

つながり ハンドブック

～マンガでわかる!相談機関へのつながり方～



ちーたん

自立相談支援事業 04

一時生活支援事業 07

家計改善支援事業 10

就労準備支援事業 13

就労訓練事業 16

アウトリーチ支援事業 19

相談者の声 22

事例動画QRコード/
支援機関・お役立ち情報 23



動画でさらに
わかりやすく!

- 発行 2024年3月
- 発行者 北谷町役場福祉課
- 協力 沖縄県就職・生活パーソナルサポートセンター中部

さまざまな「つながり」

北谷町役場福祉課に
つながるパターンをご紹介します！

民生委員さんから

見守り活動で声をかけた方が、家賃滞納で困っていることがわかりました。

北谷町役場福祉課へ同行し、
つなげることが
できました。



居宅ケアマネジャーさんから

訪問の際、利用者の息子さんが就労せず、ひきこもり気味であることを知りました。
一次相談窓口のチラシをお渡ししながら利用者に情報提供することができました。



北谷町役場福祉課へ ご相談ください

月曜～金曜（祝日、年末年始を除く）
10:00～12:00 13:00～16:00
TEL.098-982-7719



働けなくて生活費
だけでいっぱい
国民健康保険税を払うことが
できないと相談を受けた際に
「どこに相談したらいいかわ
からない方も、まずはご相談
ください」のフレーズを思い
出し、福祉課の
一次相談窓口を
紹介しました。



国民健康保険担当から

友人から「仕事が
長続きしなくて困って
いる」という相談を受けまし
た。私も以前、同じ悩みを福
祉課で相談したことがあった
ので、友人にもまずは
相談するように
勧めました。



友人・知人から

はじめに

「もっと早くつながることができていたら、もっとできることがあったかもしれない」と思うことがあります。

地域・家庭・職場などの生活の様々な場において、生活に困難を抱えながらもだれにも相談できない、だれに相談していいかわからない状況を抱え込んだまま課題が深刻化してからやっと相談につながることがあります。一人ひとり抱える悩みや生活状況は違います。抱えている問題で頭がいっぱいで、何から動いていいのかわからない、考えるのもつらくなっている方もいるかと思います。

このハンドブックは、より早い段階で、地域の支援者や関係機関につながってほしいという思いを込めて作成しました。相談してみることで、利用できる制度や必要な支援につながり、少しずつでも解決できることがあることをマンガで分かりやすく説明しています。

