

誰も自殺に追い込まれることのない社会を目指して

誰もが安心して暮らせる地域社会づくりの一環として、相談機関一覧を作成しました
心配なことや悩みごとをひとりで抱えこまず、早めに相談しましょう!!

相談機関一覧(栃木市)

区分	名称	相談機関 (開催場所)	相談時間 (日時予約等)	事業概要等	問合せ又は連絡先			
					名称	TEL番号	〒	所在地
からだの健康	健康相談	栃木保健福祉センター	月～金曜日(祝休日、年末年始除く) 午前8時30分～午後5時15分	一般的な健康に関する相談・生活習慣病に対する健康・栄養相談等	栃木市健康増進課	0282-25-3511	328-0027	栃木市今泉町2-1-40
		栃木県 栃木健康福祉センター	月～金曜日(祝休日、年末年始除く) 午前8時30分～午後5時15分	一般的な健康に関する相談・医療生活相談等	栃木県 栃木健康福祉センター	0282-22-4121	328-8504	栃木市神田町6-6
こころの健康	こころの健康相談	栃木保健福祉センター	年18回 予約制(約1時間) 午後1時30分～午後4時30分	専門のカウンセラーによる相談	栃木市健康増進課	0282-25-3511	328-0027	栃木市今泉町2-1-40
		大平ゆうゆうプラザ						
	精神保健福祉相談	栃木県 栃木健康福祉センター	月～金曜日(祝休日、年末年始除く) 午前8時30分～午後5時15分 専門医相談は年6回(要予約)	引きこもり、不眠、イライラ、対人関係、家族についての悩み等、心の悩みや心配ごと等についての相談	栃木県 栃木健康福祉センター	0282-22-4121	328-8504	栃木市神田町6-6
		栃木県 精神保健福祉センター	月～金曜日(祝休日、年末年始除く) 午前8時30分～午後5時15分	依存症(薬物・ギャンブル・アルコールなど)、摂食障害、引きこもり、自殺・自傷関連、精神疾患で精神障害に関する悩みや対応等の相談	栃木県 精神保健福祉センター	028-673-8452	329-1104	宇都宮市下岡本町2145-13
	こころのダイヤル		専門相談員(祝休日、年末年始除く) 月～金曜日 午前9時～午後5時	こころの悩みに関する電話相談	こころのダイヤル	028-673-8341	-	-
	栃木いのちの電話		24時間 365日	悩みを聞き、相談者が危機を乗り越えて自らの力で生きていけるよう電話を通して援助	栃木 いのちの電話	028-643-7830	-	-
栃木いのちの電話 足利分室(足利いのちの電話)		毎日 午後3時～午後9時	足利 いのちの電話		0284-44-0783	-	-	
医療	精神科救急医療相談電話		月～金:午後5時～翌日午前8時30分 土日・祝日・年末年始:24時間	夜間・土日・祝日の電話による緊急的な精神医療相談	栃木県 精神保健福祉センター	0570-666-990 (精神科救急医療相談電話)	-	-
リマ ティ イ ノ	とちぎにじいろダイヤル		毎月第1・第3金曜日 (祝休日、年末年始除く) 午後5時30分～午後7時30分	性的指向や性自認に関する様々な悩みや不安などの電話相談	とちぎにじいろダイヤル	028-665-8724	-	-
心配ごと	市民相談	栃木市役所 市民相談室	月～金曜日(祝休日、年末年始除く) 午前9時～午後5時	相談員による市民の心配ごと相談	栃木市 市民生活課	0282-21-2122	328-8686	栃木市万町9-25
高齢者 若年層	認知症の方と家族のための電話相談	とちぎ健康の森	月～土曜日(祝休日、年末年始除く) 午後1時30分～午後4時 ※毎月第4水曜日は来所相談にも応じています。	認知症の方や、その家族の方の抱える悩みごとなどに関する電話相談 若年性認知症の電話相談(必要時コーディネーターへの相談可)	(公社) 認知症の人と家族の会 栃木県支部	028-627-1122 (電話相談専用)	320-0072	(事務局) 宇都宮市若草1-10-6 とちぎ福祉プラザ内
金融りに関する	経営相談	栃木商工会議所	月～金曜日(祝休日、年末年始除く) 午前8時30分～午後5時	企業経営に関する融資等の全般的な相談	栃木商工会議所	0282-23-3131	328-8585	栃木市片柳町2-1-46
