

女性のための相談

ひとりで抱え込まないで相談してください



親子、パートナー、職場などの人間関係

仕事と家庭の両立、再就職の準備

DV（ドメスティック・バイオレンス）

自分らしい働き方や生き方 など

専門の女性相談員がじっくりお話をお聴きします。
気持ちや考えの整理をして、解決への糸口を探しましょう。
情報提供や関係機関の紹介もします。
相談は無料。個人の秘密は厳守いたします。
安心してご相談ください。

※長野市内在住もしくは在勤・在学の女性が対象です。

電話・面接相談（面接相談は前日までの予約制です）

相談専用電話 **026-237-8778**

月・火・木・金曜日 9:00~16:00

水曜日 12:00~19:00（16:00以降は電話相談のみ）

（祝日・12月29日~1月3日を除く）

「女性のための法律相談」は裏面をご覧ください

女性の弁護士による

女性のための法律相談

※長野市内在住もしくは在勤・在学の女性が対象です。

会場：長野市男女共同参画センター（勤労者女性会館しなのき内）

日時：毎月第2水曜日（予約制・先着4名）

- ①10:00~10:30 ②10:30~11:00
③11:00~11:30 ④11:30~12:00

令和7年4月9日

令和7年5月14日

令和7年6月11日

令和7年7月9日

令和7年8月6日

令和7年9月10日

※第1水曜日

令和7年10月8日

令和7年11月12日

令和7年12月10日

令和8年1月14日

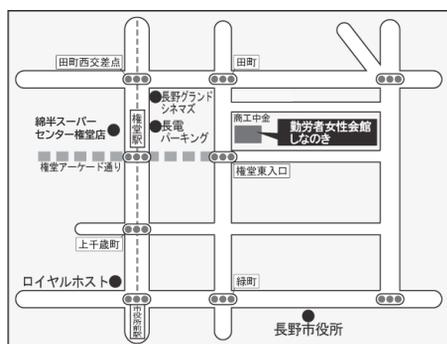
令和8年2月10日（火）

令和8年3月11日

※予約は2月9日（月）

※前日午前8時30分より、電話で予約を受け付けています。

予約電話 026-237-8303



長野市男女共同参画センター

〒380-0814

長野市大字鶴賀西鶴賀町1481-1

勤労者女性会館しなのき

●JR長野駅よりバス 権堂下車徒歩2分

●長野電鉄 権堂駅下車徒歩2分

※ 駐車場のご用意がありません。
公共交通機関や有料駐車場をご利用ください。

「女性相談員による電話・面接相談」は裏面をご覧ください