時～午後8時≫</p> <p>≪土・日曜日 午前9時～午後4時≫</p> <p>面接(要予約)</p> <p>≪火～日曜日 午前9時～午後4時≫</p>
<p>●性的マイノリティに関する相談</p>	<p>とちぎにじいるダイヤル (028)665-8724</p> <p>電話</p> <p>≪毎月第1・第3金曜日 午後5時30分～午後7時30分≫</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
○知的障害に関する相談	《水・金・土 午前10時～午後3時》 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
○発達障害に関する相談	宇都宮市保健所 (028) 626-1116
	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「ふおーゆう」 (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
○学校生活や発達に関する教育相談	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 https://www.pref.tochigi.lg.jp/e03/welfare/koureisha/kaigohoken/1184889455152.html 
●認知症に関する相談 ○一般医療相談、専門医療相談、診断 ○本人やその家族の抱える悩みごとなどに関する相談 ○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	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 (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≫ (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 ○子どもに関する悩みや不安についての教育相談 ○体罰・性暴力等に関する相談	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 総合教育センター ≪要予約≫ (028) 665-7210・7211 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
●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) ○メール相談(保護者・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 栃木県教育委員会 https://www.pref.tochigi.lg.jp/m06/education/shougai/suishiniigvou/telephone.html 
●奨学金に関する相談 ○高校生対象 ○高校生・大学生等対象	教育政策課 (028) 623-3354 (公財)栃木県育英会 (028) 623-3459