	消費者相談	栃木県弁護士会	毎月 第3土曜日 (祝休日、その他の場合に変更・中止あり) 午前10時～正午	悪徳商法、多重債務、その他消費者問題全般	栃木県弁護士会	028-689-9001	320-0845	宇都宮市明保野町1-6
専門相談	司法書士専門相談	栃木市 保健福祉センター	毎月 第1火曜日または第2火曜日 午前9時30分～午前11時30分	多重債務・消費者被害・相続・遺言・成年後見・借金等に関する相談	栃木市 社会福祉協議会 本所	0282-22-4501	328-0027	栃木市今泉町2-1-40
	栃木県司法書士会 総合相談センター 宇都宮会場	栃木県司法書士会館	現在休止中。 令和5年10月頃再開予定。 詳細は栃木県司法書士会にお問い合わせください。	司法書士による債務整理等の無料法律相談	栃木県司法書士会	028-614-1122	320-0848	宇都宮市幸町1-4
	栃木県司法書士会 総合相談センター 小山会場	小山商工会議所						
	法テラス	法テラス栃木	午前9時～正午、午後1時～午後5時 (土日、祝日、年末年始除く)	電話または面談による法的トラブルの解決に役立つ情報の提供。法テラス栃木では、経済的に余裕のない方を対象とする弁護士による無料法律相談等も実施。	日本司法支援センター 栃木地方事務所 (法テラス栃木)	0570-078318	320-0033	宇都宮市本町4-15 宇都宮Nビル2階
法テラス サポートダイヤル	平日:午前9時～午後9時 土曜:午前9時～午後5時 (祝日、年末年始除く)	0570-078374						
育児 ・ 思春 期等	こどもなんでも相談	栃木市 こども家庭センター	月～金曜日(祝休日、年末年始除く) 午前8時30分～午後5時15分	こどもに関する相談	栃木市 こども家庭センター	0282-25-5332	328-0027	栃木市今泉町2-1-40
	育児相談	栃木市 こども家庭センター	月～金曜日(祝休日、年末年始除く) 午前8時30分～午後5時15分	保護者の心身や子育てに関する相談		0282-25-3505		
	心・育ちの相談	栃木市 こども家庭センター	月～金曜日(祝休日、年末年始除く) 午前8時30分～午後5時15分	こどもの心や育ちなどに関する相談		0282-20-7705		
	発育発達・思春期相談	栃木県 県南健康福祉センター	月～金曜日(祝休日、年末年始除く) 午前8時30分～午後5時15分	発育発達に関する心配・思春期における不安等についての相談	栃木県 県南健康福祉センター	0285-22-0488	323-0811	小山市犬塚3-1-1
	児童家庭支援センターにここ広場	済生会宇都宮 乳児院内	月～金曜日(祝休日、年末年始除く) 午前9時～午後5時	子ども、家族および学校等に関する悩み相談	児童家庭支援センター にここ広場	028-623-4152	321-0974	宇都宮市竹林町945-1
	児童家庭支援センターちゅうりつぷ	社会福祉法人 養徳園内	毎日 午前8時30分～午後5時15分	育児、養育、虐待、いじめ、不登校、非行、ショートステイ、里親などの相談	児童家庭支援センター ちゅうりつぷ	028-686-2220	329-1412	さくら市喜連川1025

区分	名称	相談機関 (開催場所)	相談時間 (日時予約等)	事業概要等	問合せ又は連絡先			
					名称	TEL番号	〒	所在地
い じ め ・ 家 庭 問 題	子育ての悩み相談	家庭児童相談室	月～金曜日(祝休日、年末年始除く) 午前9時～午後4時	児童の問題・家庭内の問題等についての相談	栃木市 こども家庭センター	0282-25-5149	328-0027	栃木市今泉町2-1-40
	ひとり親家庭相談	母子・父子・寡婦相談	月～金曜日(祝休日、年末年始除く) 午前9時～午後4時	ひとり親家庭の生活の安定と向上に必要な相談、支援		0282-25-8033		
