

あなたの夢への第一歩！

一緒に考えてみませんか？

子どもの成長のために、
貯金したいな。

新しい車もほしい。
家族旅行もしたい。



私たちの夢、
誰かに応援してほしい！

いつまでも、
みんな仲よくしたいね。

あなたの夢に近づいていくフローチャート

- ① あなたの夢や希望をお聴かせください。
- ② 夢の実現に向けた具体的なプランを一緒に考えます。
- ③ プランをもとにさらにお話を聴かせていただき、『あなたらしい』暮らしの実現に向けて一緒に考えさせていただきます。

夢の
実現

美濃加茂市「心と暮らしの相談窓口」家計改善支援事業

☎0574-25-2111（内線341）

Mail: se-kon@minokamo-shakyo.or.jp

〒505-8606美濃加茂市役所 福祉課

美濃加茂市太田町 3431-1 西館1階

■営業時間/8:30~17:15 ■定休日/土日祝および年末年始

勉強会のお知らせ

家計管理のスキルアップを目指して、少人数での勉強会を開催しています。

【勉強会の例】・収支バランスを考えよう ・レシートを家計管理に活用する



このような方々が、夢に向かって取り組んでいます

高校生の子どもと暮らす A さん。毎月の収支がギリギリで、支払いのたびに追いつめられる気持ちになるのが悩みでした。

⇒相談員と一緒に金銭の使い先を「見える化」し、「表」や「グラフ」などを用いて買い物内容を見直すことで支出を抑え、「心の余裕ができたことから就職意欲」もわき、仕事に就くことができました。安定した収入により、少しずつ貯金もできるようになりました。「一人では、どうしていいかわかりませんでした。悩んだときに一緒に考え、アドバイスしてくれる人がいて安心しました。おかげで今は、「子どもと一緒にショッピングや映画鑑賞に出かける」ことができるようになり、「素敵な思い出」が増えました。」



いくつもの借金を抱える B さん。焦って仕事を探すため、仕事が長続きせず、返済に行き詰っていました。

⇒相談員と話し合い、弁護士に債務整理の依頼をすることを決めました。自分自身の話をしていくうちに、自分には「どんな仕事に向いているのかに気づき」、自分に合った仕事に就くことができました。「キャッシュフロー表」※を見せてもらうことで、債務整理をしても、「日々の生活と借金の返済を両立することができる」ことがわかり、借金の清算を決意することができました。今は、スキルアップのため、新たな資格取得を目指し、教室に通っています。心配ごとが無くなり、焦る気持ちが小さくなって「心が軽く」なりました。」



出産を控えた C さん。仕事ができなくなるにより収入が減ることや何から準備をしたらよいかかわからない上に、これからの生活もどうなっていくのか見通しが持てず、家族にも相談できずに不安を抱えていました。

⇒相談員と一緒に作成した「家計簿」や「キャッシュフロー表」※にて「今後の家計」を「見える化」することにより、必要な物品購入にかかる費用や今後の家計状況を予測することができ、仕事復帰のタイミングなどを具体的に考えていくことができました。「家計だけでなく、自分の体調や子どものことでも心配ごとがあったので、保健師さんなどの「専門家を紹介」してもらい、さらに安心することができました。今は家族にも「不安な気持ちを話すことができ、協力してもらえるように」なりました。子どもの成長が私の「元気の源」です。これからは楽しみます。」



※「キャッシュフロー表」とは、

将来のお金の動きの見通しを立てたもので、出産・進学など人生の中でお金が必要なタイミングや、お金の動きを考えながら見通しを立てることができます。