

受付窓口

1. 生活困窮者家計改善支援事業（生活自立・仕事相談センター）

中央区

千葉県中央区中央 4-5-1 きぼーる 15 階
E-mail soudan-chu@chiba-shakyo.jp
TEL 043-202-5563

花見川区

千葉県花見川区瑞穂 1-1 花見川保健福祉センター1 階
E-mail hanamigawa-soudan@uwnchiba.net
TEL 043-307-6765

稲毛区

千葉県稲毛区穴川 4-12-4 稲毛保健福祉センター1 階
E-mail inage@workerscoop.com
TEL 043-207-7070

若葉区

千葉県若葉区貝塚 2-19-1 若葉保健福祉センター3 階
E-mail wakaba@workerscoop.com
TEL 043-312-1723

緑区

千葉県緑区鎌取226-1 緑保健福祉センター2階
E-mail midori@npo-link.jp
TEL 043-293-1133

美浜区

千葉県美浜区真砂5-15-2 美浜保健福祉センター2階
E-mail soudan-mihama@chiba-shakyo.jp
TEL 043-270-5811

<受付時間> 月曜日～金曜日 8:30～17:30（祝日、年末年始を除く）

2. 被保護者家計改善支援事業（生活保護受給者）

各区社会援護課の担当ケースワーカーに
ご相談ください

千葉県家計改善支援事業受託団体 家計再生応援ネット
コミュニティケア街ねっと
生活クラブ生活協同組合

千葉市家計改善支援事業

お金の困りごと
解決方法を一緒に考えて

家計の立て直しを
お手つだいします

—— 家計改善支援事業とは ——

生活に困りごとを抱える方の相談に応じ、家計収支表等を使いながら家計状況を「見える化」して現状を確認し、相談者と一緒に根本的な課題を把握し解決策を探ります。また、相談者の状況に応じた支援計画を立て、その計画に沿ってキャッシュフロー表の作成、関係機関への同行やつなぎ、必要に応じて貸付のあっせん等を行いながら、相談者の自立に向けて伴走型支援を行います。

ひとりで抱えていませんか？

子どもの学費が
支払えない

家賃の支払いが
できない

公共料金の未払いで
ライフラインが
止まりそう

生活費が
足りない

借金が増えて
返済できない

税金を滞納して
督促状が来た

住宅ローンが
支払えない

【相談例1】

収入はそれなりにあるはずなのに給料前になるとお金がなくなってしまう。

解決策 毎月の支出をレシート等で確認し、1ヶ月の収支表を作成。次月の予算を立てる。

→ 食費が予想以上に高額だったため、買い物に気をつけるようにしたところ、お金の余裕ができ、今まで我慢していた趣味にお金を使えるようになりました。相談できる相手があったので、挫折せずに続けられました。

【相談例3】

税金の滞納をそのままにしていたら、このままだと差し押さえになるとの通知がきた。給与を差し押さえられると生活ができなくなってしまう。

解決策 支出を見直すことで毎月納付できるお金ができ、キャッシュフロー表を作成して先の見通しを立てた。市税事務所へ支払計画表を持って分納相談に同行。

→ 差し押さえは免れ、キャッシュフロー表を確認しながら毎月返済できています。行きづらかった窓口にも、やっと相談に行くことができました。

【相談例2】

住宅ローンが負担になり生活費が不足して毎月カードで借入。複数枚のカードが利用限度額に達して使えない。督促状や電話が頻繁にきて生活費も足りず、どうしたらよいか分からない。

解決策 債務整理を検討し、弁護士相談に同行。

→ 弁護士からの提案で自己破産をすることにしました。引っ越すことになりましたが、収入に見合った生活を始め、返済に追われることなく、安心して生活することができるようになりました。敷居が高かった弁護士事務所へも安心して相談に行くことができました。

【相談例4】

進学する子どもの入学金や学費が支払えません。

解決策 各種奨学金の紹介、申請書類の作成等の支援を行う。必要な学費の概算を示して、奨学金の金額を検討。また、新生活のイメージをつける。

→ 必要な学費や生活費、アルバイト収入金額などを一緒に考えてくれたので、安心して相談ができました。無駄な借入をしなくてよかったです。

相談の流れ

家計改善支援員

相談者

1 家計の状況を聞き取ります

一番困っていること、どうしたいのかなど、まずはご相談者の気持ちをお聴きします。

ご自身の生活状況をお話してください。お金や仕事に関すること、ご家族に関することなど何でも構いません。

2 収支バランスを確認します

毎月の収入と家賃や公共料金、税金や保険料、学校費、借入返済金額等の支出を伺い、収支表を作成して1ヶ月の家計を「見える化」し、一緒に現状を把握します。

領収書やレシート、請求書など、支出のわかるものをお持ちください。



3 課題を一緒に見つけます

家計収支表を基に何が生活を圧迫しているのか、どうしてそうなっているのかを一緒に考えます。

課題が見つかることで解決への糸口ができ、この先どのようにしたいのかを考えることができます。

4 一人ひとりに合った家計再生計画を作ります

収入を増やす、支出を減らす等、改善策や支援方法を提案・アドバイスします。キャッシュフロー表や返済計画等を立て、将来の見通しを立てます。

先の見通しがつくことで毎月のお金の使い方がわかります。



5 計画に沿って支援します

必要に応じて手続きの同行、行政窓口や法律家への相談に同行します。

■税金滞納

分納計画を立てて行政窓口への相談に同行します。

■債務整理

生活を圧迫する債務について、法律家への相談に同行します。

■貸付あっせん

貸付により生活再生が図れる場合には返済計画を立て、各種貸付相談に同行します。

1人では行きづらい場所へも、安心して相談に行くことができます。



6 家計の立て直しのために伴走します

継続して毎月の収支状況を確認し、状況に応じて計画の修正を行いながら生活再生のお手伝いをします。

一緒に考えてくれる人の存在ができ、困った時に相談する相手ができます。

家計改善支援員は、ご相談者に課題解決のための提案・アドバイスを行います。それらを受けて、最終的にどのように解決していくのかを決めるのは、相談者ご自身です。