	青少年悩み事相談	栃木市 青少年育成センター	月～金曜日(祝休日、年末年始除く) 午前9時～午後5時 ※土日祝日・時間外は事前予約可	青少年の不登校、非行、いじめ。人間関係に関する悩みの電話相談、来所相談	栃木市 青少年育成センター	0282-23-6566 gakusyu03@city.t ochigi.lg.jp (メール)	328-8688	栃木市万町9-25
		栃木市 いじめ相談電話		いじめに関する電話相談	栃木市 青少年育成センター	0282-24-0667 gakusyu03@city.t ochigi.lg.jp (メール)		
	栃木市 “あったか”電話	栃木市教育委員会 事務局 学校教育課	月～金曜日(祝休日、年末年始除く) 午前8時30分～午後5時15分	子ども・保護者の教育に関する電話相談・面接 相談	栃木市教育委員会事務局 学校教育課	0282-21-2478		
	いじめ・不登校等 対策チーム	栃木県教育委員会 事務局 下都賀教育事務所	月～金曜日(祝休日、年末年始除く) 午前9時～午後4時	いじめや不登校など、学校生活における諸問題 についての相談	栃木県教育委員会事務局 下都賀教育事務所	0282-23-3782 (専用)	328-8504	栃木市神田町6-6
	児童相談	栃木県 県南児童相談所	月～金曜日(祝休日、年末年始除く) 午前8時30分～午後5時15分	虐待等お子さんについての相談	栃木県 県南児童相談所	0282-24-6121	328-0042	栃木市沼和田町17-22
	テレホン児童相談	栃木県	午前9時～午後8時(無休)	お子さんについての悩みや、子ども本人からの 悩みごと相談	栃木県	028-665-7788	-	-
	チャイルドラインとちぎ	特定非営利活動法人	毎日 午後4時～午後9時	18歳までの子ども専用電話相談 問題の解決を目的とせず、子どもの「気持ち」を 聴くことにより、ホッとできる「こころの居場所」と してのボランティア活動による相談窓口	特定非営利活動法人 チャイルドライン 支援センター	全国共通 フリーダイヤル 0120-99-7777	162-0808	東京都新宿区天神町 14 神楽坂藤井ビル5階
	いじめ相談 さわやかテレホン	栃木県 教育委員会	毎日 24時間	(児童生徒専用) いじめや不登校、その他学校生活などに関する 相談 メール相談HP ホットほっとメール相談 検索	栃木県 教育委員会	028-665-9999 全国共通ダイヤル 0120-0-78310	-	-
	家庭教育 ホットライン	栃木県 教育委員会	月～金 午前8時30分～午後9時30分 土 午前8時30分～午後5時30分 ※上記時間外と祝休日・年末年始等は、 「いじめ相談さわやかテレホン」で対応	(保護者専用) 子育てやしつけなど家庭教育に関する相談 メール相談HP ホットほっとメール相談 検索	栃木県 教育委員会	028-665-7867	-	-
	こどもの人権110番			こどもをめぐるさまざまな人権問題についての 相談		0120-007-110 (こどもの人権)		
こどもの人権SOS eメール	宇都宮地方法務局	月～金曜日(祝休日、年末年始除く) 午前8時30分～午後5時15分	こどもの人権SOSeメール https://www.jinken.go.jp/kodomo (パソコン・スマートフォン共通)	宇都宮地方法務局	-	320-8515	宇都宮市小幡2-1-11	
こどもの人権SOS ミニレター			こども自身の悩みに関する相談 学校に備えてある専用の用紙に悩みを書いて ポストに入れたら、人権擁護委員より返事が届く (切手不要)		-			
ひとり親家庭 生活相談	母子家庭等就業・ 自立支援センター	火～日曜日(月曜・祝休日・年末年始除く) 午前9時～午後4時	母子家庭の母、寡婦及び父子家庭の父を対象 に、生活・福祉全般に関する相談	母子家庭等就業・自立 支援センター	028-665-7801	320-0071	宇都宮市野沢町4-1 (パルティとちぎ男女 共同参画センター内)	
子どもの権利相談	栃木県弁護士会	月～金曜日(祝休日、年末年始除く) 午前10時30分～正午 午後1時～午後4時30分	不登校、学校でのいじめや体罰、非行、援助 交際等の他、児童虐待等子どもに関する相談 全般(未成年者からの相談申込は全般受付 可)	栃木県弁護士会	028-689-9001	320-0845	宇都宮市明保野町1-6	
