

講義5では、初回面談から終結に至るまでの一連の流れ、家計改善支援における基本的な支援について学んでいただきます。映像を視た後、グループワークで各設問についての学びを深めていただきます。

動画の相談事例の概要

現状の家計を知り、次男の就労収入増と支出項目の見直しで、家計再建の目処が立った事例

<相談者情報>

相談者：69 歳女性

家族：次男と二人暮らし

収入：年金受給中/月 124,224 円/年金担保 月 5,000 円返済後

債務：消費者金融 1 社と姉 13 万円、残高 32 万円

滞納：固定資産税 28 万円、マンション管理費 7 万円、国保 9 千円、ガス代 7 千円

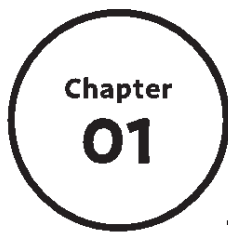
年金担保残：9.3 万円

<相談内容>

- ・2 年前に最愛の夫を亡くし、40 歳次男と同居中。相談者本人の年金と遺族年金を受給中。
- ・病気で入院したため、入院に伴う費用の支払い、公共料金の滞納、マンション管理費の滞納があり、どうすればよいかわからない。長年の固定資産税の滞納もあり、とても不安。

<状況>

- ・本年 3 月までは清掃業の仕事に就き、月 5～7 万円の収入があり、何とか生活できていたが、病気のため、4 月から 5 月中旬まで入院し職も失った。担当の医師からは再度働くことは難しいと言われている。
- ・次男は 1 年前に対人トラブルで離職し、その後家に引きこもり気味で就職しても長続きせず、最近収入がない。
- ・長男は家族とともに遠方に住み、付き合いはほとんど無い。



家計改善支援の 基本的な考え方と相談の流れ

1) 家計改善支援の基本的な考え方と相談の流れ

POINT 1 家計改善支援の基本的な考え方

家計改善支援とは、相談者の気持ちに寄り添いながら家計の状況を明らかにし、家計の視点から相談者とともに生活困窮の出口を見つけ出す支援です。

相談の中で家計の見える化を図り、1ヶ月の収支の状況を理解してもらうことが家計改善支援の基本的な考え方です。相談者本人が家計の現状を理解し、生活を見直すことで家計の改善方針を見出し、将来にわたって収支を自己管理できるよう伴走しながら支援を行います。

POINT 2 家計改善支援の基本の5つの柱

家計改善支援には、支援の5つの基本的な柱があります。

1. 家計の現状を理解してもらう支援
2. 行政窓口へ同行し、給付制度の利用や税金、公共料金等の滞納を解消する支援
3. 法律相談へ同行し、借金や家賃滞納など債務に関する支援
4. 生活の健全化を図るために必要な貸付をあっせんする支援
5. 相談者自身が家計を自ら管理できるようにする支援

この他、家計改善支援だけで解決できない、障がいや依存症（ギャンブル、アルコール）などの課題を抱える人への支援は、自立相談支援や医療機関などと連携を行います。

POINT 3 家計改善支援員のこころ構え

～信頼関係を形成するために傾聴を基本とする～

家計の現状の根本の部分にある相談者の気持ちを受けとめ、寄り添ってお話を聴くこころ構えが大切です。どのような感情が存在し、何を伝えたいか、相談者の背景を理解しながら話をすすめます。相談の核心を聞き取りながら、信頼関係を深めていきます。

そして、家計改善支援員の思い込みや価値観で相談者の話を受けとめずに、まずよい聴き手となり「聴かせていただく」こころ構えでじっくり聴く姿勢が必要です。自分が正しく理解できているか、相談者の主訴を発語し、間違いがないか確認します。

この他、相談者の言葉だけではなく、目や手の動き、声の調子、表情、息遣い、姿勢など全体の様子に気を配りながら理解に努めます。何気ない仕草は相談者が、どのように感じているかを知る手がかりになることがあります。

また、相談者の話を聴いて動揺したり、違和感を感じたり、思考が閉鎖的になっていないか、自分自身の気持ちに気付くことも重要です。これ以上相談者の話を聴けないと感じたら、他の家計改善支

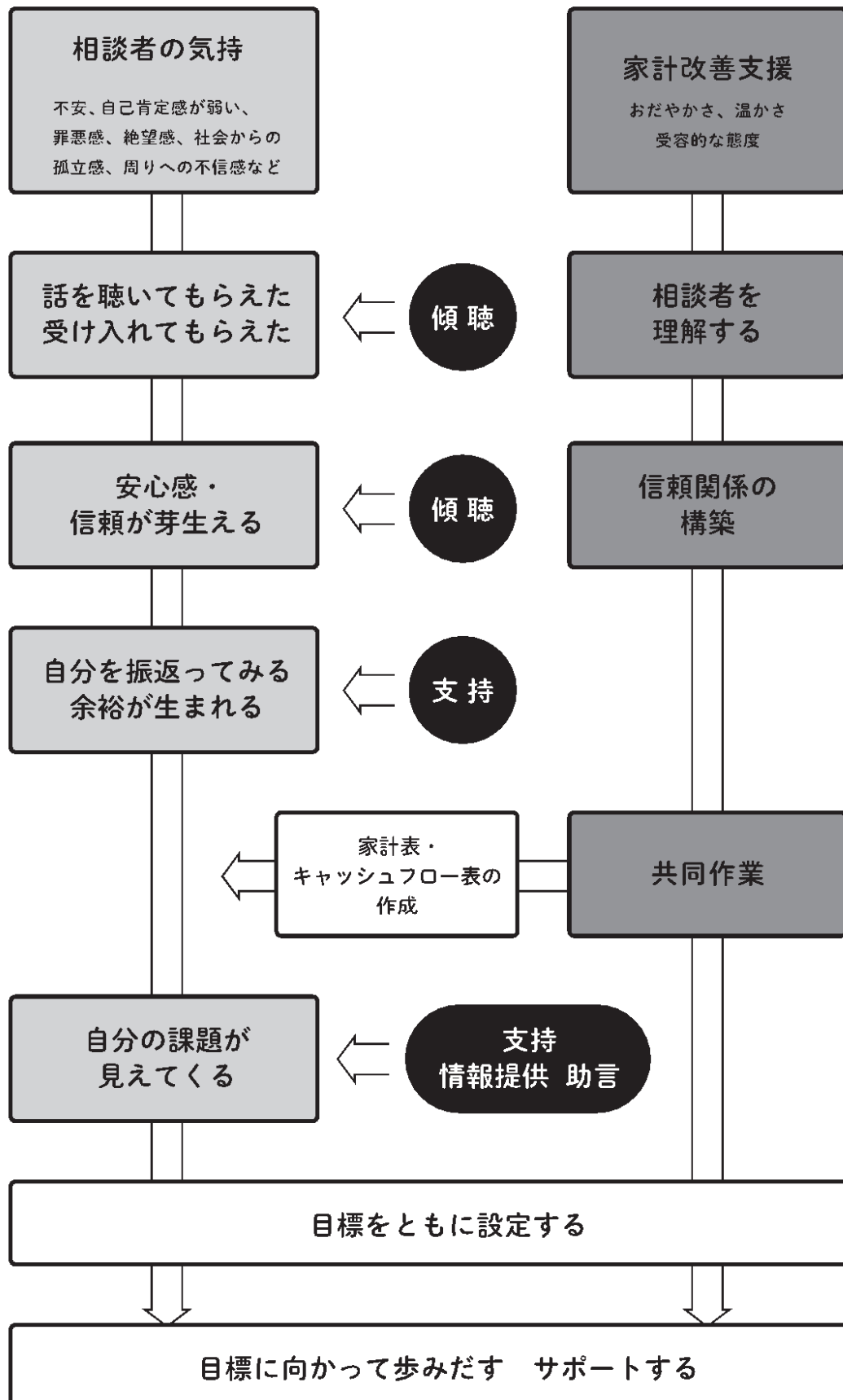
援員の助けを求める心のゆとりも大切です。



目や口の動き、表情

手の動きや姿勢

POINT3 参考：相談者自身の力で問題を解決するために



POINT3 参考：相談のプロセス

家計改善支援事業の各段階における支援員の対応と相談者の状況

	第 1 段階	第 2 段階	第 3 段階	第 4 段階
支援の 段階				目標の達成 (方策の実行)
			目標の設定 (意思決定)	
		問題の把握 (自己理解の深化)		
	関係づくり (信頼関係の形成)			
支援の 過程と 実施事項	相談受付 (インテーク)	アセスメント	家計再生プラン の策定	支援の実施 モニタリング ↓ 評価
	・家計情報の把握 ・債務情報の把握 ・背景の把握	・相談者の課題の把握 ← 家計表の作成 → ← 家計再生プランの策定 → キャッシュフロー表の作成		・定期面接 ・生活状況や家計 管理状況の把握 ・支援の見直し
支援員の 対応	・傾聴の技法や態度 ・支持、共感、情報提供、助言等 ・要約、質問、理解したことの開示等 ・支持、フィードバック等			
相談者の 状況	安心して なんでも語れる 信頼できる	問題発生の原点を 見つめなおし、 自分の課題に 気づく	新たな展望が 持てるようになる	具体的な方策に 基づいて実行する

