

# こんなことでお困りでは ありませんか？

夫や交際相手からDV  
を受けている...

家庭内でトラブルを  
抱えている...

あ  
っ  
て  
い  
る  
・  
・  
・  
ス  
ト  
ー  
カ  
ー  
被  
害  
に

生活にいきづまっている...  
仕事やお金はどうしたら？

離婚をしたいけど  
どうしたらいい？

家を出たいけれど  
行き場がない...

## お気軽に女性相談をご利用ください

ながの けんじょせい そうだん し えん

### 長野県女性相談支援センター

秘密は守られます  
相談は無料です



電話相談

026-235-5710(相談専用)

・月～金(土・日・祝日・年末年始除く)8:30～17:15



女性相談支援員が  
あなたと一緒に考える  
身近な相談相手  
となります



メール相談

w-shien@pref.nagano.lg.jp(相談専用)

- ・相談メールは 24 時間受付可能です
- ・回答は月～金(土・日・祝日・年末年始除く)8:30～17:15 に返信します
- ・回答まで数日～1 週間程度(年末年始・長期連休等)かかる場合がありますので、緊急時は電話相談をご利用ください
- ・メール本文に氏名(匿名・ニックネームも可)、相談内容、返信を希望するアドレス(送信アドレスと異なる場合)をお書きください



面接相談

- ・面接相談は事前予約が必要です
- ・まずはお電話でお問い合わせください
- ・お住まいの地域等のご事情によってお近くの女性相談支援員をご案内します