多 重 債 務	多重債務相談	栃木市 消費生活センター	月～木曜日(祝休日、年末年始除く) 午前9時～午後4時	多重債務に関する相談 (消費生活に関する相談)	栃木市 消費生活センター	0282-23-8899	328-8686	栃木市万町9-25
		栃木県 消費生活センター	月～金曜日(祝休日、年末年始除く) 午前9時～午後4時		栃木県 消費生活センター	028-625-2227	320-8501	宇都宮市埴田1-1-20 県庁本館7階
	多重債務 相談センター	栃木県弁護士会	月～金曜日(祝休日、お盆、年末年始除く) 午前10時30分～正午 午後1時～午後4時30分	多重債務者の法的救済等を目的として多重 債務に関する無料法律相談や、受任弁護士の 紹介等	栃木県弁護士会	028-689-9001	320-0845	宇都宮市明保野町 1-6
	有料法律相談							

区分	名称	相談機関 (開催場所)	相談時間 (日時予約等)	事業概要等	問合せ又は連絡先			
					名称	TEL番号	〒	所在地
福祉	高齢福祉サービス利用等の相談	栃木中央地域 包括支援センター	月～金曜日(祝休日、年末年始除く) 午前8時30分～午後5時15分	高齢者の介護や生活等に関する相談 (栃木東・栃木西・栃木北地区)	栃木中央地域 包括支援センター	0282-21-2245 2246	328-8686	栃木市万町9-25 栃木市役所2階
		吹上地域 包括支援センター		" (栃木地域吹上・皆川・寺尾地区)	吹上地域 包括支援センター	0282-31-1002	328-0125	栃木市吹上町782-1 吹上公民館内
		国府地域 包括支援センター		" (栃木地域国府・大宮地区)	国府地域 包括支援センター	0282-27-3855	328-0002	栃木市惣社町228-1 国府公民館内
		大平地域 包括支援センター		" (大平地域全地区)	大平地域 包括支援センター	0282-43-9226	329-4492	栃木市大平町富田558 大平総合支所内
		藤岡地域 包括支援センター		" (藤岡地域全地区)	藤岡地域 包括支援センター	0282-62-0911	323-1192	栃木市藤岡町藤岡 1022-5 藤岡総合支所内
		都賀地域 包括支援センター		" (都賀地域・西方地域全地区)	都賀地域 包括支援センター	0282-29-1104	328-0192	栃木市都賀町家中 5982-1 都賀総合支所内
	岩舟地域 包括支援センター	" (岩舟地域全地区)	岩舟地域 包括支援センター	0282-55-7782	329-4392	栃木市岩舟町静5133-1 岩舟総合支所内		
	障がい福祉サービス利用等の相談	栃木市 障がい福祉課	月～金曜日 (祝休日、年末年始除く) 午前8時30分～午後5時15分	障がい福祉サービスや生活等に関する相談	栃木市 障がい福祉課	0282-21-2219	328-8686	栃木市万町9-25 栃木市役所2階
		大平総合支所			大平地域づくり推進課	0282-43-9202	329-4492	栃木市大平町富田558
		藤岡総合支所			藤岡地域づくり推進課	0282-62-0904	323-1192	栃木市藤岡町藤岡 1022-5
都賀総合支所		都賀地域づくり推進課			0282-29-1103	328-0192	栃木市都賀町家中 5982-1	
西方総合支所		西方地域づくり推進課			0282-92-0309	322-0692	栃木市西方町本城1	
岩舟総合支所		岩舟地域づくり推進課			0282-55-7759	329-4392	栃木市岩舟町静5133-1	
生活困窮に関する相談	とちぎ市 くらしサポートセンター 「くらしネット」	月～金曜日 (祝休日、年末年始除く) 午前8時30分～午後5時15分	早期に困窮状態から脱却するための相談、家計相談、学習支援等	とちぎ市 くらしサポートセンター 「くらしネット」	0282-51-7785	328-0027	栃木市今泉町2-1-40 栃木市栃木保健福祉センター内	
