くらしのサポートステーション
生活自立支援窓口

くらサポ通信

第２９号　令和８年度　秋発行

「中間的就労」ご存じですか？

「働きたいけど不安」はじめの一歩を応援します！

くらしのサポートステーションでは、働きたい気持ちはあるものの、不安やブランクなどにより一歩を踏み出しにくい方が、就労体験を通して一般就労や多様な社会参加を目指せるよう、支援しています。現在、中間的就労として高齢者施設や障害者施設で月１回から２回程度就労体験を行っており、くらサポの相談員も同行しています。

「中間的就労」とは

ひきこもり状態にあった方や仕事を辞めてから時間が経っている方など、働くことに不安がある方が、就労体験を通して一般就労や様々な活動への参加を目指していくものです。

写真：特別養護老人ホーム 第三南陽園



車椅子の清掃





タオルの裁断

★利用者からのメッセージ★



最初は簡単な作業からです。
心配せずに
挑戦してみてください！

★くらサポからのメッセージ★

一緒に体験しながら、
サポートしていきます。
気軽に利用してください



中間的就労を応援してくださる企業、団体を募集しています

地域での一歩を
一緒につくりませんか



ご関心のある方はくらしのサポートステーションまでお気軽にお問合せください。
くらサポの相談員が説明にうかがい、体験内容を把握します。
地域の力を活かし、働きたい方の一歩を支える仕組みです。
皆さまのご協力が利用者の大きな支えになります。お問い合わせをお待ちしています！



体験例　こちらは一例です。これ以外の作業でもお問合せください。

- 書類組み、挟み込み、封筒への封入
- 食事の盛り付け、配膳・下膳、食器洗い
- ごみの分別、ゴミ出し
- テーブル拭き、手すり拭き、モップかけ、掃除機かけなど清掃作業
- 簡単なPC入力
- 草むしり
- 洗濯もの干し、洗濯ものたたみ

くらサポでの相談から支援の流れ

実際の事例を組み合わせて紹介しています



相談者
50代　Bさん

・80代母と2人暮らし。
・フリーランスで働いていたが、仕事が減っている。
・預貯金がなく生活が苦しい。

本人の状況に合わせ、関連機関と連携しながら適切な制度や支援がないかなどを含め解決策を本人と一緒に考えていきます。



フリーランスで働いていたが、仕事が減り家計が苦しくなった。母の相談をしているケア24からくらサポへの相談を提案された。

相談の提案



くらサポの相談を開始。ダブルワークの仕事を探すことや、**家計相談（※１）**で家計簿をつけることから始めた。

相談が入る



「すぎJOB」（※２）で求職活動相談を開始。応募書類や面接についても相談し、採用されパート就職。
家計相談で毎月の生活費を把握。無理のない節約に努めた。

計画・連携、課題解決へ



就職後、ダブルワークで働くペースができる。家計相談を継続し、少しずつ貯金ができるようになる。
働く中で資格取得に関心を持ち、次の目標ができた。

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。

（※２）すぎJOB
杉並区が事業として運営している就職支援機関です。キャリアカウンセラーによる就労準備相談のほか、各種セミナー等を行っています。



★くらサポカード★
配布、設置場所を募集しています

連絡先や相談方法がひと目でわかる名刺サイズの「くらサポカード」。
困ったときに手元に置いていただけるよう、必要な方へのお渡しや設置にご協力いただける事業者・団体を募集しています。
ご協力いただける方は下記までお気軽にご連絡ください。

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