

つらい気持ち ひとりで抱えていませんか？

ひとりで悩まずに、自分らしい生き方見つけてみませんか？
DV(夫や恋人からの暴力)、子育ての悩み、職場での人間関係、家族のことなど……
どんなことでも話してみませんか？秘密は固く守ります。



▶ 女性のための相談

もりおか女性センター女性相談

相談は無料。予約の方優先。

電話相談と面接相談があります。

また、ホームページの相談フォームからメール相談も受け付けています。

※必要に応じて支援制度の情報提供や関連機関の窓口を案内します。

受付電話 019-604-3304

相談開設時間

月・火・金 10:00～17:00

水・木 10:00～20:00

※(第2火曜日・年末年始・祝日は休み)

▶ 女性のための居場所

ウィメンズサロン・ゆるり

気軽におしゃべりしたい方も、静かに自分の時間を過ごしたい方も、すこしだけ日常から離れて落ち着ける場所です。

日時：毎月第4水曜日 17:00～19:00

場所：起業応援ルーム（プラザおでって1F）

お茶とお菓子もあります。



▶ 生理用品の無料配布

必要な方にナプキンをお渡ししています。もりおか女性センター窓口にお越しください。

4月、7月、10月、1月 各月35個程度 なくなり次第終了

◆生理用品の寄付を承っています（ただし外包装の未開封品のものに限ります。）

【お問い合わせ】

もりおか女性センター（指定管理者：NPO法人参画プランニング・いわて）

〒020-0871 盛岡市中ノ橋通1-1-10 プラザおでって5F ☎019-604-3303

もりおか女性センター
ホームページ