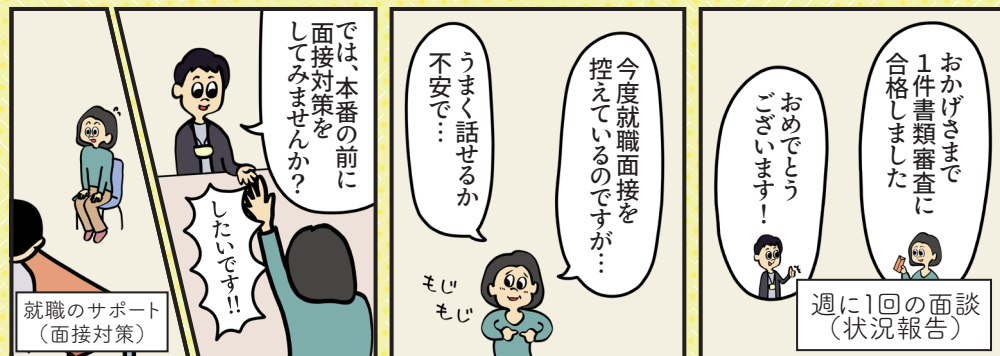
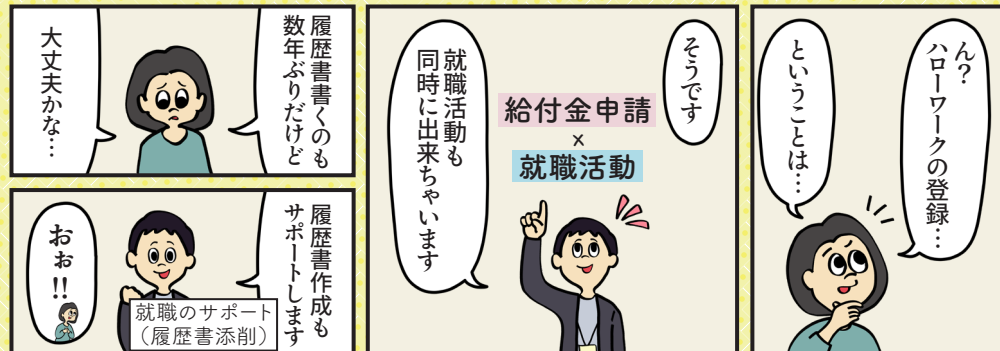
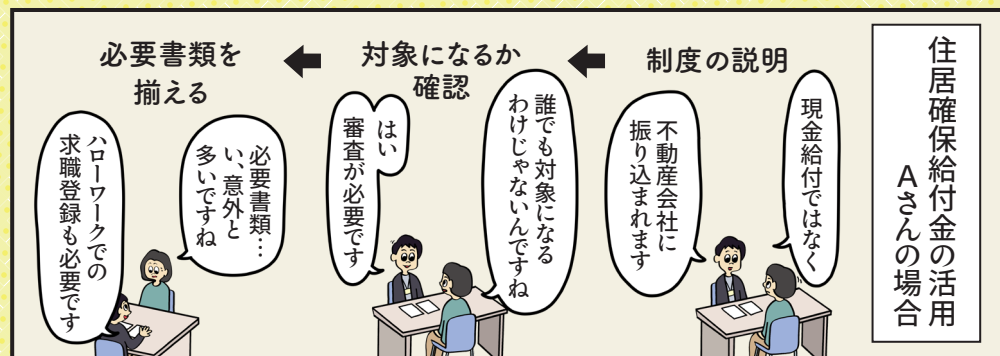
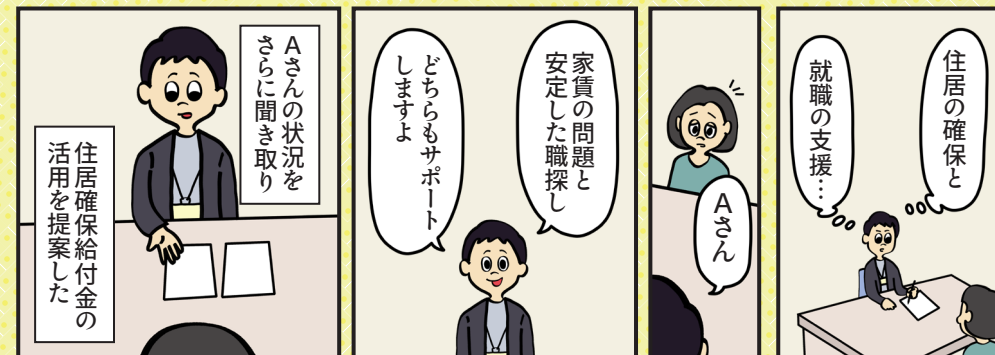
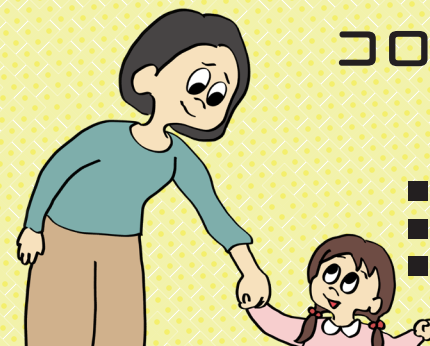
悩んでいる方がこのハンドブックを見て、一人で抱え込まずに誰かに相談してみるきっかけになればと思います。また、周りに悩んでいる方がいたら、このハンドブックを「こんな相談が出来るみたい。まずは相談してみたら？」と、背中を押して頂くのに活用していただけることを期待しています。

