中国語
中文

リンク

悩みごとを抱えた外国人住民や多文化ソーシャルワーカーのための社会資源ガイド

外国居民和多元文化社会工作者的社会资源指南

法律上

钱

孩子和家人

老人护理

内心

蛰居族

障碍



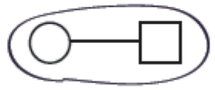
この本は、対面や電話などで、外国人住民の様々な悩みごとの相談活動を行っている人を主たる読者と想定しています。

2020年 3月31日　多言語版発行【英語・中国語・タガログ語・ポルトガル語・スペイン語】
発 行 者　認定特定非営利活動法人茨城 NPO センター・コモンズ
編集協力　「茨城のセーフティネットのための社会資源リスト編集委員会」
ＴＥＬ　0297-44-4281
メール　global@npocommons.org
表紙デザイン　篠崎智子

2019年度　独立行政法人福祉医療機構　社会福祉振興助成事業

和资源的指南“经济上的苦恼”

有为难事的人的例子



40多岁夫妻两人的生活。
两个人过去都有个人破产的经验。
丈夫工作不持续,收入不稳定,所以拖欠房租。
妻子有病,却没钱去医院。
夫妻俩都不靠父母，不愿意和父母联系，而拒绝申请生活保护。
因拖欠房租，被告知退出公寓，所以为难。

以下各章节列举出的制度情报也介绍包括各章节的每种困难情况的对象范围以外的情况

紧急・暂时的支援

不想搬出公寓，
但是付不起房租

支付确保住房的补助金

对象不满65岁的人,离职后2年以内,因离职而失去住房或者可能会失去住房的人
期间 原则上3个月，最多到9个月为止
申请窗口 所住的地方的福利事务所

有关收入的条件请向县福利指导课询问
☎ 029-301-3164

没有钱

生活福利资金

窗口 市町村社会福利事务所

资金种类	内容	贷款限度额	贷款利息	固定期间	偿还期限
(1)综合支援资金					
① 生活支援费	在重建生活期间需要的生活费用	2人以上家庭每月20万日元以内(单身家庭15万日元以内) ※贷款期限原则上为3月,最长可延长至12月。	连带保证人有无利息 无.年1.5%	从贷款日开始的6月以内(在分期付款的情况下,从最终贷款日开始至6月以内)	延期期间后10年以内
②住房入住费	为签订租借合同必要的押金等费用	40万日元以内			
③ 临时生活重建费	暂时必要的而且日常生活费难以维持的费用	60万日元以内			
(2)福利资金					
① 福利费	在日常生活中或者为自立生活做贡献时,可能需要临时的费用	580万日元以内 ※根据资金目的而不同。	连带保证人有无利息 无.年1.5%	贷款日开始到6月以内(在分期付款的情况下,从最终贷款日开始至6月以内)	延期期间后20年以内 ※根据资金目的而不同
② 紧急小额资金	紧急而且暂时很难维持生计的情况下贷付少量的费用	10万日元以内	无息 ※不需要连带保证人	从贷款日开始2月以内	延期期间后12月以内
(3)教育支援资金					
① 教育支援费	依照学校教育法规定的去高中，大学，或高等专门学校就学所必要的经费	高中月额35,000日元以内 高专月额6万日元以内 短期大学每月6万日元以内 大学月额65,000日元以内 ※特别是在认为有必要的情况下,最高可贷款上述贷款上限额的1.5倍。	无息	毕业后6月以内	延期期间后20年以内
② 入学准备费	依照学校教育法规定的在进高中，大学，或高等专门学校入学时必要的经费	50万日元以内			
(4)房地产抵押型生活资金					
① 房地产抵押型生活资金	对于拥有一定的居住用的房地产，而且将来希望一直在该住房居住的高龄者家庭，以该房地产作为抵押贷付生活费的资金	70%的住宅房地产评估(宅地)	年3%或长期优惠利率较低的一方	合同结束后3月以内	延迟时间结束时
② 面向需保护家庭的房地产担保型生活资金	对于拥有一定的居住用的房地产，而且将来持有该住房，或希望一直在该住房居住的要补助的高龄者家庭，以该房地产作为抵押贷付生活费的资金	70%的住宅房地产评估(宅地)			

※因为各资金种类有条件等,所以请向居住地的市町村的社会福利协议会确认。

好几天什么都没吃

向与社会福利协会和贫困者支援组织合作的食品银行探询食品的提供

由街头生活者组织配发食品
真心网络（县内全区域）☎029-275-4407
※仅限于紧急时的暂时应对

茨城食品银行不直接给个人提供食品
在有关设施或支援组织（比如、共享等）进行个别同行支援的时候，有可能从那里分送食品
重要的是事先与食品银行保持合作关系
（茨城食品银行
☎ 029-874-3001）