Chapter
02

初回面談への臨み方



映像視聴の前に

この事例の田中さんは少し前に自立相談支援事業所に相談し、その紹介で家計改善支援事業所に相談に来られています。したがって、困っている内容については自立相談支援事業所との情報共有はできていることが前提です。



Q1

初めて相談に来る人はどのような気持ちで相談室を訪れていると思いますか？

そのような相談者をお迎えしたり、ご案内する時に、どのようなことを心がけているのか、話し合ってください。

Chapter 03

相談時家計表の作成 ～家計収入と食費以外の支出の聞き取り～

Q2

収入の聞き取りでこれは重要だと気づいたところがありましたか？
気づいたことを話し合ってください。

POINT 1 正確な計算よりも大切なこと

相談時家計表の作成は1円単位まで正確に把握する必要はありません。生活に困窮して相談にお見えになる人は、今日明日の支払いに困り、今幾らお金が不足しているかは分かっている、1週間後どうなっているのか、1ヶ月での収支では幾ら不足するのかが分からない人がほとんどです。ですから、今の生活の仕方ですら1ヶ月を過ごした時にはどれくらいのお金が不足するのか、その収支をざっくりと把握し、不足する金額をどう賄うのかを相談するのが家計改善支援です。その場合、精度の高い収支結果が分かる必要はなく、大まかに収支金額を把握できれば充分です。支出を減らす方向で改善できる場所はどこか、収入を増やす方向でできることは何か等を見極める上でも、改善すべき金額の目標が分からないと相談が深まりません。レシートなどを細かく積み上げて家計を把握しようとする、収支結果が分かるまでの1ヶ月の時間を無為に過ごすことになります。相談者が少しでも早く、目標を定めて手を打てるように促していくことは大事なことです。精度にこだわらずに、今分かることで相談を進めましょう。

POINT 2 「収入」と「家計収入」の違い

年金や資産や就労による収入そのままではなく、家計に入のお金を家計収入と呼んでいます。例えば、同居の子どもがいてその子の就労収入は10万円であるが、家計に5万円を入れている場合は5万円がその子からの家計収入となります。

このように収入と家計収入を区別しているのは、一緒に生計をたてている家族でも長年の家族関係や習慣により、家計への負担の仕方には違いがあるためです。

POINT 3 家計を丁寧に聞き取ることの意味

家計への負担の仕方の中に家族間の無理解や軋轢^{あつれき}、解決すべき課題が隠れていたりするため、家計は誰が管理しているのか、家計は誰がいくら負担しているのか、そもそもの収入金額は分かっているかなどを丁寧に聞きとり、その背景も理解していくことが重要です。十数年前、この聞き取りの中から、当時余り意識されていなかったDVに気づき、その解決に向かったことがあります。家計を丁寧

に聞き取ることで、相談員だけでなく、相談者本人も認識してなかった事実気付くケースは少なくありません。

2) 食費以外の支出の聞き取り

POINT 1 まずは食費以外から尋ねてみましょう

食材は頻繁に買い物に行きますので、支出金額をインタビューで把握するのは難しい点があります。しかし、住居費は毎月決まっていますし、水道光熱費や教育費などは夏と冬などの季節による変化はあっても毎月大きな変化がないので、大雑把に把握しやすい支出です。様々なお話をする上でも、答えやすいところから入ると後が進めやすいです。

POINT 2 大切なのは、家計改善支援員の「暮らしの物差し」

住居費は持ち家なのか、賃貸なのかで、聞く内容が変わります。持家でもマンションであれば管理費のこと、賃貸であれば更新費はあるのか、町内会費があるかなど、生活に即して尋ねましょう。抜け落ちやすいものとして、趣味や娯楽費、ペットの費用や交際費があります。家計を預かっている人のお小遣いなどは家計と区別がなくなっていて、ほとんど分からない状態の人が多いです。家計改善支援員自身が自分の生活と家計を物指しにして、相談者の生活に関心をもって、聞き取るようにしましょう。

POINT 3 支出金額の背景を読み取りましょう

聞き取りは、支出金額を聞いたら終わりではありません。支出金額の背景に相談者のどのような気持ちや生活、環境があるのかを意識するようにしてください。そこを解決しないと家計の改善にはつながりません。この事例では電気代や理美容雑貨費から息子さんの状態が見えてきました。私たちの経験では携帯代の聞き取りから孤独な相談者の状態が見えてきたこともあるし、教育費のかけかたに離婚したことで子どもに負い目を感じている母親の姿を見たことなどもあります。

POINT 4 支出費目は柔軟に

家計表の費目は生活するうえで一般的で事例の多い支出項目を挙げています。見落としや聞き漏れがないように相談者にも家計表を見てもらいながらすすめると支出費目を把握しやすいです。相談者固有の費目があれば、空いている欄や使っていない費目を書き換えて、そこに書き込みます。

家計改善支援員から費目が多いという意見を聞くことがありますが、家計改善支援を利用し、のちに相談支援員になった人からは「こんなに細かく聞かれるのかと最初は思ったが、一緒に費目を見ているうちに触発されていろいろと思い出し、自分の支出傾向も見えるようになった」という感想が出されています。

相談時家計表の作成 ～把握が難しい食費の聞き取り～

Q3

相談時家計表の収支結果を出す前に、家計改善支援員が相談者に毎月どれくらいのお金が足していると感じているかをお尋ねし、本人に考えてもらっています。

相談者に現実に気づいてもらうための工夫として、皆さんはどのようなかかわり方をしたらよいと思いますか？話し合ってください。

1) 食費の聞き取り

POINT 1 生活は、食費から見えてくる

食費の聞き取りは丁寧にすすめることが重要です。食費を聞くことでどのような生活をされているのかがよく分かります。外食や弁当中心の生活であると支出が多くなるばかりでなく、健康にも影響します。何故その様な食生活になっているのかを注意深く聴いていくと、視力が落ちてよく見えない、体調が悪い、料理をしたことがないなどの別の課題が見えることもあります。また、家族数に比べ食費が少ないので、よく聞いてみると実家の親や兄弟から米や野菜を貰っていることが分かり、必要な時には相談にのってもらえる関係であることなども分かります。

2) 相談時家計表を完成させる

POINT 1 個人情報に関する同意書を取る際に

個人情報に関する同意書について、自立相談支援の相談受付・申込票は家計改善支援と共通のものです。自立相談支援事業所からの家計改善支援事業所に相談者が紹介されてきた場合は相談受付・申込票の同意書が活用できます。たまに自立相談支援事業所が相談受付・申込票の同意書を相談者から貰っていないことがあります。その場合は家計改善支援事業所で同意書へのサインをもらってください。

3) 初回面談の振り返り

POINT 1 振り返りを忘れずに

面談が終わったら、必ず振り返りをしてください。家計改善支援員の面談スキルを上げていく上で、振り返って意識することは、とても大切です。以下は、特に振り返ってほしい項目3点です。

1. 相談者がどのような表情で帰られたか

その日の面談が相談者の気持ちに寄り添ってスムーズに進んだかが分かります。

2. 次の相談につなげることができたか

次の面談は何時になったのか、支援が継続していくかどうか、ゆるやかな目標が立っているか。

3. 次の面談に向けて何を準備すればよいのか

次の面談に向けて準備しておくことを忘れないように記録しておきます。

POINT 2 家計改善支援の記録を作成しましょう

家計改善支援事業を実施していながら自立相談の記録のみで、家計改善支援の記録を作成していない事業所がかなりあります。家計改善支援は独自の視点から留意点をまとめておく必要があります。特に家計表などは必ず、当日中に作成するようにしていきましょう。

Chapter 06

家計計画表の作成



映像視聴の前に

初回面談で確認したように2回目の面談は、次男の状況や意思を確認するために自宅を訪問し、家計計画表を作るという場面です。



Q4

この事例では息子さんに相談時家計表を前もって見てもらい、支出が減らせそうにないため、収入を増やすしかないと息子さんにも理解してもらい就労につながりました。では、息子さんが家計改善支援員とほとんど話せない心理状態で、かつ就労がとても望めそうにない場合は、どのように相談を進めればよいと思いますか？話し合ってください。



POINT 1 ひとりで訪問することは可能な限り避けましょう

この映像の中では、自立相談支援員は自宅への訪問に同行していませんが、実際の自宅訪問の場合は家計改善支援員に自立相談支援員が同行しています。その方が、情報共有がしやすいからです。自立相談支援員の体制が無い場合などはケースバイケースですが、家計改善支援員が一人だけで訪問することは可能な限り避けるようにしています。双方の安全の確保や様々な状況に対応する上でも、複数で対応したほうが良いでしょう。