『きにつなぐ あい つながりあい ささえあい
「あい」を紡ぐまち ちゃたん』

～北谷町地域福祉計画・地域福祉活動計画基本理念～

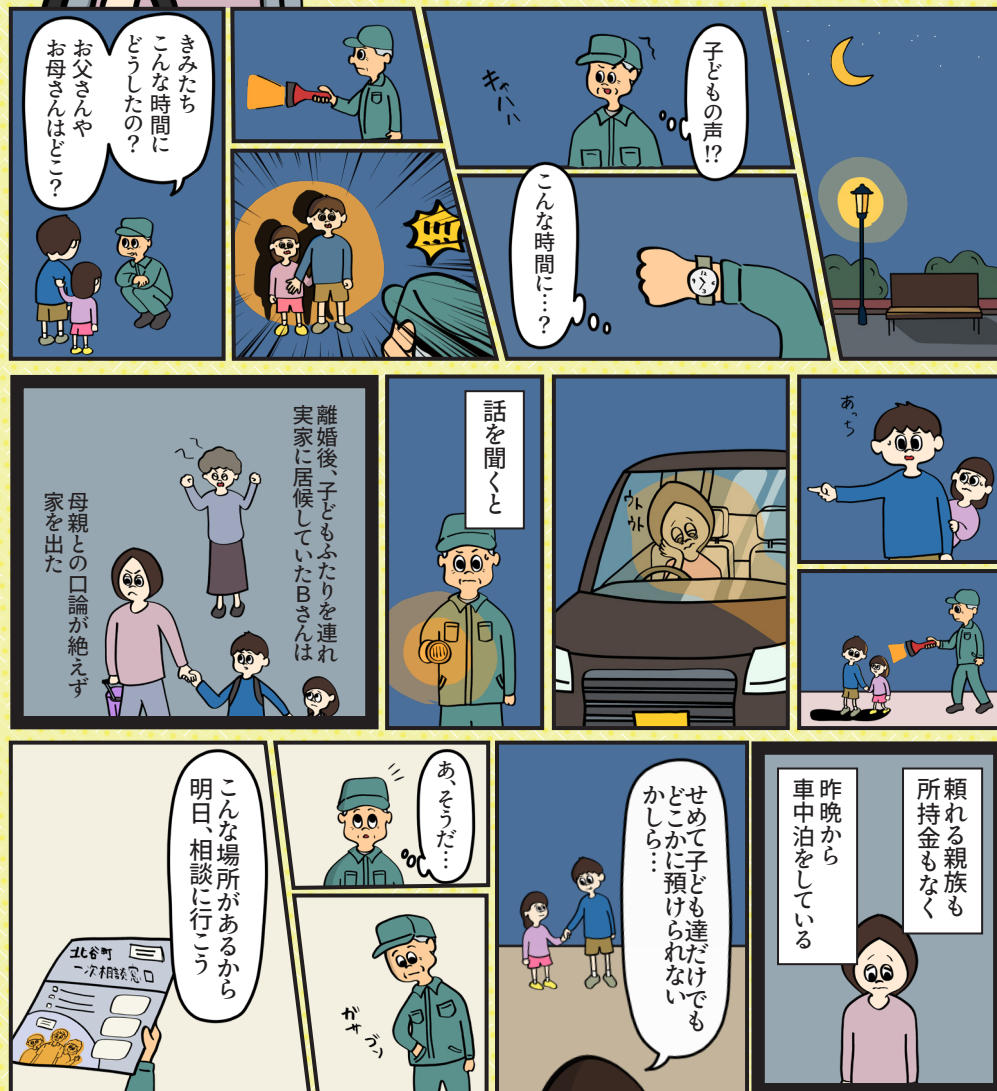
コロナの影響で復職できず 収入減で家賃滞納!?

- Aさん(30代)
- ひとり親(子と二人世帯)
- 家賃滞納督促状が届き、生活相談窓口へ来所。



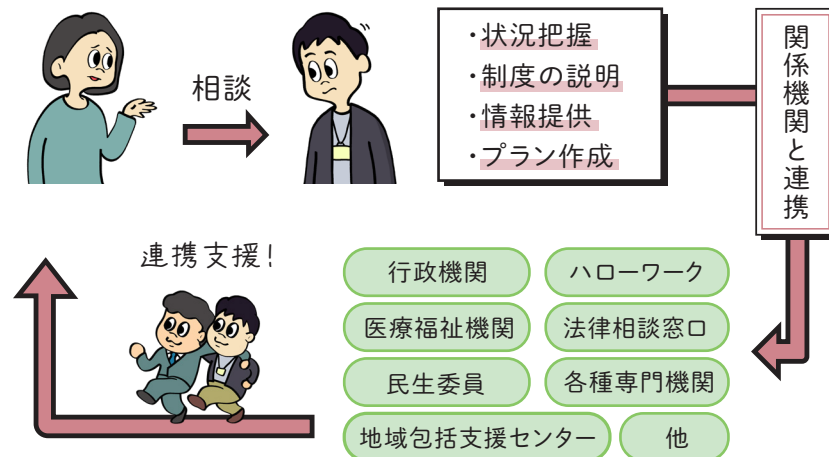
住む場所を突然失った家族。 支援機関につながる きっかけになったのは？

- Bさん(20代)
- ひとり親(子2人)
- 住居を失い所持金もほとんどない状態で
子どもふたりを連れ車中泊をしていた。



■ 自立相談支援事業とは

様々な困りごとを抱える相談者に対し、個々のニーズに合わせた支援計画を作成し、生活や社会参加の自立をサポートする事業です。



たとえばこんな相談

家賃や税金、公共料金が払えない

求職活動が困難

多重債務や離婚問題、家族の悩み

アルコール・ギャンブル依存の問題

こころの悩み、病気のこと

…など

支援の流れ

本人や家族が来所、
もしくは電話で相談
※来所が困難な場合は訪問も可能

制度の説明

個々に合わせて
支援プランを作成

関係機関と連携し、
困りごとの解決に向けた
支援を行う

※生活保護受給中の方は、担当ケースワーカーにご相談ください。

■ 一時生活支援事業とは

住居を持たない方、ネットカフェなどの不安定な居住形態にある方に対し、衣食住などの日常生活に必要な支援を一定期間行い、就労による自立と安定した生活を目指す事業です。