生活保護	栃木市福祉事務所		生活保護に関する相談	栃木市 福祉総務課	0282-21-2212	328-8686	栃木市万町9-25	
就職・労働	労働相談	栃木県	月～金(祝休日、年末年始除く) 午前8時30分～午後5時15分	労働者及び使用者からの労働問題全般に関する悩みや疑問について	栃木県 労働政策課	028-623-3535	320-8501	宇都宮市塙田1-1-20
	働く人のメンタルヘルス相談		県内4箇所で開催 毎月開催(宇都宮・大田原) 隔月開催(小山・足利) ※要予約 午後1時30分～午後4時20分(1回50分)	産業カウンセラーによる、職場でストレスやメンタルヘルス不調を抱えている方、その家族や会社の上司・同僚の方からの相談				
	とちぎジョブモール巡回相談	とちぎジョブモール (開催場所: 県南地区各会場)	(6月～2月) 地区内年間16回 ※要予約 午後1時～午後4時	就労に関する相談 (総合相談・キャリアカウンセリング)	とちぎジョブモール	028-623-3226	321-0964	宇都宮市駅前通り1-3-1 KDX宇都宮ビル1F
	就職に関する相談	栃木公共職業安定所 (ハローワーク栃木)	月～金曜日(祝休日、年末年始除く) 午前8時30分～午後5時15分	就職に関する相談等	栃木公共職業安定所 (ハローワーク栃木)	0282-22-4135	328-0041	栃木市河合町1-29 栃木地方合同庁舎1階
	母子家庭等の就業・自立支援相談	母子家庭等就業・自立支援センター	火～日曜日(月曜、祝日・年末年始除く) 午前9時～午後4時	母子家庭の母、寡婦及び父子家庭の父に対して、就業等に関する相談・情報提供・無料職業あっせんを実施	母子家庭等就業・自立支援センター	028-665-7801	320-0071	宇都宮市野沢町4-1 (パルティとちぎ男女共同参画センター内)
人権	人権相談	大平隣保館	月～金曜日(祝休日、年末年始除く) 午前8時30分～午後5時15分	人権に関する相談	栃木市 人権・男女共同参画課	0282-43-6611 0120-46-7830	329-4425	栃木市大平町新 1305-3
		厚生センター				0282-24-2444	328-0035	栃木市旭町9-7
		人権・男女共同参画課						
	人権擁護委員による人権相談	栃木市役所	毎月 第2・第4火曜日 午前10時～正午 (祝休日、年末年始除く)	人権に関する相談	栃木市 人権・男女共同参画課	0282-21-2161	328-8686	栃木市万町9-25
		大平総合支所	奇数月 第3木曜日(祝休日除く) 午前10時～正午					
		藤岡総合支所	奇数月 第3月曜日(祝休日除く) 午後1時30分～午後3時30分					
		都賀総合支所	偶数月 第3火曜日(祝休日除く) 午前10時～正午					
		西方公民館	奇数月 第4火曜日(祝休日除く) 午後1時30分～午後3時30分					
	岩舟総合支所	偶数月 第3木曜日(祝休日除く) 午後1時30分～午後3時30分						
	みんなの人権110番		(みんなの人権) 月～金曜日(祝休日、年末年始除く) 午前8時30分～午後5時15分	人権に関する相談	宇都宮地方法務局	0570-003-110 (みんなの人権)	320-8515	宇都宮市小幡2-1-11
外国語人権相談ダイヤル	宇都宮地方法務局	(外国語人権相談) 月～金曜日(祝休日、年末年始除く) 午前9時～午後5時	インターネット人権相談 https://www.moj.go.jp/JINKEN/jinken113.html	宇都宮地方法務局	0570-090-911 (外国語人権相談)			
生活安全	警察安全相談	栃木警察署	-	犯罪等による被害の未然防止等に関する相談	栃木警察署	0282-25-0110	328-0075	栃木市箱森町40-14
	県民相談室		24時間	犯罪等による被害の未然防止等に関する相談		#9110(028-627-9110)		
