

来所の際は予約が必要です

いたばし暮らしのサポートセンター

相談無料

病気、怪我に悩んでいる

生活



数年後の生活が不安

住む家がなくなりそう

お金



家計が苦しい

負債がなくなる

家族のことで相談したい

人間関係



近所に生活状況が心配な人がいる

ひとりで抱えているその悩み相談してみませんか？

話し相手がない

ひきこもり



ひきこもりの家族がいる

働いているけど不安がある

仕事

就職活動がうまくいかない

仕事はしたいけど働く自信がない



ひとり親等が使える制度を知りたい

ひとり親
離婚前の親



※ひきこもり、ひとり親の専門相談窓口は板橋本部にあります。

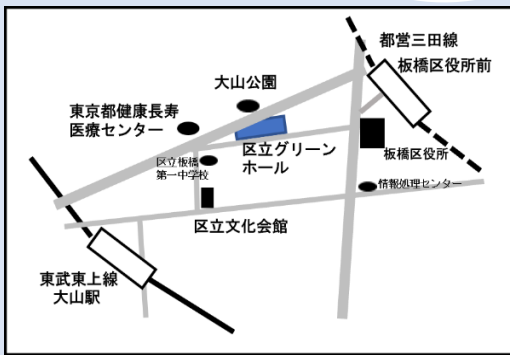
板橋本部

☎03-6912-4591



板橋区栄町36-1 区立グリーンホール 4F
月曜～金曜 9:00～19:00

施設点検日（主に毎月最終月曜日）等は9:00～17:00となります。



ひきこもり相談窓口 ☎03-6909-6218
月曜～金曜 9:00～17:00



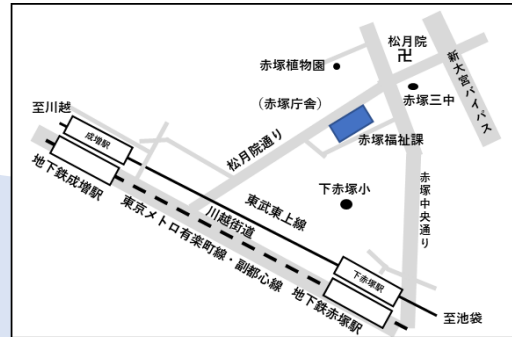
ひとり親家庭相談窓口 ☎03-6909-6205
月曜・水曜～金曜 9:00～17:00
火曜 9:00～19:00
第2日曜 9:00～17:00



赤塚分室

☎03-6904-1332

板橋区赤塚6-38-1 赤塚福祉課内
月曜～金曜 9:00～17:00



志村分室

☎03-5948-7088

板橋区蓮根2-28-1 志村福祉課内
月曜～金曜 9:00～17:00



祝日、年末年始（12/29～1/3）を除きます。



受託事業者 企業組合労協センター事業団

いたばし暮らしのサポートセンターは、生活や仕事、家計のことで悩んでいる方、また、ひとり親の方や、ひきこもりのご本人やご家族の方の総合相談窓口です。一人ひとりの状況に合わせた支援プランを作成し、解決に向けた支援を行います。

自立相談支援事業

こんな悩みや困りごとの相談はありませんか？

課題や困りごとの解決方法を一緒に考えます

▶ 支援員が相談内容を受け、どのような支援が必要か、あなたと一緒に考え、あなただけの支援プランを作り、寄り添いながら自立に向けた支援を行います。

▶ 課題の解決に必要な専門機関とは連絡・調整を行い、より適切な支援を行っていきます。

例) 区役所、おとしより相談センター、医療機関など

- ・ケガや病気をして、今後の生活が不安
- ・仕事をすることがない、ブランクがあるので不安
- ・家族がひきこもり、将来が不安
- ・ひとり親の方の不安や悩み
- ・今の就労場所がつらいが相談する先がない
- ・就職活動がうまくいかない
- ・近所に心配な人がいる
- ・どこに相談したらいいのかわからない

そんなときは、当センターにご相談ください

家計改善支援事業

家計の立て直しをアドバイス

自分で家計を管理できるよう、家計状況をまとめ、根本的な課題を把握します。また、貸付のあっせん、法律相談などとおして課題を解決し、早期の生活再生を支援していきます。

住居確保給付金

家賃を補助し、就職活動をサポート

離職などの理由で、就職活動をしたくても住居がない、あるいは失うおそれがある方に一定期間、就職活動をしている間の住居の家賃相当額を支給します。

【一定の支給要件があります】

就労準備支援事業

仕事に向けた準備からの支援

- ・不規則な生活をしている
 - ・仕事へのブランク、就労経験がない
 - ・コミュニケーションが苦手
- 日々の生活や就労に向けたトレーニングをとおして、自立した生活に必要な力を身につけていくための支援を行います。

子どもの学習・生活支援事業

子どもの明るい未来をサポート

家庭・学習環境に困りごとを抱えている場合は、子どもの高校進学のための学習支援や居場所づくりをはじめ、進学校の中退防止・卒業に向けた継続的な支援など、子どもと保護者の双方に必要な支援を行います。

一時生活支援事業

住居のない方に安心できる場所を

住居がない方や、ネットカフェ、漫画喫茶などで生活しているなど、住む場所が不安定な状況の方に対して、一定期間宿泊場所や衣食の提供を行います。

【一定の利用要件があります】

就労訓練事業

柔軟な働き方で就労に繋げる

すぐに就労することが難しい方のために、就労体験や短時間からの就労など、あなたの状況に合わせた働く場を提供します。

例) 受け入れ先事業所
清掃事業、介護事業、飲食業、警備業など

ひきこもり相談窓口

ひきこもり状態にある方やそのご家族の一步をサポート

今の状態をなんとかしたいが、どうしたらいいかわからない。子どもの将来が心配。...などのひきこもりに関するお悩みをお持ちの方の相談窓口です。支援コーディネーターと一緒に考え、一人ひとりの一步を踏み出すお手伝いをします。

ひとり親家庭相談窓口

ひとり親のご家庭へのサポート案内

現在ひとり親の方やひとり親になる可能性のある方の相談窓口です。

仕事、家計、生活、子育て、住まい、離婚などの不安を抱えている方のお話を、各専門相談員がお受けします。また、弁護士による法律相談も実施します。

相談から支援までの基本的な流れ 【相談無料・秘密厳守】

当センター
相談窓口へ

生活の状況を
振り返る

あなただけの
支援プランを

支援の開始

定期的な支援内
容の振り返り

安定した生活へ

何らかの理由で窓口に来られない場合には、ご自宅への訪問もしています。

生活の困りごとや不安なことをお話してください。生活状況と課題を整理することが自立に向けた第一歩になります。

自立に向けた目標や必要な支援内容を一緒に考え、あなただけの支援プランをつくります。

作成した支援プランを基に各種サービスの利用など自立に向けた支援を進めて行きます。

定期的振り返りをし、必要な場合は、あなたと一緒に支援プランを見直します。

相談した困りごとが解決すると支援は終了ですが、その後も安定した生活が送れるようフォローアップを行います。