POINT 2 連携に必要なのは、日頃からの働きかけ

家計改善支援員が意識しておくべき連携先として別紙の事業所（p34）があります。各事業所の窓口顔に出し、何かの時には協力をお願いして窓口から相談者を紹介してもらうことも含め働きかけをしましょう。窓口によっては、相談者の掘り起こしにつながることもあります。

Chapter 07

ライフイベント表・キャッシュフロー表 家計再生プランの作成



映像視聴の前に

自宅訪問で家計計画表が作成でき、6月に次男も勤め先が決まり、7月から仕事に就くことができました。ここからは給与支給日までの家計の状態を把握するために再度相談室に来ていただき、キャッシュフロー表などの作成をした場面です。



POINT 1 キャッシュフロー表を作成する前に必要な「ライフイベント表」

キャッシュフロー表の作成に必要な「収支に関する人生の出来事（ライフイベント）とその時期・金額」をまとめたもののことをライフイベント表と言います。相談者が自分のありたい将来の姿と現実にかかる将来の出費や収入を書き込んで作成するものです。相談者の思いが反映されますので、キャッシュフローを作成する前に必ずライフイベント表を相談者本人に書いてもらい、意見交換してください。事例の内容を反映した相談時家計表、家計計画表、ライフイベント表、キャッシュフロー表、家計再生プラン（p28～32）を確認してください。



POINT 2 相談者主体の家計再生プラン（家計支援計画）

家計再生プランは、アセスメント結果に基づき、目標や解決すべき課題を整理し、今後の取り組みをプランにまとめたものです。少しずつ確実にすすめていくことを念頭に置きながら相談者と家族が一体となって、家計改善支援員と一緒に作成することが大切です。事例の内容を反映した家計再生プランはp33にあります。

家計改善支援のまとめ

Q5

住民税、所得税、自動車税、固定資産税、国民健康保険料、介護保険料などの税金や公共料金についての同行支援は自治体によって対応の仕方に違いがあります。
それぞれどうしているかをグループ内で出しましょう。

1) 事例のふり返し

POINT 1 個計から家計へ。家族と共に考える

本教材の事例では、相談時家計表を作成した結果、現状の生活では5万円の赤字となることが分かりました。また、過去の病気のため本人の就労は難しいことから、支出を減らす方法の他に、次男の就労を相談しました。自宅訪問では、相談者と次男が大切にしている事を確かめながら、相談者にはどの費目を削減できるか、また、次男には短時間での就労の可能性など、家計を成り立たせる方策を一緒に考えました。

その結果、次男の就労収入5万円での収入増の他、インターネットや墓参りの費用などを減額すると、小遣い等を増額しても家計が成立しました。今後、医療費が高む傾向にあり、本人の障害者手帳取得のため病院に同行予定です。現在、無事に次男の就労に成功するなど、積極的に生活再生に努めています。

POINT 2 家計改善支援の2つの効果

本事例での家計改善支援は2つの効果が生まれました。

1つめは生活の実態が見えたことで、自分たちで改めるべき点を見出すことができた点。

2つめは次男の就労により家計改善の目処が見え、精神的な負担が軽減され、滞納生活費や固定資産税の支払いも計画的になったことで、不安が解消した点です。また、障害者手帳の取得で医療費の削減ができれば、さらに生活は安定します。

2) 同行支援とまとめ

POINT 1 伴走者として支える「同行支援」

同行支援も重要な家計改善支援員の業務です。生活に困窮している人にとって弁護士や行政窓口に行くことはとてもハードルが高いばかりでなく、法的に活用可能な救済制度を知らない事も多いのです。したがって、行政窓口や法律相談に同行し、制度を活用して解決するための方策と一緒に相談します。滞納などであっても、見通しをつけるまで数ヶ月支払いを待ってもらうことや、分割納付の金額などの相談を行います。

相談の一つ一つは小さな出来事ですが、目の前にあることを一つずつクリアすることは信頼関係の積み重ねになり、やがて大きな問題を解決していく事となります。



POINT 2 行政直営か委託かによる違い

H30年4月時点の全国の事業所のうち、自立支援事業が行政直営のところは全体の35%です。直営+委託のところを入れても45%です。55%は委託事業所です。家計改善支援事業になると85%が委託事業所で取り組まれています。

直営で困窮者自立支援事業がすすめられている自治体の場合は個人情報の同意書があれば、庁内連携が進めやすくなります。しかし、委託になると同意書があっても難しい問題があります。委託事業所の場合は庁内への窓口同行などの取り組み方については、事前に委託元の自治体の責任者と丁寧に相談しておく必要があります。

POINT 3 行政窓口に行き支援することの意味

家計改善支援では行政窓口に行き支援することをすすめています。同行することによって窓口の担当者に相談者の家計状況を正確に理解いただけますし、実施可能な返済の仕方を相談者を含めて決めることが出来ます。相談者も安心して窓口との相談に臨めるため結果として約束もきちんと守られます。しかし、滞納を一括管理して対応する収納課などがある自治体では、委託先の家計改善支援員が窓口に行きすること自体を拒否されることがあります。

その様な自治体には困窮者支援の役割や相談者だけでなく、自治体にとっての家計改善支援のメリットを丁寧に話し込み、収納課の担当者の理解を深めてもらう取り組みから開始しましょう。また、家計改善支援員が収納課の役割や権限を踏み越えて一方的に対応していないか等も振り返ってみましょう。その



上で、生活困窮者自立支援を実施をしている行政の責任者にも庁内の状況を理解してもらい、庁内での連携のあり方を一緒に考えてもらい、支援会議などの発足につなげるようにしましょう。

POINT 4 法テラスや弁護士・司法書士相談への同行について

家計改善支援員自身の勉強にもなりますから、法テラスや弁護士事務所等にも相談者に同行しますが、相談者を差し置いて家計改善支援員が先行して、話をすすめるようなことにならないよう、配慮しましょう。

家計改善支援員は家計に現れる収支を評価するのではなく、裏側にある相談者の思いを聞き取り、生き方や人生観を尊重することがとても大切です。家計改善支援の最大の特長は、お金の動きを見る事で、家庭内で大切にしている事がわかり、同時に課題や解決策も見えてくることです。

家計改善支援は決して指導をすることではありません。

相談者が自己洞察を深め、課題を見出し、家計改善に向けて自己管理できるように立ち上がっていくための支援であることを意識し続けることが大切です。

モデル事例についての資料

- ①相談受付・申込票
- ②インタビューアセスメントシート
- ③相談時家計表
- ④家計計画表
- ⑤ライフイベント表
- ⑥キャッシュフロー表
- ⑦家計再生プラン
- ⑧家計改善支援のつなぎ先

①相談受付・申込票

1. 相談受付・申込票 (A票)

ID	▲▲▲	受付日	平成 28 年 6 月 〇日	受付者	●●●
----	-----	-----	----------------	-----	-----

■基本情報 (書ける範囲でご記入ください)

ふりがな	田中 〇〇	性別	☐ 男性 ☒ 女性 ☐ ()
氏名	田中 〇〇	生年月日	☐ 大正 ☒ 昭和 ☐ 平成 22 年 〇月 〇日 (69 歳)
住所	〒 -		
電話	自宅 () -	携帯	() -
E-mail			
来談者 *ご本人 以外の場合	氏名	来談者と ご本人との関係	☐ 家族(本人との続柄:) ☐ その他()
	電話 () -		

■ご相談の内容(お困りのこと)

ご相談されたい内容に○をおつけください。複数ある場合は、一番お困りのことに◎をおつけください。

☐ 病気や健康、障害のこと	☐ 住まいについて	☒ 収入・生活費のこと
☐ 家賃やローンの支払いのこと	☒ 税金や公共料金等の支払いについて	☐ 債務について
☐ 仕事探し、就職について	☐ 仕事上の不安やトラブル	☐ 地域との関係について
☐ 家族との関係について	☐ 子育てのこと	☐ 介護のこと
☐ ひきこもり・不登校	☐ DV・虐待	☐ 食べるものがない
☐ その他()		

ご相談されたいことや配慮を希望されることを具体的に書いてください。

入院して、働けなくなり、年金だけの収入になった
マンションの管理やガス代が払えなくなり、税金の督促もきていて、
どうしていいかわからない。

■相談申込み欄

〇〇様

上記の相談内容等について、自立・家計改善支援の利用を申し込みます。

また、相談支援にあたり必要となる関係機関(者)と情報共有することに同意します。なお、同意にあたっては、別紙の「個人情報に関する管理・取扱規程」について説明を受けました。

平成 28 年 6 月 〇日 本人署名 田中 〇〇 (印)

1. 相談受付・申込票 (B票)

