

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(野木町)

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 健 ら だ の	健康相談	野木町保健センター	保健センター/毎週水曜日午前中(要予約) 各地区集会所/回覧板にて周知	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	野木町健康福祉課	0280-57-4171	329-0195	野木町大字丸林571番地
		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	一般的な健康に関する相談・エイズに関する相談・難病等病態別生活相談等	栃木県 県南健康福祉センター	0285-22-1509	323-0811	小山市犬塚3-1-1
こ こ ろ の 健 康	こころの健康相談	野木町保健センター	1回/月 月曜日午前中(要予約)	気分が沈む、不安、やる気が出ない、眠れないなどうつ病が心配な方とその家族に対する相談	野木町健康福祉課	0280-57-4171	329-0195	野木町大字丸林571番地
	精神保健福祉相談	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 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 県南健康福祉センター	0285-22-6192	323-0811	小山市犬塚3-1-1
		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 月～金曜日(祝休日、年末年始除く) 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	-	-	-
	栃木のいのちの電話	24時間、365日	悩みを聴き、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	栃木のいのちの電話	028-643-7830	-	-	-
	栃木のいのちの電話 足利分室(足利のいのちの電話)	毎日 午後3時～午後9時		足利のいのちの電話	0284-44-0783	-	-	-
医 療	精神科救急医療相談電話	月～金：午後5時～午後10時 土日祝日(年末年始含む)： 午前10時～午後10時	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 ン 的 心 配 ご と	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	心配ごと相談所	野木町 老人福祉センター	1回/月 水曜日 午前10時～正午	相談員による町民の心配ごと相談	野木町 社会福祉協議会	0280-57-3100	329-0101	野木町大字友沼5840番地7
育 児 ・ 思 春 期 等	育児相談	野木町保健センター	1回/月 受付時間 午前9時～11時30分(要予約)	育児等に関する相談	野木町健康福祉課	0280-57-4171	329-0195	野木町大字丸林571番地
	子育てサロン	新橋児童館・ あかつか児童センター	1回/月 月曜日 午前10時～正午	子育てサロン相談員による子育て相談	新橋児童館/ あかつか児童センター	0280-57-9155 0280-54-1440	-	-
	発達発達・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	発達発達に関する心配・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に広場	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 ここに広場	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っぷ	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、シヨートステイ、里親などの相談	児童家庭支援センター ちゅうりっぷ	028-686-2220	329-1412	さくら市喜連川1025
い じ め ・ 家 庭 問 題	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等	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	養護、保健、障害、非行、育成相談等	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	-	-
	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 <input type="button" value="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 ※上記時間外と日曜日・祝日・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 <input type="button" value="検索"/>	栃木県 教育委員会	028-665-7867	-	-
	子どもの人権110番			子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 (子どもの人権)		
	子どもの人権SOS eメール	宇都宮地方事務局	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	子どもの人権SOSeメール https://www.jinken.go.jp/soudan/PC_CH/0101.html (パソコン・スマートフォン共通)	宇都宮地方事務局	-	320-8515	宇都宮市小幡2-1-11
	子どもの人権SOSミニレター			子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ると、人権擁護委員より返事が届く(切手不要)		-	-	-
	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、離婚にともなう親権の問題、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
	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	宇都宮市沢沢町4-1(バ ルティとちぎ男女共同 参画センター内)
	子ども家庭総合支援拠点		月～金 (祝休日、年末年始除く)	子育てについての心配ごとや子どもからの悩みごと相談		0280-57-4162	329-0195	野木町大字丸林571番地
いじめ・不登校等相談窓口		月～金 (祝休日、年末年始除く)	いじめ、不登校、交友関係、学習、進路などの悩みごと相談		0280-57-4182 0280-57-4183	329-0195	野木町大字丸林571番地	
教育相談	野木町こども教育課	月～金 (祝休日、年末年始除く)	児童生徒、保護者からの悩みや教育に関する相談	野木町こども教育課	0280-57-4209	329-0195	野木町大字丸林571番地	
あすなる教育相談		月～金 (祝休日、年末年始除く)	不登校に関する相談		0280-57-4189	329-0195	野木町大字丸林571番地	
福 祉	福祉サービス 利用相談	野木町健康福祉課 社会福祉係	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	福祉サービス利用相談	野木町健康福祉課	0280-57-4172	329-0195	野木町大字丸林571番地
	野木町障がい者 相談支援センター	ライフサポート センターゆめ みらい	月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分 月～金曜日 午前10時～午後5時	相談支援専門員による障がいのある方、ご家族の方の相談	ライフサポート センターゆめ みらい	0280-33-6951 0280-57-2673	329-0111 329-0111	野木町大字丸林582番地1 野木町大字丸林371番地12
	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 家族の会栃木支部	028-627-1122 (電話相談専用)	320-0072

