

誰にも言えずにひとりで悩んでいませんか？

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…。



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。

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？避難した先に必要な手続きは？ etc..)



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

女性相談員が相談に応じます。電話相談後に
予約

☎04-7140-8605

火～日曜日 9:30～16:00
(休み：月曜祝日の場合の翌平日、祝日、年末年始)

<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

<女性カウンセリング>

自分の力で悩みを解決できるよう、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相談に、精神科医が応じます。

<法律相談>

法律上の相談に女性の弁護士が応じます。

男性のための電話相談

男性相談員が相談に応じます。

☎043-308-3421

火・水曜日 16:00～20:00
土曜日 12:30～16:30
(休み：月曜祝日の場合の翌平日、
祝日、年末年始)

電話相談後に
予約

<男性カウンセリング>

自分の力で悩みを解決できるよう、
男性カウンセラーが相談に応じます。