

性的マイノリティの人権に関連した各種相談窓口等一覧

相談日等に「月～金」等とあるものは、原則として祝祭日を除きます。

R7.12.1現在

	区分	名称	相談内容	相談電話番号等	相談日等	実施機関
1	専門相談	とちぎにじいるダイヤル	性的指向や性自認に関する悩みや不安などの相談	028-665-8724	第1・3金曜 17:30～19:30 (祝休日及び年末年始を除く)	栃木県生活文化スポーツ部 人権男女共同参画課
2	人権	みんなの人権110番 (全国共通人権相談ダイヤル)	人権問題全般 いじめ、虐待、差別問題、インターネットによる 人権侵害等	0570-003-110 一部のIP電話等からは利用できない 場合がある。	平日 8:30～17:15 (年末年始を除く)	宇都宮地方務局人権擁護課
3		インターネット人権相談		https://www.jinken.go.jp/	24時間受付	
4		こどもの人権110番	こどもの人権に関する相談(「いじめ」、虐待な どこどもの人権問題に関する専用相談電話)	0120-007-110 (全国共通・無料)	平日 8:30～17:15 (年末年始を除く)	
5		外国語人権相談ダイヤル	日本語を自由に話すことができない方からの人 権相談に応じています。	0570-090-911	平日 9:00～17:00 (年末年始を除く)	
6	雇用	職場での性別による差別的扱いやセ クハラ・育児休業等相談	職場での雇用管理に関する性別による差別的 扱いやセクシュアルハラスメント・育児休業取得 等のトラブル	028-633-2795	平日 8:30～17:15	栃木労働局雇用環境・均等室
7		労働相談	労働問題に関する相談	028-623-3535	月～金 8:30～17:15	栃木県産業労働観光部 労働政策課
8	法律	女性のための法律相談	離婚の問題、親権や養育費など法律相談	028-665-8720	【面接(予約)】 第2・4木曜 13:30～15:30	とちぎ男女共同参画センター
9		女性のためのDV法律相談	加害者との離婚問題、 調停や裁判などの法律相談	028-665-8720	【面接(電話で予約)】	
10		法律相談	収入等の少ない方を対象に無料の法律相談 (民事法律扶助相談)を実施	0570-078318	火(事前予約制・原則面談) 13:30～16:30	日本司法支援センター 栃木地方事務所(法テラス栃木)
11		外国人のための法律相談	在県外国人からの法的な問題に関する相談に 対応 対応言語:日本語、英語、中国語、ポルトガル 語、スペイン語、ベトナム語、フィリピン語、ネ パール語、タイ語、シンハラ語、インドネシア語 その他の言語は要相談	相談専用 028-627-3399	第1火曜(予約制) 10:00～12:00 (祝日の場合は第3火曜)	とちぎ外国人相談サポートセン ター((公財)栃木県国際交流協 会))
12	在留資格	外国人のための在留資格・ビザ相談	在県外国人からの入国、在留手続きに関する 相談に対応 対応言語:日本語、英語、中国語、ポルトガル 語、スペイン語、ベトナム語、フィリピン語、ネ パール語、タイ語、シンハラ語、インドネシア語 その他の言語は要相談	相談専用 028-627-3399	第2水曜(予約制) 10:00～12:00 (祝日の場合は第4水曜)	とちぎ外国人相談サポートセン ター((公財)栃木県国際交流協 会))

	区分	名称	相談内容	相談電話番号等	相談日等	実施機関
13	DV	DV相談	ドメスティックバイオレンス(配偶者等からの暴力)に関する相談	028-665-8720	[電話] 月～金 9:00～20:00 土・日 9:00～16:00 [面接(予約)] 火～日 9:00～16:00	とちぎ男女共同参画センター
14	性被害	犯罪被害に関する相談	性犯罪被害等に関する相談 事件事故等の緊急時は、110番通報	0120-363-339 (短縮) 8103	24時間	警察本部県民広報相談課
15		とちぎ性暴力被害者サポートセンター (とちエール)	性犯罪・性暴力被害に遭われた方の相談	028-678-8200	月～金 9:00～17:30 土曜日 9:00～12:30 (第2土・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できる。	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
16	虐待	児童相談	虐待、養育等児童に関するあらゆる相談	中央児童相談所 028-665-7830	月～金 8:30～17:15	児童相談所
17				県南児童相談所 0282-24-6121		
18				県北児童相談所 0287-36-1058		
19		テレホン児童相談	子どもについての心配や子どもの悩みに関する相談	中央児童相談所 028-665-7788	通年 9:00～20:00	
20		児童相談所虐待対応ダイヤル	児童虐待に関する相談・通告	189(音声ガイダンス)	24時間	
21	教育・いじめ	教育相談	学校生活や発達に関する悩みや不安についての来所相談	028-665-7210 028-665-7211	月～金 9:30～17:00	栃木県総合教育センター
22		家庭教育ホットライン(保護者専用)	育児、子育て、しつけ等の家庭教育に関することなどについて悩みや不安をもつ保護者のための電話相談	028-665-7867 メール相談 「ホットほっとメール相談」で検索	月～金 8:30～21:30 土 8:30～17:30 (上記時間外と日・祝日・年末年始は受付を行っていない。急ぎの場合は、全国共通24時間子どもSOSダイヤル「0120-0-78310」を利用。)	栃木県教育委員会事務局 生涯学習課
23		いじめ相談さわやかテレホン(子ども専用)	いじめられている子、いじめを見た子などからの相談、自分自身のことや勉強・進路、学校生活、友人関係、家族関係等で悩んでいる児童生徒の相談に応じるための電話相談	028-665-9999 0120-0-78310 (全国共通ダイヤル(通話料無料)) メール相談 「ホットほっとメール相談」で検索	24時間	
24		栃木県連合教育会相談室	不登校、発達障がい、人間関係、いじめ等について本人(幼児～大学生)、保護者、教育関係者への面接相談	028-621-7274	対面(要予約) 初回2,000円 継続1時間1,000円 月～土 9:00～17:00(祝日・年末年始除く)	一般社団法人 栃木県連合教育会