	性犯罪被害者相談電話	栃木県警察本部	24時間	性犯罪被害に関する相談	栃木県警察本部	#8103(0120-363-339)	320-8510	宇都宮市塙田1-1-20
	ヤングテレホン		月～金曜日(祝休日、年末年始除く) 午前9時～午後4時	少年に関する悩みや困りごと相談		0120-87-4152		
	被害者等相談室	宇都宮地方検察庁	月～金曜日(祝休日、年末年始除く) 午前8時30分～午後5時15分 ※夜間・休日でも伝言やFAXでの利用可	犯罪被害者等からの刑事事件に関する相談	宇都宮地方検察庁	028-623-6790 (専用・FAX兼用)	320-0036	宇都宮市小幡2-1-11
	被害者支援センターとちぎ	公益社団法人被害者支援センターとちぎ	月～金曜日(祝休日、年末年始除く) 午前10時～午後4時	犯罪被害等に関する支援	公益社団法人被害者支援センターとちぎ	028-643-3940 (専用)	320-0043	宇都宮市桜4-2-2 栃木県立美術館普及分館2階

区分	名称	相談機関 (開催場所)	相談時間 (日時予約等)	事業概要等	問合せ又は連絡先				
					名称	TEL番号	〒	所在地	
女性	女性相談	女性相談	月～金曜日(祝休日、年末年始除く) 午前9時～午後4時	DV、女性の悩みなど女性に関する相談	栃木市 こども家庭センター	0282-25-8033	328-0027	栃木市今泉町2-1-40	
	予期しない妊娠等に関する相談	栃木市 こども家庭センター	月～金曜日(祝休日、年末年始除く) 午前8時30分～午後5時15分	予期しない妊娠等に関する相談		0282-25-3505			
	女性のための一般相談	とちぎ男女共同 参画センター	《電話相談》 月～日曜日(祝休日、年末年始除く) 午前9時～午後4時 《面接相談》 ※要予約 火～日曜日(祝休日、年末年始除く) 午前9時～午後4時	夫婦・家族・子育て・介護等に関する一般的な相談	とちぎ 男女共同参画センター	028-665-8720	320-0071	宇都宮市野沢町4-1 (パルティとちぎ男女 共同参画センター内)	
	女性のための法律相談		毎月第2・第4木曜日 午後1時30分～3時30分	女性弁護士による女性のための法律相談(面接・予約制)					
	女性のためのDV法律相談		日時は電話でお問い合わせください。	女性弁護士による女性のためのDVに関する法律相談(面接・予約制)					
	女性のためのカウンセリングルーム		毎月第2・第4金曜日 午後1時～4時	女性の心理の専門家による女性のためのカウンセリング(面接・予約制)					
	女性のための就職相談		毎月第2・第4水曜日 午前9時～正午 午後1時～4時	しばらく働いていないから、再就職が不安、自分に合った仕事を知りたいなど 女性の相談員が電話・面接による相談をお受けします。		028-665-8724 (面接予約は 028-665-8323)			
	女性の人権ホットライン		月～金曜日(祝休日、年末年始除く) 午前8時30分～午後5時	女性をめぐるさまざまな人権問題についての相談	宇都宮地方法務局	0570-070-810	-	-	
	認定NPO法人 ウイメンズハウスとちぎ		月～金曜日(祝休日、年末年始除く) 午前9時～午後5時	DVや女性への暴力に関する相談	認定NPO法人 ウイメンズハウスとちぎ	028-621-9993	320-8508	宇都宮市若草1-10-6 とちぎ福祉プラザ内	
にんしんSOSとちぎ		火曜日 午前10時～午後2時 土曜日 午後2時～午後6時	予期せぬにんしん相談等	にんしんSOSとちぎ	050-5526-4662 ninshin-sos- tochigi.com (24時間受付)	-	-		
男性	男性のための電話相談	とちぎ男女共同参画センター	毎週月曜日・水曜日 17時30分～19時30分	パートナーとの関係で悩んでいる 職場の人間関係がうまくいかないなど 男性の相談員が相談に応じる	とちぎ 男女共同参画センター	028-665-8724	320-0071	宇都宮市野沢町4-1 (パルティとちぎ男女 共同参画センター内)	