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
金融 関係	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
多重 債務	多重債務相談	野木町消費生活センター	月曜～金曜日 (祝休日、年末年始除く) 午前9時～正午、午後1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)	野木町消費生活センター	0280-23-1333	329-0195	野木町大字丸林571番地
		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			弁護士による面接相談(要予約)				
就職・ 労働	働く人のメンタルヘルス相談	栃木県小山労政事務所	毎月第2金曜日 午後1時30分～午後4時20分(1回50分) ※要予約	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、そのご家族や会社の上司・同僚の方からの相談	栃木県小山労政事務所	0285-22-4032	323-0811	小山市犬塚3-1-1
	労働相談		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				
	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:栃木県庁小山庁舎外)	月1回(6月～2月) 午後1時～午後4時 ※要予約	就労に関する相談(総合相談・キャリアカウンセリング)				
	就職に関する相談	小山公共職業安定所(ハローワーク小山)	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	小山公共職業安定所(ハローワーク小山)	0285-22-1524	323-0014	小山市善沢1475おやまゆうえんハローワーク内
	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・行政合同相談	野木町総合サポートセンター(ひまわり館)	1回/月 水曜日 午前9時～正午	人権に関する相談や役所が行っている仕事に対する疑問や相談	野木町生活環境課	0280-57-4132	329-0195	野木町大字丸林571番地
	みんなの人権110番	宇都宮地方方法務局(栃木支局でも可能)	(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
	外国人権相談ダイヤル		(外国人権相談) 月～金曜日(祝休日、年末年始除く) 午前9時～午後5時	インターネットメール相談 https://www.moj.go.jp/JINKEN/jinken113.html		0570-090-911(外国人権相談)		
女 性	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相談ルーム	028-665-8720	320-0071	宇都宮市野沢町4-1
	女性のための就職相談	とちぎ男女共同参画センター	毎週水曜日 9時～12時 13時～16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相談をお受けします。	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(とちぎ男女共同参画センター内)
	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》 月～金曜日 午前9時～午後8時 土・日曜日 午前9時～午後4時 (祝休日、年末年始除く) (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	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相談ルーム	028-665-8720	320-0071	宇都宮市野沢町4-1
	DV相談	野木町生活環境課	月～金曜日(祝日を除く) 午前8時30分～午後5時15分	配偶者・パートナーからの身体的、精神的、性的などの暴行に対する相談	野木町生活環境課	0280-57-4154	329-0195	野木町大字丸林571番地
	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15分	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 午前9時～午後5時(祝休日、年末年始除く)	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
	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)	-	-
	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(とちぎ男女共同参画センター内)
	生 活 安 全	警察安全相談	小山警察署	-	犯罪等による被害の未然防止等に関する相談	小山警察署	0285-31-0110	323-0827
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	宇都宮市埴田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専用)	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2F	
専 門 相 談	薬物特定相談		原則毎月第3水曜日 午後2時～午後4時、事前予約制	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		028-673-8720		
	顔回自傷未遂者及び家族等特定相談	栃木県精神保健福祉センター	原則毎月第2水曜日午後、事前予約制	リストカット、過量服薬などに関する相談	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
	自死遺族特定相談		原則毎月第3水曜日 午後、事前予約制	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(月曜・祝日・年末年始除く) 午前9時～午後4時 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(とちぎ男女共同参画センター内)
	法律相談	野木町老人福祉センター	1回/月 第3水曜日 午前10時～正午(要予約)	財産・扶養・土地・金銭借借・賠償・離婚などの問題に対する相談	野木町社会福祉協議会	0280-57-3100	329-0101	野木町大字友沼5840番地7
	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	-	-
	弁護士相談	栃木県暴力追放県民センター	毎月第3土曜日(祝休日除く) 受付:午前10時～正午 ※要予約	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
	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、新型コロナウイルス感染防止対策のため中止中	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	現在、新型コロナウイルス感染防止対策のため中止中					
	法テラス	法テラス栃木	午前9時～正午、午後1時～午後4時 (土日、祝日、年末年始除く) 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)	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(IP電話090-3383-5395)	320-0033	宇都宮市本町4-15 宇都宮NIビル2F