被逼还债，很为难

有关多重债务的咨询

可以请律师介入债权者之间，得到可分期付款的允许，并可不许与债务者联系。

详细在第十页

不知道能否得到生活保护

首都圈生活保护支援法律家网络（关东）

☎ 048-866-5040
平日 10:00-12:00
13:00-17:00

因为没去医院，身体状况恶化

在紧急情况下可叫救护车去医院

没有保险证的情况下，医疗费用要全部承担
如果以前有未付的国民健康保险费，可以和区政府的国民健康保险的主管科商量
若取得有限期的保险证就可以只付30%的费用

生活保护被认可的话 医疗费不用自己负担

拖欠的保险费哪怕是一点一点地还也要支付才是重要的。
不付的话 医疗费要全额承担

免费低额诊疗事业

基于社会福利法第2条第3项第9号，适用的医疗机关需向贫困者免费或低额提供医疗

事先请向实施的机构询问

龙崎济生会医院(龙崎市)	☎ 0297-63-7111
城南医院(水户市)	☎ 029-226-3021
水户济生会综合医院(水户市)	☎ 029-254-5151
白十字综合医院(神栖市)	☎ 0299-92-3311
神栖济生会医院(神栖市)	☎ 0299-97-2111
常陆大宫济生会医院(常陆大宫市)	☎ 0295-52-5151
蓝天診所(取手市)	☎ 0297-72-6137
城南医院附属诊所(水户市)	☎ 029-226-3022
Sanruna小寺内科诊所(土浦市)	☎ 029-869-8882
旭台医院(石冈市)	☎ 0299-26-2131

中・長期的支援

想重建生活

在生活贫困者自立支援法中的家庭生计咨询的支援

对象 是生活贫困者而且家庭收支得不到平衡，家庭生计抱有问题的人
内容 支援制作家庭收支表，支援出纳管理，解除（房租、税等）的拖欠和支援各种补助制度的利用，有关整理债务的支援，介绍贷款等支援

福利事务所(任意事业)

厚生劳动省
生活贫困者自立支援制度

想从事条件较好的工作

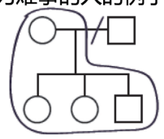
支援求职者制度（职业训练，听课补助费）

不能领取就业保险的人在职业介绍所的指示下，接受职业培训的时候，每个月可领取10万日元作为听课津贴和定期津贴的制度
满足条件的人可以从劳动银行贷「求职者資金貸款」

条件
本人收入每月在8万日元以下
家庭收入每月在25万日元以下

联系处和资源的指南“孩子和家人的苦恼”

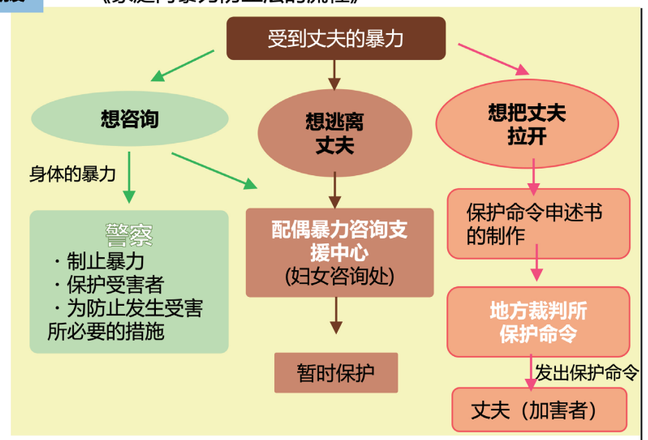
有为难事的人的例子



丈夫的暴力很严重 和3个孩子离家出走了。
出走之后想着丈夫还来的话感到害怕。
有了新伴侣，但是高中生的长女有时不回家了。
中学生的二女儿受欺负而不去学校了，但是想让她上高中。
小学生的长男因伴侣的语言暴力而说不出话来了。

紧急・暂时的支援

《家庭内暴力防止法的流程》



想逃离家庭内暴力的受害

县妇女咨询处（配偶暴力咨询支援中心）
有关家庭内的暴力问题、离婚、夫妇和父母子女的烦恼咨询。实行暂时保护。
☎ 029-221-4166
平日　9:00-21:00
星期六・日・节假日
9:00-17:00

暂时住的地方

母子生活支援设施
因离婚等而生活困难的母子可以入所的设施。
退所后还实行自立支援。
市町村的母子福利负责科室

有关家庭内暴力的电话咨询

家庭内暴力的求助电话 女性网络RISE
☎ 029-227-5757
星期三・星期五 10:00-15:00

全国共通家庭内暴力热线
☎ 0120-956-080
星期一～星期六 10:00-15:00

警察总部「有勇气的电话」(性犯罪受害)
☎ 029-301-0278
平日8:30-17:15

想得到面向自立的支援、经济上的援助

母子・父子福利资金贷款
向扶养未满20岁的儿童而没有配偶的女性借给事业、修学、修业、住宅、医疗护理、生活等必要的资金。
市町村的母子福利负责科室
县民中心等
生活资金是每月105千日元为止

寡妇福利资金贷款
给没有孩子的寡妇、孩子已到20岁而没有配偶的女性贷款
市町村的母子福利负责科室
县民中心等

单亲家庭等医疗费补助
使用健康保险证自己负担的医疗费的全部或一部分补助
市町村的儿童福利负责科室

儿童抚养补贴
儿童1人的情况下 全部支付是月额42,330日元
2人的情况下 补加10,000日元、从第3人开始补加6000日元
市町村的儿童福利负责科室
还有为监护有障碍的孩子的人的特别儿童抚养补贴

就学援助制度
如经济困难的情况下、向生活保护家庭和教育委员会认可的准要保护的人支付学习用品和修学旅行费用、伙食费用等
学校、教育委员会

想工作

母子家庭等就业、自立支援中心
就业咨询,技能讲习,免费职业介绍
☎ 029-233-2355
星期一~星期六　9:00-17:30
(第2·4星期六　9:00-16:00)

