\一人で悩んでいませんか?/

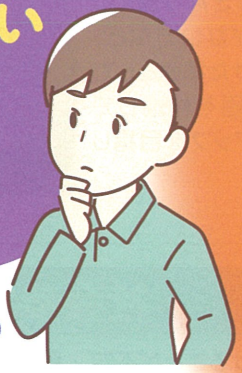
自立に向けた相談窓口のご案内

あなたの生活の

困りごとや心配

仕事がなかなか決まらない

仕事が長続きしない



家計が毎月赤字どうしよう…。(家計が心配)

うちの息子がずっと働かないで家にいる。将来どうしよう…。

高齢だけど働いて収入を得たい

社会参加してなにかの役に立ちたい

その他にも

借金が多すぎる(債務が心配)

医療費や税金、家賃や公共料金が払えない(滞納が心配)

病気で生活に困っている(健康が心配)

「なにをどうすればいいかわからない」と立ち止まらずに
一緒に進んでみませんか?

あなたの暮らしが安心した毎日になるまで
寄り添いながら支援します。

各窓口の詳細は裏面をご覧ください。

スマホからでも
相談無料
通話料無料

まずはお電話を

0800-800-7114

支援の対象者

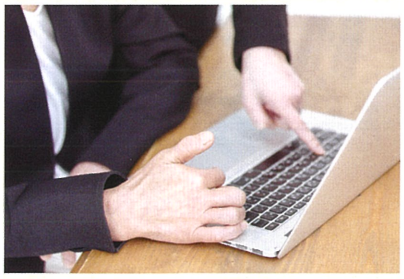
対象地域にお住まいの方で、
生活に困りごとや心配ごとを抱えている方。

相談支援

お話を聞き、課題を整理して、どのような支援ができるか考えます。

就労支援

①ハローワークへの同行訪問
②ハローワークでの担当者制による履歴書作成指導、面接指導、求職情報の提供など、就労に向けた支援を行います。



就労準備支援

仕事の経験があまりない方や、いきなり働くことに自信がない方など、就労に向けた準備として個別に計画を作成してステップアップを目指します。

施設での就労体験の様子

家計改善支援

家計の収支バランスの見直しや借金、税金の滞納への対応等を支援します。
家計改善支援機関と一緒に専門的なアドバイスを受けながら改善を目指します。

社会参加支援

外に出かけることが不安で引きこもり状態の方や、人とのコミュニケーションが苦手な方など、社会参加に向けてそれぞれのペースや希望にあわせて支援します。

手芸を通して交流

その他

関係機関と連携しながら一人ひとりの困りごとに合わせたオーダーメイドの支援を行います。

相談方法

次に掲載する各相談窓口で、あなたが現在住んでいる(所在する)町村を所管する相談窓口にご相談ください。

東地域総合相談窓口

青森市中央3丁目20番30号
県民福祉プラザ2階 青森県社会福祉協議会内

対象地域：平内町・今別町・蓬田村・外ヶ浜町

直通 017-752-1888
FAX 017-764-6908

中南地域総合相談窓口

南津軽郡藤崎町西豊田1−3
藤崎老人福祉センター内

対象地域：西目屋村・藤崎町・大鰐町・田舎館村・板柳町

直通 0172-88-8637
FAX 0172-88-6899

西北地域自立相談窓口

北津軽郡鶴田町大字鶴田字沖津193
鶴田町社会福祉協議会内

対象地域：鰺ヶ沢町・深浦町・鶴田町・中泊町

直通 0173-26-1202
FAX 017-774-3235

上北地域自立相談窓口

上北郡七戸町字七戸198-2

対象地域：野辺地町・七戸町・六戸町・横浜町・東北町・六ヶ所村

直通 0176-27-5630
FAX 0176-27-5631

下北地域自立相談窓口

むつ市中央一丁目8番1号
むつ市社会福祉協議会内

対象地域：大間町・東通村・風間浦村・佐井村

直通 017-764-6906
FAX 017-764-6907

さらに お住まいの町村の社会福祉協議会でも相談を受けることが可能です。

青森県生活困窮者自立相談支援事業は社会福祉法人青森県社会福祉協議会が青森県から委託を受けて実施しています。
多機関協働事業等は社会福祉法人青森県社会福祉協議会が東・中南圏域の各町村から委託を受けて実施しています。