## 阿南市女性のための生き方なんでも相談

あなたを応援しますのびのびのび



あなたが迷ったり悩んだりして、 誰かに話を聞いてほしいときにお話を伺います。 家族や夫のこと、子育てや介護のこと、 職場等での人間関係、生き方のこと… どんなことでも構いません。

妻として母として 嫁として… 私の人生って何? 自分が 何をしたいのか わからない

性や恋愛について 悩んでいる 親や子どもとの 関わりが難しい

これって DV ? 夫との関係が つらい… 孤独や不安を 抱えている

具体的な問題を通して、今何に困っているのか、それを どのようにしていきたいのか、何を大切にしたいのか、 といったことをあなたと一緒に整理していきます。 必要があれば他機関と連携し、具体的な支援に繋げます。



ひとりで抱えて一杯一杯になって しまう前にモヤモヤした気持ちを そっと打ち明けてみませんか。

※秘密は厳守します。



## 女性のフェミニストカウンセラー・公認心理師

(徳島市在住) によるカウンセリングを行っています。

お話を伺うカウンセラーは、あなたのありのままの気持ちを、そのまま受け止めるよう心がけています。「あなたには問題を解決する力がある」ということを基本的なスタンスとして、あなたらしく生きていくためにはどうすればいいのかを一緒に考え、あなたの中にある「答え」を引き出すお手伝いをしていきます。

相談日

毎週火曜日 午後 第 2·第 4 金曜日 午後 他 祝日・年末年始は除きます

※相談日は毎月の広報紙でご確認いただけます。

相談時間は1回50分です。(相談料は無料です) 面接相談・電話相談ともに予約が必要です。

予約電話

0884-22-0361

※電話受付時間 平日 8:30-17:15

相談場所

阿南市役所 相談室

