



必要な方に 生理用品を お渡ししています

明石市では、必要な市民の方へ生理用品（1パック）を無料でお渡ししています。
ひとりで悩まず、お気軽にご相談ください。

きんもくせいプロジェクトは、SDGsの「誰ひとり取り残さないすべてのひとにやさしいまちづくり」の一環として、必要な方に生理用品を無料で提供することにより、経済面だけでなく生理に関する理解を広め「生理の尊厳」を守るための取り組みです。

+ 配付窓口は +

一般の方は

明石市在住の人。
学生の方も可

あかし男女共同参画センター
(アスパア明石北館7階)
※8階 ウィズあかし総合受付でも
お渡ししています。

お渡し時間 9:00~17:00

休館:日・月曜日・年末年始
※月曜が祝日の場合は翌平日

学生の方は

明石市在住または
市内学校の学生

AKASHIユーススペース
(パピオスあかし5階)
※こども広場5階 総合サービスカウンター
でもお渡ししています。

お渡し時間 9:00~17:00


休館:毎月最終水曜日・年末年始
※最終水曜日が祝日、年末年始の場合はその前週水曜日

全市立小・中・高・養護学校では、学校のトイレに生理用品を配備しています。
あわせて、教員にご相談いただくことで生理用品を受け取ることもできます。

受け取り方法は…声にださなくても大丈夫です!

配付窓口で、以下のいずれかの方法でお伝えください。




・窓口にある「きんもくせいプロジェクト」のマーク  を指さしていただく



・窓口やトイレに置いている「きんもくせいプロジェクトカード」を提示いただく



・「きんもくせいプロジェクト」のマーク  をスマートフォンなどの端末で表示し、見せていただく

明石市政策局インクルーシブ推進室
☎ 078(918)6037 📠 078(918)5136
メール inclusive@city.akashi.lg.jp



詳しくはこちら
相談窓口も掲載しています

相 談 窓 口



健康相談 (生理に関する相談も含む)

あかし保健所 健康推進課

☎ 078(918)5657 ☎ 078(918)5440

[相談日時] 平日 8:55~17:40

きんもくせい相談 (経済的に困りの方への相談支援)

明石市 生活福祉課 生活再建支援担当

☎ 078(918)5407

☎ 078(918)5813

[相談日時] 平日 8:55~17:00

[場 所] 明石市役所北庁舎1階

女性のための相談

あかし男女共同参画センター

- ・女性のための相談 (女性カウンセラーによる)
- ・法律相談(女性弁護士による)
- ・就業相談

☎ 078(918)5611

[場 所]アスパア明石北館7階(ウィズあかし)

若者の就労支援相談 (就職氷河期世代を含む就労支援)

あかし若者サポートステーション

☎ 078(915)0677 ☎ 078(915)0678

[相談日時] 月~金、第1・3土 9:00~17:00 (祝日を除く)

対象
15歳~49歳
の方
その家族

ひきこもり専門相談ダイヤル

あかし保健所 相談支援課(明石市ひきこもり相談センター)

メールでも相談ができます。ひきこもりオンライン相談も行っています。

☎ 078(918)5659 ☎078(918)5440

[相談日時] 平日 8:55~17:40

[メール] yorisoi@city.akashi.lg.jp ※面接相談とオンライン相談は、予約が必要です。

対象
ひきこもり
状態のご本人
その家族

こころの相談ダイヤル

あかし保健所 相談支援課

☎ 078(918)5401 ☎ 078(918)5440

[相談日時] 平日 8:55~17:40

DV相談 (配偶者やパートナーからの暴力)

明石市配偶者暴力相談支援センター

☎ 078(918)5186

[相談日時] 平日 8:55~17:40

明石にじいろ相談 (性的マイノリティが抱える悩みの専門相談)

[電話相談] ☎ 080(2464)4231

毎月第3木曜日 18:00~21:00

(1回30分程度) ※祝日の場合も実施

明石市 インクルーシブ推進室

[メール相談] sogie@city.akashi.lg.jp

[来所相談] 随時 (要予約。1回50分まで)

※土日祝日・年末年始を除く。

予約 ☎ 078-918-6056

☎ 078-918-5136

校則・PTA・いじめ・体罰総合相談ダイヤル

明石市 市民相談室

☎ 078(918)5253 ☎078(918)5102

[相談日時] 平日 9:00~17:00

あかしこども相談ダイヤル(こどもの悩み・困りごと)

明石こどもセンター

☎ 078(926)2525

[相談日時]いつでも(24時間365日)