■ご本人について

仕事	☐ 正社員・公務員 ☐ 臨時職員・パート・アルバイト・派遣社員 ☐ 自営業・家族従業者・内職 ☐ 家事 ☒ 年金生活 ☐ 失業・休職中 ☐ その他()				
住居	☒ 持家 ☐ 借家 ☐ 公営住宅 ☐ 賃貸アパート・マンション ☐ 会社の寮・借り上げ住宅 ☐ 野宿 ☐ その他()		家賃・住宅ローン		万円/月
健康保険	☒ 国民健康保険 ☐ 健康保険(国保以外) ☐ 加入していない	年金 加入状況 婚姻	☐ 加入中 ☐ 未加入・不明 ☐ 未婚 ☐ 既婚 ☐ 離別 ☒ 死別 ☐ その他()	☐ 過去に加入歴あり ☒ 現在受給中 ☐ 免除	
最終学歴等	☒ 中学(高校未入学) ☐ 中学(高校中退) ☐ 高校(大学中退を含む) ☐ 特別支援学校(学級を含む) ☐ 専門学校・専修学校・各種学校 ☐ 高等専門学校 ☐ 短大 ☐ 大学・大学院 ☐ その他() → ☐ 現在、就学中		生活保護	☐ 受給中(年 月～) ☐ 現在申請中 ☐ 過去に受給経験あり ☐ 相談経験はあるが、受給したことはない ☒ 受給しておらず、過去に相談経験もない	

■ご家族について

続柄	年齢	同居/別居	職業・学校等	就労収入		非就労収入※ (年金等月額)	備考 (病気、介護状況、非就労収入の詳細等※)
				月額	賞与(年間)		
本人	69		無職	万円	万円	12.4万円	通院治療中。就労不可。
次男	40	☒ 同居 ☐ 別居	無職	0万円	万円	万円	
		☐ 同居 ☐ 別居		万円	万円	万円	
		☐ 同居 ☐ 別居		万円	万円	万円	
		☐ 同居 ☐ 別居		万円	万円	万円	
		☐ 同居 ☐ 別居		万円	万円	万円	

※非就労収入:年金、障害者手当、児童手当、奨学金、援助収入 など

■借金・滞納について

借金の状況	☐ 返済が困難 ☐ 順調に返済中 ☐ 借金はなし ☒ その他()		過去の債務整理	☐ 過去に債務整理したことがある → 年 月 ☐ 本人 ☐ 家族() → 債務整理の方法 ☐ 任意整理 ☐ 特定調停 ☐ 個人再生 ☐ 自己破産 ☐ 不明 ☒ 債務整理したことはない				
返済について	☐ 返済がなくなれば家計が成り立つと思う ☒ 返済がなくなっても家計が成り立つとは思えない							
名義	種類※	借入先	使途	借入時期	現在の債務残高	月々の返済額	ボーナス時の返済額	備考
本人	キャッシング	消費者金融	支払いのため	●年 ●月	19万円	1万円	万円	
本人	年金担保	年金	死別した夫の医療費	26年 ●月	9.3万円	0.5万円	万円	
本人	借入	姉	支払いのため	●年 ●月	13万円	万円	万円	
				年 月	万円	万円	万円	
				年 月	万円	万円	万円	
滞納状況	☐ 滞納なし ☒ 滞納あり →詳細右記	滞納費目	☐ 家賃 ☐ 水道料金 ☒ ガス料金 ☐ 電気料金 ☐ 電話料金 ☐ 住民税(市・県民税 等) ☒ 固定資産税 ☒ 国民年金保険料 ☒ 国民健康保険料 ☐ 介護保険料 ☐ 保育料 ☐ 給食費 ☐ 学費 ☒ その他(マンション管理費)					
一番困りのことについて、いつごろからお困りですか				28 年 4 月頃から または 年前から				
これまで、相談機関に相談をされたことがある場合は、どのような相談をされたのかご記入ください(いつ頃、どこに、何について)								
なし								

※種類:住宅ローン・車ローン、銀行、消費者金融、クレジット(キャッシング・物品)、奨学金、知人等

② インテークアセスメントシート

2. インテーク・アセスメントシート

ID		氏名	田中 ●●	最終更新日	平成 28 年 6 月 日
サブ区分フラグ		関連ID		備考	

■ 相談経路・相談歴

当初 相談 経路	☒ 本人自ら連絡(来所)	☐ 本人自ら連絡(電話・メール)
	☐ 家族・知人から連絡(来所)	☐ 家族・知人から連絡(電話・メール)
	☐ 家計相談支援機関がアウトリーチして勧めた	
	☐ 自立相談支援機関がアウトリーチして勧めた	
	☐ 関係機関・関係者からの紹介(関係機関・関係者名: _____)	
	☐ その他(_____)	
これまでの相談歴の有無(本人や家族に過去にどこかの機関への相談経験があるかを確認)		
☒ なし ☐ あり		
相談歴の概況／相談経緯(誰が、どこに、どのような相談をしたか、その結果がどうであったか)を記載		

■ 本人の主訴・状況(生育歴を含む)

(1) 主訴(本人の希望)
・ 病気で入院した為、入院にともなう費用の支払い、公共料金の滞納、マンション管理費の滞納があり、どうすればよいかわからない。長年の固定資産税の滞納もあり、とても不安。
(2) 本人・家族の環境
本人 69 歳(女) 無職、配偶者 H26 に死別、次男 40 歳 無職、世帯合計 2 人 世帯の収入(本人年金 124,224 円／年金担保・月 5,000 円返済後) 長男は家族とともに遠方に住み、付き合いはほとんど無い。
(3) 債務・滞納の現状(世帯の合計を記す)
・ 債務は総額 32 万円(消費者金融 1 社・姉 13 万円) ・ 滞納は総額 36.6 万円(固定資産税 28 万円、マンション管理費 7 万円、国保 0.9 万円、ガス代 0.7 万円) 年金担保残は 9.3 万円
(4) 現状に至った過程・生活環境
・ 2 年前に最愛の夫を亡くし、40 歳次男と同居中。相談者本人の年金と遺族年金を受給中。 ・ 本年 3 月までは清掃業の仕事に就き月 5~7 万円の収入があり、何とか生活できていたが、病気の為、4 月から 5 月中旬まで入院し、職も失った。担当の医師からは再度働くことは無理と言われている。 ・ 次男は 1 年前に対人トラブルで離職し、その後家に引きこもり気味で、就職してもすぐに辞めてしまい収入がない。
(5) 家計表の作成～詳細は「家計収支に関する課題」に～
現状は、収入 12.4 万円、支出 17.5 万円、赤字 5.1 万円 返済金 2 万円が解決しても、現行は 3.1 万円赤字のため、収入・支出の見直しが課題。
(6) 面談の結果 (支援方針)
① 家計表で現在の家計収支を確認し、次男の就労による収入の増加と支出の見直しを相談する。 ② 家計計画表・CF 表を作成し、次男の就労収入と滞納生活費や税金他の支払計画を立てる。
(7) 相談者の様子～相談員から見て、結論に対してどんな反応だったか～
・ 5 万円強の赤字の数字を見たときは、とても深刻な表情であったが、自宅での面談で次男の就労が期待でき、家計計画表を作成すると僅かでも黒字になり、表情が明るくなった。 ・ 次男の就労により家計改善の目処が見え、滞納生活費の支払い等が終われば、生活も楽になり、貯金ができる可能性もあることから前向きな気持ちになられている。 ・ 今後医療費が高む傾向にあることから、本人の障害者手帳の取得などで病院に同行予定。

③相談時家計表

ID

相談者氏名

担当相談員名 ○○

3. 相談時家計表

(H 28年6月作成)

世帯基本情報	世帯人員計	2人
【内訳】	成人	2人
	うち高齢者	1人
	未成年(下記以外)	0人
	大学生等	0人
	高校生	0人
	中学生	0人
	小学生	0人
	未就学児	0人

名義人	収入 費目	金額(円)
前月からの繰越金		
基本収入		124,224
本人	給与 ①	
	給与 ②	
配偶者	給与 ①	
	給与 ②	
次男	給与	0
本人	年金 年金2か月分	124,224
配偶者	年金 248,448円	
同居者()	年金	
臨時収入・賞与		
本人	(賞与 年間 万)	
	夏、冬	
配偶者		
援助収入や手当等の収入(毎月)		
	雇用保険	
	生活保護	
	養育費	
	援助	
援助収入や手当等の収入(毎月以外)		
	児童手当	
	児童扶養手当	
	副次的な収入	
借入金		
借入金	()	
借入金	()	
借入金	()	
借入金	()	
借入金	()	
預貯金取崩し		
当月の収入合計		124,224
前月繰越含む収入合計		124,224

