

リンク

悩みごとを抱えた外国人住民や
多文化ソーシャルワーカーのための社会資源ガイド

お金

子ども・家族

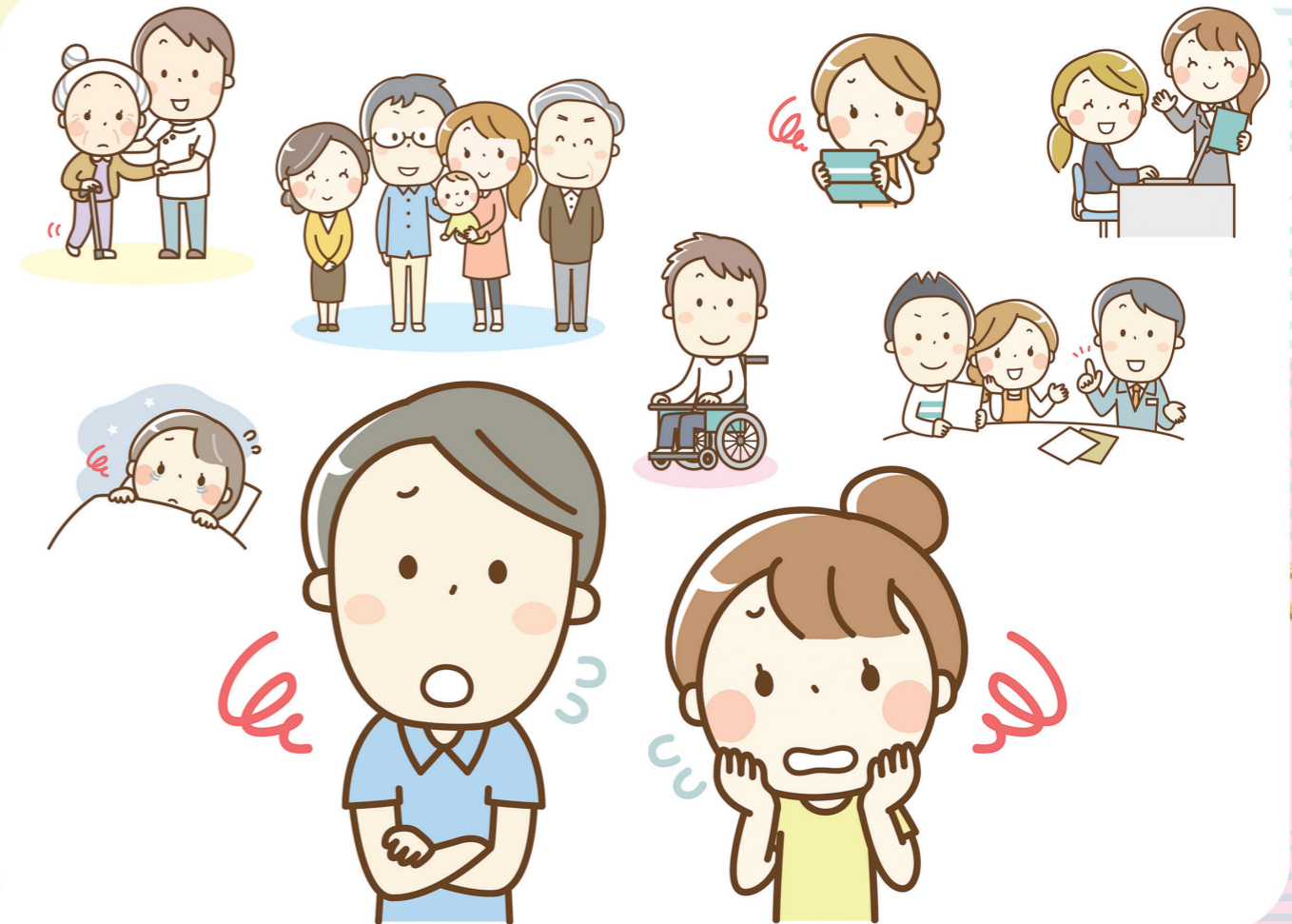
法律

介護

心

ひきこもり

障害



2020年3月31日 多言語版発行【英語・中国語・タガログ語・ポルトガル語・スペイン語】

発行者 認定特定非営利活動法人茨城NPOセンター・commons

編集協力 「茨城のセーフティネットのための社会資源リスト編集委員会」

TEL 0297-44-4281

メール global@npcocommons.org

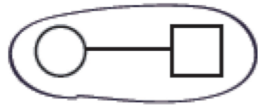
表紙デザイン 篠崎智子

2019年度 独立行政法人福祉医療機構 社会福祉振興助成事業

この本は、対面や電話などで、外国人住民の様々な悩みごとの相談活動を行っている人を主たる読者と想定しています。

連携先と資源のガイド “経済的な悩み”

困りごとを抱えた人の例



40代の夫婦二人暮らし。
二人とも過去に自己破産を経験。
夫は仕事をしてもらえず、収入が不安定で家賃を滞納。
妻は持病があるが病院に行くお金がない。
夫婦とも親に頼れず、親に連絡されるのが嫌で生活保護申請を拒んでいる。
家賃が滞り、アパートから退去するよう言われ困っている。

以下、各章でとりあげる制度情報は、各章の困りごとのケースの場合対象にならないものも含めて紹介する

緊急・一時的な支援

アパートから出たくないが家賃を払えない

住宅確保給付金の支給

対象 65歳未満の者で、離職後2年以内、離職等により住宅を喪失した者及び、喪失するおそれのある者
期間 原則3か月、最大9か月まで
申請窓口 住んでいるところの福祉事務所

