

# しごと・暮らしサポートステーションで できること

- 最初にご相談内容をお聞きして、お困りごとを整理し、解決策を一緒に考えます。
- お困りごとに添った支援やプランを作成し、寄り添いながらひとつずつ解決していきます。
- 就職、住居の維持、家計の安定などの解決をはかり、生活の安定を目指します。

お仕事や家計の問題とあわせて、精神的な問題、ご家族の問題など、さまざまな課題を抱えた方々のための公設の無料相談窓口です。  
まずは「しごと・暮らしサポートステーション」へお気軽にご相談ください。

TEL/FAX: **042-338-6942**  
(ご相談は要予約)

「ほっとするスペース」ができました



家庭に居場所がない、ひきこもりで相談相手がない、生きづらい…などの悩みを抱えた方が、日中を安心して過ごせる「居場所」の専用スペースができました。就労準備支援とも連携し、自立に向けた次のステップをサポートします。



## しごと・暮らし サポートステーション

### 開所時間

月～金曜日 9:00～18:00

土曜日 9:00～17:00

(日・祝日年末年始休み)



〒206-0025

多摩市永山1丁目5番地ベルブ永山2階  
(永山駅から徒歩3分)

TEL/FAX: **042-338-6942**

(ご相談は要予約)

お気軽にご相談ください。

あなたの生活の  
**不安**や**心配**を  
ご相談下さい

ひきこもりの  
家族の将来が  
心配

毎月の  
家計が赤字で  
生活費が  
足りない

求職中の  
家賃を  
なんとかしたい

なかなか  
仕事が  
決まらない



ご相談は無料です

しごと・暮らしサポートステーション

多摩市 福祉総務課

しごと・くらしサポートステーションで  
受けられる支援は？

## 就労支援

「なかなか仕事が決まらない」  
「しばらく就労から離れていた」  
「仕事の経験がない」

などの不安を抱えている方に、ハローワークでの求人検索のサポート、履歴書の作成や面接の練習など、就職を目指したお手伝いをします。

## 居住支援相談窓口

さまざまな理由で新たな転居先を見つけることが困難な方を対象に、住みかえをサポートする「居住支援相談窓口」を併設しています。

ご相談は  
要予約

TEL:042-401-8640

FAX:042-401-8650

※公営住宅のあっせんや優先枠はありません。

## 自立相談支援

生活面での不安や悩みをお聞きして、その解決法と一緒に考えていきます。

ひきこもりなどの悩みに対し、相談員が個別面談や訪問を行い、ご本人やご家族へアドバイス・情報提供のほか、適切な支援機関等をご案内します。

自立して安定的な生活への第一歩を踏み出しましょう。

## 就労準備支援

「朝の決まった時間に起きられるようになる」  
「決まった場所に決まった時間に行き、一定の時間を過ごし決まった時間に帰る」  
「集団で過ごすことに慣れる」

などの就職活動を始める前の準備（カウンセリングやボランティア・就労体験など）をサポートします。

## 家計改善支援

「収入はあるけどなぜか生活費が足りない」  
「公共料金などを滞納している」  
「多重債務がある」  
など、家計の見直しをサポートします。

## 住居確保給付金

離職等により家賃の支払いが困難な方へ、求職活動期間中の家賃補助を行います。

就職相談、生活相談とあわせてのご支援となります。

※利用には条件があります。  
お問い合わせください。

## 利用者の声

30代無職の長男が2年間のひきこもりから脱することができました  
(50代 母)

一人暮らししていた息子が突然退職し、実家に戻ってひきこもりになってしまいました。どう接していいのかわからずいたところ、しごと・くらしサポートステーションを知りました。

しごと・くらしサポートステーションの職員さんが自宅を訪問して、年金や住民税の滞納に関して、直接息子に対処法をアドバイス。また、支援プログ

ラムの畑作業のボランティアにも参加して、少しずつ外の人とつながりを持てるようになり、その後体験就労の紹介、履歴書の作成、面接までサポートしていただき、ひきこもりから脱して、1年が経ちました。わが家の場合、たまたまうまくいったのかもしれませんが、息子の状況や性格に合った適切な支援に、とても感謝しています。