衣食住の確保



就職に向けたサポート



就労による自立と安定した生活

日常生活に必要な支援

- ◆ 宿泊場所の提供
- ◆ 食事の提供
- ◆ 衣類の提供
- ◆ 日用品の支給または貸与
- ◆ 定期的な訪問
- ◆ 健康診断の実施 など

関係機関(事業)と連携

不動産業者等

- ▶▶▶ 住まいの確保

ハローワーク

- ▶▶▶ さまざまな形の仕事の紹介

就労準備支援

- ▶▶▶ 生活リズム改善
- ▶▶▶ 就労意欲喚起

家計改善支援

- ▶▶▶ 収支バランスの見直し
- ▶▶▶ 家計再建のお手伝い

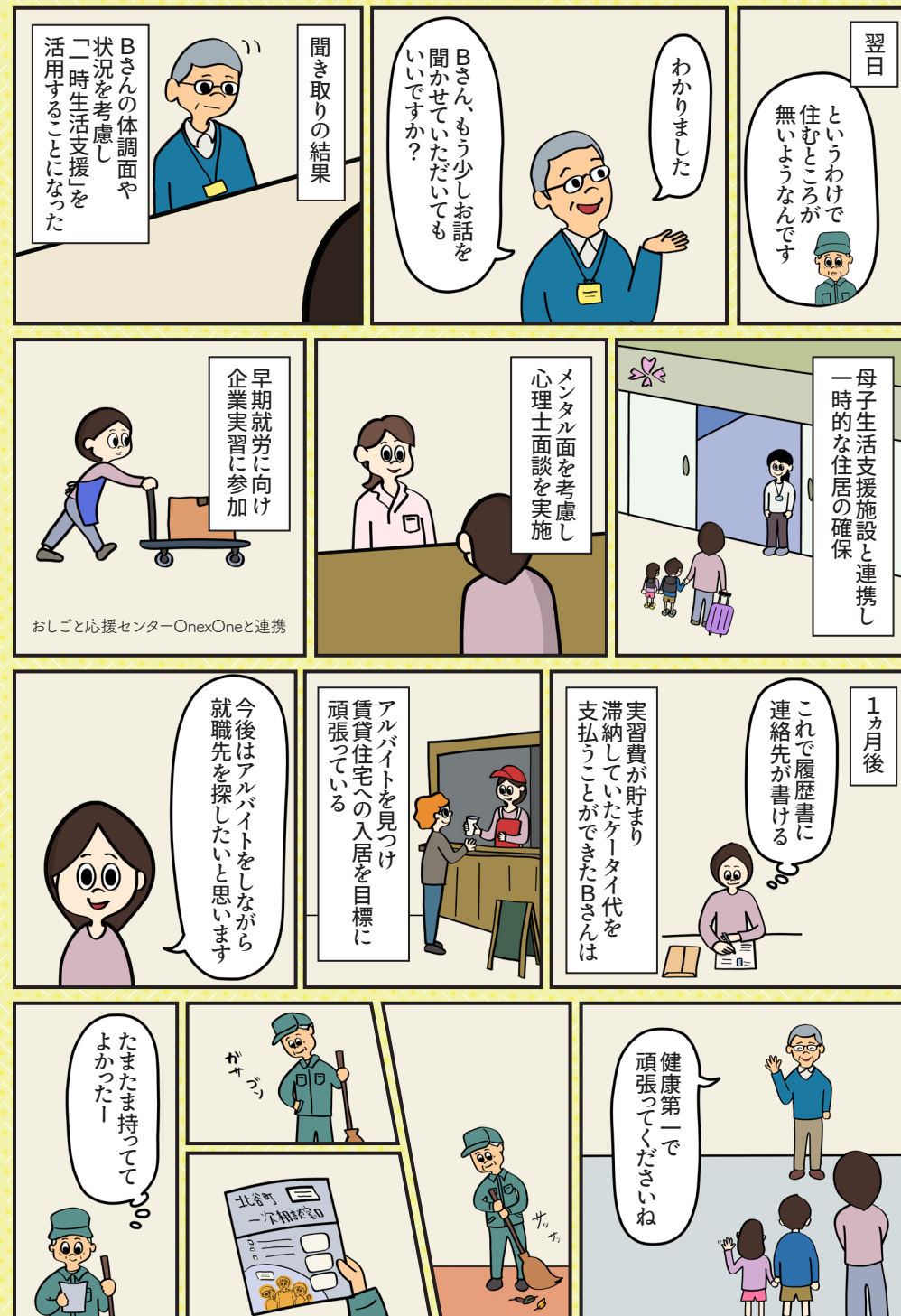
「就労による自立」と「安定した生活」に必要な支援を関係機関と連携しながら実施します。



相談者によく見られる状況

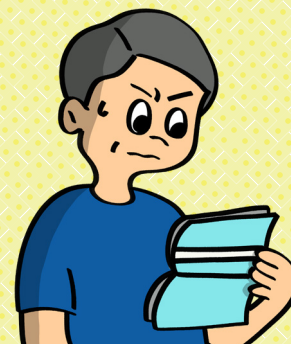
- 経済的な理由で住居を失った
- ケンカやDVなどの理由で家を出た
- 頼れる親族がない
- 県外から片道切符で沖縄に来た
- 身分証や所持金がない
- 連絡手段がない

県外から来た方や外国籍の方も増えているようです。



毎月お金が足りなくなるけど 何にいくら使っているのか 「わからない」!?

