

きんもくせい
プロジェクト

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。

転売・譲渡を目的とした取得はご遠慮ください

+ 配付窓口 +

一般の方

明石市在住の方
学生も可

あかし男女共同参画センター
(アスパ明石北館7階)

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

明石市在住または
市内在学の学生

AKASHIユーススペース
(パピオスあかし5階)

お渡し時間 9:00~21:00

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

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。

明石市市民生活局インクルーシブ推進課

☎ 078(918)6037 📠 078(918)5617

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



明石市

2026.7

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 9:00～16:30

〔場 所〕 明石市役所北庁舎1階

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土曜日

9:00～17:00（祝日を除く）

対象

15歳～49歳の方
その家族

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

〔相談日時〕 火～土 9:00～17:00

（要予約。月曜日が祝日の場合は開館し、翌平日休館。）

〔場 所〕 アスパア明石北館7階（ウィズあかし）

ひきこもり専門相談

明石市ひきこもり相談センター
（あかし保健所 相談支援課）

☎ 078-918-5659

📠 078-918-5440

〔相談日時〕 平日 8:55～17:40



↑WEB相談
はこちらから

こころの相談

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



↑WEB相談
はこちらから

困難な問題を抱える女性のための相談

あかし女性SOS総合サポートセンター

☎ 078-918-5206

〔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）

明石市 インクルーシブ推進課

〔電話相談〕 ☎ 080-2464-4231

毎月第4木曜日 18:00～21:00

（1回30分程度。祝日の場合も実施。）

〔メール相談〕 sogie@city.akashi.lg.jp

〔来所相談〕 平日 9:00～17:00

（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

📠 078-918-5617

いじめ・体罰相談ダイヤル 学校関係総合相談ダイヤル

明石市 市民相談室

☎ 078-918-5253 📠 078-918-5102

〔相談日時〕 平日 9:00～17:00

あかし子育て相談ダイヤル 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

ヤングケアラーに関する
相談も受け付け

☎ 078-926-2525

〔メール相談〕 soudan24@akashi-kosodate.jp

〔相談日時〕 24時間365日