収入等の要件については県福祉指導課まで
☎ 029-301-3164

お金がない

生活福祉資金

窓口 市町村社会福祉協議会

| 資金種類 | 内容 | 貸付金額 | 貸付利率 | 据置期間 | 償還期限 |
|----------------------|---|---|------------------------|---------------------------------|------------------------------|
| (1)総合支援資金 | | | | | |
| ①生活支援費 | 生活再建までの間に必要な生活費用 | 二人以上世帯月額200,000円以内(単身世帯150,000円以内) ※貸付期間原則3月として、最長12月まで延長可。 | 連帯保証人有…無利子 無…年1.5% | 貸付日から6月以内(分割貸付の場合には最終貸付日から6月以内) | 据置期間経過後10年以内 |
| ②住宅入居費 | 敷金等住宅の賃貸契約を結ぶために必要な費用 | 400,000円以内 | | | |
| ③一時生活再建費 | 一時的に必要なかつ日常生活費で賄うことが困難である費用 | 600,000円以内 | | | |
| (2)福祉資金 | | | | | |
| ①福祉費 | 日常生活を送る上で、又は自立生活に資するために、一時的に必要であると見込まれる費用 | 5,800,000円以内 ※資金目的に応じて異なる。 | 連帯保証人有…無利子 無…年1.5% | 貸付日から6月以内(分割貸付の場合には最終貸付日から6月以内) | 据置期間経過後20年以内 ※資金目的に応じて異なる |
| ②緊急小口資金 | 緊急かつ一時的に生計の維持が困難となった場合に貸し付ける少額の費用 | 100,000円以内 | 無利子 ※連帯保証人不要 | 貸付日から2月以内 | 据置期間経過後12月以内 |
| (3)教育支援資金 | | | | | |
| ①教育支援費 | 学校教育法に規定する高等学校、大学又は高等専門学校に就学するのに必要な経費 | 高校 月額35,000円以内 高専 月額60,000円以内 短大 月額60,000円以内 大学 月額65,000円以内 ※特に必要と認める場合に限り、上記貸付上限額の1.5倍まで貸付可。 | 無利子 | 卒業後6月以内 | 据置期間経過後20年以内 |
| ②就学支度費 | 学校教育法に規定する高等学校、大学又は高等専門学校への入学に際し必要な経費 | 500,000円以内 | | | |
| (4)不動産担保型生活資金 | | | | | |
| ①不動産担保型生活資金 | 一定の居住用不動産を有し、将来にわたりその住居に住み続けることを希望する高齢者世帯に対し、当該不動産を担保として生活費を貸し付ける資金 | 居住している不動産(宅地)の評価額の7割 | 年3%又は長期プライムレートのいずれか低い方 | 契約終了後3月以内 | 据置期間終了時 |
| ②要保護世帯向け不動産担保型生活資金 | 一定の居住用不動産を有し、将来にわたりその住居を所有し、又は住み続けることを希望する要保護の高齢者世帯に対し、当該不動産を担保として生活費を貸し付ける資金 | 居住している不動産(宅地)の評価額の7割 | | | |

※各資金種類ごとに条件等がございますので、お住まいの市町村の社会福祉協議会にご確認ください。

何日も食べていない

フードバンクと提携した社会福祉協議会や困窮者支援組織に食料提供を打診

路上生活者支援組織による食料配布
まごころねっとわーく(県内全域) ☎029-275-4407
※緊急時の一時的対応のみ

フードバンク茨城は個人に直に食料提供は行わない。施設や支援組織(例、 commons など)が個別同行支援などを行う際に、食料を分けてもらって届けることは可能。事前にフードバンクと提携関係を持っておくことが重要(フードバンク茨城) ☎029-874-3001

借金返済をせまられ困っている

多重債務に関する相談

弁護士に債権者との間に入ってもらい、分割払いを認めてもらい債務者に連絡がいかないようにすることもできる。

詳しくは10頁

生活保護を受けられるかわからない

首都圏生活保護支援法律家ネットワーク

☎ 048-866-5040
平日 10:00-12:00
13:00-17:00

☎ 048-866-5040
平日 10:00-12:00
13:00-17:00

病院にいておらず体調が悪化

緊急の場合は救急車を呼んで病院へいく

保険証がない場合、医療費は10割負担
過去に国民健康保険料の未納があっても、役場の国民健康保険担当課と相談し期限付きの保険証が得られれば3割負担で受けられる。

生活保護が認められれば医療費の自己負担はなし

滞納保険料を少しずつでも納めることが重要。納めないと10割負担になってしまう。

無料低額診療事業

社会福祉法第2条第3項第9号に基づき適用を受けた医療機関が困窮者に無料または低額で医療を提供

| | |
|---------------------|----------------|
| 龍ヶ崎済生会病院(龍ヶ崎市) | ☎ 0297-63-7111 |
| 城南病院(水戸市) | ☎ 029-226-3021 |
| 水戸済生会総合病院(水戸市) | ☎ 029-254-5151 |
| 白十字総合病院(神栖市) | ☎ 0299-92-3311 |
| 神栖済生会病院(神栖市) | ☎ 0299-97-2111 |
| 常陸大宮済生会病院(常陸大宮市) | ☎ 0295-52-5151 |
| あおぞら診療所(取手市) | ☎ 0297-72-6137 |
| 城南病院附属クリニック(水戸市) | ☎ 029-226-3022 |
| サンルーナ小寺内科クリニック(土浦市) | ☎ 029-869-8882 |
| 旭台病院(石岡市) | ☎ 0299-26-2131 |

中・長期的な支援

生活を立て直したい

生活困窮者自立支援法における家計相談支援

対象 生活困窮者であって家計収支の均衡が取れていないなど、家計に問題を抱えている者
内容 家計表等の作成支援、出納管理の支援、滞納(家賃、税金など)の解消や各種給付制度等の利用に向けた支援、債務整理にかんする支援、貸付のあっせんなど

福祉事務所(任意事業)

厚生労働省
生活困窮者自立支援制度



条件のよい仕事に就きたい

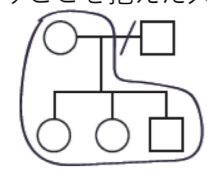
求職者支援制度(職業訓練受講給付金)

雇用保険を受給できない人がハローワークの指示で職業訓練を受講する際、月額10万円の受講手当と通所手当を支給する制度。要件を満たす人には、労働金庫の「求職者資金融資」貸付もある。

条件
本人収入が月8万円以下
世帯収入が月25万円以下

連携先と資源のガイド “子どもや家族の悩み”

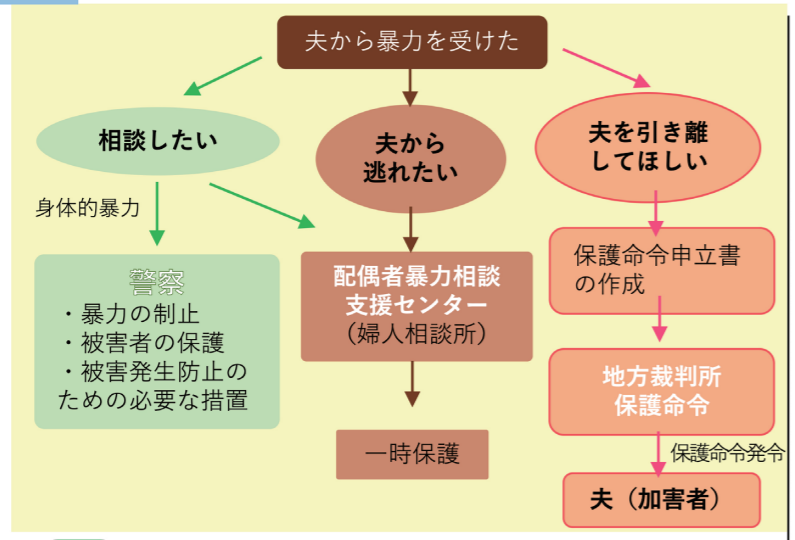
困りごとを抱えた人の例



夫の暴力がひどく3人の子と家を出た。出た後も夫が来ると思うとこわい。新たなパートナーができたが、高校生の長女がときどき家に帰らなくなった。中学生の次女がいじめにあい不登校になったが、高校には行かせたい。小学生の長男が、パートナーの言葉の暴力により言葉が出なくなった。

