

ひとりで悩まずに、まずはご相談ください

～ 生活困窮者自立支援制度のご案内 ～

働きたくても働けない、住む所がない・・・

しごとや生活に困っておられる方、まずご相談ください。

お住まいの市町村の相談窓口で専門の支援員があなたに寄り添いながら、解決へのお手伝いをします。

ご家族などまわりの方からのご相談でも受け付けます。

相談
無料

生活に
困っている

家族のことで悩んでいる

病気で働けない

家賃を払えない

住む所がない

仕事か
見つからない

将来が不安

島根県からのお知らせ

● 県内の相談窓口(令和8年4月1日現在)

松江市	松江市暮らし相談支援センター（松江市社会福祉協議会）	0852-60-7575
浜田市	あんしん生活相談窓口（浜田市社会福祉協議会）	0855-25-1755
出雲市	生活支援課（出雲市社会福祉協議会）	0853-23-3790
益田市	益田市あんしん生活支援センター（益田市社会福祉協議会）	0856-22-7256
	フリーダイヤル	0120-062-301
大田市	生活サポートセンターおおだ（大田市社会福祉協議会）	0854-82-0820
安来市	生活支援・相談センター（安来市社会福祉協議会）	0854-23-1855
江津市	生活支援相談センターごうつ （江津市自立できる地域づくり共同事業体）	0855-52-7637
雲南市	生活支援・相談センター（雲南市社会福祉協議会）	0854-45-3933
奥出雲町	奥出雲町福祉事務所	0854-54-2541
飯南町	飯南町福祉事務所	0854-72-1773
川本町	川本町社会福祉協議会	0855-72-0104
美郷町	くらしの相談所みさと（美郷町社会福祉協議会）	0855-75-1300
邑南町	邑南町社会福祉協議会	0855-84-8484
津和野町	津和野町社会福祉協議会	0856-74-1617
吉賀町	くらしもっと（吉賀町社会福祉協議会）	0856-77-0136
海士町	海士町健康福祉課	08514-2-1823
西ノ島町	西ノ島町健康福祉課	08514-6-0104
知夫村	知夫村民福祉課	08514-8-2211
隠岐の島町	隠岐の島町あんしんセンター（隠岐の島町社会福祉協議会）	08512-3-1303

居住確保支援

住まいの確保が必要な方

就労支援

就労に向けた準備が必要な方

柔軟な働き方を必要とする方

就労に向けた準備が一定程度整っている方

緊急的な支援

緊急に衣食住の確保が必要な方

家計再建支援

家計から生活再建を考える方

子ども支援

子どもと保護者の支援が必要な方

その他の支援

ご本人の状況に応じた支援計画を考える

◆住居確保給付金の支給

- ・就職活動を支えるため家賃費用を有期で給付
- ・家計改善のための転居費用を給付



◆就労準備支援事業

- ・一般就労に向けた日常生活自立・社会自立・就労自立のための訓練、居場所づくりなど幅広い社会参加のための支援



◆認定就労訓練事業

- ・直ちに一般就労が困難な者に対する支援付きの就労の場の育成（社会福祉法人等の自主事業について都道府県等が認定する制度）

◆生活保護受給者等就労自立促進事業

- ・一般的就労に向けた自治体とハローワークによる一体的な支援

◆居住支援事業

- ・住居喪失者に対し一定期間、衣食住等の日常生活に必要な支援を提供

◆家計改善支援事業

- ・家計の状況を「見える化」し、利用者の家計管理の意欲を引き出す相談支援（貸付あっせん等を含む）

◆子どもの学習・生活支援事業

- ・生活保護世帯の子どもを含む生活困窮世帯の子どもに対する学習支援。生活困窮世帯の子ども・保護者に対する生活習慣・育成環境の改善、教育及び就労に関する保護者への支援



◇関係機関・他制度による支援

◇民生委員・自治体・ボランティアなどインフォーマルな支援

【相談から支援まで】

1 まず地域の相談窓口へ

各市町村に置かれた窓口で、支援員が対応します。
何らかの理由で窓口にお越しいただけない場合は自宅にも訪問します。



2 状況を把握

あなたの生活の困りごとや不安を支援員にお話ください。
生活の状況と課題を分析し「自立」に向けて寄り添いながら支援を行います。

3 あなただけの支援計画を

支援員はあなたの意志を尊重しながら、自立に向けた目標や支援内容を一緒に考え、あなただけの支援プランを一緒に作ります。

4 支援の決定 サービスの提供

完成した支援プランは自治体を交えた関係者の話し合い（支援調整会議）により正式に決定され、その支援プランに基づいて各種サービスが提供されます。



5 支援提供後の状況確認

各種サービスの提供がゴールではありません。
あなたの状態や支援の提供状況を支援員が定期的に確認し、支援プラン通りにいかない場合は支援プランを再検討します。

6 真に安定した生活へ

あなたの困りごとが解決されると支援は終了しますが、安定した生活を維持できているか、一定期間、支援員によるフォローアップがなされます。