	区分	名称	相談内容	相談電話番号等	相談日等	実施機関
25	心理	カウンセリングルーム	生きづらさや悩みについてのカウンセリング	028-665-8720	【面接(予約)】 第2・4金曜 13:00～15:50	とちぎ男女共同参画センター
26		栃木いのちの電話	自殺防止のための電話相談	028-643-7830(24時間) 0284-44-0783(15時～21時) 0120-783-556(毎月10日無料)	宇都宮…365日 24時間 足利…365日 6時間(15:00～21:00)	社会福祉法人 栃木いのちの電話 (宇都宮センター・足利センター)
27		栃木県カウンセリングセンター	心理療法・カウンセリング	TEL 028-647-1717 FAX 028-649-1213	予約制 月～土 9:00～17:00 1時間6,000円(税別)	NPO法人 栃木県カウンセリング協会
28	精神	こころのダイヤル	精神的不安や悩みなどの心の健康について、 専門の電話相談員による電話相談	028-673-8341	月～金 9:00～17:00	精神保健福祉センター
29		外国人のための精神保健相談	在県外国人からの心の悩みに関する相談に対応 対応言語:日本語、英語、中国語、ポルトガル語、 スペイン語、ベトナム語、フィリピン語、ネパール語、 タイ語、シンハラ語、インドネシア語 その他の言語は要相談	相談専用 028-627-3399	月1回(予約)	とちぎ外国人相談サポートセンター((公財)栃木県国際交流協会))
30		自治医科大学附属病院	精神科診療	0285-44-2111	月～金 8:45～17:15	自治医科大学附属病院 精神科
31		獨協医科大学病院	精神科診療	0282-86-1111	月～金 9:00～16:30 土(第3土除く)9:00～12:30	獨協医科大学病院 精神神経科
32	ジェンダー 外来	うわのまちクリニック	出生時に割り当てられた性別に違和感のある 方の診療や、ホルモン治療(女性ホルモン療法、 テストステロン療法など)	TEL 0289-74-7567 FAX 0289-74-7568	初診は電話で予約	うわのまちクリニック
33	居場所	S-PEC	LGBT当事者および家族の居場所づくり	spec.info123@gmail.com	交流会(約2ヶ月に1回の開催) 親の会(不定期で開催) 個人相談(随時実施:最初はメールで連絡を。)	S-PEC(えすぺっく)
34	一般相談	女性のための一般相談	夫婦、家族、自分自身のことなどに関する不安 や心配ごと相談	028-665-8720	【電話】 月～日 9:00～16:00 【面接(予約)】 火～日 9:00～16:00	とちぎ男女共同参画センター
35		男性のための電話相談	男性の生き方や家族関係の悩み、職場・仕事 の人間関係などの悩みに関する相談	028-665-8724	【電話】 月・水 17:30～19:30	
36		総合相談	在留手続、雇用、医療、福祉、出産・子育て・子 どもの教育等の生活に係る情報提供や専門機 関の案内 対応言語:日本語、英語、中国語、ポルトガル 語、スペイン語、ベトナム語、フィリピン語、ネ パール語、タイ語、シンハラ語、インドネシア語 その他の言語は要相談	相談専用 028-627-3399	火～土 9:00～16:00	とちぎ外国人相談サポートセン ター((公財)栃木県国際交流協 会))
37		犯罪被害に関する相談	犯罪等による被害の未然防止に関する相談、 その他県民の安全と平穏に係る相談 事件事故等の緊急時は、110番通報	028-627-9110 (短縮) # 9110	24時間	警察本部県民広報相談課