緊急・一時的な支援

《DV防止法の流れ》



DV被害から逃れたい

一時的に住む場所

DVに関する電話相談

自立に向けた支援、経済的支援がほしい

- ☎ 県婦人相談所（配偶者暴力相談支援センター）**
家庭内の暴力トラブル、離婚、夫婦や親子の悩みに関する女性相談。一時保護も行う。
- ☎ 母子生活支援施設**
離婚などで生活が困難になった母子が入所できる施設。退所後も自立支援を行う。
- ☎ DVヘルプライン ウィメンズネットらいず**
- ☎ 全国共通DVホットライン**
- ☎ 警察本部「勇気の電話」（性犯罪被害）**
- ¥ 母子・父子福祉資金貸付**
事業、就学、就業、住宅、医療介護、生活などに必要な資金を20歳未満児童を扶養し配偶者のいない女子などに貸与
- ¥ 寡婦福祉資金貸付**
子のいない寡婦、子が20歳に達したが配偶者のいない女子への貸与
- ¥ ひとり親家庭等医療費助成**
健康保険証をつかった医療費自己負担の全部または一部助成
- ¥ 児童扶養手当**
児童1人の場合、全部支給は月額42,330円
2人の場合10,000円加算、3人目から6,000円加算
- ¥ 就学援助制度**
生活保護世帯と教育委員会が準要保護と認めた人に、経済的に困難な場合、学用品や修学旅行費、給食費などを支給

☎ 029-221-4166
平日 9:00-21:00
土・日・祭 9:00-17:00
市町村の母子福祉担当課

☎ 029-227-5757
水・金 10:00-15:00
☎ 0120-956-080
月～土 10:00-15:00
☎ 029-301-0278
平日 8:30-17:15

市町村の母子福祉担当課
県民センター等
生活資金は月105千円まで

市町村の母子福祉担当課
県民センター等

市町村の児童福祉担当課

市町村の児童福祉担当課
障害のある子を監護する人のための特別児童扶養手当もある

学校、教育委員会

仕事が見たい

子どもに関する悩みを相談したい

子どもの虐待防止

非行の相談

不登校、いじめなど

子の発達が気になる

子ども専用電話相談

民間の電話相談

- ☎ 母子家庭等就業・自立支援センター**
就業相談、技能講習、無料職業紹介
- 制 日常生活支援事業（保育や家事ヘルパー派遣）**
- 制 子育て短期支援事業（一時預かり）**
- ☎ ハローワーク マザーズサロン**
子育てしながら就職する人向けの相談。
平日 8:30-17:15
- ☎ 児童相談所（児相）**
子育て困難、児童虐待、発達の遅れや障害、非行、不登校、施設入所などに関する相談
平日 8:30-17:15
- ☎ 市の家庭児童相談室**
児相と同様の相談を受け付け児相と連携対応。家庭児童相談員が、子どもの養育や養育の経済的問題などの相談にあたっている。
- ☎ 子ども家庭支援センター**
児相や市の家庭児童相談室と連携しつつ専門職が地域に密着した相談支援を行う。
- ☎ 同仁会児童家庭支援センター（高萩市）**
利用日 平日 9:00-17:00 受付は土日可
- ☎ 子ども家庭支援センター「どうしん」（土浦市）**
利用日 月～金 第2、4日曜 9:00-18:00
- ☎ いばらき虐待ホットライン**
児童虐待に関する相談、通報
- ☎ 問題行動のある児童の相談（県立茨城学園）**
- ☎ 少年サポートセンター（県警）**
- ☎ 子どもの教育相談（県教育研修センター）**
- ☎ いじめ・体罰解消サポートセンター（教育事務所）**
月・水 9:00-16:30 火、木、金 9:00-18:30
メール相談も受付
- ☎ 発達が気になる子どもの相談（県教育研修センター）**
- ☎ 子どもホットライン（県義務教育課）**
- ☎ オレンジライン**
認定NPO法人いばらき子どもの虐待防止ネットワークあい子どもの虐待で悩んでいる人の相談のほか、子どもを助けたいと思っている人に弁護士が助言します。

☎ 029-233-2355
月～土 9:00-17:30
(第2・4土は9:00-16:00)

市町村の母子福祉担当課

市町村の児童福祉担当課

水戸 ☎ 029-231-2050
日立 ☎ 0294-21-6441
土浦 ☎ 029-822-5124
古河 ☎ 0280-32-0461
龍ヶ崎 ☎ 0297-60-2727
常陸鹿嶋 ☎ 0299-83-2318

中央 ☎ 029-221-4150
日立分室 ☎ 0294-22-0294
鹿行分室 ☎ 0291-33-4119
土浦 ☎ 029-821-4595
筑西 ☎ 0296-24-1614

各市の児童福祉担当課

児童養護施設に併設

☎ 0293-22-0318
電話相談は24時間

☎ 029-824-3715
緊急時は24時間対応

☎ 0293-22-0293
毎日24時間

☎ 029-295-2020
平日 8:30-17:15

水戸 ☎ 029-231-0900
つくば ☎ 029-847-0919
平日 8:30-17:15

☎ 029-225-7830
平日 8:00-22:00

水戸 ☎ 029-221-5550
県北 ☎ 0294-34-4652
鹿行 ☎ 0291-33-6317
県南 ☎ 029-823-6770
県西 ☎ 0296-22-7830

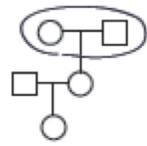
☎ 0296-78-2777
平日 9:00-16:30

☎ 029-221-8181
24時間

☎ 029-309-7670
月、水、木 10:00-15:00

連携先と資源のガイド “心の悩み”

困りごとを抱えた人の例



60代の夫婦で夫が毎晩酒を飲んで夜中にあばれることが増えてきた。家族はアルコール依存症と考え専門相談を勧めるが、本人が行こうとしない。夫は「生きていてしょうがない」「眠れない」と飲酒を続け依存症であることを認めようとしていない。家族もどうしていいかわからず、つらい気持ちを抱えたまま過ごしている。