- Cさん (40代)
- 単身世帯
- 仕事中のケガが原因で転職し収入減。
消費者金融から借入あり。



家計表を使って
収支状況を見える化

食事はほぼ
コンビニ弁当で...

手軽な分
割高ですよ

債務 4社 から計 80万円
(月4万返済)

食費 3万5千円/月

ケータイ代 1万円/月

サブスク 1万円/月

料理は少し
できるんですよ

4社の借金を
ひとつにまとめてみましょう
月の返済も
減額できますよ

自炊の提案

借金一本化

え!?
毎月こんなに
払ってたの!?

私も
プラン見直しそう

通信プランの見直し

もう何が月も使っていない...

サブスクの解約
(定期購入)

もったいない

サブスク一覧
N ¥1800/月
Hulu ¥1000/月
S ¥500/月

3ヵ月後

何にいくら使っている
のがわかると

自分でお金の管理が
しやすくなりました

今月はこんなに
節約しました

おめでとう

おめでとう

1年前

ケガが原因で
仕事が変わり
同時に収入も
減少したCさん

危ない!

うわ!

今月もマイナス...

以前は貯金
出来ていたのに
なんでだろう...

生活相談

というわけで借金があり
毎月の生活費も
足りないんです

毎月の返済額は
いくらですか?

ん...

わかりません...

借金の総額は
いくらぐらいか
わかりますか?

いくらだっけ...

借金も生活費もいくらか
よくわかっていなくて...

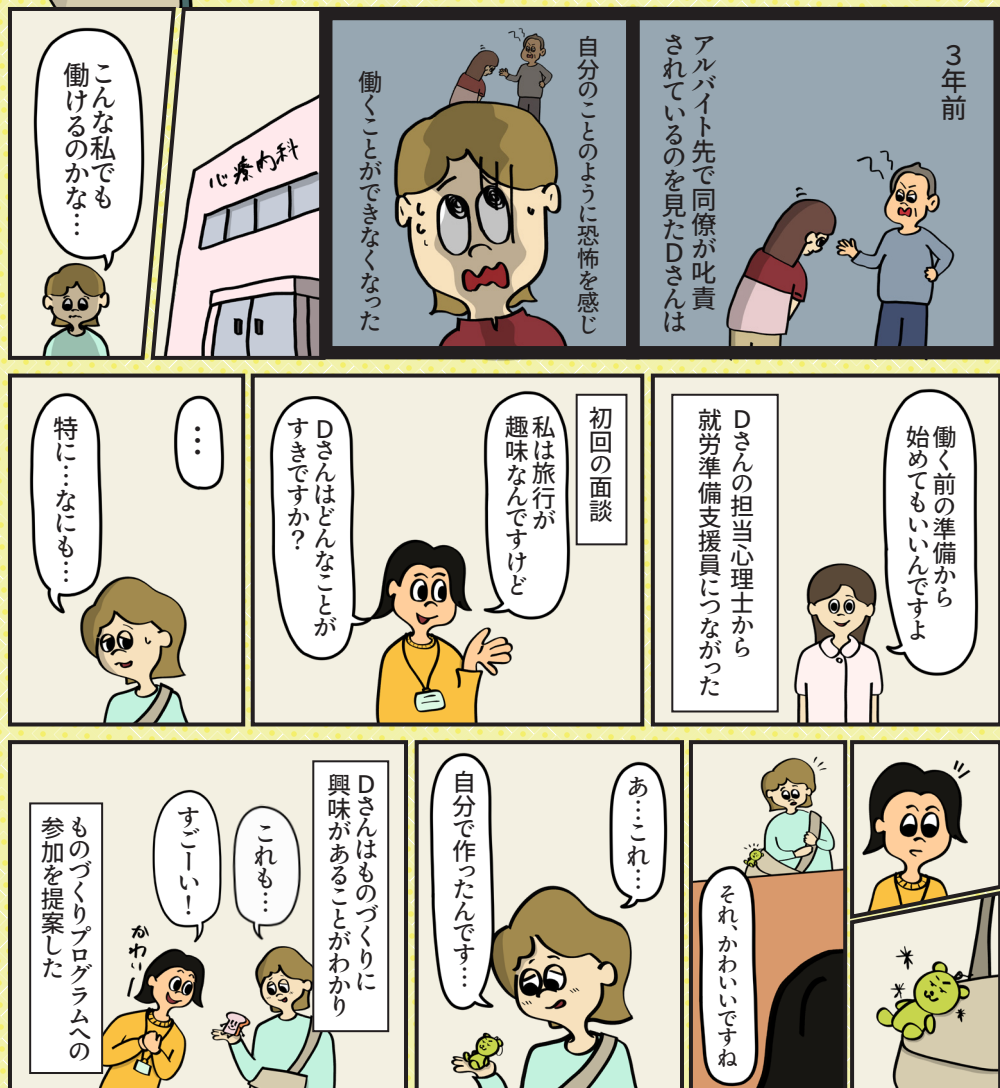
もうどうしたら
いいのかわからないのか...

