

令和7年度

秘密厳守

匿名OK

相談無料

# 電話による 男性相談

# 0266-22-7111

毎週 金曜日 午後5時から午後7時まで

休み：令和7年5月30日、8月15日、10月31日、令和8年1月2日、3月20日

- つらいと感じることはありませんか。
- 男性だから・・・と、追い詰められていませんか。
- 家庭、夫婦、人間関係、生き方などで悩んでいませんか。

ひとりで抱えずに、お電話ください。  
男性の相談員がお聴きします。

対象者：長野県内在住・在勤または在学の男性



問い合わせ先：長野県男女共同参画センター“あいとぴあ”  
〒394-0081 岡谷市長地権現町4丁目11番51号  
電話 (0266) 22-5781 (代) FAX (0266) 22-5783  
E-mail aitopia@pref.nagano.lg.jp  
ホームページ <http://www.pref.nagano.lg.jp/aitopia/index.html>

# 「電話による男性相談」日程表

長野県男女共同参画センター

時間	午後5時から午後7時まで						
	毎週金曜日						
令和7年5月30日、8月15日、10月31日、令和8年1月2日、3月20日は休み							
相談日	令和7年	4月 4日	4月11日	4月18日	4月25日		
		5月 2日	5月 9日	5月16日	5月23日	休み 5月30日	
		6月 6日	6月13日	6月20日	6月27日		
		7月 4日	7月11日	7月18日	7月25日		
		8月 1日	8月 8日	休み 8月15日	8月22日	8月29日	
		9月 5日	9月12日	9月19日	9月26日		
		10月 3日	10月10日	10月17日	10月24日	休み 10月31日	
		11月 7日	11月14日	11月21日	11月28日		
		12月 5日	12月12日	12月19日	12月26日		
		令和8年	休み 1月 2日	1月 9日	1月16日	1月23日	1月30日
			2月 6日	2月13日	2月20日	2月27日	
			3月 6日	3月13日	休み 3月20日	3月27日	
	問い合わせ先	<p>男性相談専用電話 0266-22-7111</p> <p>長野県男女共同参画センター“あいとぴあ”</p> <p>TEL 0266-22-5781</p> <p>FAX 0266-22-5783</p> <p>E-mail aitopia@pref.nagano.lg.jp</p> <p>HP <a href="http://www.pref.nagano.lg.jp/aitopia/index.html">http://www.pref.nagano.lg.jp/aitopia/index.html</a></p>					