

「くらしのサポートステーション」（通称:くらサポ）は、生活困窮者自立支援法に基づき設置されている杉並区の生活自立支援窓口です。生活上でさまざまな不安や課題を抱えた方の相談をお受けしています。窓口に来られない場合は、ご本人の同意を前提に相談支援員が訪問することもできます。

Topic 01

中瀬中学校の皆さまから食料のご寄附をいただきました！



中瀬中学校の皆さまが、「中瀬フェスタ」の中でフードドライブを実施し、集まった食料をご寄附くださいました。ありがとうございました！

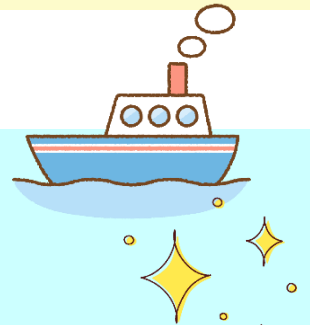
くらサポでは、以前から継続して相談を受けている方へ、これからの自立した生活の支援をあと押すために、杉並区社会福祉協議会を通じて、食料をお渡ししています。皆様からいただいた食料によって、社会とのつながりや安心をお届けすることができます。区民の皆様のご理解とご協力に心から感謝申し上げます。

Topic 02

ゆるく気軽に過ごせる居場所「くらポート」

くらポートは、「すぎトレ(認定NPO法人育て上げネット)」「くらサポ」に関わりのある方が、ゆったり楽に過ごせる居場所です。くらサポの「くら」、「ポート」は港の意味で、様々な日常生活を送る中で、誰もが気軽に立ち寄れる休息と補給の寄港地をイメージしています。

ご興味がございましたら、まずはくらサポへご相談ください！



参加者の声

- ★開催日：毎月第1・3火曜日
- ★時間：14:00～16:00頃まで
- ★場所：ウェルファーム杉並
- ★活動内容：軽作業（書類やお菓子の仕分けなど）お茶を飲みながら休憩、談話、カードゲームなど

出入り自由。出欠連絡必要なし。
親子参加、親のみ参加もOKです。
明るく気軽に過ごせる場所です。

普段あまり
外出しないので
良い外出の機会
になっています。

何も考えず来る
だけでOK。
自然体で過ご
せています。

作業もゆっくり
で気持ちが楽。
生活の一部に
なっています。



くらしのサポートステーション(杉並区委託事業、運営:杉並区社会福祉協議会)

〒167-0032 東京都杉並区天沼3-19-16 ウェルファーム杉並1階

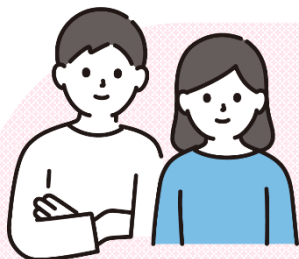
TEL:03-3391-1751 Email:kurashi@sugisyakyo.com

開所日時:月～金曜日(祝日・年末年始除く) 午前8時30分～午後5時



実際のご相談からご支援までの流れ

== 実際の事例を組み合わせて紹介しています ==



相談者
30代 夫婦

- ・夫婦2人世帯。賃貸アパートで暮らしている。
- ・2人共就労している。
- ・2人の両親は遠方に住んでおり経済的な支援はない。

本人の状況に合わせ、適切な制度や支援がないか、本人と一緒に考えていきます。

就労収入から家賃や生活費を折半して生活している。夫宛に消費者金融の督促状が届き、妻が驚く。

妻からくらサポに相談が入る。夫婦で家計相談の面談を行う。**家計の状態と債務の状態を明らかにしていく。(※1)**



家計表をつけるなかで、夫のゲームへの課金や、嗜好品の出費により、家計が赤字状態になっていることに妻が気が付く。

また、夫は、ゲームへの依存など、精神的に不安定な様子がみられることも分かり、医療機関への受診をすすめる。

債務整理を行うために、専門機関を紹介し、債務整理に向けて動いていく。

債務整理と合わせて、家計相談を継続して行い、赤字にならずに生活を維持できるように、一緒に考えていく。

また、夫が医療機関を受診し治療をはじめます。

夫の体調も安定していき、債務整理のめどもつく。

夫婦で家計管理ができるように定期的に面談をしながら支援を行っていく。

その後、家計状態も改善し、夫婦で家計管理ができるようになった。



相談が入る

連携

くらサポでの相談支援

(※1) 家計改善支援事業

家計の状況と問題を明らかにし、自ら管理できるよう、相談支援を進めていきます。

数字から見るくらサポ

令和6年度の**家計改善支援事業**を新規で利用した方 **228**人

新規相談者2048人の内、

収入・生活費に関する相談・・・1610件

家賃・ローンに関する相談・・・928件

債務に関する相談・・・567件 ※複数回答。



税金や保険料の滞納や多重債務等の困窮状態が改善されずにひっ迫しているケースの相談が多い傾向にあります。収支の把握ができていない、増収に向けて動くことが難しいケースも多く、複合的な課題の解消に向けて継続的に相談につなげられるよう丁寧な相談対応を心がけています。