

「長期間働いていない」「コミュニケーションに自信がない」「働く自信がない」「働きたいけれどどうしたらいいかわからない」など、働くことに悩みを抱える方や「生活のリズムが崩れて昼夜逆転している」「体調に不安がある」といった日常的な不安や悩みを抱えている方に対し、就労への不安を解消しながら就労準備講座や職場体験などのさまざまな支援を行っています。

求人情報の提供やハローワークへの同行、履歴書や職務経歴書の作成などの支援も行っています。ひとりで悩まず、まずはご相談ください。



就労準備講座

すぐに就労するのが不安という方を対象に、「就労準備講座」を開催しています。お一人での就職活動に不安を感じている方、仕事にちょっとブランクのある方など、仕事探しに向けてスタッフと一緒に学びませんか。

♪♪こんな方はぜひご参加ください♪♪

- 人間関係がうまくできない
- 自分の気持ちがうまく伝えられない
- しばらく仕事をしていなかったのが不安
- 人と話すことが苦手
- 仕事がなかなか決まらない
- ちょっと職場体験してみたい
- 等



参加者の声

ビジネスマナーなども楽しく学べました

職場体験で仕事のイメージができて自信になりました

これからの参考にできるようなお話をたくさん学べました

職場体験

松江市暮らし相談支援センターでは、仕事にブランクのある方、働く経験が少ない方、働くことに対して自信のない方などすぐに就職に向かうことが難しい方に、仕事の体験を通じて、就職活動の一步となるよう支援をしています。

- 職場体験の対象
就労に向けて支援が必要な方です。
- 職場体験の期間
1回当たり1～5日程度の職場体験を行います。
- 協力金
体験者1人につき1日あたり3,000円(最大5日分)の協力金を協力事業所にお支払いします。
- 体験手当
働くことへの自信や喜び、就労意欲につながるよう協力事業所から体験者に体験手当を支給していただくようお願いしています。
- その他
体験期間中はボランティア行事用保険に加入していただきます(費用は社協が負担)

暮らしパソコンルーム

松江市暮らし相談支援センターでは相談者の方が利用できるパソコンルームを用意しています。インターネットだけでなく、エクセル、ワードなどの自習をするための利用も可能です。**※事前の予約が必要です**

パソコンの知識や使い方を学習したい!

インターネットで求人情報を検索したい!

履歴書作成の支援

履歴書や職務経歴書の作成、面接などに不安をお持ちの方に対しては、書類の書き方や面接の受け方などの支援もしています。



ハローワーク等への同行

一人でハローワークへ行くことが困難な方や事業所への訪問が不安な方へ、一緒に窓口へ同行する支援も行っています。



まずはお気軽にご相談ください

松江市暮らし相談支援センター

☎ 0852-60-7575 FAX 0852-60-7576

✉ kurashi@shakyou-matsue.jp

受付時間 月曜～金曜(土・日・祝日休み)

8:30～17:00

〒 690-0852松江市千鳥町70番地 松江市総合福祉センター2階



松江市社会福祉協議会
松江市暮らし相談支援センターだより

令和4年 新春号

ほっとスペース

松江市暮らし相談支援センター
(松江市社会福祉協議会)

市民の皆様へ「松江市暮らし相談支援センター」の業務を周知していただくために機関紙「ほっとスペース」を発行しています。このたび、第2号となる新春号をお届けします。



孤独・孤立に至っても
支援を求める声を上げやすい社会になるように

社会福祉法人松江市社会福祉協議会

生活支援課長

金森志野

コロナ禍での二度目の年末年始を迎え、2022年がスタートしました。

昨年中、松江市暮らし相談支援センターは、増大した相談を受ける中で多くの関係機関の皆様から様々な協力をいただき、本当にありがとうございます。現在、国内外では新たなオミクロン株の感染が広まり、先の見えない状況が続いています。松江市暮らし相談支援センターでは、昨年末まで相談窓口を開けていましたところ、寒い風が吹く大晦日の日にアパートに帰れない方が相談にいられました。駅に置いてあった「暮らし相談支援センターのチラシ」を見て、自転車で乗って相談にいられました。

このようにコロナ禍が長引く中で、様々な事情の方に出会い、相談を受けています。非正規就労で減収が続く、貯蓄を切り崩しながら耐えている人、先が見えず追い詰められている人など、今尚、厳しい生活困窮状況に追い込まれている人がいます。相談を受けて感じることは、相談にいられた方の背景にある「孤独」や「孤立」です。苦しくても、「自己責任」と感じ相談ができなかった人の声も聴きました。松江市暮らし相談支援センターでは、困っている人が「困っている」とSOSを出せるように、また、誰もが、自己存在感、自己有用感を実感できるような地域を目指して、本年も丁寧に相談支援に取り組んでいきたいと思っております。どうぞ宜しくお願いいたします。

生活困窮者自立支援制度における支援として、自立相談支援事業があります。⇒ **あなただけの支援プランを作ります！**
 生活に困りごとや不安を抱えている場合は、まずは地域の相談窓口である「松江市暮らし相談支援センター」にご相談ください。相談支援員が相談を受けて、どのような支援が必要かを相談者の皆様と一緒に考え、具体的な支援プランを作成し、寄り添いながら自立に向けた支援を行います。このプランに基づく日々の支援についてご紹介します。（※プラン例は実例に基づいていますが、プライバシー等に配慮し、内容を一部変更しています）

