

～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

セクシュアル・ハラスメント
(性的な嫌がらせ)

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8時30分～午後5時15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 (宍粟市社会福祉課内)	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) 8:30～17:15
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	078-732-7700	○パートナーからの暴力(DV)に関すること	毎日 9:00～21:00
DVナビ	はれれば #8008	○最寄りの相談窓口へ転送されます。	毎日 9:00～21:00
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	○パートナーからの暴力(DV)、仕事、子育ての悩み等	月～土 9:30～12:00 13:00～16:30
ひょうご女性サポートホットライン～ここふれ～	0120-62-3588	○新型コロナウイルス感染症の影響などによるさまざまな不安や悩み	火～土 9:00～12:00 (祝日・年末年始除く)
女性の人権ホットライン (神戸地方法務局)	0570-070-810	○パートナーからの暴力、職場でのいじめ、セクシュアルハラスメント等	月～金 8:30～17:15

宍粟市男女共同参画センター

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。

※面接相談は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、次の点にご協力をお願いします。

- ・発熱や咳など風邪症状のある方、その他体調に不安がある方はご利用をご遠慮ください。
- ・手洗い、手指消毒、マスクの着用をお願いします。

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