大丈夫です
一緒に
考えましょう

Cさん

支援員の小さな気づき・声かけが 興味・関心の開示に つながる!

- Dさん(20代)
- 実家暮らし
- 心療内科に通院中。



■ 家計改善支援事業とは

お金に関する困りごとについて一緒に考え、
家計改善を相談者自で行えるようサポートする事業です。



問題(現状)把握

家計状況を
「見える化」し、
現状を把握する

何にいくら使っているのか
把握できずに
困っている相談者は
少なくありません



行政窓口へ同行

給付制度の利用や
税金・公共料金等の
滞納解消に向けて
行政窓口へ同行

貸付のあっせん

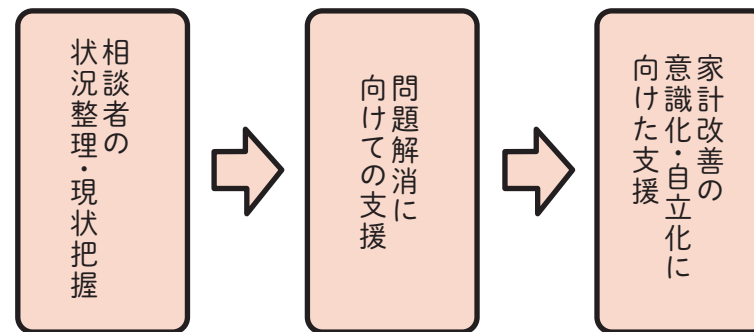
生活の健全化を
図るために必要な
貸付をあっせんする
(直接貸付を行う機関ではない)

法律相談窓口へ同行

借金や家賃滞納など
債務に関する
法律相談窓口へ同行

自立をサポート

相談者が
自ら家計をやりくり
できるようサポート



家計に問題を抱える相談者に応じ、
・家計の状況を「見える化」する
・家計に関するアセスメントを行う
・家計再建に向けた個別のプランを作成する
・相談者の家計改善意欲を引き出す
支援です。