支出		
費目	金額(円)	小計(円)
住居費		24,760
家賃		
管理費	24,760	24,760
維持費・修理費・更新費		
基本生活費		68,000
食費	42,000	42,000
外食費		
電気代	13,000	19,000
ガス代	3,500	
水道代	2,500	
灯油代		0
被服・理美容・雑貨費	2,000	2,000
医療費・介護費等	5,000	5,000
通信費・車両費		15,000
電話・携帯電話・インターネット	15,000	15,000
ガソリン代(通勤費含む)		
駐車場代		0
車検・車修理代		
通勤交通費		
教育等費用		0
学費・保育料・給食費等		
部活動等の費用		
通学交通費		0
塾・習い事費用		
お小遣い・仕送り生活費		
教養・娯楽費用		400
新聞・本・雑誌・教養用品	400	
遊興費・娯楽費用		400
その他		30,600
酒代/酒飲食交際費	8,100	
たばこ・お小遣い	15,000	30,600
電車代	3,000	
仏花・お墓参り代	4,500	
税金・保険		16,582
税金(住民税・固定資産税・自動車税等)	4,000	
社会保険料(国保・国民年金等)	1,910	5,910
貯蓄型保険(学資・年金保険等)		
掛捨て型保険(車・火災等)		
その他保険料(県民共済)	6,672	10,672
がん保険	4,000	
返済金		20,000
住宅ローン		0
自動車ローン		
銀行		
消費者金融(〇〇)	10,000	10,000
クレジット(キャッシング・物品)		
滞納税金・社会保険料等		10,000
滞納生活費(家賃・光熱水費等)	10,000	
個人からの借金		0
その他の返済		
家計再生のための新規借入の返済		0
預貯金預入れ		0
当月の支出合計		175,342
翌月への繰越金		-51,118
翌月繰越含む支出合計		124,224

備考
お米10kg 3,000円 おかず1000円×30日 ＝30,000円 朝食 食パン200円×15 ＝3,000円 お茶、補食 6,000円 診察代1,470円 薬代3,610円 テレビガイド 1日135円×缶ビール2本 電車代にタクシー含む 仏花2,500円 お墓参り2,000円 (※未納) 固定資産税280,000円滞納 国民健康保険3ヶ月滞納 次男分国保は含まず 返済金以外の計 155,342 年金担保残92,205円 (年金時1万円返済込み) 残186,690円

④家計計画表

ID

相談者氏名

担当相談員名

〇〇

4.家計計画表

(H28年6月分)

支 出			備 考	
費 目	金額(円)	小計(円)		
住居費		24,760		
家賃		24,760		
管理費	24,760			
維持費・修理費・更新費				
基本生活費		63,000		
食費	42,000	42,000	お米10kg 3,000円	
外食費			おかず1000円×30日	
電気代	8,000	14,000	＝30,000円	
ガス代	3,500		朝食 食パン200円×15	
水道代	2,500		＝3,000円	
灯油代		0	お茶、補食 6,000円	
被服・理美容・雑貨費	2,000	2,000	診察代1,470円	
医療費・介護費等	5,000	5,000	薬代3,610円	
通信費・車両費		15,000		
電話・携帯電話・インターネット	10,000	10,000		
ガソリン代(通勤費含む)		5,000		
駐車場代				
車検・車修理代				
通勤交通費	5,000		次男用	
教育等費用		0		
学費・保育料・給食費等		0		
部活動等の費用				
通学交通費				
塾・習い事費用				
お小遣い・仕送り生活費				
教養・娯楽費用		2,740		
新聞・本・雑誌・教養用品	400	2,740	テレビガイド	
遊興費・娯楽費用				
NHK	2,340			
その他		27,050		
酒代/酒飲食交際費	4,050	27,050	1日135円×缶ビール1本	
たばこ・お小遣い	20,000		親子1万円ずつ	
電車代	3,000		電車代にタクシー含む	
仏花・お墓参り	0			
税金・保険		16,582		
税金(住民税・固定資産税・自動車税等)	4,000	5,910	(*未納)	
社会保険料(国保・国民年金等)	1,910		固定資産税280,000円滞納	
貯蓄型保険(学資・年金保険等)		10,672	国民健康保険3ヶ月滞納	
掛捨て型保険(車・火災等)			次男分国保は含まず	
その他保険料(県民共済)	6,672			
がん保険	4,000		返済金以外の計	
返済金		20,000		
住宅ローン		0	年金担保残92,205円	
自動車ローン			(年金時1万円返済込み)	
銀行		10,000		
消費者金融(〇〇)	10,000		残186,690円	
クレジット(キャッシング・物品)		10,000		
滞納税金・社会保険料等				
滞納生活費(家賃・光熱水費等)	10,000			
個人からの借金		0		
その他の返済				
家計再生のための新規借入の返済		0		
預貯金預入れ		0		
当月の収入合計		174,224		
当月の支出合計		169,132		
翌月への繰越金		5,092		
翌月繰越含む支出合計		174,224		
前月繰越含む収入合計		174,224		

収 入				
名義人	費 目	金額(円)		
前月からの繰越金				
基本収入		174,224		
本人	給与 ①			
	給与 ②			
配偶者	給与 ①			
	給与 ②			
次男	アルバイト(訓練)	50,000		
本人	年金	124,224		
配偶者	年金	年金2か月分		
同居者()	年金	248,448円		
臨時収入・賞与				
本人	(賞与 年間 万)			
配偶者				
援助収入や手当等の収入(毎月)				
	雇用保険			
	生活保護			
	養育費			
	援助			
援助収入や手当等の収入(毎月以外)				
	児童手当			
	児童扶養手当			
	援助			
	副次的な収入			
借入金				
借入金	()			
借入金	()			
借入金	()			
借入金	()			
借入金	()			
預貯金取崩し				
当月の収入合計				
前月繰越含む収入合計				

次男アルバイト	
1日4～5時間×12日	

⑤ライフイベント表

ライフイベント表							
			収入のイベント内容 (毎月以外の収入の内容)	支出のイベント内容 (家族のイベント)			
				本人		次男	
西暦	平成	月		満年齢	4月 満69歳	満年齢	4月 満40歳
2016年	28年	6月	年金248,448円	69	管理費月1万円分納開始、保険見直し1.1万円⇒0.6万円へ	40	
		7月	姉から10万円借入				
		8月	年金248,448円、次男就労収入5万円へ		滞納ガス・国保支払1.6万円、盆1万円		
		9月					
		10月	年金248,448円				
		11月			暖房費0.3万円(～3月)		
		12月	年金248,448円		正月1.5万円、管理費滞納分割終了		
2017年	29年	1月			固資月1万円分納開始		
		2月	年金248,448円				
		3月					
		4月	年金248,448円	70		41	
		5月					
		6月	年金248,448円				
		7月					
		8月	年金248,448円		盆1万円		
		9月					
		10月	年金248,448円				
		11月			暖房費0.3万円(～3月)		
		12月	年金248,448円		年金担保終了、正月2万円		
2018年	30年	1月			消費者金融返済終了		
		2月	年金258,448円		固資4期1万円		
		3月					
		4月	年金258,448円	71	固資1万円	42	
		5月					
		6月	年金258,448円				
		7月			姉に返済3万円、固資1万円		
		8月	年金258,448円		盆1万円		
		9月					
		10月	年金258,448円				
		11月					
		12月	年金258,448円		正月2万円		

5. キャッシュフロー表

相談時

10

100家のキャッシュフロー表①

(2016年6月作成)