日常生活支援事业(派遣保育和家事帮手)
市町村的母子福利负责科室

养育子女短期支援事业（临时托儿）
市町村的儿童福利负责科室

职业介绍所　母亲沙龙
面向边就职边育儿的人的咨询。
平日8:30-17:15

水戸	☎ 029-231-2050
日立	☎ 0294-21-6441
土浦	☎ 029-822-5124
古河	☎ 0280-32-0461
龍ケ崎	☎ 0297-60-2727
常陸鹿嶋	☎ 0299-83-2318

想咨询有关孩子的烦恼

儿童咨询处（儿咨）
有关育儿困难、虐待儿童、发育迟或发育障碍、非法行为、不上学、设施入所的咨询
平日8:30-17:15

中　央	☎029-221-4150
日立分室	☎0294-22-0294
鹿行分室	☎0291-33-4119
土　浦	☎029-821-4595
筑　西	☎0296-24-1614

市的家庭儿童咨询室
与儿咨接受同样的咨询并与儿咨联手应对家庭儿童咨询人员对孩子的养育及养育的经济问题等进行咨询
各市的儿童福利负责科室

儿童家庭支援中心
与儿童部和城市家庭儿童咨询室合作，专家将提供与社区密切相关的咨询支持。
并设儿童养护设施

同仁会儿童家庭支援中心（高萩市）
利用日平日9:00-17:00　星期六星期天也可受理
☎ 0293-22-0318
電話咨询是24小时

儿童家庭支援中心 「道心」 （土浦市）
利用日　星期一～星期五　第2、4星期天　9:00～18:00
☎ 029-824-3715
紧急时是24小时应对

防止虐待儿童

茨城虐待热线
有关儿童虐待的咨询、通报
☎ 0293-22-0293
每日24小时

非法行为的咨询

有问题行动的儿童的咨询（县立茨城学园）
☎ 029-295-2020
平日8:30-17:15

少年援助中心（县警）

水戸	029-231-0900
筑波	029-847-0919
平日	8:30-17:15

不上学、受欺负等

儿童的教育咨询（县教育研修中心）
☎　029-225-7830
平日8:00-22:00

解消受欺负・体罚的援助中心（教育办事处）
星期一・星期三 9:00～16:30　星期二、星期四、星期五9:00～18:30　也受理短信咨询

水户	029-221-5550
县北	0294-34-4652
鹿行	0291-33-6317
县南	029-823-6770
县西	0296-22-7830

担心孩子的发育

担心孩子发育的咨询（県教育研修中心）
☎ 0296-78-2777
平日9:00-16:30

儿童专用电话咨询

儿童热线　（县义务教育科）
☎ 029-221-8181
24小时

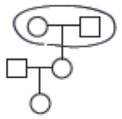
民间的电话咨询

橙色线
认定NPO茨城防止虐待儿童网ｉ
除了因孩子的虐待而烦恼的人的咨询外、对想着帮助孩子的人律师也提建议。
☎ 029-309-7670
星期一、星期三、星期四
10:00～15:00

联系处和资源的指南　“内心的苦恼”

制度 制　资金 ¥　团体　事业　人　电话 ☎

有为难事的人的例子



60多岁的夫妇、丈夫每天晚上喝酒，半夜里闹事的情况增多。
丈夫说「活着也没办法」「睡不着」，不断地喝酒却不承认是酒精中毒症。
家人不知道该怎么办，怀着难过的心情生活着。

想商量内心的苦恼

茨城县精神保健福利中心

有关心灵的健康、心病、蛰居族、精神医疗、回归社会、酒精、药物中毒的咨询，思春期精神保健咨询，有关痴呆症的咨询等 以下所有的精神保健可进行全面的咨询对应。

水户市笠原町999-3

一般的咨询

新的咨询设在、星期二、三、四　（完全预约制）
对人际关系、心病等烦恼，可接受本人、家人、相关机关的咨询。

☎ 029-243-2870 预约用
受理　平日8:30～17:15
除去节假日，年终年初

想咨询思春期的烦恼

新的咨询设在、星期二、三、四　（完全预约制）
学校、人际关系、摄食障碍等的烦恼

想咨询酒的危害

面向有饮酒问题家庭的咨询
第3星期四　13:30～15:00　精神保健福利中心
第4星期四　13:30～15:00　土浦保健所

想咨询药物的问题

第1、第3星期四 在中心进行咨询对应
第2星期五　10:00～　筑西保健所
第4星期五　13:00～　潮来保健所
第3星期五下午龙崎保健所
第4星期五下午潮来保健所

各保健所的精神保健咨询（心理咨询）也可应对药物的咨询
电話（随時）　面谈（要预约）

想通过电话咨询

☎ 茨城心灵热线

平日　9:00～12:00　13:00～16:00
节日，年终年初休息
星期六，星期天　9:00～12:00　13:00～16:00
年终年初休息

☎ 029-244-0556
☎ 0120-236-556

☎ 茨城生命电话

因有问题而感到不安和孤独的人的咨询
筑波 整年不休　24時間受理　029-855-1000
水戸 整年不休　13:00～20:00　029-350-1000
免费电话　每月10日　8:00～次日8:00
0120-738-556

