

～ひとりで抱え込まないで、まずはご相談ください～

女性相談

家庭や職場、身の回りなど、日々の暮らしの中で女性が抱えるさまざまな悩みや問題について、女性の相談員があなたの気持ちに寄り添って、お聴きし解決への道すじをいっしょに考えます。

「こんなこと相談してもいいのかな？」と心配なさらずに、どうぞ、まずは気軽にお電話ください。

DV＝ドメスティック・バイオレンス
(配偶者や交際相手からの暴力)

仕事のこと
生活上のこと

家族・親類関係の悩み

生理の貧困に関すること

どこに相談してよいのか
わからないこと

ご近所や地域、職場での
人間関係の悩み

パワー・ハラスメント
セクシュアル・ハラスメント

人には言えない心の苦しさを
聞いて欲しい

性別による
不利益な取り扱いのこと

相談日

毎月 第1火曜日と第3金曜日

時間：午前9時～午後4時30分
(祝日・年末年始を除く)

☎0790-63-0840

相談は無料
秘密は厳守します

※対象者は、宍粟市在住、在勤、在学の女性(性自認)です。

相談方法、その他の相談窓口一覧を裏面に記載しています。

相談窓口一覧

お問い合わせ先	電話番号	相談できる内容	受付時間
母子父子自立支援相談 (宍粟市役所北庁舎3階子育て支援課)	0790-63-3220	○離婚前相談やひとり親家庭に関すること ○DVに関すること	月～金 (祝日・年末年始除く) 9:00～16:30
宍粟警察署	0790-62-0110 緊急通報: 110 番	○パートナーからの暴力(DV)に関すること	24 時間
兵庫県警察ストーカー・DV相談	078-371-7830	○ストーカーやDVに関する こと	24 時間
兵庫県女性家庭センター (兵庫県配偶者暴力相談支援センター)	078-732-7700	○パートナーからの暴力(DV)に関すること	毎日 9:00～12:00 13:00～21:00 (受付は 20:30 まで) 年末年始 9:00～12:00 13:00～17:00 (受付は 16:30 まで)
DV相談ナビ (自動音声案内)	はれれば #8008	○最寄りの相談窓口へ転送されます。	各機関の相談受付の時間内
DV相談 ^{プラス} +	0120- ^{つなぐ} 279- ^{はやく} 889	○パートナーからの暴力(DV)に関すること	24 時間
女性のためのなやみ相談 (兵庫県男女共同参画センター・イーブン)	078-360-8551	○家族・友人・職場の人間関係、不妊・子育て・介護の悩み、DV・ストレス、産後うつなど どんなことでも	月～土 9:30～12:00 13:00～16:30 (祝日・年末年始除く)
ひょうご女性サポートホット ライン～ここふれ～	0120-62-3588	○専門相談機関の情報提供 (仕事やお金のことなど日常生活のさまざまな不安や悩み)	火～土 9:00～18:00 (受付は 17:30 まで) (祝日・年末年始除く)
みんなの人権 110 番 (法務省)	0570-003-110 自動ガイダンス案内後、「1 番」を入力	○女性の人権に関する相談	平日 8:30～17:15

宍粟市男女共同参画センター(宍粟市人権推進課)

相談方法: 電話相談のほか、面接相談(要予約)、メール相談があります。

相談・予約申し込み・問い合わせ先

〒671-2576 宍粟市山崎町鹿沢 65 番地3 宍粟防災センター2階

TEL: 0790-63-0840 FAX: 0790-63-0841

メール: shiminsodan-kk@city.shiso.lg.jp



2026 年 9 月 1 日時点