

# お仕事や生活のことで お困りごとはありませんか?

こんなお悩み抱えていませんか?

●生活習慣を  
改善したい…

●体調に  
不安がある…



●人との  
コミュニケーションが苦手…

●社会的マナーに  
自信がない…

●仕事の経験が  
あまりない…



●いきなり  
働く自信がない…

●面接など人前で  
緊張する…



## まずはご相談ください!

## 一緒に考え、解決のお手伝いをします!

相談  
無料

このような支援でああなたの一步をサポートします。

### 日常生活自立支援

電話、オンライン、訪問など  
あなたにあった支援を行います

### 社会生活自立支援

ボランティア活動などへの  
参加など、あなたの街の  
方々との交流を体験するな  
どを通じた支援を行います

### 就労自立支援

オンラインなども活用した  
模擬面接、ビジネスマナー、  
履歴書の書き方、就労体  
験、その他…

あなたのペースでああなたに合った支援を一緒に考えます。

## まずはお気軽にご相談ください。

お問  
い合  
わせ

北海道受託事業

受託・運営

社会福祉法人北海道社会福祉協議会

☎ 011-271-1574 E-mail : d-syurou-junbi@dosyakyo.or.jp

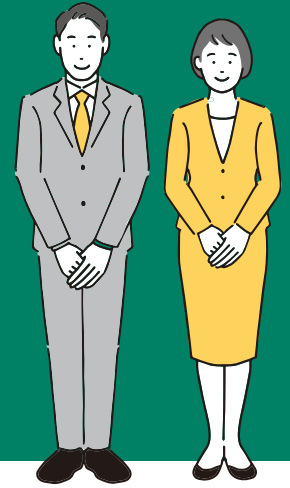
開設日時:月~金 9:00~17:00(土日・祝日・年末年始休み) ※お問合せにつきましては裏面、お近くの相談先でも承っております

☎ 社会福祉法人 北海道社会福祉協議会 困窮者支援部

← 愛称募集中!

# 地域福祉をささえる皆様方へ

地域で見守り活動を行っている社会福祉協議会、  
民生委員・児童委員、町内会などの皆様の気付きが大切です！  
ちょっとした気になることでも、ご相談ください。



お子さんがひきこもりで  
悩んでいるみたい。  
なんとかしてあげたい...

いつも家にいるけど  
収入などで  
困ってないだろうか？

最近、夜になっても  
電気がついていない。  
まさか停められたり...

## 支援までの ながれ



自立相談支援機関・支援スタッフとの  
面談(道社協支援員同席も可)

支援を必要とする方に合った、  
その方だけのプランを作成

ご本人やご家族またはお気付きの方、  
道社協または下記お住いの地域の  
自立相談支援機関[※]へ

**電話受付**

**支援開始!**

面接、各プログラムへの  
参加をしながら  
就労への一歩がはじまります!

### 北海道社会福祉協議会(道社協)への相談先

対象エリア	所在地	電話
札幌本部(全道域) 道央地区	札幌市中央区北2条西7丁目1番地 かでる2.7 2F 道社協内	011-271-1574
地区拠点	道南地区 函館市美原4丁目6番16号 渡島合同庁舎道社協渡島地区事務所内	
	道北地区 旭川市永山6条19丁目1-1 上川合同庁舎道社協上川地区事務所内	
	道東地区 釧路市浦見2丁目番54号 釧路総合振興局道社協釧路地区事務所内	

### [※] 自立相談支援機関への相談先

エリア	窓口名称	所在地	電話
空知	そらち生活サポートセンター	月形町字本町8番地	0120-279-234
石狩	当別町社会福祉協議会	当別町西町32番地2	0133-22-2301
後志	くらしごと相談処しりべし	余市町黒川町10丁目3-8	0135-48-6227
胆振	生活就労サポートセンターいぶり	室蘭市中央町3-5-13 SK室蘭中央ビル6F	0120-09-0783
日高	相談支援センターこみっと	新ひだか町静内高砂町3丁目6番14号	0146-42-2488
	相談支援事業所ういず	浦河町大通5丁目9	0146-22-6246
	相談室「かける」	新冠町字本町65番地17	0146-47-2333
	相談室みんなのそら	日高町富川南1丁目6-26	01456-2-2585
	相談支援事業所なないろ	平取町振内町151番地45	01457-3-7150
渡島	生活就労サポートセンターおしま	函館市元町14-1	0138-22-0220
檜山	生活就労サポートセンターひやま	江差町字本町101-1	0139-54-6300
上川	かみかわ生活あんしんセンター	旭川市豊岡1条2丁目1-16 桜井ビル3F	0166-38-8800
留萌	るもい生活あんしんセンター	留萌市船場町1丁目21番地 RKビル3階	0164-56-1616
宗谷	自立生活支援センター	稚内市宝来2丁目2番24号	0162-24-0707
	自立生活支援センター枝幸事務所	枝幸町北栄町1278番地11	0163-62-2626
ホーツク	オホーツク相談センターふくろう	北見市美芳町5丁目2丁目2番13号 エムリンクビル2階	0157-25-3110
十勝	とかち生活あんしんセンター	帯広市東4条南18丁目13-1	0155-66-7112
釧路	生活相談支援センター「くらしごと」	釧路市北大通12-1-14 ビケンワークビル1階	0154-65-1250
根室	なかしべつ生活サポートセンターよりそい	中標津町東19条北9丁目4番地2	0153-74-0609