☎ 029-855-1000
☎ 029-350-1000
☎ 0120-783-556

☎ 贴心热线

一般社团法人社会包容支援中心
接受因各种各样的事情而苦恼的人的话，为共同考虑解决方法的电话咨询 24小时 电话免费

☎ 0120-279-338

想面对面咨询

（公财）茨城咨询中心

有关工作者和家庭的苦恼的咨询
面谈咨询 （预约制　1次50分　3,240日元）
面谈日　星期一～星期六　10:00～18:00（节假日休息）

☎ 029-225-8580
水户市樱2-2-35

日本产业咨询协会

面对面的免费咨询 原则上在第二星期日实行

预约是 ☎ 029-271-9287
受理　平日10:00-17:00

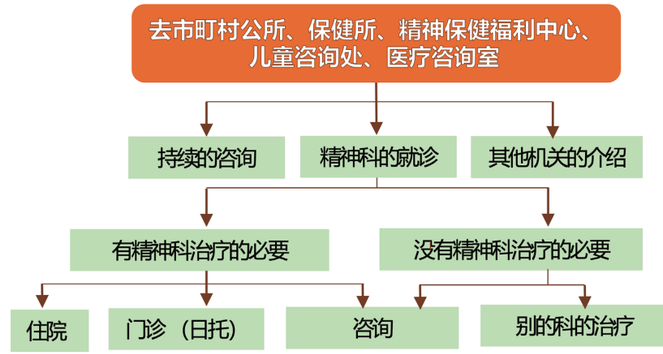
想去医院看病

县立精神医疗中心

在县里是唯一的公立的精神科专门医院

门诊是预约制
☎ 0296-77-1151
笠间市旭町654

茨城医疗机关信息网



出处 医学书院发行「2014年度版医疗福利综合指南手册」

选择医院的方法

	精神科医院	精神科诊所	综合医院	
			神经科或者是精神科	心理治疗内科
主要对象	需要住院的人 看门诊的人	没必要住院要看门诊的人	看门诊的人	身心疾病（跟心理・社会的因素有关的身体疾病）的人
能接受的服务等	治疗・用药、日托、上门看护、咨询			治疗・用药、咨询
		没有住院设施的地方多	一般急救医疗	内科的治疗
有利之处	・可以住院 ・可以接受康复治疗等专门的治疗	・有从白天到下午、晚上和星期六也进行诊疗的医院，工作不用休息也可以看门诊 ・在自己住的地方可以在过日常生活的同时接受治疗	・有比单科的精神病院随时都能容易去受诊的要素 ・有身体疾病的情况下，容易和其他科进行联手，适合于综合性的治疗	

※这里所说的急救治疗并不是精神科急救，而时一般性的急救。

医疗费的补助

制 自立支援医疗（精神障害关系）

精神科门诊费自己付的费用可以减至1成的制度

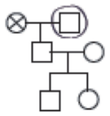
对象　综合失调症、躁狂抑郁症、抑郁症、癫痫、痴呆症、药物中毒症、或者是从事精神医疗有3年以上经验的医生判断有必要的人
利用方法　申请书、医生的意见书、家庭详细记录、健康保险证、能证明所得税金额的资料备齐提交给市町村

也有对一成负担给与补助的自治体区

依本人的收入設定每月金额的上限

联系处和资源的指南　“伴随着高龄的苦恼”

有为难事的人的例子



70多岁一个人过日子的A先生，
最近发生忘记喝药和忘记东西放在什么地方的事增加了。
自己也担心会不会丢了印章。
孩子家庭在邻县，一年只回几次家，想叫回家来但被拒绝了。
往后变痴呆症的话怎么办，会不会遇上诈骗而受害，
觉得很不安，但是不知该怎么办。

不论日常生活自立支援事业、还是成年人监护制度，
都是针对高龄者以及、障碍者等判断能力不够的人为对象。

制

日常生活自立支援事业

支持因痴呆症、智力障碍、精神障碍等造成判断能力不够的人、支援他们在住惯的地方能独立生活的制度。不只限于住在家的人、在设施和医院入住的人也可以利用。

不知道福利服务的利用手续

①福利服务利用援助
・有关福利服务利用手续的援助、信息提供
・福利服务利用费用的支付
・解决投诉制度的利用手续
・提交居民票等行政手续
・有关住房改造和住房租赁的咨询
・有关商品购入时投诉处理的手续

金钱的存取和支付感到不安

②日常金钱管理的支援
・每天生活所必要的金钱收支
・公共费用・房租・税款・医疗费等的支付
・领取退休金及福利补助

存折和印章的管理感到不安

③寄存资料
・印章、存折、退休金证书、房地产权利书、保险证书等

<制度利用的流程>

咨询受理	市町村社会福利协议会
咨询・支援计划制作	市町村社协专门人员
合同	利用者和社会福利协议会
支援的人	生活支援人员・专门人员

		日常生活自立支援事业	成年人监护制度
有关日常生活的事情	日常的金钱管理	○	○
	领取退休金的手续	○	○
	存折和印章的保管	○	○
有关疗养・看护的事情	福利服务的合同	○	○
	医院入院的合同	×	○
	确保医疗・住房	×	○
	设施入退所的合同	×	○
有关财产管理的事情	房地产的处置和管理	×	○
	遗产的分配	×	○
	消费者受害的取消	△	○

△是只限手续的支援

制

成年人监护制度

成年人监护制度是某人（以下「本人」）的判断能力因精神上的障碍而不足的情况下（痴呆症高龄者、智力障碍者、精神障碍者等）、对其本人从法律上保护、支持的制度。

成年人监护制度

- 法定监护制度（从法律上的监护制度）
  - **成年人监护**　本人的判断能力完全没有的情况下、家庭裁判所选出**监护人**
  - **助理**　本人的判断能力明显不足的情况下、家庭裁判所选出**助理人**
  - **辅助**　本人的判断能力不足的情况下、家庭裁判所选出**辅助人**
- 任意监护人制度（依据合同的监护制度）