Aさん
40歳代 男性

就職活動で不採用が続き、気持ちが苦しくなっていたAさん。話を聞いてほしいと相談があり、自宅を訪問してお話を聞きました。

相談内容

- ◆ なかなか仕事に就くことができない
- ◆ 収入がなく生活に困っている
- ◆ 今後の生活をどうしたらよいか不安

プランの作成

- ◆ 仕事を探す
- ◆ 住居確保給付金を利用する
- ◆ 家計表を作成する
- ◆ 生活保護の相談をする

支援の内容

フードバンク支援
収入が少なく、食料品が購入できないときには米やレトルト食品などの提供を行いました。



住居確保給付金
就職活動を再開しますが、アパートの家賃の支払いができなくなったため、住居確保給付金について説明を受け、申請されました。

市役所窓口同行
国民健康保険料の滞納がありました。コロナの影響で減収した方のため、減免制度が利用できるとわかり、窓口へ同行して手続きを行いました。

家計表作成支援
レシートを集めて毎月の支出を一緒に確認しました。支出の状況をご自身の目で確認してもらい、収入の中でやりくりすることを目指しました。

担当者から

ご本人が納得されたことを確認しながら相談支援を進めていきました。一つ一つ課題を解決していくうち徐々に自信を取り戻され、現在では地域ボランティア活動にも参加しておられます。

Bさん
20歳代 女性

夫の留学に伴い来日された外国籍の方です。アルバイト先が新型コロナで休業となったため、市の関係者と一緒に来所されました。

相談内容

- ◆ 新型コロナの影響でアルバイト先が休業となり生活が苦しくなった。
- ◆ 家賃の支払いが困難となった。

プランの作成

- ◆ アルバイトをする
- ◆ 日本語のスキルアップを図る
- ◆ 定期面談を行う
- ◆ 就労準備講座に参加する。
- ◆ 求人情報の収集

支援の内容

ハローワーク同行
日本語が分からず一人でハローワークに行くのが不安で、仕事をどのように探して良いかわからないため、窓口へ同行し職業相談を行いました。

職場体験
やりたい仕事の就労イメージを持ってもらうために、職場体験に参加してもらいました。



面接練習、履歴書作成支援
日本での就労経験が少ないため、志望動機や面接での受け答えについて、一緒に練習しました。

モニタリング
現状や不安なこと、これからどう暮らしていきたいのか、本人の気持ちを聞き取り、今後の計画を一緒に立てました。

担当者から

相談初期はたくさんの不安を抱えておられました。一つひとつ着実に問題を解決して一緒にできることを増やしていきました。今では就職されて立派な社会人として安定した生活をされています。

Cさん
40歳代 女性

就職のため県外から来たものの、コロナの影響で不採用に。ネットカフェで過ごしながら仕事探しをしていた所、暮らし相談支援センターの情報を見つけて来所されました。

相談内容

- ◆ 住まいがない
- ◆ 貯金がなく、食費などの生活費がない
- ◆ 就職したいが、過去に体調不良で仕事を辞めたことがあり、再就職に不安がある。

プランの作成

- ◆ シェルターに入居する
- ◆ 医療受診をする
- ◆ 生活保護の相談をする
- ◆ アパート探しをする
- ◆ 再就労に向けた相談をする

支援の内容

受診同行
就労に向けて健康面での不安があり、病院受診に同行をしました。前回受診時の症状や現在の様子など、本人による病状説明をサポートしました。

生活保護の申請
病院受診の結果、心と体の調子を調べてから就職活動を再開することに。療養中の生活費を確保するため、福祉事務所に同行し、生活保護の申請を行いました。

住まい探し
アパート入居においては保証人を確保することが困難なことがわかりました。入居債務保証支援事業を利用し、契約をすることができました。

一時生活支援事業
住まいを失い、ネットカフェに滞在するお金もなくなったことから、社会福祉協議会が確保した住宅（シェルター）に入居し、一時的な住まいを確保しました。

担当者から

身寄りがなく、不安な気持ちに寄り添いながらお話をさせていただきました。住まいが安定したことで就労に向けて前向きな気持ちになり、さまざまなことに取り組まれています。

事業についてご案内



- 入居債務保証支援事業**

家賃等について継続的に支払ができる方で、賃貸住宅に入居する際に保証人がいないために住居の確保ができない方を対象に滞納家賃等を保証する事業です。（一定の要件、利用料あり）
 - 家計改善支援事業**

家計状況の「見える化」と根本的な課題を把握し、相談者が自ら家計を管理できるように、状況に応じた支援計画の作成、相談支援、関係機関へのつなぎなど、早期の生活再生を支援します。
 - 一時生活支援事業**

住居をもたない方、またはネットカフェ等の不安定な住居形態にある方に、一定期間、宿泊場所や衣食を提供します。退所後の生活に向けて、就労支援などの自立支援も行います。
 - 住居確保給付金**

離職などにより住居を失った方、または失うおそれの高い方には、就職に向けた活動をするなどを条件に、一定期間、家賃相当額を支給します。※一定の資産収入等に関する要件を満たしている方が対象です。
 - 就労準備支援事業**

就職活動や社会との関わりに不安がある方などを対象に就労に向けた支援を行います。
 - フードバンク**

緊急の場合には、食料支援について相談することができます。
- 制度の利用にあたっては、一定の要件があります。詳しくは松江市暮らし相談支援センターまでお問い合わせください。