

# 中なかいいネ！通信

【編集・発行】 中区役所福祉保健課 中区社会福祉協議会 平成30年7月

## 実は「困っている人」、身の回りにいませんか？

一見何の問題もなく暮らしているように見えるご近所さん。でも、実際は思わぬトラブルで抱えた借金で生活が苦しい、環境の悪い職場ばかりで仕事が続かないといったことで悩んでいるかもしれません。

こういったどこに相談したらいいかわからないお悩みをお手伝いする相談窓口が、区役所にはあります。「困っているんだ…」と打ち明けられたら抱え込まず、「区役所で相談してみたらどう？」と声をかけてみてください。



### まず相談することから始めてみませんか？

中区役所生活支援課（TEL 045-224-8249）までご相談ください。

#### ～家計改善のお手伝い～

人生設計に必要な資金のやりくりについて、専門の相談員が家計の見直しを手伝います。

収入に応じた返済計画や、保険料などの滞納についても一緒に考えます。ほかにも、債務整理について、法律相談窓口の案内や同行もしています。



#### ～お仕事探しのお手伝い～



専門の相談員が、就職活動全般の相談をお受けします。就職活動の進め方や、履歴書の書き方など、丁寧にお手伝いします。

20歳代から80歳代の幅広い年代の人が利用しています。

#### その他に、こんなお困り事、ご相談ください

- ① 仕事をやめて家賃が払えない
- ② 本格的に働く自信がない
- ③ 人とのコミュニケーションが上手くとれない

### 《ひきこもり等の困難を抱える若者の専門相談》

中区役所の生活支援課では、ひきこもり等の専門相談を行っています。「外出や社会にでるためにどうしたらよいか不安」「状況を変えることが家族だけでは難しそう」と気になっている方、お電話下さい。

【対象】 横浜市内にお住まいの15～39歳の方とそのご家族

【相談場所】 中区役所

【相談日】 原則第2・第4火曜日の午後（1回50分予約制・1月は日程が異なるのでご注意ください）

【相談対応】 東部ユースプラザ地域連携相談員（社会福祉士等）がお受けします。

【電話予約】 045-224-8249（生活支援課内）

# あなたのまちの中なかいネ!

## 生活支援ボランティアグループ始動!! ～生活支援 KBT (希望の友)～

生活支援KBT(希望の友)は中区内を活動エリアとするボランティアグループです。

平成29年度、中区社会福祉協議会で開催した「生活支援ボランティア講座」の受講者を中心として、平成30年1月に発足しました。現在の会員数は5名。主に高齢者のみの世帯や障害者の方などを対象に、庭木の剪定や草取り、電球の交換など暮らしのなかの“ちょっとした困りごと”を支援しています。

平成30年2月には新山下地域ケアプラザからのお誘いを受け、交流サロン「サロンしんやま」で包丁研ぎのボランティア活動を実施。サロン参加者からは「最近引っ越してきたので、助かる」「研ぎ方を教えて欲しい」などの声をいただき、催しは大盛況となりました。

「これからも活動の場をどんどん広げていきたい」、そう話すのはKBT代表の桜井さん。その言葉どおり、通院の付き添い(車イス対応)や福祉教育への協力など、様々な依頼に積極的に取り組んでいます。

### 【問い合わせ】

中区ボランティアセンター  
TEL 045-681-6664



～定例会の様子～



～「サロンしんやま」  
包丁研ぎ～

## 中区いいとこ撮りコラム<sup>21</sup>



### むぎた JOY サロン が始まりました!!

麦田町は高齢化率が30%を超える地域です。高齢者がたくさんいるのに、町内に集える場所がない…。それならば、住民同士が顔を合わせる機会、住民同士の交流の場となるようなサロンを立ち上げよう!と、麦田町町内会福祉保健部会が中心となって、平成30年4月から月1回 第1水曜日に開催しています。

3回目となる6月は生憎の雨模様でしたが、20名の方が足を運んでくれました。ケアプラザ職員による健康体操で、アタマとカラダをほぐした後は、ささやきバンドのメンバーと一緒に歌い、楽しく盛り上がりました。最後

に、お茶菓子をいただきながら参加者同士で談笑し終了。「何よりも楽しかった!とってもらえるサロンにしたい!」という福祉保健部会の皆さんの気持ちが伝わるサロンでした。



～身体を動かしながら一緒に歌います～



たくさん「いいところ」投稿お待ちしております。

中区社会福祉協議会

検索

### [ 問い合わせ ]

横浜市中区役所 福祉保健課事業企画担当 TEL 045-224-8330 / FAX 045-224-8157  
社会福祉法人 横浜市中区社会福祉協議会 TEL 045-681-6664 / FAX 045-641-6078