

生活のお困りごと、ご相談ください

住まい、仕事、家族のことなど・・・

相談したいけど、
どこに行けば良いんだろう？



こんな相談聴いて
もらえるのかな・・・。

区役所に、お困りごとをお聴きする相談窓口があります！

窓口の相談支援員が、解決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付します。
電話での相談や、訪問にも対応します。

相談無料

各区役所の相談窓口

区名	窓口名称	電話番号	区名	窓口名称	電話番号
北	よりそいサポートきた	(06)6809-2814	東淀川	くらしのみりの相談窓口	(06)6320-0231
都島	生活自立相談窓口	(06)4800-4800	東成	自立相談支援窓口	(06)6977-9126
福島	生活あんしん相談窓口	(06)6468-6340	生野	くらしの相談窓口いくの	(06)6717-6565
此花	自立相談支援窓口	(06)6466-9530	旭	くらし相談窓口	(06)6953-2380
中央	くらしサポート中央	(06)7507-1487	城東	ウィズゆうゆう	(06)6936-1181
西	ぷらっとほーむ西	(06)6538-6400	鶴見	自立アシスト相談	(06)6913-7060
港	くらしのサポートコーナー	(06)6576-9897	阿倍野	仕事・生活・自立相談あべの	(06)6622-9795
大正	インコス大正	(06)4394-9925	住之江	くらしアシスト住之江	(06)6682-9824
天王寺	サポート天王寺	(06)6774-9937	住吉	生活自立相談窓口	(06)6654-7763
浪速	くらしサポートセンターなにわ	(06)6536-8861	東住吉	東住吉区くらしサポート	(06)6621-3011
西淀川	生活自立相談・就労支援窓口	(06)6471-8222	平野	くらしサポートセンター平野	(06)6700-9250
淀川	生活自立相談窓口	(06)6195-7851	西成	はぎさぼーと	(06)6115-8070

ひとりでかかえこまずに、まずはご相談ください

生活保護を受給されている方は、担当のケースワーカーまでご相談ください



詳しくは、
大阪市ホームページを
ご覧ください。 →→



大阪市 自立相談支援事業

検索

相談内容により、あなたに合った 支援プランを一緒に作ります！

相談

プラン作成

解決まで
サポート

お困りごと①

- ・なかなか仕事が見つからない
- ・履歴書の書き方や面接のことなど相談したい

【総合就職サポート】 ビジネススキルの向上の支援や
求職活動などの実践的な支援を行います
独自の求人開拓のほか、就労後の職場定着も支援します

お困りごと②

- ・失業して仕事を探してる
も家賃の支払いが難しい
- ・やりくりがうまくできない
- ・借金で困っている

【住居確保給付金】 離職等により、住居を失った又はそのおそれのある方に、有期で
家賃相当額（上限有）を支給します（求職活動・収入・資産等の要件審査有）

【家計改善支援】 多重債務を抱えている方や、家計管理が難しい方に、家計収支
の改善に向けた支援を行います

【法律相談】 住まいや債務など、法的観点からの支援が必要な方に、弁護士が助言
します

お困りごと③

- ・ひきこもりかもしれない
- ・他の人とのコミュニケーションに不安がある
- ・今すぐではないが、いずれは働くことも考えてみたい

【就労準備】

・生活リズムの改善や、社会との関わりに不安があるなど、
就労に向けて準備を整えたい方を対象に、専門員による
相談や、軽作業体験などができます

お困りごと④

- ・働いた経験が少ない、又はブランクがあり、
まずは支援付きの就労や作業をしてみたい

【就労訓練】

・支援付きの就労・作業などの場（認定を受けた企業や事業所
が行う、就労訓練）を紹介します
（工賃・賃金を支給する事業所もあります！）

お困りごと⑤

- ・中学生の子どもが不登校で高校進学に不安がある
- ・高校を中退したが、再就学を考えている

【子ども自立アシスト】

・中学生や高校生世代（未進学や中退した方）の家
庭に、子ども自立支援員が定期的に訪問し、高校進
学に向けた相談等の支援を行います

その他のお困りごともお聴きしますので、どうぞお気軽にご相談ください

利用者の声



Aさん

転職活動のことで相談

納得のいく転職ができず、1年前は、不安で仕方ありませんでした。どうすればいいのかわからず、何から始めたらいいのか分からず、その心境が顔に出ていたのでしょう。こちらでお世話になり、まず「安心」ができました。相談員のサポートを受けて、すぐに転職先が見つかりました。

住居確保給付金を支給してもらい、生活費の心配をすることなく就職活動ができました。精神的、金銭的な不安なく就職活動できたことがありがたかったです。また、自分ひとりでは、考えつかなかったアドバイスがもらえて良かったです。

Bさん

仕事と住まいのことで相談



Cさん

中学生の子どもとのことで相談

最近、大阪に引っ越してきましたが、子どもが中学校に馴染めずに不登校となり、高校進学を諦めかけていた中、子ども自立アシストのことを知りました。定期的に支援員が家庭訪問をしてくれて、子どもの将来の夢の話を聞き、勉強の仕方、進路についても教えてくれたおかげで、学校に通うようになり、高校に進学することができました。