こころの悩みを相談したい



茨城県精神保健福祉センター

こころの健康、こころの病気、ひきこもり、精神医療、社会復帰、アルコール、薬物依存に関する相談、思春期精神保健相談、認知症に関する相談など、下記にあるような精神保健全般にわたる相談対応を行っている。
新規相談は、火曜、水曜、木曜（完全予約制）
対人関係、こころの病気などの悩みについて、本人、家族、関係機関の相談に応じる。

水戸市笠原町999-3

☎ 029-243-2870
(予約用)
受付 平日 8:30-17:15
祝祭日、年末年始を除く

一般相談

思春期の悩みを相談したい

新規相談は、火曜、水曜、木曜（完全予約制）
学校、人間関係、摂食障害の悩みなど

酒害の相談をしたい

アルコール問題を抱える人の家族向けの相談
第3木曜 15:00-16:30 精神保健福祉センター
第4木曜 15:00-16:30 土浦保健所

薬物の相談をしたい

第1、3木曜午前にセンターで相談対応（予約制）
第1金曜午後 日立保健所
第2金曜午前 筑西保健所
第3金曜午後 竜ヶ崎保健所
第4金曜午後 潮来保健所

各保健所の精神保健相談（こころの相談）で薬害の相談にも対応している
電話（随時）面接（要予約）

電話で相談したい



いばらきこころのホットライン

平日 9:00-12:00 13:00-16:00 祝日年末年始休
土日 9:00-12:00 13:00-16:00 年末年始休

☎ 029-244-0556
☎ 0120-236-556



茨城いのちの電話

問題を抱え不安や孤独に悩む人の相談
つくば 年中無休 24時間受付
水戸 年中無休 13:00-20:00
フリーダイヤル 毎月10日 8:00-翌日8:00

☎ 029-855-1000
☎ 029-350-1000
☎ 0120-783-556



よりそいホットライン

一般社団法人社会的包摂サポートセンター
様々なことで悩む人の話を受け止め、共に解決を考えていくための電話相談
24時間 通話無料

☎ 0120-279-338

対面で相談したい



（公財）茨城カウセリングセンター

働く人や家族の悩みについて相談
面接相談（予約制 1回50分 3,300円）
面接日 月～土曜 10:00-18:00（祝祭日休）

☎ 029-225-8580
水戸市桜川2-2-35



日本産業カウンセラー協会

対面での無料カウンセリングを原則として第2日曜に実施

予約は ☎ 029-271-9287
受付 平日10:00-17:00

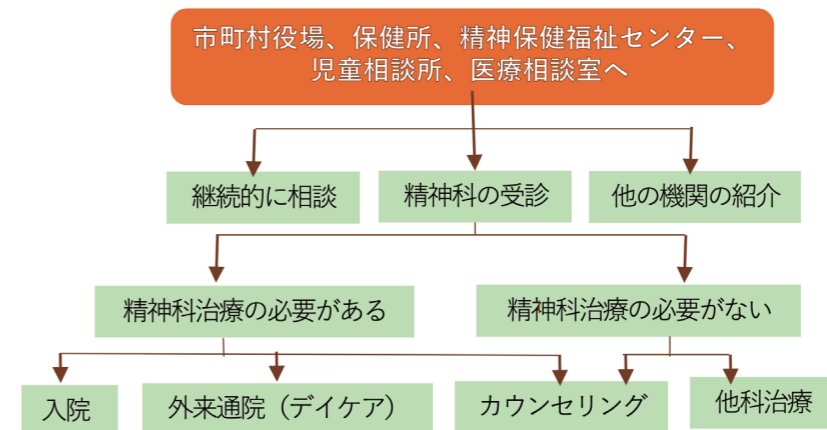


県立こころの医療センター

県内では唯一の公立の精神科専門病院

外来診療は予約制
☎ 0296-77-1151
笠間市旭町654

病院でみてほしい



出典 医学書院発行『2014年度版医療福祉総合ガイドブック』

病院の選び方は

| | 精神科病院 | 精神科診療所 | 総合病院 | |
|-------------|---|---|-----------|--------------------------|
| | | | 神経科または精神科 | 心療内科 |
| 主に対象となる人 | 入院が必要な人 通院する人 | 入院の必要がなく通院する人 | 通院する人 | 心身症（心理・社会的因子が関連した身体疾患）の人 |
| 受けられるサービスなど | 治療・投薬、デイケア、訪問看護、カウンセリング | | | 治療・投薬、カウンセリング |
| メリット | ・入院ができる ・リハビリテーションなどの専門的な治療が受けられる | ・昼から夕方、夜間や土曜の診療を行っているところもあるので、仕事を休まずに通院ができる ・自分の住んでいる地域で日常生活を送りながら治療を受けられる | 一般救急医療 | 内科的治療 |
| | ・単科の精神科病院よりも、気軽に足を運びやすい要素がある ・身体疾患もある場合、他科との連携がとりやすく、総合的治療に適する | | | |

※ここでいう救急医療とは、精神科救急ではなく一般救急を指しています。

医療費を支援して



自立支援医療（精神障害関係）

精神科の通院費の自己負担が1割に減額される制度

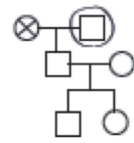
対象 統合失調症、躁うつ病、うつ病、てんかん、認知症、薬物依存症、または精神医療に3年以上経験をもつ医師が必要と判断した人
利用方法 申請書、医師の意見書、世帯調書、健康保険証、所得税額を証するものをそろえて市町村に提出

1割に対して助成する自治体もある

本人の収入により一月あたりの金額の上限が設定

連携先と資源のガイド “高齢に伴う悩み”

困りごとを抱えた人の例



70代で一人暮らしのAさんは、最近、薬の飲み忘れや物をどこに置いたか忘れることが増えてきた。印鑑をなくすのではと自分でも心配している。子ども世帯は隣の県にいて、年に数回しか実家に帰れず呼び寄せようとしたが断られた。この先、認知症になったらどうするか、詐欺被害にあうのではと不安に思っているが、どうしていいかわからない。

日常生活自立支援事業、成年後見制度のどちらも、高齢者の他、障害者等判断能力が不十分な方が対象となる。

制 日常生活自立支援事業

認知症、知的障害、精神障害などにより、判断能力が十分でない人を擁護し、住み慣れた地域で自立した暮しができるように支援する制度。在宅の人に限らず、施設や病院に入所している人も利用できる。

