

ひきこもりの相談窓口（宇都宮・県西障害保健福祉圏域）

担当課名 又は機関名	相談内容	対象年齢	受付日・時間	問合せ先	ホームページ
宇都宮市					
青少年自立支援センター「ふらっぷ」	ニート、ひきこもりなど自立に困難を抱える青少年の総合相談窓口	概ね 15 歳から 39 歳まで (※対象年齢外であっても相談を受けたうえで本人の状況に応じ関係機関へ繋がります。)	月～金 9 時～17 時	相談専：028-633-3715 事務所：028-635-5834 F A X：028-635-5834 メール： u18060101@city.utsunomiya.tochigi.jp	https://www.city.utsunomiya.lg.jp/kosodate/seishonen/1032847/index.html
「エールU」中央部 (市役所本庁舎内)	保健と福祉のまるごと相談窓口 (相談内容に応じて関連する相談支援機関につながります。)	世代・分野を問わない	月～金 8 時 30 分～17 時 15 分	電話：028-632-2941 FAX：028-639-8825 メール： u1901@city.utsunomiya.tochigi.jp	https://www.city.utsunomiya.lg.jp/kenko/seikatsushien/soudan/1004786.html
「エールU」東部 (平石地区市民センター内)				電話：028-661-2369 FAX：028-689-2814 メール： u2215@city.utsunomiya.tochigi.jp	
「エールU」西部 (富屋地区市民センター内)				電話：028-665-3698 FAX：028-665-7226 メール： u2221@city.utsunomiya.tochigi.jp	
「エールU」南部 (姿川地区市民センター内)				電話：028-645-4535 FAX：028-659-9425 メール： u2224@city.utsunomiya.tochigi.jp	
「エールU」北部 (河内地区市民センター内)				電話：028-671-3205 FAX：028-671-3220 メール： u2227@city.utsunomiya.tochigi.jp	
※その他、市内 25 カ所の地域包括支援センター内に「エールU」窓口を開設中				右記のホームページをご確認ください。	

保健予防課 (保健所)	こころの健康や精神疾患に関すること	制限なし	月～金 8時30分～17時15分	電話：028-626-1116 FAX：028-626-1133 メール： u19070300@city.utsunomiya.tochigi.jp	https://www.city.utsunomiya.tochigi.jp/kenko/kokoro/1004483.html
鹿沼市					
生涯学習課青少年係 ・ こども・家庭サポートセンター	青少年に係る相談	制限なし	月～金 9時～17時	電話：0289-63-8324 FAX：0289-63-8325	https://www.city.kanuma.tochigi.jp/0138/info-0000000399-1.html
日光市					
日光市ひきこもり相談センターかがやき	ひきこもり本人及び家族への支援	制限なし	火～土 9時～17時	電話、FAX：0288-25-5508 メール： kagayaki@helen.ocn.ne.jp	https://kagayaki-nikko.info