在本人还有判断能力的时候、以备将来判断能力变成不足的状态时、可以预先制作公证书订立任意监护人的合同、事先选出任意监护人。

成年人监护制度的利用手续
①向家庭裁判所提出申请
②本人的精神能力鉴定
（监护、助理的情况下）
③医生的诊断书
（辅助、任意监护的情况下）
④由家庭裁判所调查官
审问・审判
（监护人等の选任）
⑤监护人等登记
⑥支援的开始

制

任意监护制度

任意监护制度是指本人根据事先以公证书而签订的任意监护合同、在本人判断能力变得不足的时候，任意监护人来支援本人的制度。从家庭裁判所选任出任意监护监督人的时候，合同就开始生效。

成年人监护制度的种类

	监护	助理	辅助
成为对象的人（本人）	完全没有判断能力的人	判断能力明显不足的人	判断能力不足的人
可以提出申请的人（申请人）	本人、配偶者、父母和孩子及孙子等直系亲属、兄弟姐妹、叔父、叔母、外甥、侄子、堂兄弟、配偶者的父母・孩子・兄弟姐妹		
关于申请的本人的同意	不要	不要	需要
医生的鉴定	原则上需要	原则上需要	原则上不需要
成年监护人等同意而且可以取消的行为	日常购物等与生活有关的行为以外的行为	重要的财产关系权利得失行为等（民法第13条1项记载的行为）	申请范围内裁判所规定的行为（仅限民法第13条1项记载的行为的一部分）（需要本人的同意）
被授予成年监护人等的代理权	有关财产的所有法律行为	申请范围内裁判所规定的特定行为（需要本人的同意）	

去到哪里咨询才好

制

地区包容支援中心

为了对地区的高龄者从护理、保健、福利、医疗等各方面给与综合的支持，基于护理保险法市町村设置的综合窗口。
也应对财产管理和防止虐待等的咨询。

痴呆症护理顾问

具有痴呆症护理的专门知识的设施职员接受咨询应对的进修，在地区包容等处登记。

公益社团法人　成年人监护中心

法律援助茨城支部　（司法书代人）

茨城県社会福利士会　权利保护・成年人监护中心

「合作伙伴茨城」

向经常就诊的医生咨询，有必要的话请他介绍专门医生。

怎样才能接受诊断

痴呆症疾患医疗中心

县指定专治痴呆症的医疗机构
包括筑波大学附属病院７个医院被指定。

希望能和家人商量

公社）痴呆症的人和家人的会　茨城支部

痴呆症免费电话咨询
平日12:00～16:00　节假日　年终年初休息

护理痴呆症高龄者家人的会

日立市微风的会
护理痴呆症家人的会小兔子
町中交友馆MADOKA

县保健和社区关怀促进課
地区包容支援中心一览表

市町村的护理保险・高龄福利负责人和各保健所也应对咨询。

免费电话咨询
☎ 029-302-3166
受理　平日　9:00-12:00
　　13:00-17:00
受理后由负责人打电话来

☎ 029-244-9030

对于那些关心健忘的人来说，
还有一个「健忘门诊」

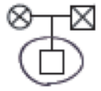
筑波大学附属医院
☎ 029-853-3645

☎ 029-828-8089

☎ 0294-35-6644
☎ 0299-77-9173
☎ 029-867-6117

联系处和资源的指南 “法律上的苦恼”

有为难事的人的例子



30多岁的男性N先生、父母早去世了、将父亲的欠款也继承了。
工作了一点点地还债，但是暂时生病、收入减少的时候向高利贷借钱，
结果从此借了还还了借，不断重复。不能接受生活保护、
没有保证人也不能接受生活福利资金的贷款的情况下，
精神上、经济上都处于濒临绝境的状况。

想向律师咨询

县律师会法律咨询中心

实施收费的面对面咨询 30分钟以内5,500日元

水户	星期一～星期五	13:00～16:00
土浦	每周星期四	10～12 13～16 18～20
下妻	每周星期一	13:30～16:30
鹿嶋	每周星期四	13:30～16:30
日立	每周星期四	13:00～16:00
龙之崎	每周星期三	13:00～16:00
守谷	每周星期三	13:00～16:00

预约电话号码

029-227-1133
029-875-3349
0296-44-2661
029-227-1133
029-227-1133
029-875-3349
039-875-3349

也可以在网上预约

律师
想商量

法律平台

法律平台（日本司法支援中心）是由国家设立的为解决法律上的困扰的综合问讯处

○提供信息
针对因法律上的困扰而苦恼的人的问讯，向他们介绍提供适合的法律制度、相关机构（法律咨询・公共机关窗口等）的信息

※但是、提供信息的窗口是不可以进行个别的法律咨询或法律上的判断。
（希望介绍制度或手续、希望个别法律咨询的情况下，由各种法律咨询窗口作向导）

○民事法律扶助
收入和资产在一定额以下的人有法律上的困扰时可利用的制度有下面的①～③种。
①由律师进行的法律咨询援助
②代理援助（垫付律师・司法代书人的费用）
③援助律师・司法代书人制作文件
（垫付由律师・司法代书人制成向裁判所提交的文件所需的费用）

