

一人でかかえこまずに、 まずはご相談ください

お金・仕事・住まいなど、生活の不安やお困りごとに寄り添います。

こんなお悩みはありませんか？

家賃が払えない



家を失うかもしれない
不安がある

仕事が見つからない



なかなか仕事が決まらず
生活が苦しい

収入が減った



収入が減って
家計が苦しい

専門の相談員が、
あなたのお話を丁寧にお聞きし、
一緒に解決方法を
考えます。

借金で困っている



返済が難しく、
生活がままならない

相談先がわからない



どこに相談すれば
よいか分からない



まずはお気軽にご相談ください



千代田区役所3階 生活支援課生活支援係



平日(月曜～金曜) 8時30分～17時00分
(土日祝・年末年始休み)



03-5211-4126



予約の方が優先となりますので、
事前に予約をお願いします

--- Webのご案内 ---



一緒に、生活の立て直しをめざしましょう。

生活困窮者自立支援法による支援事業

あなたの状況に合わせて、様々な支援メニューがあります。

1 自立相談支援事業

あなただけの支援プランを作ります



生活や仕事などのお困りごとをお聞きし、課題を整理したうえで、解決に向けた支援プランと一緒に作成します。

2 住居確保給付金の支給

家賃や転居費用を支援します



収入の減少で住居を失うおそれがある方に、家賃相当額を原則3か月（最大9か月）支給します。また、転居に必要な初期費用も支給します。

※収入や資産などの要件があります。

3 家計改善支援事業

家計の立て直しをサポートします



家計の状況を「見える化」し、課題を整理します。家計の管理や改善に向けたアドバイスや支援計画の作成、関係機関へのつなぎなどを行います。

4 就労準備支援事業

社会への第一歩を応援します



すぐに就労することが難しい方に、日常生活のリズムづくりや、就職に向けたスキル習得などをサポートします。（6か月～1年程度）

5 居住支援事業

安心して生活できる場所を提供します



住むところがない方に、一定期間、宿泊場所や食事の提供などを行い、生活の安定に向けた支援を行います。

6 子どもの学習・生活支援事業

子どもたちの未来を応援します



生活困窮世帯の子ども（小学校4年生～高校3年生）に、学習支援や居場所の提供を行います。保護者への進学や生活に関する情報提供も行います。

一人で悩まず、まずはご相談ください。

相談は
無料です



秘密は
守ります



ご本人以外の
相談も可能です



一緒に解決への
方法を考えます