■就労準備支援事業とは

社会との関わりやコミュニケーションの不安などから、すぐに働くことが難しい方に対し、プログラムに沿って自立に向けた様々な体験の提供を行う事業です。



個々の不安や状況に合わせたプログラムを提供

朝起きるのが苦手
体力に不安がある



日常生活自立
プログラム



ウォーキング



からだほぐし

人と話すことが苦手
外出に不安がある



社会生活自立
プログラム



伝達ゲーム

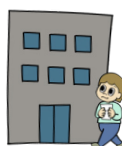


協働ゲーム

働くことに不安がある
仕事を長く続けたい



就労自立
プログラム



企業見学



就労体験

期待する効果

- コミュニケーションの機会
 - 自分らしさの発見
 - 職業興味の発見
 - 体調や体力の確認
 - 生活リズムの改善
 - 外出の機会
- など

老人ホームでの
ボランティア

連続プログラム
継続的な活動

体ほぐし運動

小集団(3~4名)
少人数に慣れる場

担当支援員と1対1
関係構築

連続プログラムを通して

時間を守る
▼
就寝時間を意識する

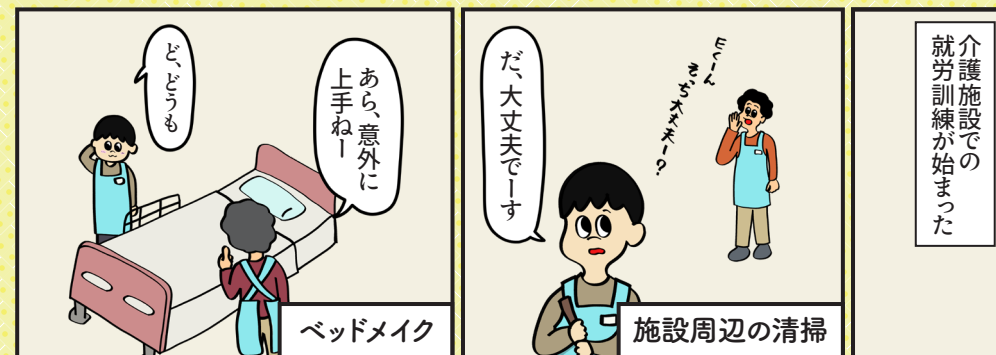
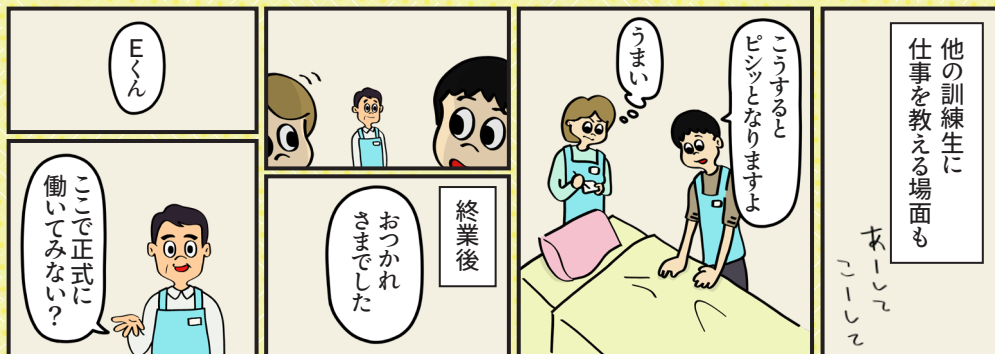
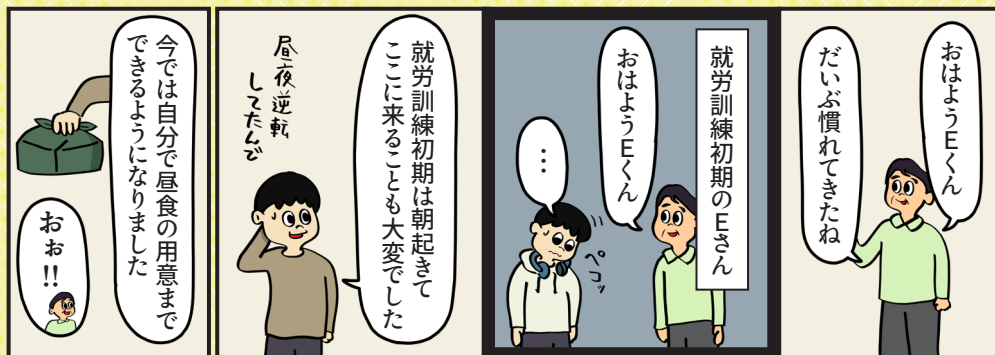
連続で参加する
▼
体調管理を意識する

何度も顔を合わせる
▼
コミュニケーションの機会

などの効果があった

就労ブランク5年 「はたらく」に自信がない!?

