

# あすばる相談室



【総合相談】

## あすばる相談ホットライン

電話 **092-584-1266**

女性相談員がお受けします。  
火曜日～日曜日・月曜日（祝日のみ）9：00～16：30  
夜間相談 金曜日（祝日を除く）18：00～20：30

※休日 月曜日（祝日の場合は翌日）、8/13～8/15、12/28～1/4  
※面接相談（女性のみ）は、予約が必要です。  
※メール相談は、ホームページ内の専用フォームで受け付けます。  
回答（返信）には1週間程度かかります。

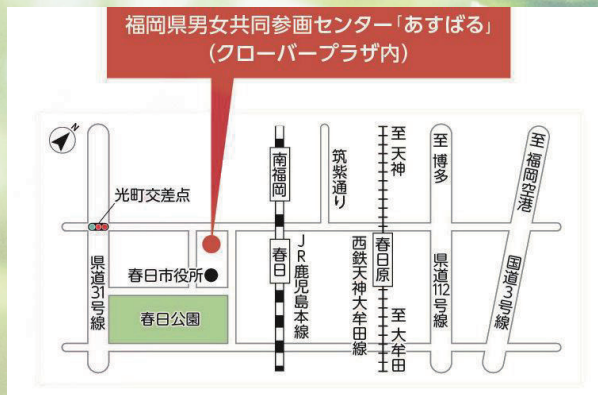
あすばる相談  検索



# 相談は無料です プライバシーは 厳守します

（匿名で相談できます）

福岡県内（在住・在勤）の方は  
どなたでも相談できます。



- JR鹿児島本線春日駅から徒歩1分
- 西鉄天神大牟田線春日原駅から徒歩10分
- 西鉄バス・JR春日駅停留所から徒歩1分
- 「あすばる」は、クローバープラザの中にあります。

# あすばる 相談室

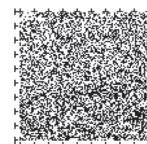
夫婦  
パートナーの  
こと

親子関係

職場での  
人間関係

生き方

一人で悩みを抱えていませんか？  
ぜひご相談ください。



音声コードUni-Voice

【男性専用】

## 男性のための相談（電話・オンライン面接）

男性臨床心理士または公認心理師がお受けします。  
第1・3 土曜日 13：00～16：30（電話・オンライン面接）  
第2・4 金曜日 18：00～20：30（電話のみ）

電話 **092-584-4977**

※第1・3 土曜日はオンライン面接相談も実施しています。  
（13：00～または14：00～）  
※オンライン面接相談は、ホームページ内の専用フォームから  
希望日の1週間前までにお申し込みください。

【女性専用】 予約電話 **092-584-4980**

（あすばる相談ホットラインの受付時間内にご予約ください。）

## 女性のための法律相談（面接）

女性弁護士がお受けします。  
第1・3 水曜日 13：00～16：00

## 女性のためのこころと生き方相談（面接）

女性臨床心理士または公認心理師がお受けします。  
第1・2・3・4 木曜日 13：00～16：00

【男性専用】 【女性専用】 どちらも祝日・休室日を除く  
相談日は、変更・中止となる場合があります。  
詳しくは、あすばるホームページや電話等でご相談ください。



福岡県男女共同参画センター「あすばる」

公益財団法人福岡県女性財団

〒816-0804 春日市原町3-1-7 クローバープラザ内

TEL 092-584-3739（代表）

FAX 092-584-1262

（相談用電話・FAXではありません。）

（令和8年4月現在）



## ジェンダー

“女だから” “男だから”にとらわれていませんか？

仕事もしたいけど、  
夫は家事も育児も私任せで…  
両方は無理



男が弱音を吐くのは情けない。  
いろんな悩みはあるけど、  
自分で何とかしなくては…



「男のくせに」  
「女のくせに」などいわれて、  
窮屈な思いをしていませんか？



## D V

これって、暴力なのかな…

怒鳴られると、怖い…  
言葉だけでもけっこう傷つく  
何をするにも自信がなくなってきた…

パートナーから叩かれるけど、  
これって私が悪いからかな…

生活するのに必要な  
お金を渡してくれない…  
働くことも難しい…



「なんだか辛い」  
「パートナーといると緊張する」  
と思ったことはありませんか？



## 生き方

それぞれの生き方を  
大切にしたい

家族との関係  
仕事のこと  
地域や職場の人間関係  
自分らしい生き方…



「～でなければいけない」  
「ふつう～するもの」と  
周囲の気持ちや期待を優先して  
自分の本当の気持ちが  
見えなくなっていますか？  
人と違っていい、  
自分らしい生き方をしませんか。

あすばる相談室では、一人ひとりの思いを大切にしながら、あなたの声に耳を傾け一緒に考えていきます。  
まずはあなたの気持ちを語ってみませんか？