

不安やお困りごとはありませんか？



暮らし

これからどうしよう・・・
誰にも相談できない・・・



しごと

働くところが
みつからない・・・



おかね

お金がない・・・
生活していけるか不安



かぞく

ひきこもりの
家族が心配・・・

ご相談の流れ

1

生活上の問題・悩みを確認・整理します

2

一緒にプランを作成します

3

プランに沿った支援を行います

4

継続的に支援を行います

相談は無料



暮らしとしごとの相談センター

まずは電話でご予約ください。来所できない場合には相談員が訪問することもできます。

電話 **0297-44-7161**

FAX : 0297-44-7162

住所 : つくばみらい市小絹171-1

E-mail kurashi-to-sigoto@iaa.itkeeper.ne.jp

たとえば・・・度重なる再就職の失敗で就労に自信を失った
 長いひきこもり生活により社会復帰が難しいと考えている
 コロナ禍における不安定な就労
 借金返済で働いても不安だらけ などなど・・・



働き方はさまざまです



- * 就労するための心の準備が必要
- * 早く収入を得たい
- * 自身の適性を知りできれば合う仕事をしたい
- * 資格を得たい・社会性を身に着けたい
- * 家族の介護や子育てと両立したい
- * コミュニケーション力をUPさせたい

生き方や考え方もさまざまです

- ✓ 生活訓練や社会訓練を通して就労や自立に向けた活動の促進
- ✓ キャリアコンサルティングによる自己理解と職業適性テスト
- ✓ 履歴書の書き方や職務経歴書の書き方、面接の受け方（オンライン面接）
- ✓ 認知行動療法や社会人基礎力のUP、SSTなどの講座の開催



対象：守谷市・つくばみらい市の方

開所時間：月曜日～金曜日 8：30～17：15

アクセス

●常総線小絹駅から
徒歩8分

●守谷市役所から車で9分

●つくばみらい市役所
伊奈庁舎から車で12分

●つくばみらい市役所
谷和原庁舎から車で5分