○震灾法律援助
東日本大震灾当时、住在适用灾害救助法地区的个人可免费利用法律咨询，而与收入和资产无关
（咨询内容也可以是震灾以外的内容）

法律平台茨城
水户市大町3-4-36
大町大厦3楼

法律平台援助电话
（提供信息专门电话）
☎ 0570-078374

受理时间
平日　9:00-21:00
星期六　9:00-17:00

法律平台茨城地方办事处
☎ 050-3383-5390
平日　9:00-12:00
　　13:00-17:00

※法律咨询是预约制
※对于同一案件、可利用３次
※垫付费用需要审查
※原则上每月分期支付、
　受生活保护的家庭也有
　免费的情况

□灾害救助法适用地区
除去守谷市・坂东市・八千代町・五霞町・境町的37市町村
（茨城县外也有对象地区）

想整理欠款

电话咨询窗口

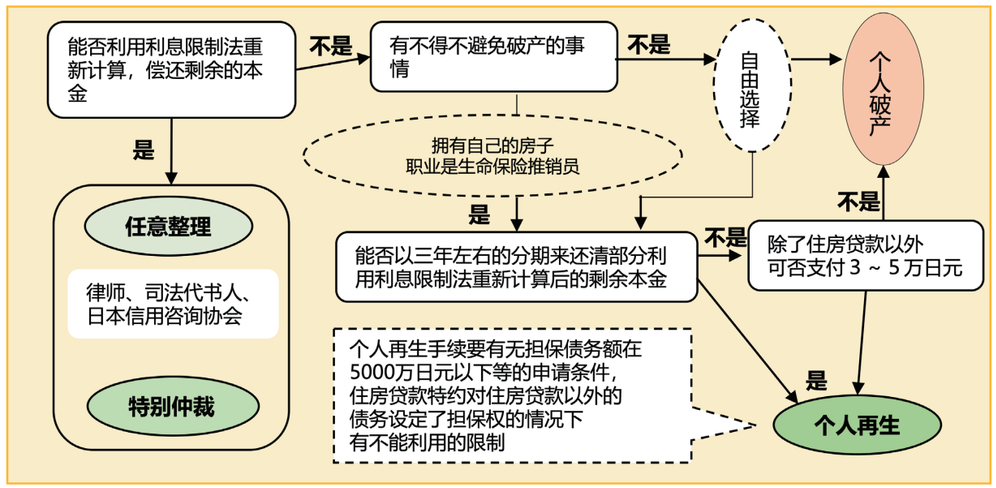
茨城县消费生活中心
星期一～星期五9:00-17:00　星期日9:00-16:00
☎ 029-225-6445

茨城司法代书人综合咨询中心
星期二16:00-18:00
☎ 029-212-4500
☎ 029-212-4515
☎ 029-306-6004

关东财务局水户财务办公处多重债务咨询
平日8:30-12:00 13:00-16:30
☎ 029-221-3190

法律平台援助电话（咨询窗口向导）
平日9:00-21:00　星期六9:00-17:00
☎ 0570-078374

选择从多重债务的救济方法



解决方法的不同是

多重债务的解决方法

方法	概要	长处	短处
任意整理	不利用裁判所等、通过与债权者的交谈达成和解的私人形式的债务整理。	律师等代理人与债权者交涉、可以用柔软的对应方式整理。	①托付给律师办理的话要花费用。 ②和解不成立的话，没法进行债务整理。
特定调停	利用裁判所、通过调停委员会与债权者交涉、整理债务。	①债务可以大幅度的减少，而每月的偿还额也可减少。 ②可以整理一部分的债务。 ③可以守住财产。	①有安定收入为条件，可以持续每月的偿还。 ②和解不成立的话，没法进行债务整理。 ③不守约的话，会受到债权者的强制执行。
个人再生手续	利用裁判所、通过调停委员会以再生计划为基本、将一部分债务分期偿还。剩下的债务要求免除。	①可以大幅度地将债务减额。 ②有住房贷款的情况下、继续支付房款可保住住房。	①以律师接受为前提花费时间。 ②有安定收入为条件。 ③在官方公报上公开姓名、地址。
自我破产	利用裁判所、将全部财产分配给债权者。剩下的债务要求全额免除。	根据免责的决定、剩下的债务的支付义务可免除。	①不能就任律师、公认会计师等一定的职业。 ②有资产的情况下、破产管财人将把财产处理掉分配给债权者。 ③在官方公报上公开姓名、地址。

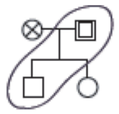
想摆脱欠款，重建生活

全国信用卡・高利贷受害者连络协议会
介绍加盟的「被害者的会」的各个被害者的会将定期举行咨询会。
☎ 03-3527-9357

联系处和资源的指南　“障碍的苦恼”

制度 制　资金 ¥　团体　事业　人　电话 ☎

有为难事的人的例子



母亲先去世了，剩下60多岁的父亲和20多岁的长男两个人过日子。
父亲做了癌症的手术之后、身体不好公司常请假，在公司里很难待想辞职、但是房子的贷款还没还完经济上感到不安。
22岁的长男就职了、但是工作上不断出错连续两次中途退职。
从此该怎么办才好感到苦恼。

