

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	くらしのみりのり相談窓口	(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	ウイズゆうゆう	(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	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



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

- ・家賃が払えない
- ・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、求職活動を要件として、有期で家賃相当額（上限有）を支給します（収入や資産の要件があります）

【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、その他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

- ・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

【就労チャレンジ】

・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

お困りごと⑤

- ・中学生の子どもの高校進学のこと相談したい
- ・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

こ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、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、子どもが転校先に馴染めず、なかなか通学できない中、子ども自立アシストのことを知りました。定期的に支援員が訪問してくれて、子どもの将来の夢の話や、大阪の高校の状況も教えてくれたので、進学のイメージを持つことができました。