

女性相談

悩み

なんでも相談

相談のご予約は
こちら



誰かに聞いてもらいたいけれど、誰に話せばいいのか思いつかない—そんな思いを抱えている人は多いのでは？「悩んでいる」、「困っている」というほどではないけれど、誰かに聞いてもらいたい。そんな日常生活の中のちょっと気になっていることでも構いません。『女性相談』で話しませんか？経験豊かな女性相談員が心に寄り添いながらお話をうかがいます。

悩みが言葉にならなくても大丈夫 気持ちに寄り添い伴走します

日々の暮らしの中で、生きづらさを抱える女性が安心して話せる場所として、長く親しまれている『女性相談(悩みなんでも相談)』。西東京市には、住吉会館内の男女平等推進センターパリティと田無庁舎相談室の2か所にあります。

日常の些細な悩みからDVなどの深刻な問題まで、専門の女性相談員が相談者の気持ちに寄り添いながら一緒に考えていく場所です。

「なんとなくつらい」、「モヤモヤする」など、言葉にならない思いもそのままお

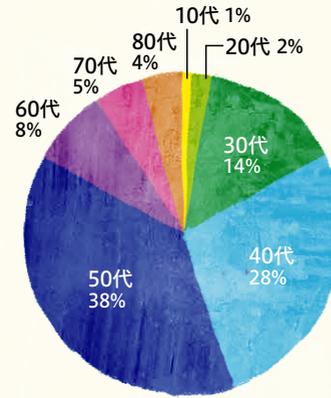
話してください。日々の小さな違和感の陰に大きな問題が隠れていることもあるのです。どんなお話も、落ち着いた環境の個室で、経験を積んだ女性相談員が、相談者のペースに合わせてうかがいます。

相談内容はもちろん、相談に訪れたことも外部には一切伝わりません。

必要に応じて関係機関の情報を提供することがあります。

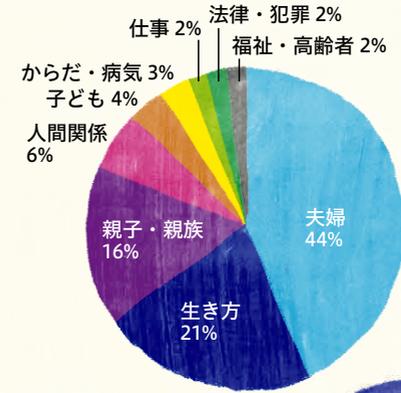
相談は無料。基本は対面ですが、電話も選択可能です。1回につき50分利用でき、一度の相談で気持ちが軽くなる方もいれば、複数回にわたってゆっくり整理していく方もいます。完全予約制なので、最終ページの悩みなんでも相談の電話か申込フォームからお気軽にご予約ください。

年齢別相談実績



出典：
2024年度西東京市女性相談相談実績

相談内容



みんないろいろ
悩めるのね



さまざまな年代の 女性の悩みに寄り添います

女性相談の利用者は、40～50代が6割以上を占めますが、10代から80代まで幅広い年代にわたっています。

相談内容の半数近くを占めるのが「夫婦・パートナー関連」の悩み。別の相談で来た方もお話をうかがうと、実はこの問題に悩んでいるという例が少なくありません。「親子・親族」の悩みも多く、家族のことを相談できる相手がいない人にとっても利用しやすい場となっているようです。

2番目に多い相談が「生き方・こころ」について。仕事や生きづらさ、心身の不

調などが含まれます。「妻」「母」といった役割を生きる中で、自分のことを後回しにしてきたと気づく人もいます。

ほかにも、健康のことや法律のことなど、幅広い内容の相談に対応しています。

こんな内容で相談していいの？

もっとつらい人がいるのに…

と、なかなか相談できずにいる方は少なくありません。悩みが整理されていなくても、言葉に詰まってしまっても大丈夫。気持ちに寄り添い、解決の糸口を探すお手伝いをすることが女性相談の役割です。一緒に次の一歩を考えていきましょう。