有关障碍的咨询

有关残疾者（儿）的福利的咨询窗口是由各市町村应对。下述的机关接受相应各自的障碍的专门咨询。

茨城县福利咨询中心

在中心内有可以对身体障碍者和智力障碍者进行医学上的、心理上的、职能上的判定的身体障碍者更生咨询处以及智力障碍者更生咨询处的专门机构。

未满18岁的残疾儿童的障碍判定、育疗指导、入住残疾儿童设施的措施是由儿童咨询处管。

水户市三之丸1-5-38
☎ 029-221-0800

儿童咨询处　本指南第5页

茨城县精神保健福利中心

实施精神保健咨询和正在就诊的精神障碍者保健福利手册的交付并实施自立支援医疗（精神门诊）的受取者证书的认定。

水户市笠原町993-2
☎ 029-243-2971

茨城县发育障碍者支援中心

对自闭症和亚斯伯格症、学习障碍、注意力缺乏、多动症等有发育障碍的人进行咨询支援。

・東茨城郡茨城町小幡北山2766-37
☎ 029-219-1222
・筑波市高崎802-1
端029-875-3485
周一~周五9:00-17:00

茨城县难病咨询・支援中心

应对难病患者和其家族、因小儿慢性特定疾病而引起的疗养上、生活上的不安和烦恼等的咨询。

稻敷郡阿见町阿见4733
县立医疗大学附属医院内
☎ 029-840-2838
星期一～星期五
9:00-12:00　13:00-16:00

障害者百事咨询室

应对福利制度、就业、拥护权利等广泛的咨询。

水户市千波町1918
县综合福利馆内
☎ 029-244-9588

茨城县残疾人权利拥护中心

受理为了防止对障碍者的虐待的通报和咨询。

水户市千波町1918
县综合福利馆内
☎ 029-353-8663

有关就业的咨询

茨城県残疾人职业中心

以和职业介绍所的联手为基本、实施对残疾人进行专门的职业康复训练。

・把握就业希望后评估职业能力,制定适应工作场所的职业康复计划
・综合性实施职业准备讲习、向工作场所派遣作业教练、向雇用业主给与援助等

（独立行政法人运作）
笠间市鲤渕6528-66
☎ 0296-77-7373
平日8:45-17:00

还有精神障碍者职场复归支援（再工作支援）和面向发育障碍的人的就业支援课程。

有关就业的咨询

障碍者就业・生活支援中心

对障碍者邻近地区的就业方面和生活方面进行一体化咨询支援。
就业支援是为了就业准备训练和存留职场而进行的支援、生活支援是进行对健康、年金、住宅等生活设计有关的咨询支援。

就业过渡支援事业所

通过知识・能力的向上、实习、寻找工作场所等来实施到适合自己的适应性的职场就业・存留的支援。
标准期间是2年（资格取得型是3年）

继续就业支援（A型＝雇用型）

以雇用合同为基本一边提供就业机会、一边实施为一般就业所必须的知识・能力向上的支援

继续就业支援（B型＝非雇用型）

实施 提供就业和生产活动的机会、以求知识・能力的向上・维持的支援

县残疾福利课
指定残疾福利服务事业者一览表

能否拿到残疾年金

要领取残疾年金必须满足初诊日、保险费的支付、残疾状态的三个必要条件。

A　初诊日的时候加入厚生年金或国民年金
↓是
B　满足保险费交付条件
↓是
C　症状有没有固定、或者从初诊日开始已经过1年6个月
↓是
D　1・2级或者是3级残疾状态　⇒不是
↓是
障碍厚生年金（1～3级）或者是障碍基础年金（1～2级）

65岁前症状恶化
1～3级的障害残疾状态

有没有加入国民年金、厚生年金的待遇不同

初诊日是指造成障碍的原因的伤和病而接受医生初次诊察的日子。就诊的记录・证明也重要

障碍认定日是指从初诊日开始已经过1年6个月、或者症状固定之日

1～2级是日常生活的状态、3级是劳动能力限制为标准

和障碍者手册的判定基准不同

不符合1～3级的情况下，也会根据情况支付障害补助金（仅限厚年・从初診日起5年以内）

申请步骤的例子（厚生年金加入者的情况下）
①初诊日的确认
②在年金事务所确认保险费交付条件
③取得受诊状况等的证明书
④诊断书的取得
⑤病历・请愿书的制作
⑥提交给年金事务所

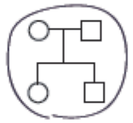
初诊日时若还没满20岁而未加入年金的情况下，满足C、D的条件的话 满20岁开始就可以领取障碍基础年金。（仅限１，２级）
（在这种情况下有所得限制）

B年金保险费的交付条件（有必要达到下述的其中之一的条件）
・从20岁到初诊日的月份の前前个月为止的期间３分之２以上已交付（包括免交期间）
・从20岁到初诊日的月份の前前个月为止的期间一年的保险费没有欠缴

初诊日时未加入厚生年金的情况下去市町村咨询

联系处和资源的指南　“年轻人的自立支援”

遇有为难事的人的例子



70岁左右的夫妻和28岁的长男、18岁的长女的4口人家庭。
长男上了大学才一年就退学。
之后近10年待在家里。
购物的时候外出。
父母不知道该怎么办，为此苦恼但是哪里都不能商量。

想咨询关于蛰居族的问题

蛰居族咨询支援中心

对于蛰居族，有专门协调人根据本人和其家庭的咨询来介绍合适的医疗、保健、福利、劳动等机关。对应电话、来所的咨询（来所咨询是预约制）

精神保健福利中心内

开设日时
平日9:00-18:00
☎ 0296-48-6631

保健所

以下保健所也对蛰居族进行专门咨询・家庭教室等。

※水户保健所	☎ 029-241-0571
常陆那珂保健所	☎ 029-265-5647
※日立保健所	☎ 0294-22-4196
※潮来保健所	☎ 0299-66-2174
※龙崎保健所	☎ 0297-62-2367
※土浦保健所	☎ 029-821-5516
筑波保健所	☎ 029-851-9287
※筑西保健所	☎ 0296-24-3965
古河保健所	☎ 0280-32-3021