⑥キャッシュフロー表1

年 齢	西暦 平成 28年 6月	家計 計画表												2017年 平成29年 6月			
		2016年 平成28年 6月	2016年 平成28年 7月	2016年 平成28年 8月	2016年 平成28年 9月	2016年 平成28年 10月	2016年 平成28年 11月	2016年 平成28年 12月	2017年 平成29年 1月	2017年 平成29年 2月	2017年 平成29年 3月	2017年 平成29年 4月	2017年 平成29年 5月				
本人	69																
次男	40																
家族のイベント																	
毎月以外の収入の内容																	
(転記)																	
管理費月1万円分納開始、 保険見直し1.1万円→0.6万円																	
次男就労収入5万円へ、 滞納ガス、国保支払い1.6万円、益1万円																	
正月1.5万円、管理費滞 納(月1万円)終了																	
暖房費0.3万円(〜3月)																	
収入	手入力	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
年金	手入力	124,224	243,448	243,448	243,448	243,448	243,448	243,448	243,448	243,448	243,448	243,448	243,448	243,448	243,448	243,448	248,448
臨時収入・賞与	手入力	50,000		50,000	50,000	50,000	50,000	50,000	50,000	50,000	50,000	50,000	50,000	50,000	50,000	50,000	50,000
援助収入や手当等の収入(毎月のもの)	手入力	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
講師収入や手当等の収入(毎月以外)	手入力	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
借入による収入(毎月のもの)	手入力	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
その他の収入	手入力	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
収入合計		174,224	248,448	0	298,448	298,448	298,448	298,448	298,448	298,448	298,448	298,448	298,448	298,448	298,448	298,448	298,448
支出	住居費 (住ローン以外の家賃等)	24,760	24,760	24,760	24,760	24,760	24,760	24,760	24,760	24,760	24,760	24,760	24,760	24,760	24,760	24,760	24,760
	食費・外食費	42,000	42,000	42,000	42,000	42,000	42,000	42,000	42,000	42,000	42,000	42,000	42,000	42,000	42,000	42,000	42,000
	電気・ガス・水道代	14,000	14,000	14,000	14,000	14,000	14,000	14,000	14,000	14,000	14,000	14,000	14,000	14,000	14,000	14,000	14,000
	灯油代	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	被服・理美容・雑貨費	2,000	2,000	2,000	2,000	2,000	2,000	2,000	2,000	2,000	2,000	2,000	2,000	2,000	2,000	2,000	2,000
	医療費・介護費等	5,000	5,000	5,000	5,000	5,000	5,000	5,000	5,000	5,000	5,000	5,000	5,000	5,000	5,000	5,000	5,000
	電話・携帯電話・インターネット	10,000	10,000	10,000	10,000	10,000	10,000	10,000	10,000	10,000	10,000	10,000	10,000	10,000	10,000	10,000	10,000
	車面関係費・交通費	5,000	5,000	5,000	5,000	5,000	5,000	5,000	5,000	5,000	5,000	5,000	5,000	5,000	5,000	5,000	5,000
	教育等費用	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	教養・娯楽費用	2,740	2,740	2,740	2,740	2,740	2,740	2,740	2,740	2,740	2,740	2,740	2,740	2,740	2,740	2,740	2,740
	その他(通交際費・たばこ・お小遣い等)	27,050	27,050	27,050	27,050	27,050	27,050	27,050	27,050	27,050	27,050	27,050	27,050	27,050	27,050	27,050	27,050
	税金・社会保険料	5,910	5,910	5,910	5,910	5,910	5,910	5,910	5,910	5,910	5,910	5,910	5,910	5,910	5,910	5,910	5,910
	その他保険料	10,672	6,000	6,000	6,000	6,000	6,000	6,000	6,000	6,000	6,000	6,000	6,000	6,000	6,000	6,000	6,000
	住ローン・自動車ローンの返済金	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	銀行・消費者金融等の返済金	10,000	10,000	10,000	10,000	10,000	10,000	10,000	10,000	10,000	10,000	10,000	10,000	10,000	10,000	10,000	10,000
	滞納(税・保険料・生活費等)の返済金	10,000	10,000	10,000	10,000	10,000	10,000	10,000	10,000	10,000	10,000	10,000	10,000	10,000	10,000	10,000	10,000
	その他の返済金	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	一時的な支出①()	手入力	10,000	10,000	15,000	15,000	15,000	15,000	15,000	15,000	15,000	15,000	15,000	15,000	15,000	15,000	15,000
	一時的な支出②()	手入力	16,000	16,000	16,000	16,000	16,000	16,000	16,000	16,000	16,000	16,000	16,000	16,000	16,000	16,000	16,000
	一時的な支出③()	手入力	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	家計再生活のための借入の返済金	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	預貯金預け入れ(※引き出し時はマイナス表記)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	支出合計	169,132	164,460	190,460	164,460	164,460	167,460	182,460	157,460	157,460	157,460	154,460	154,460	154,460	154,460	154,460	154,460
	収支累計	5,092	83,988	-164,460	-114,460	-114,460	-117,460	-115,988	-107,460	-107,460	-107,460	-104,460	-104,460	-104,460	-104,460	-104,460	-104,460
	預貯金累計	83,988	-80,472	27,516	-86,944	47,044	-70,416	45,572	-61,888	-28,360	-28,360	11,688	11,688	11,688	11,688	11,688	11,688
	収支・預貯金累計の総計	83,988	-80,472	27,516	-86,944	47,044	-70,416	45,572	-61,888	-28,360	-28,360	11,688	11,688	11,688	11,688	11,688	11,688
	実質現預金残(本人手書き記入)																

5. キャッシュフロー表

⑥キャッシュフロー表2

5. キャッシュフロー表			ID	〇〇家のキャッシュフロー表②														(2016年6月作成)				
相談時			2016年																			
西暦			平成28年																			
平成			6月																			
月			69																			
日			40																			
年			70																			
本人			69																			
次男			40																			
年齢			41																			
家計計画表			2016年																			
(転記)			平成28年																			
毎月以外の収入の内容			平成28年																			
家族のイベント			平成28年																			
収入			平成28年																			
給与 本人			平成28年																			
給与 配偶者			平成28年																			
年金 本人・配偶者			平成28年																			
年金 同居者(母)			平成28年																			
収入 次男(アルバイト)			平成28年																			
臨時収入・賞与			平成28年																			
援助収入や手当等の収入(毎月のもの)			平成28年																			
援助収入や手当等の収入(毎月以外)			平成28年																			
借入による収入(毎月のもの)			平成28年																			
その他の収入			平成28年																			
収入合計			平成28年																			
住居費(住宅ローン以外の家賃等)			平成28年																			
食費・外食費			平成28年																			
電気・ガス・水道代			平成28年																			
灯油代			平成28年																			
被服・理美容・雑費			平成28年																			
医療費・介護費等			平成28年																			
電話・携帯電話・インターネット			平成28年																			
車両関係費・交通費			平成28年																			
教育等費用			平成28年																			
教養・娯楽費用			平成28年																			
その他(通・交際費・たばこ・お小遣い等)			平成28年																			
税金・社会保険料			平成28年																			
その他保険料			平成28年																			
住宅ローン・自動車ローンの返済金			平成28年																			
銀行・消費者金融等の返済金			平成28年																			
滞納(税・保険料・生活費等)の返済金			平成28年																			
その他の返済金			平成28年																			
一時的な支出①()			平成28年																			
一時的な支出②()			平成28年																			
一時的な支出③()			平成28年																			
家計再生のための借入の返済金			平成28年																			
家計再生のための借入(※引き出し時はマイナス表記)			平成28年																			
預貯金預け入れ			平成28年																			
支出合計			平成28年																			
毎月の収支			平成28年																			
収支累計			平成28年																			
預貯金累計			平成28年																			

姉に返済1万円開始

正月1.5万円、管理費滞納月1万円分納開始

暖房費0.3万円、滞納月1万円(～3月)終了

滞納ガス、国保支払い1.6万円、益1万円

管理費月1万円分納開始、保険見直し1.1万円→0.6万円

年金248,448円、姉から10万円借入

年金248,448円、次男就労収入15万円

10,000円

16,000円

⑦家計再生プラン

6. 家計再生プラン(家計支援計画)

担当者氏名: 藤浦

作成日	平成 28年 6月 ● 日	作成回	■初回 □再プラン()回目		
ふりがな	たなか ●●	性別	□男性	■女性	□()
氏名	田中 ●●	生年月日	□大正	■昭和	□平成
			22 年 ●月 ●日(69 歳)		

○解決したい課題 (主に、家計改善支援事業により、解決を図りたい課題)

- ・入院で、パート収入が無くなり、今後の生活が不安。
- ・公共料金やマンションの管理費の滞納が起きている。
- ・長年固定資産税を滞納している。
- ・次男が1年前に離職し、その後仕事が長続きせず、最近では収入がない。

○目標(目指す姿) (本人が設定) ※家計収支における目標として家計計画表、キャッシュフロー計画表を添付

- ・滞納を解消し、次男と安定した生活を送りたい。

○プラン (家計改善支援機関や関係機関等が行うことや、本人が行うことも含めて記入)

実施すること (本人・家族等・家計相談支援機関・その他機関)	備考(関係機関・期間・頻度など)
家計状況の把握(収入 12.4 万、支出 17.5 万、5.1 万の赤字)	本人、家計改善支援事業所
次男とともに支出の見直しについて検討する。 →6月●日 自宅訪問	本人、次男、家計改善支援事業所
収入増について相談する。 →次男の就労について次男の意向を確認し、就労できるようにする。	次男、自立相談支援事業所
滞納の支払いについて、今後、支払計画を立てる。 →●月●日 収納課へ分納相談に行く。	本人、収納課、家計改善支援事業所
債務整理について弁護士のアドバイスを受ける。	本人、〇〇法律事務所、家計改善支援事業所
障害者手帳取得のために医療機関へ同行予定。	本人、医療機関、家計改善支援事業所
継続して家計改善支援を受ける。	本人、家計改善支援事業所

