

一人で悩んで いませんか？

仕事や生活などの
困りごとを
ご相談ください

家族

仕事

お金

生活

一関市・平泉町にお住まいで、生活保護を受給していない方が対象です

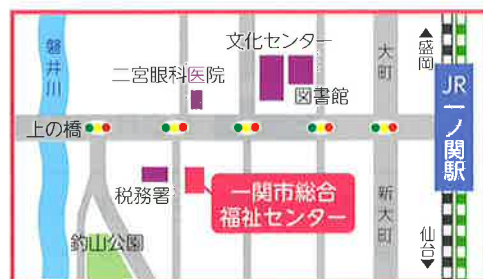
くらしサポートセンターいちのせき（くらサポ）

〒021-0877 一関市城内1-36 一関市総合福祉センター内
月曜日～金曜日 8:30～17:00（土日・祝祭日・年末年始を除く）

TEL 0191-23-6020

FAX 0191-31-3534

メール konkyu@ichinoseki-shakyo.com



例えば、こんな悩みはありませんか？

生活のこと

- ☐ お金も食べ物もない。
- ☐ 電気・ガス・水道がとめられそうだ。
- ☐ 一人で子どもを育てているが、いろいろな不安がある。
- ☐ ギャンブルに依存し、生活費が足りなくなる。
- ☐ 家賃が払えず、アパートを出なければならない。

仕事のこと

- ☐ 失業してしまい、これからどうしたらよいかわからない。
- ☐ 長い期間働いていないので、働けるか不安。
- ☐ 仕事をしたいけど、どうしたらよいかわからない。
- ☐ 仕事が長続きしない。
- ☐ 人付き合いが苦手な自分にも合う仕事があるか知りたい。

お金のこと

- ☐ 借金が多く、今の収入ではやっていけない。
- ☐ 税金や保険料の支払いができない。
- ☐ 収入が不安定で、これからの生活に不安がある。
- ☐ 金銭管理が苦手で、お金があるとすぐに使ってしまう。
- ☐ 働きたいが準備のためのお金がない。

その他のこと

- ☐ 子どもの給食費が払えない。
- ☐ 子どもが学校に行かなくなった。
- ☐ 仕事をしないで家に居るが、何をしたらよいかわからない。
- ☐今のままではダメだとわかっていても、どうしたらよいかわからない。
- ☐ 家族がひきこもりで、今後が心配。

ご相談はこちらまで

一関市・平泉町にお住まいで、生活保護を受給していない方が対象です

くらしサポートセンターいちのせき(くらサポ)

〒021-0877 一関市城内1-36 一関市総合福祉センター内
月曜日～金曜日 8:30～17:00 (土日・祝祭日・年末年始を除く)

TEL 0191-23-6020 FAX 0191-31-3534

メール konkyu@ichinoseki-shakyo.com

土日、祝祭日、夜間は右記に相談することができます。(当センターと連携しています。)

よりそいホットライン フリーダイヤル つなぐ つつむ
(24時間対応 通話料無料) 0120-279-226