有※号的保健所可提供住处

想工作

地区年轻人援助站

在全国设置160所。
针对为工作而苦恼的15岁～39岁的年轻人，实施由职业顾问等的专门咨询、通过沟通交流训练而达到工作水平的提高、由协作企业提供就业体验来为就业提供支援。

茨城年轻人援助站
☎ 0120-717-557
周一～周六　10:00-17:00

茨城县西年轻人援助站
☎ 0296-54-6012
星期二～星期六
9:30-17:30

茨城县南年轻人援助站端☎
029-893-3380
星期一～星期五
10:00-16:00

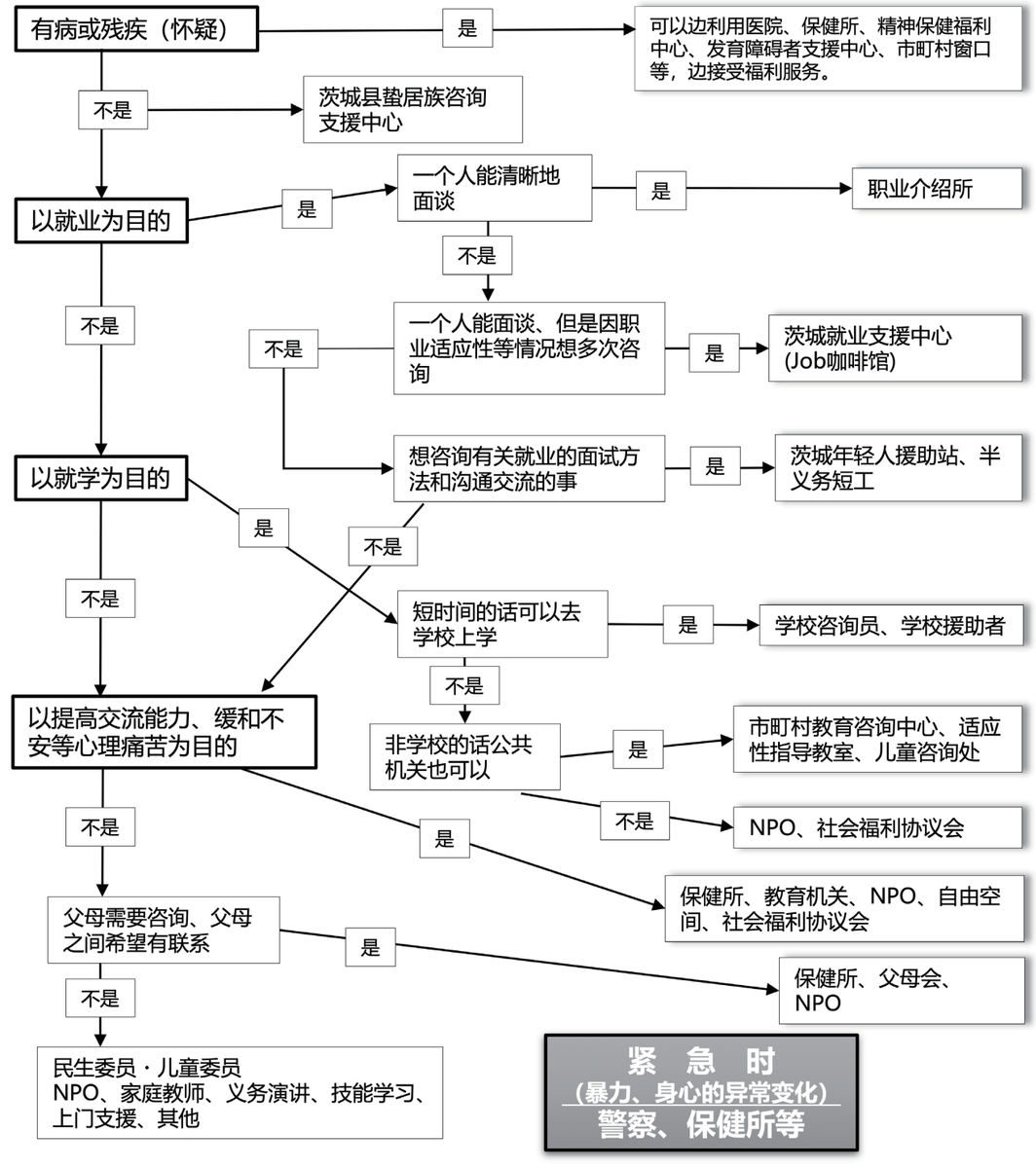
茨城就职支援中心

为了促进就职，将关连雇用的服务都集中到一个地方形成支援就职的一条龙服务中心。无论谁都可以免费利用。

茨城就职支援中心
水户　☎ 029-300-1916
县北　☎ 0294-80-3366
日立　☎ 0294-27-7172
鹿行　☎ 0291-34-2061
县南　☎ 029-825-3410
县西　☎ 0296-23-3811

我不知道要使用
哪个群组或服务

按目的/当前情况的使用目的地图表



出处
『不上学・蛰居族・啃老族支援机关利用手册』
（NPO法人　年轻人社会参加支援普及协会ASTOLINK　2010年）一部分加工