

相談室だより

～ひとりで悩みを抱えていませんか？～

千葉県男女共同参画センターでは、女性・男性の様々な悩みに対応した総合相談を実施しています。まずは電話相談をご利用ください。

どんな事を相談できるの？



性別・年齢を問わずよくある相談

- ・最近気分がふさがち、何もやる気が起きない、悩むことが多くてよく眠れない。
- ・自分の将来や健康、老後に不安が…。



女性相談でよくある相談内容

- ・ご近所付き合いが上手くいかない。
- ・育児でノイローゼになっている。
- ・夫からの暴力が辛い。別れたいけどどうすれば…？

(今後の生活は？子どもの親権は？避難した先で必要な手続きは？etc..)



男性相談でよくある相談内容

- ・家庭での居場所が無くて辛い。
- ・職場での待遇や人間関係で悩んでいる。
- ・夫婦仲が良くない、妻から罵られる。
- ・妻や交際相手に暴力を振るってしまうのを止めたい。
- ・妻に別居を言い渡され、子どもに会えない。



新型コロナウイルスに関する相談

- ・感染拡大の影響で仕事を失ってしまった。
- ・もし感染したら、周囲とどう関われば…？



相談の流れ

相談は無料です。秘密は厳守します。

女性のための電話相談

☎ 04-7140-8605

火～日曜日 9:30～16:00

(月曜※月曜日が祝日の場合は翌日火曜日、
祝日・年末年始は休み)

電話相談後に
予約

<面接相談>

火～日曜日
面接により、一緒に問題
点を整理します。

面接相談後に
予約

男性のための電話相談

☎ 043-308-3421

火・水曜日 16:00～20:00

(月曜日が祝日の場合の翌日火曜日、
祝日・年末年始は休み)

電話相談後に予約

<女性カウンセリング>

自分の力で解決できるよう、女性のカウンセラーが相談に応じます。

<こころの相談>

ストレスや不安などこころの悩みについて、精神科医が相談に応じます。

<法律相談>

法律上の相談に女性の弁護士が応じます。

<男性カウンセリング>

今抱えている問題をご自身で解決
できるよう、男性のカウンセラー
が相談に応じます。

★★少しでも悩み事があったら…まずは気軽にお電話を★★