①福祉サービス利用援助

- ・福祉サービスに関する利用手続きの援助、情報提供
- ・福祉サービス利用費用の支払い
- ・苦情解決制度の利用手続き
- ・住民票の届け出など行政手続き
- ・住宅改造や住居の賃貸に関する相談
- ・商品購入に関する苦情処理の手続き

②日常的金銭管理の支援

- ・毎日の生活に必要なお金の出し入れ
- ・公共料金・家賃・税金・医療費などの支払い
- ・年金や福祉手当の受け取り

③書類等の預かり

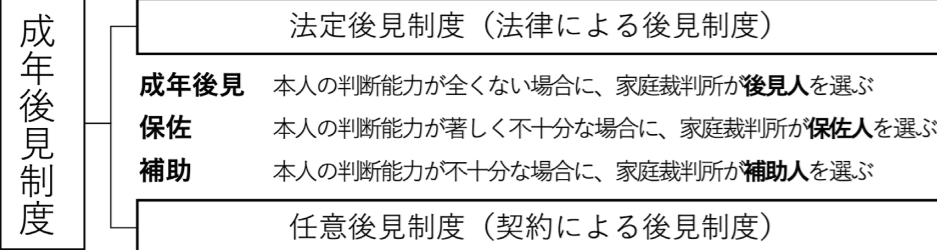
- ・印鑑、預貯金通帳、年金証書、不動産権利書、保険証書など

<制度利用の流れ>

相談受付 市町村社会福祉協議会
 相談・支援計画作成 市町村社協の専門員
 契約 利用者と社会福祉協議会
 支援する人 生活支援員・専門員

制 成年後見制度

成年後見制度とは、ある人（以下「本人」）の判断能力が精神上的の障害により不十分な場合（認知症高齢者、知的障害者、精神障害者等）に、本人を法的に保護し、支えるための制度。



本人に判断能力があるうちに、将来判断能力が不十分な状態になることに備え、公正証書を作成して任意後見契約を結び、任意後見人を選んでおくことができる。

| | | 日常生活自立支援事業 | 成年後見制度 |
|------------|------------|------------|--------|
| 日常生活に関する事 | 日常の金銭管理 | ○ | ○ |
| | 年金受領の手続き | ○ | ○ |
| | 通帳や印鑑の保管 | ○ | ○ |
| 療養・看護に関する事 | 福祉サービス契約 | ○ | ○ |
| | 病院入院契約 | × | ○ |
| | 医療・住居の確保 | × | ○ |
| 財産管理に関する事 | 施設の入退去契約 | × | ○ |
| | 不動産の処分や管理 | × | ○ |
| | 遺産分割 | × | ○ |
| | 消費者被害の取り消し | △ | ○ |

△は手続き支援のみ

成年後見制度の利用手続き

- ①家庭裁判所への申し立て
- ②本人の精神能力鑑定（後見、保佐の場合）
- ③医師の診断書（補助、任意後見の場合）
- ④家庭裁判所調査官による審問・審判（後見人等の選出）
- ⑤後見人等登記
- ⑥支援の開始

制 任意後見制度

任意後見制度とは、本人があらかじめ公正証書で結んでおいた任意後見契約に従い、本人の判断能力が不十分になったときに任意後見人が本人を支援する制度。家庭裁判所が任意後見監督人を選任したときから、その契約の効力が生じる。

成年後見制度の種類

| | 後見 | 保佐 | 補助 |
|-------------------------|---|------------------------------------|--|
| 対象となる方（本人） | 判断能力が全くない方 | 判断能力が著しく不十分な方 | 判断能力が不十分な方 |
| 申し立てができる人（申立人） | 本人、配偶者、親や子や孫などの直系の親族、兄弟姉妹、おじ、おば、甥、姪、いとこ、配偶者の親・子・兄弟姉妹等 | | |
| 申し立てについての本人の同意 | 不要 | 不要 | 必要 |
| 医師の鑑定 | 原則として必要 | 原則として必要 | 原則として必要 |
| 成年後見人等が同意又は取り消すことができる行為 | 日常の買い物などの生活に関する行為以外の行為 | 重要な財産関係の権利を得喪する行為等（民法第13条第1項記載の行為） | 申し立ての範囲内で裁判所が定める行為（民法第13条第1項記載の行為の一部に限る）（本人の同意が必要） |
| 成年後見人等に与えられる代理権 | 財産に関するすべての法律行為 | 申し立ての範囲内で裁判所が定める特定の行為（本人の同意が必要） | |

どこに相談したらいい

地域包括支援センター

地域の高齢者を介護、保健、福祉、医療など様々な面から総合的に支えるために介護保険法に基づき市町村が設置する総合窓口。財産管理や虐待防止などの相談にも応じている。

認知症介護アドバイザー

認知症介護の専門知識をもつ施設職員で相談対応の研修を受け地域包括などに登録。

公益社団法人 成年後見センター

リーガルサポート茨城支部（司法書士）

茨城県社会福祉士会 成年後見センター

「ばあとなあひばらき」

かかりつけ医で相談し必要があれば専門医を紹介してもらえる。

認知症疾患医療センター

県が指定する認知症専門の医療機関 筑波大学付属病院はじめ7病院が指定されている。

（公社）認知症の人と家族の会 茨城支部

認知症無料電話相談 平日 13:00-16:00 祝日 年末年始休み

認知症高齢者を介護する家族の会

日立市そよかぜの会 認知症介護家族の会うさぎ まちなか交友館まどか

県健康・地域ケア推進課 地域包括支援センターリスト



市町村の介護保険・高齢福祉担当や各保健所でも相談対応している

無料電話相談 ☎ 029-302-3166 受付 平日 9:00-12:00 13:00-17:00 受付後担当者から電話

☎ 029-244-9030

もの忘れが気になる方のための「もの忘れ外来」もある

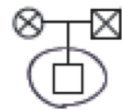
筑波大学附属病院 ☎ 029-853-3645

☎ 029-828-8089

☎ 0294-35-6644 ☎ 0299-77-9173 ☎ 029-867-6117

連携先と資源のガイド “法的な悩み”

困りごとを抱えた人の例



30代の男性Nさんは、両親を早く亡くしたが、父親の借金も相続した。働いて少しずつ借金を減らしてきたが、一時体調を崩して収入が減った際にサラ金からお金を借りてから、借りては返すの繰り返しになった。生活保護も受けられず、保証人がいないために生活福祉資金の貸付も受けられないなかで精神的にも経済的にもギリギリの状態になっている。