男性 ・ 女性	配偶者暴力(DV)相談	とちぎ 男女共同参画センター	《電話相談》(祝休日、年末年始除く) 月～金曜日 午前9時～午後8時 土・日曜日 午前9時～午後4時 《面接相談》(祝休日、年末年始除く) 火～日曜日 午前9時～午後4時 要予約	配偶者間の暴力に関する相談	とちぎ 男女共同参画センター	028-665-8720	320-0071	宇都宮市野沢町4-1 (パルティとちぎ男女 共同参画センター内)	
	DV相談+(プラス)	内閣府男女共同参画局	24時間	DVや女性に対する暴力に関する相談	内閣府男女共同参画局	0120-279-889	-	-	
	DV相談ナビ	内閣府男女共同参画局	24時間 (最寄りの相談窓口につながります)	DVや女性に対する暴力に関する相談	内閣府男女共同参画局	#8008 (はれれば)	-	-	
	とちぎ性暴力被害者サポートセンター とちエール		平日 午前9時～午後5時30分 土曜日 午前9時～午後12時30分 (第2土曜日、祝日、年末年始除く) ※時間外は夜間休日コールセンターにつながり相談受付	性犯罪・性暴力被害の相談	済生会 宇都宮病院内	028-678-8200 #8891	321-0974	宇都宮市竹林町911-1	
専門 相談	薬物特定相談	栃木県精神保健 福祉センター	原則毎月第3水曜日 事前予約制 午後2時～午後4時	覚醒剤等違法薬物及び処方薬等、薬物全般への依存についての相談	栃木県 精神保健福祉センター	028-673-8720	329-1104	宇都宮市下岡本町 2145-13	
	ギャンブル等依存症特定相談		原則毎月第2水曜日 事前予約制 午後1時30分～午後3時30分	ギャンブル等依存症に関する相談					
	頻回自傷未遂者及び 家族等特定相談		原則毎月第2水曜日 事前予約制 午後	リストカット、過量服薬などに関する相談					
	自死遺族 特定相談		原則毎月第3水曜日 事前予約制 午後	自死遺族についてのこころの相談					
	法律相談 経営相談	母子家庭等就業・ 自立支援センター	火～日曜日 午前9時～午後4時 (月曜・祝日・年末年始除く) ※法律相談は、原則第2・4水曜日午前中 ※経営相談は随時、予約制	母子家庭の母、寡婦及び父子家庭の父に対して、弁護士による養育費等に関する法律相談と企業診断士による起業相談を実施	母子家庭等就業・自立 支援センター	028-665-7801	320-0071	宇都宮市野沢町4-1 (パルティとちぎ男女 共同参画センター内)	
	法律相談	大平ふるさと ふれあい館	毎月 第1・3火曜日 午前9時～正午		栃木市 社会福祉協議会 大平支所	0282-43-0294	329-4415	栃木市大平町真弓 1396	
	弁護士相談		栃木市役所 市民相談室	毎月 第2・4金曜日 午前10時～正午		栃木市 市民生活課	0282-21-2122	328-8686	栃木市万町9-25
			大平隣保館	奇数月 第3木曜日 午前10時～正午		栃木市 大平隣保館	0282-43-6611 0120-46-7830	329-4425	栃木市大平町新 1305-3
			藤岡総合支所	奇数月 第3月曜日 午前10時～正午	弁護士無料相談(要予約)	栃木市 市民生活課	0282-21-2122	328-8686	栃木市万町9-25
			都賀総合支所	偶数月 第3火曜日 午前10時～正午					
			西方総合支所	奇数月 第4火曜日 午前10時～正午					
			岩舟総合支所	偶数月 第3木曜日 午前10時～正午					
	有料法律相談	小山市立 生涯学習センター	毎月 第1土曜日(祝休日除く) 受付:午前10時～正午 ※要予約	弁護士による面接相談	栃木県弁護士会	028-689-9001	-	-	
	栃木商工会議所	毎月 第3土曜日(祝休日除く) 受付:午前10時～正午 ※要予約							
弁護士相談	栃木県暴力追放 県民センター	毎月 第3水曜日 午後1時30分～午後3時30分	暴力団からの民事介入でお困りの方への 弁護士相談	栃木県暴力追放 県民センター	028-627-2600 (専用)	320-0032	宇都宮市昭和3-2-8 しもつけ会館内		