○プラン期間と次回モニタリング(予定)時期等

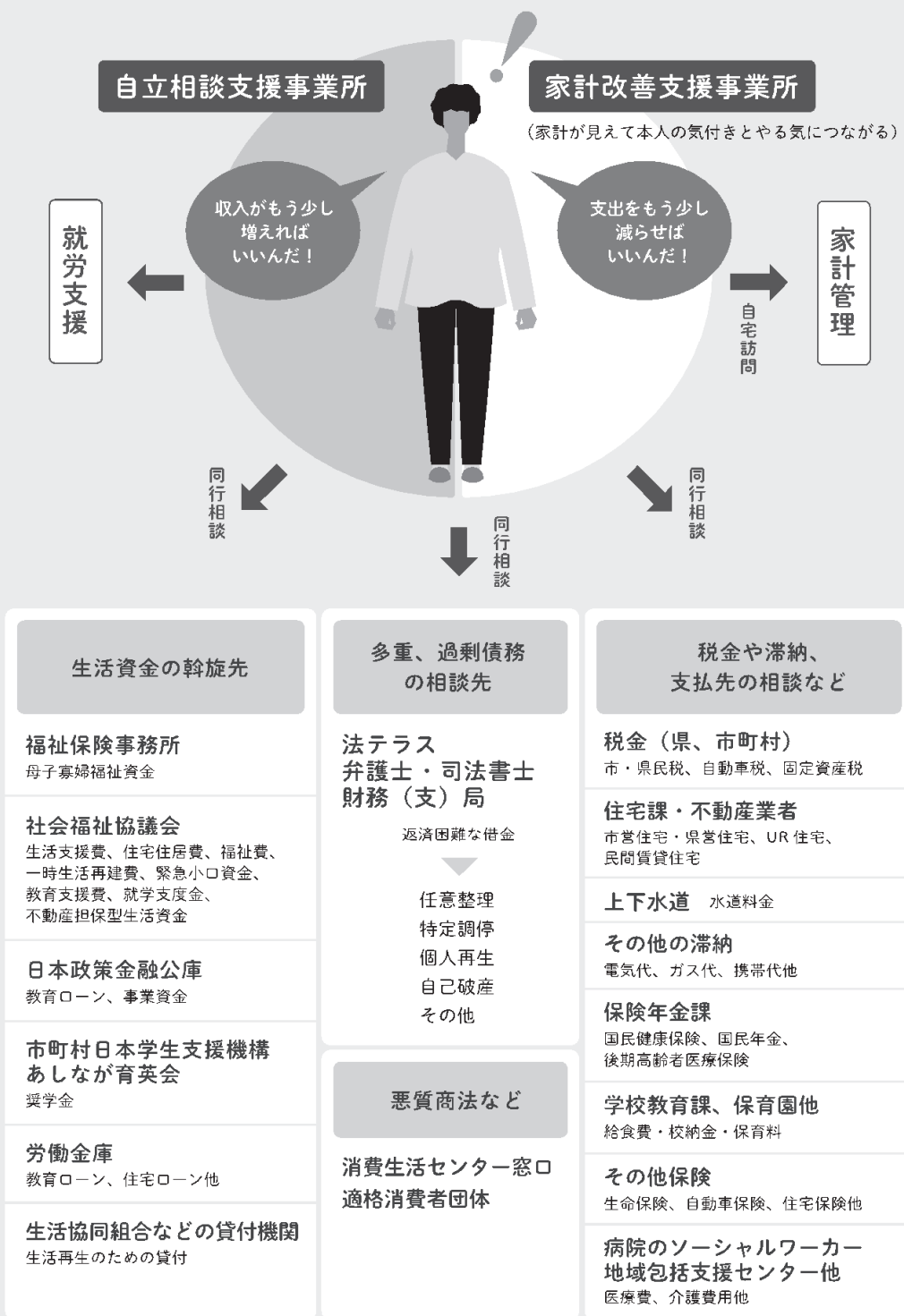
プラン期間	次回モニタリング時期	次回面談予定日
平成 28 年 9 月まで	平成 28 年 9 月	平成 28 年 6 月 〇 日

本人確認欄

田中 〇〇

⑧家計改善支援のつなぎ先

家計改善支援の主なつなぎ先



講義5で使用した家計改善支援の映像教材と手引書は下記に掲載しています。

「困窮者支援情報共有サイト」 <https://minna-tunagaru.jp/manabi/#a-04>

家計改善支援

📌 **学習サイト** 相談者とともにすすめる家計改善支援のすすめ（外部サイト🔗）

＞ 家計改善支援の基本姿勢と家計改善支援の主要な帳票の作成を学ぶことができる学習サイトです。（令和3年度社会福祉推進事業）

§1：家計改善支援の基本的な考え方と相談の流れ…5分40秒

§2：初回面談への臨み方…5分33秒

§3：相談時家計表の作成～家計収入と食費以外の支出の聞き取り…10分16秒

§4：相談時家計表の作成～把握が難しい食費の聞き取り…7分24秒

§5：番外編・相談時家計表が黒字になった事例…3分46秒

§6：家計計画表の作成…8分11秒

§7：ライフイベント表、キャッシュフロー表、家計再生プランの作成…6分55秒

§8：家計改善支援のまとめ…4分22秒

「グリーンコープ生活協同組合連合会のホームページ」

https://www.greencoop.or.jp/seikatsu_konkyusha_shien/

生活困窮者自立支援等の取り組み

令和3年度厚生労働省の社会福祉推進事業で開発した「家計改善支援学習サイト」と、平成30年度の社会福祉推進事業報告、「グリーンコープエリアにおける生活困窮者自立支援事業の受託状況」を掲載しています。それぞれのバナーをクリックするとご覧いただけます。

The banner features a central illustration of three people (two men and one woman) standing together. To the left, there are three smaller illustrations: a person at a desk, a person holding a document, and a person at a computer. To the right, there are two smaller illustrations: a person at a desk and a person holding a document. The text on the banner reads: '相談者とともにすすめる『家計改善支援』のすすめ' (Recommended 'Home Budget Improvement Support' with the consultant), '家計改善支援の基本姿勢と家計改善支援の主要な帳票の作成を学ぶことができる学習サイトです' (This is a learning site where you can learn the basic attitude of home budget improvement support and how to create the main documents of home budget improvement support), and '令和3年度家計改善支援学習サイト >' (Home Budget Improvement Support Learning Site, Reiwa 3). A green button with 'TOPへ' (Back to Top) is located at the bottom right of the banner.

参考資料

次頁以降は、ここまで学んでいただいたことをさらに深めていただくために、下記の項目について説明した参考資料です。

家計改善支援の本来のあり方や、相談者を理解するための前提となる考え方や相談者の心の動きなどについて説明しています。相談支援の基本姿勢や相談員としての心がまえを大切にしながら相談支援に役立てていただきたいと思います。

- ・「家計管理・出納管理」と「金銭管理」の違い
- ・よくある質問

「家計管理・出納管理」と「金銭管理」との違いについて

1 「家計管理・出納管理」と「金銭管理」とは？

① 家計管理・出納管理の分野

家計改善支援

家計管理や出納管理の分野は「家計を管理したいがどうすれば良いかわからない」「何故だかわからないが家計が成り立たないので何とかしたい」などの家計の収支に課題があることが意識でき、問題への解決意思のある人を対象とします。

1) 1ヶ月単位の家計管理の方法をアドバイスする

1ヶ月の家計収支の予算が決まったら、その予算内でどのように生活するかをアドバイスし、相談者のやる気につなぎます。1ヶ月は家計改善支援の基本的な家計収支の単位で、ほとんどの相談者に適用する。1ヶ月を単位に出納管理のツールの紹介なども行います。

2) 出納管理で節約術をアドバイスする

1ヶ月の家計管理のアドバイスに基づいて生活してみても予算内で生活できない場合は、レシートなどを集め、その内容も含め見直し、購入品に偏りがないか無用な買い物がいないかを相談者と一緒に相談し、節約のための方策をアドバイスします。

3) 年単位での家計管理の方法をアドバイスする

将来にわたるそのご家庭の家計収支の動きを把握し、どのように家計を維持していくのか、どのような生活をしていくのかをアドバイスをし、1～3年のスパンでの計画を立てます。子どもの多い家庭は特に有効です。

② 金銭管理の分野

何らかの障がいや課題を抱えているため、例えばお金の管理をしたいと思っていても自分では抑制が効かない、もしくは困り感がなくほとんど家計管理ができない人が対象となります。