弁護士に相談したい



県弁護士会法律相談センター

有料で対面相談を実施。 30分以内で5,500円

| | | |
|-----|-------|-------------------|
| 水戸 | 火・水・金 | 13:00-16:00 |
| 土浦 | 毎木曜 | 10-12 13-16 18-20 |
| 下妻 | 毎月曜 | 13:30-16:30 |
| 鹿嶋 | 毎木曜 | 13:30-16:30 |
| 日立 | 毎木曜 | 13:00-16:00 |
| 龍ヶ崎 | 毎火曜 | 13:00-16:00 |
| 守谷 | 毎水曜 | 13:00-16:00 |

予約電話番号

029-227-1133
029-875-3349
0296-44-2661
029-227-1133
029-227-1133
029-875-3349
039-875-3349

ウェブ予約も可能



法テラス茨城
水戸市大町3-4-36
大町ビル3F

法テラスサポートダイヤル
(情報提供専門ダイヤル)
☎ 0570-078374

受付時間
平日 9:00-21:00
土曜 9:00-17:00

法テラス茨城地方事務所
☎ 050-3383-5390
平日 9:00-12:00
13:00-17:00

※法律相談は予約制
※同一案件につき、3回まで利用可能
※費用の立替をするには審査が必要
※原則は毎月分割での支払いだが、生活保護世帯は免除の場合もある。

☐災害救助法適用地域
茨城県では古河市・結城市・守谷市・坂東市・八千代町・五霞町・境町を除く37市町村(茨城県外も対象地域あり)

弁護士に相談したい



法テラス

法テラス（日本司法支援センター）は、国により設立された法的トラブル解決のための「総合案内所」

○情報提供

法的トラブルの悩みの問い合わせに対し、適切な法制度、関係機関（法律相談・公的機関窓口等）の情報提供をしている。
※但し、情報提供窓口では個別の法律相談や法的判断を行うことはできない。
（制度や手続きを紹介し、個別法律相談を望む場合は各種法律相談窓口を案内）

○民事法律扶助

収入や資産が一定額以下の人が法的トラブルを抱えたときに利用できる制度で、次の①～③がある。
①弁護士等による法律相談援助
②代理援助（弁護士・司法書士の費用を立替）
③弁護士・司法書士の書類作成援助（裁判所に提出する書類を弁護士・司法書士が作成する費用を立替）

○震災法律援助

東日本大震災当時、災害救助法適用地域に居住していた個人の方は収入や資産に関係なく、法律相談は無料（相談内容は震災以外も可）

借金を整理したい

電話相談窓口



茨城県消費生活センター

月～金 9:00-17:00 日 9:00-16:00



茨城司法書士会総合相談センター

火曜日 16:00-18:00



関東財務局水戸財務事務所多重債務相談

平日 8:30-12:00 13:00-16:30



法テラスサポートダイヤル（相談窓口案内）

平日 9:00-21:00 土曜 9:00-17:00

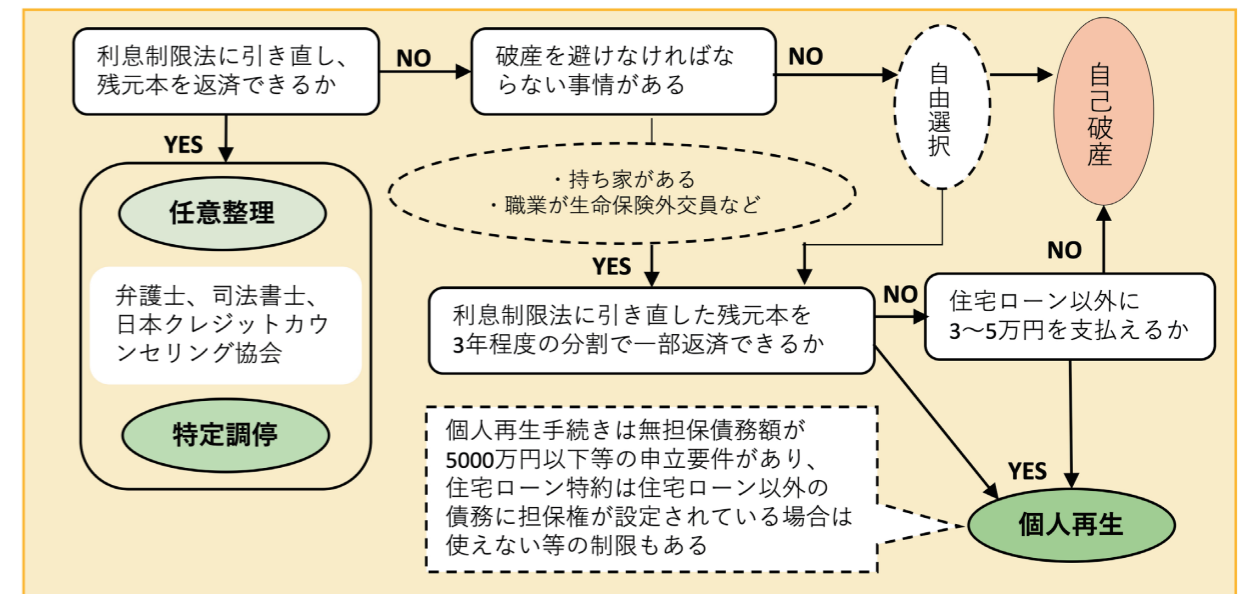
☎ 029-225-6445

☎ 029-212-4500
☎ 029-212-4515
☎ 029-306-6004

☎ 029-221-3190

☎ 0570-078374

多重債務からの救済方法の選択



解決方法の違いは 多重債務の解決方法

| 方法 | 概要 | メリット | デメリット |
|---------|---|--|--|
| 任意整理 | 裁判所などを利用せず、債権者との話し合いにより和解する私的な債務整理。 | 弁護士など代理人が債権者と交渉し、柔軟な対応で整理が可能。 | ①弁護士などへ依頼すると費用がかかる。 ②和解成立しないと債務整理されない。 |
| 特定調停 | 裁判所を利用し、調停委員会を通して債権者と交渉し債務整理。 | ①債務の大幅な減額ができ、毎月の返済額を減額できる。 ②一部の債務を整理できる。 ③財産を守ることができる。 | ①安定した収入があることが条件で毎月返済を継続。 ②和解成立しないと債務整理されない。 ③約束に従わないと債権者から強制執行を受けることがある。 |
| 個人再生手続き | 裁判所を利用し、調停委員会を通し再生計画に基づき、債務の一部を分割返済。残債務免除してもらう。 | ①債務の大幅な減額ができる。 ②住宅ローンがある場合、支払いを続けることで住まいを守れる。 | ①弁護士が引き受けることが前提で時間がかかる。 ②安定した収入があることが条件。 ③官報に氏名、住所が公告される。 |
| 自己破産 | 裁判所を利用し、全財産を債権者に分配。残債務全額を免除してもらう。 | 免責の決定により、残った負債の支払い義務が免除される。 | ①弁護士、公認会計士など一定の職につけない。 ②資産がある場合、破産管財人が財産を処分し債権者に配当する。 ③官報に氏名、住所が公告される。 |