- Eさん(20代)
- ひきこもり気味
- 前職のつまづき経験から働くことに自信がない。



■ アウトリーチ支援事業とは

ひきこもり等の諸事情により、相談窓口に行くことができない方や家族のご自宅等へ支援員が訪問し、関係機関と伴走しながら課題解決を目指す事業です。

相談窓口

- ・ 自立相談支援事業
- ・ 家計改善支援事業
- ・ 就労準備支援事業 など

相談に
行けない



相談者

関係構築

▼
困りごとの共有

▼
困りごとの解決を目指す



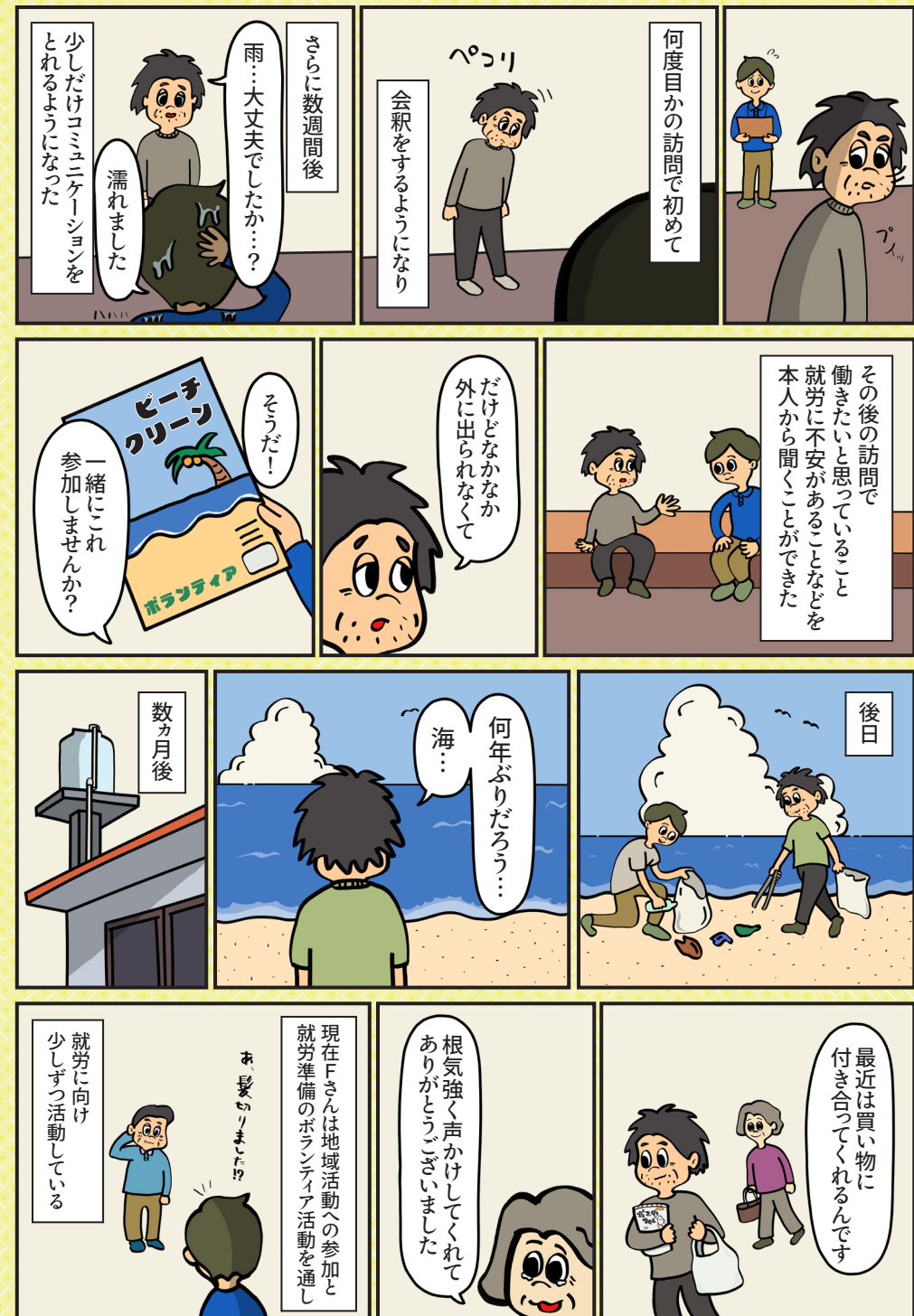
アウトリーチ

■ ご相談ください

引きこもりの家族について相談したい。
相談窓口に行くことができない。
人との関わりが苦手。 等々

ご自宅などへ支援員が訪問します。

関係機関と共に
自立に向けてお手伝いします。



事例動画QRコード



支援機関・お役立ち情報

北谷町役場福祉課

電話：098-936-1234
沖縄県中頭郡北谷町桑江1-1-1 北谷町役場1階
<https://www.chatan.jp/smph/choseijoho/soshikiichiran/juminfukushi/fukushi.html>



沖縄県就職・生活支援パーソナルサポートセンター中部

電話：098-923-0881
沖縄県沖縄市明道1-21-5
<https://psokinawa.jp/guide/access/okinawa.html>



北谷町 社会福祉協議会

電話：098-936-2940
沖縄県中頭郡北谷町吉原26-6
<https://chatanshakyo.or.jp/>



沖縄県おしごと応援センターOne×One 中部サテライト

電話：098-923-0078
沖縄市中央2-28-1 沖縄県雇用促進等施設3階
グジョブセンターおきなわ中部サテライト内
<https://one-onecenter.com/>



沖縄県マザーズスクエアゆいはあと

電話：098-943-7775
沖縄県那覇市首里石嶺町4-373-1
沖縄県総合福祉センター東棟 3F
<https://www.yuiheart.okinawa/>



グジョブセンターおきなわ

電話：098-865-5006
沖縄県那覇市泉崎1-20-1 6F
<https://www.gjcenter.jp/>



沖縄県ひきこもり専門支援センター

電話：098-888-1455
沖縄県南風原町字宮平212-3
<https://www.pref.okinawa.jp/iryokenko/kenko/1006296/1006299/1006301.html>



ハローワーク

管轄地域、所在地等は
ホームページからご確認ください。
<https://jsite.mhlw.go.jp/okinawa-roudoukyoku/hw/kankatsu-shozaichi.html>



相談者の声



◆自立相談支援事業を利用

いろいろな制度を丁寧に説明してくれたので、安心して相談ができた。自分のように困っている人も、一人で悩まずに早めに相談してほしい。

◆一時生活支援事業を利用

県外から沖縄に戻ってきたが、家族に同居を受け入れてもらえず困っていた。宿の確保と仕事探しを、親身になってサポートしてくれた。



◆家計改善支援事業を利用

お金のことを一緒に考えてくれて気持ちがラクになった。1年～3年先の生活費の見通しを立て、計画的にお金を使うことができたようになった。

◆就労準備支援事業を利用

草刈りの作業に参加した。久しぶりに体を動かすことで「疲れ」を体感することができた。就労に向けた次のステップに進む勇気が出てきた。



◆就労訓練事業を利用

初めは仕事の不安や緊張があったが、続けることで自信がついた。また、訓練を受ける中で手当がもらえることが嬉しかった。

◆アウトリーチ支援事業を利用

何年も他人との関わりがなかったので初めは戸惑ったが、私のペースに合わせてゆっくり声かけしてくれた。ありがとうございました。