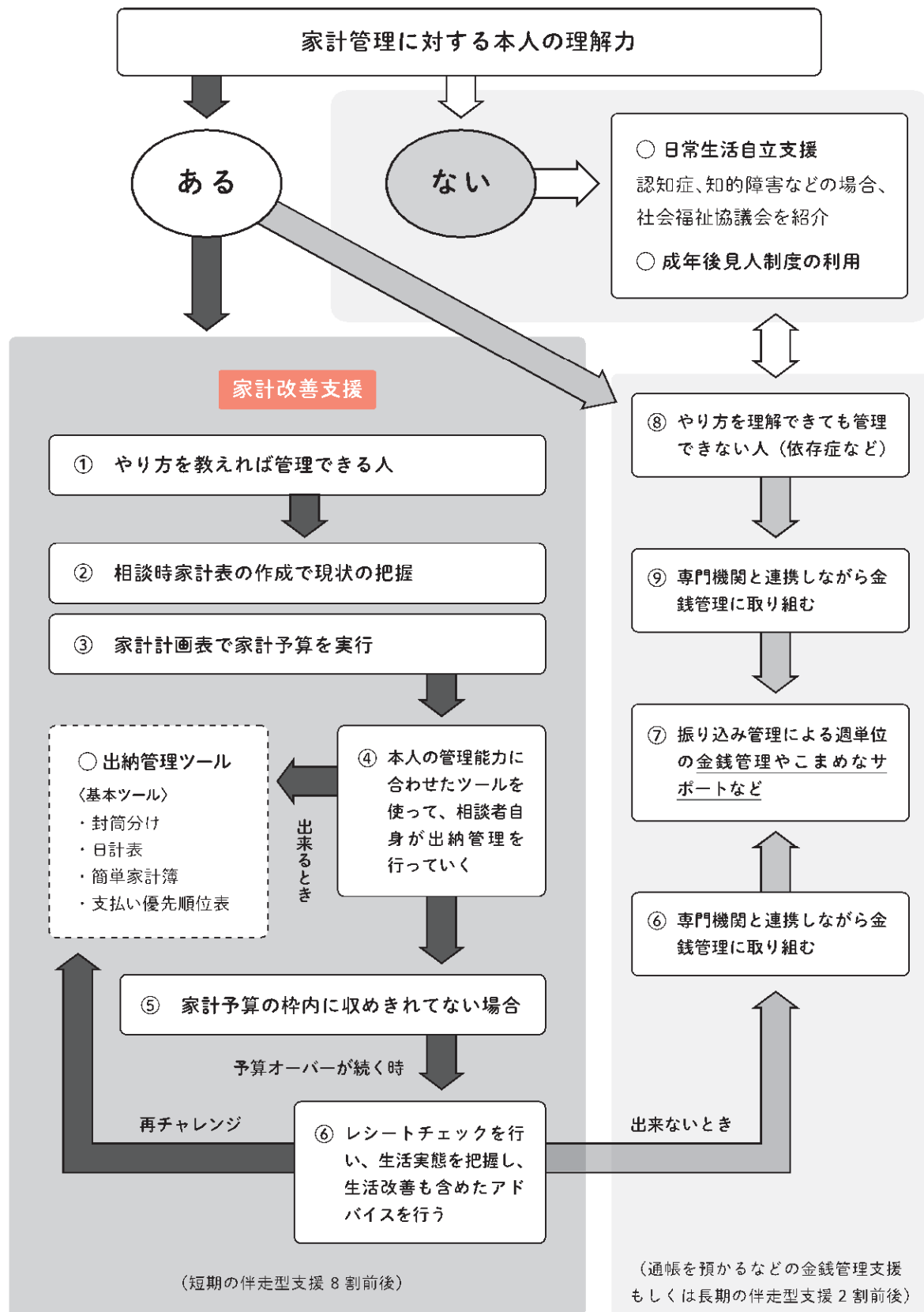
1) 社会福祉協議会の日常生活自立支援事業を利用します

2) 成年後見制度を利用します

3) 1)、2) には該当しない場合でも、支援事業所との契約に基づき、より密着した金銭管理支援を行う場合があります。預貯金の出し入れや日常生活費の週単位での管理、日々での管理など、取り組み方は多様です

2 相談に来た人の理解力に応じた家計管理から出納管理、金銭管理への流れ

家計改善支援



よくある質問

Q:どのような相談多く、背景にはどのような課題がありますか？

(相談者の悩み)



よくある相談内容 (例)

- ・多重債務で借金がふくれ、生活費が足りない。
- ・生活保護受給ができないと言われた。
- ・就労が出来ず収入がない。
- ・電気・ガス・水道代などが支払えず、ライフラインが止まりそう。
- ・家賃が支払えず、退去命令がでている。
- ・保護費を落として困っている。
- ・仕事が決まったがそれまでの生活費が不足している。
- ・母子家庭で今の収入では生活費が足りない。
- ・滞納や借金をまとめて返済して、月の支払を少なくしたい。
- ・子どもの入学金が足りない。
- ・お金がなく車税の支払いや車検が出来ず困っている。
- ・身内の冠婚葬祭のためのお金がない。
- ・家賃が安い所に引越したいが引越しの資金がない。

お金の問題

- ・借金の返済
- ・税金の滞納
- ・電気代、ガス代、水道料金滞納
- ・民間や公営住宅の家賃滞納
- ・保育料の滞納
- ・校納金の滞納
- ・国民健康保険の滞納
- ・国民年金の滞納
- ・介護保険料の滞納
- ・住宅ローンの滞納
- ・利用できる給付や減免制度に気付いていない

背景にある本人の精神的な課題

- ・就労が安定せず、対人関係や就労への不安を抱えている。
- ・面談をする中で、うつ症状や対人不安や発達障がいが見受けられる。
- ・病気を抱えているが病院に通院できていないなど。
- ・家族との共依存関係など。
- ・虐待、育児ノイローゼなど。
- ・独居高齢者で支援が必要。
- ・ギャンブル・アルコール依存。

背景にある家族の問題

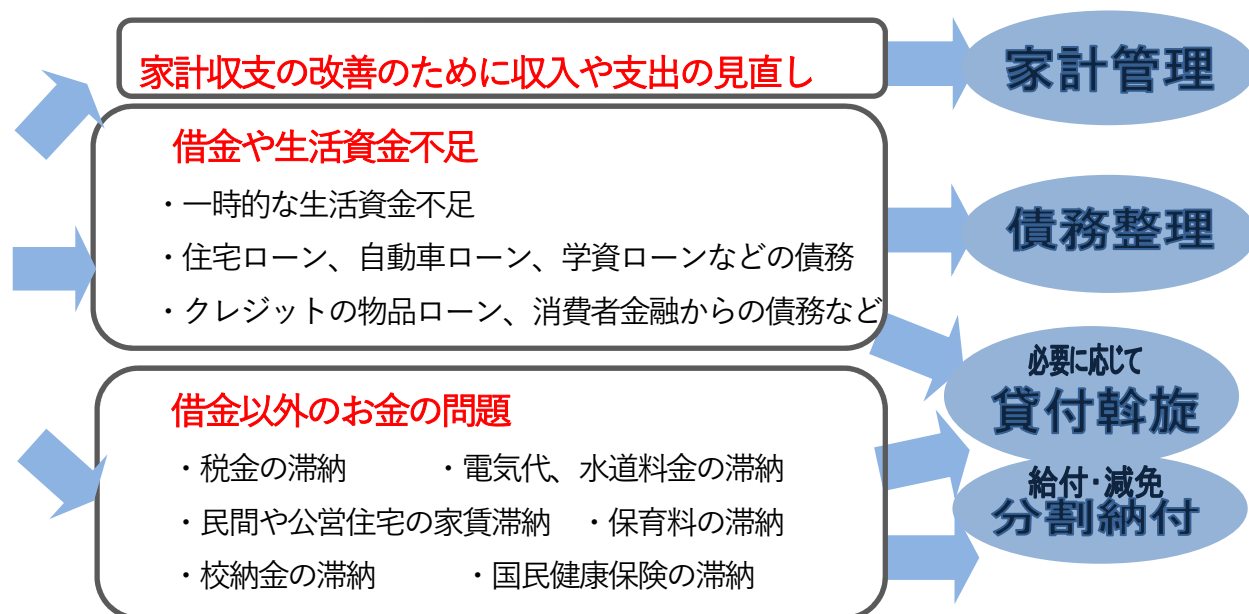
- ・家族に障がい者がいるが、必要な支援を受けていない。
- ・家族にうつ症状・対人不安・パニック障がい・発達障がいがある。
- ・DV（経済、家庭内暴力）被害がある。
- ・ギャンブル・アルコール等依存症を抱える家族がいる。
- ・ひきこもり、登校拒否等の家族がいる。
- ・認知症の家族を抱えている。
- ・家族が生活費を入れない、または生活費をあてにされている。

自立相談支援事業所や
各関係機関との連携



相談者自身が課題と
気づいていないことにも
本人の気づきを促し、
解決のための継続した
相談につなぎます。

Q:家計改善支援で解決していくのはどのような相談内容ですか？



Q:家計改善支援が必要なのはどのような状況の方ですか？

- ① 多重債務もしくは過剰債務を抱え、返済が困難になっている人
- ② 債務整理を法律専門家に依頼した直後や債務整理途中の人
- ③ 収入よりも生活費が多く、借金に頼ったり、支払いが滞らざるを得ない人
- ④ 収入が少なかったり波があるが、生活保護の対象とならず、家計が厳しい状態の人
- ⑤ 家族で家計について話したことがなく、それぞれが勝手にお金を使っている人
- ⑥ カードに頼って生活や買い物をして、家計の収支やいくら借金があるのか把握していない人
- ⑦ 収入はあり、生活はできているが、家賃をはじめ、水道光熱費、校納金、給食費、保育料などの滞納を抱えていたり、税金などを延滞している人
- ⑧ 就労先が決まったが収入が得られるまで時間がかかり、生活資金の貸付を予定している人
- ⑨ 児童扶養手当や年金の支給など月単位の収入ではなく2～4ヶ月単位の収入があり、支出も月単位で変化があり、家計管理が難しい人
- ⑩ 生活保護受給者であるが就労収入や年金収入があり、保護費減額などにより収入管理が難しい人

ただし、上記の状況の発生が重い障がいなどに起因する場合や相談者の管理能力のはなはだしい欠如などにより発生していると思える場合、何らかの心理的背景があり家計を維持したり管理すること自体を拒否されている場合などは、家計改善支援と同時に、そもそもの課題を解決するための支援も同時に必要となる。

それは、家計改善支援は相談者の意思と相談者の理解に基づき家計を再生することを支援するというのが基本であるため、相談者の理解や能力が伴わない場合は専門機関との連携や別の方策が必要となる。