借金から立ち直りたい



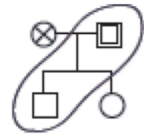
全国クレジット・サラ金被害者連絡協議会

加盟している「被害者の会」を紹介している。各被害者の会では定期的な相談会を実施。

☎ 03-3527-9357

連携先と資源のガイド “障害の悩み”

困りごとを抱えた人の例



60代の父は母が先立ったあと20代の長男と二人暮らし。父ががんの手術をしたあと、体調がすぐれず会社を休みがちになり会社に居づらくなり辞めたいが、ローンが残っていて経済的に不安がある。22歳の長男が就職したが、仕事上のミスが続き2回連続で中途退職。これからどうすればいいか悩んでいる。

障害に関する相談

障害者（児）の福祉に関する相談窓口は、各市町村で対応。下記機関では、それぞれの障害に応じた専門的な相談を受け付けている。



茨城県福祉相談センター

センター内には、身体障害者と知的障害者の医学的、心理的、職能的判定を行う専門的機関としての身体障害者更生相談所及び知的障害者更生相談所がある。

18歳未満の障害児の障害判定、療育指導、障害児施設への措置等は児童相談所



茨城県精神保健福祉センター

精神保健相談や診療をおこなっている。精神障害者保健福祉手帳の交付及び自立支援医療（精神病院）の受給者証の認定も実施。



茨城県発達障害者支援センター

自閉症やアスペルガー症候群、学習障害、注意欠陥／多動性障害などの発達障害がある方への相談支援を行っている。



茨城県難病相談支援センター

難病患者やその家族、小児慢性特定疾患にかかる療養上、生活上の不安や悩みなどの相談に応じている。



制 障害者なんでも相談室

福祉制度、就労、権利擁護など幅広い相談に応じる。



制 茨城県障害者権利擁護センター

障害者に対する虐待を防止するために通報や相談を受け付けている。



茨城障害者職業センター

ハローワークとの連携のもと、障害者に対する専門的な職業リハビリテーションを実施。
 ・就職希望を把握した上で職業能力等の評価をし職場適応のための職業リハビリの計画を策定
 ・職業準備講習、職場へのジョブコーチ派遣、雇用する事業主への援助などを総合的に実施

水戸市三の丸1-5-38
☎ 029-221-0800

児童相談所 本書5ページ

水戸市笠原町993-2
☎ 029-243-2971

・東茨城郡茨城町小幡北山2766-37
☎ 029-219-1222
・つくば市高崎802-1
☎ 029-875-3485
月～金 9:00-17:00

稲敷郡阿見町阿見4733
県立医療大学付属病院内
☎ 029-840-2838
月～金 9:00-12:00
13:00-16:00

水戸市千波町1918
県総合福祉会館内
☎ 029-244-9588

水戸市千波町1918
県総合福祉会館内
☎ 029-353-8663

（独立行政法人が運営）
笠間市鯉淵6528-66
☎ 0296-77-7373
平日 8:45-17:00

精神障害者職場復帰支援（リワーク支援）や発達障害がある人向けの就労支援カリキュラムもある。

就労に関する相談



障害者就業・生活支援センター

障害者の身近な地域において就業面と生活面の一体的な相談支援を行う。就業支援では、就業準備訓練や職場定着のための支援を行い、生活支援では、健康、年金、住居など生活設計に関する相談支援を行っている。



就労移行支援事業所

知識・能力の向上、実習、職場探しなどを通じ、適性に合った職場への就労・定着支援を実施。標準期間は2年（資格取得型は3年）



就労継続支援（A型＝雇用型）

雇用契約に基づく就労機会を提供しつつ、一般就労に必要な知識・能力の向上のための支援を実施



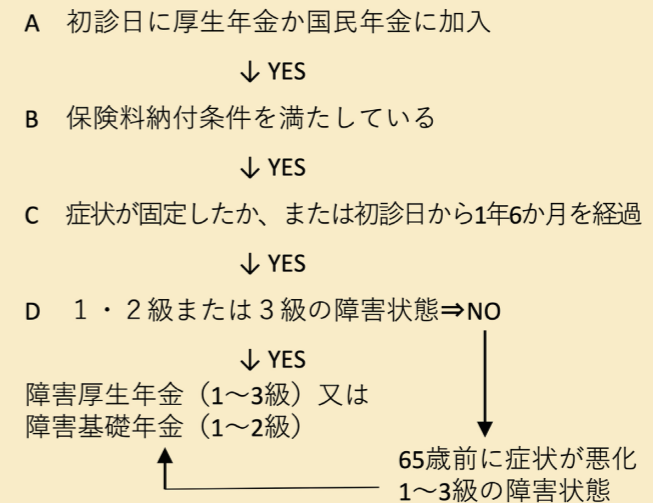
就労継続支援（B型＝非雇用型）

就労や生産活動の機会を提供し、知識・能力の向上・維持を図るための支援を実施



障害年金を受けるには、初診日、保険料納付、障害状態、の3つの要件を満たすことが必要。

障害年金が得られるか



請求手順の例（厚生年金加入者の場合）

- ①初診日確認
- ②保険料納付要件を年金事務所で確認
- ③受診状況等証明書の取得
- ④診断書の取得
- ⑤病歴・申立書の作成
- ⑥年金事務所へ提出

B 年金保険料の納付要件（次のいずれかを満たす必要がある）
 ・20歳から初診日の属する月の前々月までの期間の3分の2以上納付済み（免除期間含む）
 ・初診日の属する月の前々月までの1年間に保険料の滞納がない（または免除されていた）

県障害福祉課
指定障害福祉サービス
事業者一覧



国民年金、厚生年金に入っていたかで扱いが異なる

初診日は障害の原因となったけがや病気で初めて医師の診察を受けた日。受診の記録・証明が重要

障害認定日は初診日から1年6か月経過、又は症状が固定した日

1・2級は日常生活の状態、3級は労働能力制限が目安

障害者手帳とは判定基準が異なる

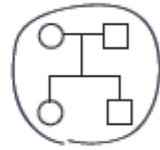
1～3級に該当しない場合でも状況により障害手当支給（厚生年金のみ・初診日から5年以内）

初診日が20歳未満で年金未加入だったとしてもC,Dを満たせば20歳から障害基礎年金（1,2級のみ）は受給可。（この場合所得制限はある）

初診日に厚生年金に加入していなかった場合は市町村へ提出

連携先と資源のガイド “若者の自立支援”

