

年末年始の準備をしましょう

年末年始は商店や公共機関が休業となります。
休業期間中の「もしも」のために、予め準備しておくで安心です。

食料・飲料



年末年始の買い物は混雑が予想されます。
あらかじめ、日持ちする食材や冷凍できる肉・魚などを
買っておくで良いでしょう。

常備薬



不足がある場合は主治医へ相談しましょう。

現金



停電などの有事の際、電子マネーやクレジットカードが
利用できなくなる場合に備えて、ある程度の現金を用
意しておくで安心です。銀行やATMの休業期間につい
ても予め確認しましょう。

日用品



トイレトーパー、洗剤などの消耗品の残量を確認し、不足がないように買い足しましょう。
乾電池も備えておくで安心です。

ガソリン・灯油



車の給油や、暖房用の灯油の補充も済ませておくで安心です。

ごみ出し



年内の最終回収の日を確認しましょう。
マンションやアパート等の集合住宅にお住まいの場合
は、掲示板などに日程が貼り出されることもあります。

休日救急診療の病院を確認しましょう

八王子市のホームページや「広報はちおうじ」に掲載されています。

「広報はちおうじ」は市役所や各事務所にございます。

高齢者あんしん相談センター子安のご案内 (地域包括支援センター)

高齢者あんしん相談センター（地域包括支援センター）は高齢の方や地域のみなさまが住み慣れた地域
で安心して生活できるよう、必要な支援や情報提供を行う、市から委託された総合相談窓口です。

相談無料

私たちにご相談ください！

介護保険
生活の困り事

虐待や消費者
被害の防止

暮らしやすい
街づくり

健康
介護予防

主任介護
支援専門員

生活支援
コーディネーター

保健師または
看護師

認知症地域
支援推進員

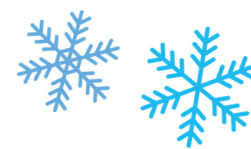
社会福祉士

コミュニティ
ソーシャルワーカー

職員が増えました！
介護支援専門員1名が入職しました。
コミュニティソーシャルワーカー兼務です。
どうぞよろしく願います。

地域の皆様が
安心して
暮らせるよう
努めてまいります。

- 開所日 日曜日～金曜日
- 開所時間 10：00～19：00（日曜日のみ10：00～16：00）
- 休業日 土曜日・祝日・年末年始（12/29～1/3）※2025年12/28・2026年1/4はシステムメンテナンスの為休業です（祝日が日曜日の場合は開所します）
- 連絡先 TEL：042-649-6020 / FAX：042-649-6021
- 担当地区 台町1丁目、子安町1～4丁目、万町、上野町、寺町、天神町、南新町、緑町



安々通信

発信元
高齢者あんしん相談センター子安
(地域包括支援センター)
☎ 042-649-6020
令和7年 VOL.44

ホームページ



高齢者あんしん相談センターは八王子市が設置している
高齢者の方とご家族、関係者の
総合相談窓口です

当センターでは令和7年5月よりCSW（コミュニティソーシャルワーカー）が配置されています。併設の「はちまるサポート子安」のCSWと協働しながら生活の中の不安なこと、地域の中で心配なこと、どこに相談したら良いかわからないことなどを、**地域の方や関係機関と協力して解決するお手伝い**をしています。今号では若者とその家族が相談できる専門の相談窓口「**八王子市若者総合相談センター**」の鈴木氏にお話を伺いました。

八王子市若者総合相談センターとは



八王子市若者総合相談センターは、若者（おおむね39歳まで）を対象とした、無料のワンストップ相談センターです。不登校や学校中退、ニートやひきこもり、失業など、社会生活を営む上での様々な悩み事の相談ができます。問題点や課題を一緒に整理しながら、それぞれの状況に対応した支援機関へおつなぎします。若者たちが安心して不安や葛藤を打ち明けられる居場所として、地域の中で適切な支援が切れ目なく行われ、最終的に一人ひとりが自立していけるようになるまで見届けています。

～若者と地域の“つながり”をつくりたい～

Q.2022年の内閣府の調査によると全国のひきこもりの総人口は146万人、うち15～39歳が全体の約2%（約3万人）という推計が出ています。「生きづらい社会」と言われている現在の若者を取り巻く環境をどのようにお感じですか？

⇒3万人は氷山の一角で数には現れてこない方もいるのではないかと思います。学校や職場に馴染めない、経済的な不安、価値観の多様化など社会への漠然とした不安を抱えている若者が沢山いると思います。ただ、ひきこもりの方は親がいて家があり食事を出てネットがあれば誰でも繋がれるという、いわば安心して過ごさせてしまう環境の方が多い。そのままの状況で親が高齢になった場合の8050（7040）世帯が社会問題になっていますよね。

Q.どのようなご相談が多く寄せられていますか？

⇒ひきこもり、居場所がない方、就職が難しい方など様々です。最近ではヤングケアラー（親を介護したり大人に代わって家事をしなければならず、仕事を辞めたり学校に行けなくなる若者）の方の相談も増えています。

Q.若者総合相談センターでは相談以外にも支援機関の紹介、サードプレイス（居場所づくり、プログラム活動）、アウトリーチ（訪問支援）など様々な活動が行われていますが、現在の活動状況について教えてください。

⇒自由に過ごせるフリースペースの運営や地域活動（町会お祭りやイベント）への参加、就労支援などを行っています。直接活動に参加できない方には、例えばお祭りの射的の景品を自宅で作ってもらうなどの協力をしてもらっています。

最後に悩んでいた、不安を抱えたりしている若者やそのご家族にメッセージをお願いします。

⇒家庭内での何気ない挨拶ってとても大事だと思います。「おはよう」「行ってくるね」「ただいま」「おやすみなさい」。ひきこもっている方にとって話せる方は家族や身近な方に限られる事が多い。特別な事は必要なくて、家族や身近な人が普段通りに接し続けていく事が社会に復帰するきっかけになります。でも、それを続けていく事は大変だったりもしますよね。ぜひ私たちと一緒に考えましょう。まずはお気軽に電話でご相談ください。ご連絡お待ちしております。

ご協力誠にありがとうございました。



八王子市
若者総合相談センター
鈴木 勉 氏

利用できる方

八王子市内在住・在勤・在学中の義務教育終了以降の15歳～39歳までの方、またはご家族の方

※当ではまらない方でもご利用いただける場合がありますので、お問い合わせください。

○所在地
〒192-0082
東京都八王子市東町3-10
山善ビル 3・4階

○お問合せ・ご予約

TEL：042-649-5660

○営業時間
火曜日～土曜日
10：00～18：00
※日・月・祝祭日・年末年始はお休みです。