困りごとを抱えた人の例



70代の夫婦と28歳の長男、18歳の長女の4人家族。
長男は大学に入ったものの1年で退学。
その後、10年近く自宅にいる。
買い物では外出している。
両親もどうしていいか悩んでいるが、どこにも相談できない。

ひきこもりに
ついて相談を
したい



ひきこもり相談支援センター

ひきこもりについて、専門コーディネーターが本人や家族の相談に応じ、医療、保健、福祉、労働等の適切な機関を紹介する。電話、来所での相談に対応（来所相談は予約制）



保健所

下記保健所でも、ひきこもりの専門相談・家族教室などを行っている。

- ※水戸保健所 ☎ 029-241-0571
- ひたちなか保健所 ☎ 029-265-5647
- ※日立保健所 ☎ 0294-22-4196
- ※潮来保健所 ☎ 0299-66-2174
- ※竜ヶ崎保健所 ☎ 0297-62-2367
- ※土浦保健所 ☎ 029-821-5516
- つくば保健所 ☎ 029-851-9287
- ※筑西保健所 ☎ 0296-24-3965
- 古河保健所 ☎ 0280-32-3021

仕事をしたい



地域若者サポートステーション

全国に160か所設置。
働くことに悩みを抱えている15歳～39歳までの若者に対し、キャリア・コンサルタントなどによる専門的な相談、コミュニケーション訓練などによるステップアップ、協力企業への就労体験により、就労に向けた支援を実施。



いばらき就職支援センター（ジョブカフェ）

就職促進をはかるため、雇用関連サービスを一か所でまとめた就職支援のワンストップサービスセンター。
誰でも無料で利用できる。

精神保健福祉センター内

開設日時
平日 9:00-18:00
☎ 0296-48-6631

※がついた保健所では居場所も実施

いばらき若者サポートステーション
☎ 0120-717-557
月～土 10:00-17:00

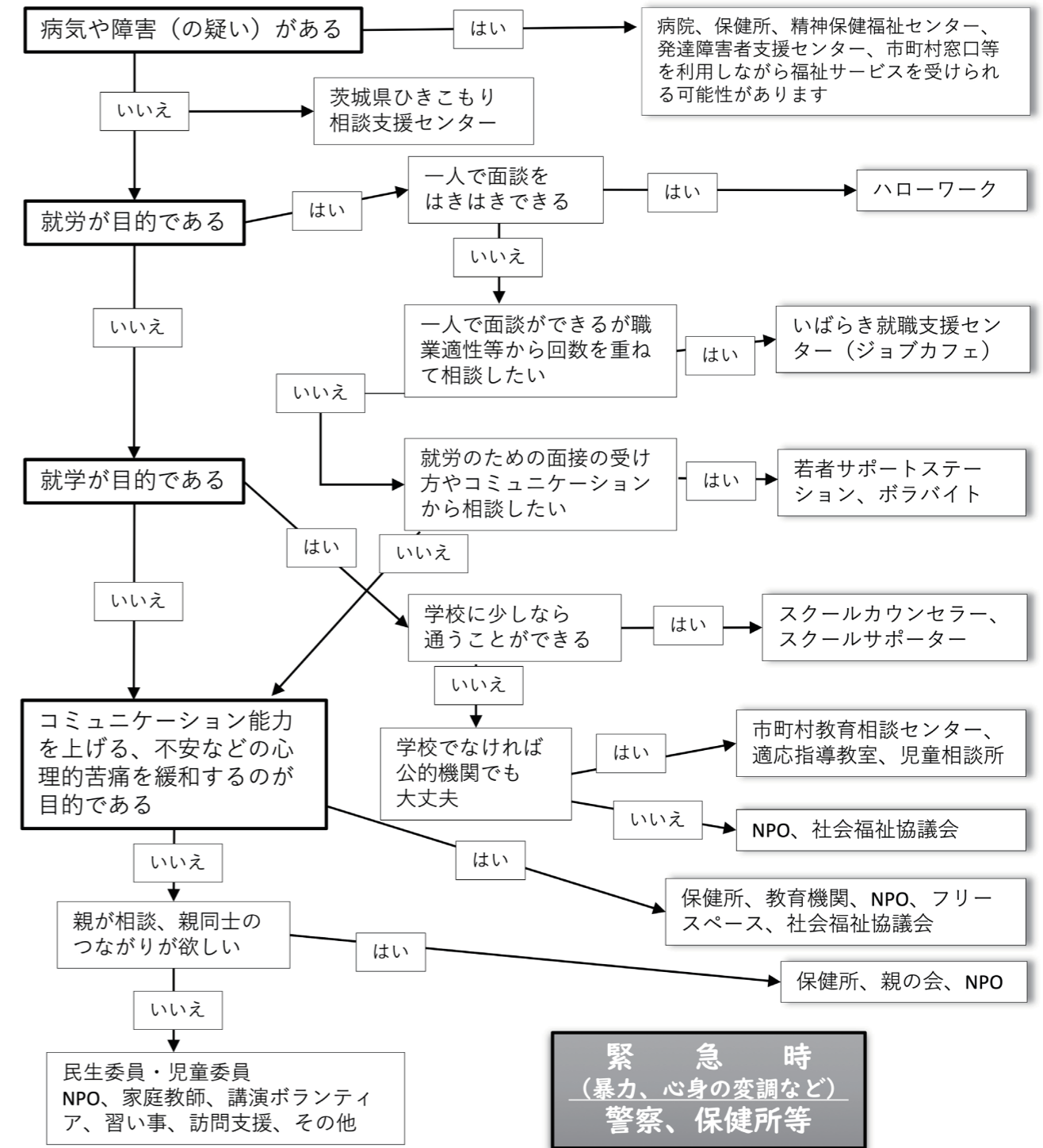
いばらき県西若者サポートステーション
☎ 0296-54-6012
火～土 9:30-17:30

いばらき県南若者サポートステーション
☎ 029-893-3380
月～金 10:00-16:00

いばらき就職支援センター
水戸 ☎ 029-300-1916
県北 ☎ 0294-80-3366
日立 ☎ 0294-27-7172
鹿行 ☎ 0291-34-2061
県南 ☎ 029-825-3410
県西 ☎ 0296-23-3811

どの団体・事業を利用すれば
いいのかわからない

目的別・現状別の利用先チャート



緊急時
(暴力、心身の変調など)
警察、保健所等

出典
『不登校・ひきこもり・ニート支援機関利用の手引き』
(NPO法人 若年者社会参加支援普及協会アストリンク、2010) を一部加工