

# 家計再生プラン

## 詳細マニュアル

### 1 家計再生プラン（家計支援計画）とは何か

- ① 家計再生プランとは、アセスメントの結果に基づき、家計の視点から「解決すべき課題」「相談者の目指す姿」「具体的な支援の内容」についてまとめたものです。
- ② 家計再生プランは、今後の家計に関する相談者と家族のプランです。相談者と家族の主体性、意欲・意思が最も反映されなくてはならないものです。
- ③ 相談者からお聞きした目指す生活の形や希望すること、家族のライフイベントに基づいて、家計改善支援員が作成します。
- ④ 相談員が「こうすればいいのに」と考えても、それが相談者の意思に反していればプランにはできません。
- ④ 家計再生プランには、課題や支援内容等を列挙するだけでなく、面談を通して明らかになった相談者の個性やできること、ストロングス（強み）等を踏まえて実現できる内容であることも大事です。相談者の生活の再生に向けた意欲を引き出せるよう働きかけていくツールでもあります。
- ⑤ 相談者自身だけでなく、家族の状況の変化に応じて見直すことも必要です。相談者の意欲が持続できるようにスモールステップで3ヶ月から6ヶ月をめどに見直し、再プランを立てていきます。

### 2 家計再生プラン作成についての留意点

- ① 相談者の現状の家計の課題や、何を目標に暮らしていくのかなど、家計をコントロールする指針を示したものを相談者に提案します。それが、家計再生プラン（家計支援計画）です。
- ② アセスメントの項目「アセスメント結果の整理と支援方針の検討」で整理した内容をベースに作成しますが、相談者に手渡すものであり、分かりやすく、将来が見えるような提案を心がけます。
- ③ 「解決したい課題」は、相談者と一緒に検討した結果のまとめとなっているのか、相談者に確かめていただけるようなスタンスで作成します。
- ④ その上で、「目標」は、相談者本人がご自身（とその家族）の目標（目指す姿）を設定できるようにサポートします。
- ④ また、家計再生プランの内容が実現できるように、最後まで相談者と共にあることを伝えます。家計の環境や家族の進路が変わったら、早めに見直すこと、目標通りにいかなくても失望したり諦めたりしないこと、やり直しをすればいいし、見直しできることを伝えます。
- ⑤ 相談者自身だけでなく、家族の状況の変化に応じて見直すことも必要です。相談者の意欲が持続できるようにスモールステップで3ヶ月から6ヶ月をめどに見直し、再プランを立てていきます。

- ⑥ 家計再生プランを提案し確かめていただくときの言葉かけは、相談者の心の動きに合わせてながら話します。家計改善支援員として助言できることをすべて課題に書き込みたいところですが、相談者にとっては助言そのものが、辛く厳しいものに映りがちです。一つ一つ確認し、励まし合いながら進めるようにしたいものです。

### 3 家計再生プランに記載すべき事項

#### 解決したい課題に書くべき事項

- 家計として、解決すべき課題は何か、を書いていきます。
- お金に課題を抱える相談者は「就労」や「家族関係」に課題を抱える方が多く家計を明らかにしていくことで、本人が気づいていなかった課題が見えることもあります。
- 自立相談支援機関と情報の共有を行った上で、課題を明らかにしていくことも必要です。
- 「年金までに数千円しかない」とか「おむつが買えない」など、緊急に解決すべきことも、対応してしまったことも、本人の困難な状況を明らかにするためには記載が必要です。
- 根本的に解決すべきこととしては、例えば、「家族と相談をすること」など箇条書きでシンプルにまとめます。

#### 目標（目指す姿）に書くべき事項

- 数年先を考えながら「こうありたいと願う生活の方向性」を書きます。1～2行に収めましょう。例えば、「仕事をしながら、家族4人で安心して暮らしていきたい」というように書いていきます。
- 目の前にある課題の解決方法ではなく、数年先の生活の様子、本人の大切にしたいことを表現しましょう。

#### プランに書くべき事項

- まずは、現状の家計状況の把握を書きます。収入が○円、支出△円、その結果、黒字か、赤字か、収支の金額もしくは状況を書き、相談者本人にまず分かっていただきます。その上で、家計上の改善方法を考えていくことになります。
- 次にその内容を具体的に書いていきます。  
「借金の整理を行うことで返済額を軽減する」「転居先を探して、家賃を下げる」「収入を増やすためには就労支援につなぐ」など、家計を改善するプランを書いていきます。その際には、「家賃は5万円以内で」「手取り収入15万円以上の仕事を探す」など、金額を具体的に書き込むことができれば、本人にも分かりやすく、意欲にもつながっていくと思います。

同居家族がいる場合、「家族と相談する」ということも、大切なプランとなります。仕事をしているのに、家にお金を入れてない息子、娘、成人した子どもたちの携帯料金や生命保険まで、親が払っている相談者に出会うこともよくあります。苦しい状況を家族に遠慮して相談もできていないと思われる相談者には、「家族と相談する」をプランの一つとして作成し、本人の背中を押すことも大事なことを考えています。

- また、緊急性がある場合、プラン作成の前に支援を行うこともあり、「実施したこと」として記載をします。
- 備考欄には、プランの内容に応じて関係機関や人を記載します。  
債務整理であれば本人、弁護士、家計改善支援員、就労支援の場合は本人、ハローワーク、自立相談支援員と記載しています。

### プラン期間の立て方

- プラン期間は、スモールステップで基本3ヶ月、長くても6ヶ月として、見直し、再プランを作成していきます。

# 家計再生プラン（家計支援計画） — 作成時の留意点 —

担当者氏名：

ID		作成日	令和 年 月 日	作成回	<input type="checkbox"/> 初回 <input type="checkbox"/> 再プラン( )回目
----	--	-----	----------	-----	--

ふりがな		性別	<input type="checkbox"/> 男 ( )
氏名		生年月日	<input type="checkbox"/> 木

・お金の課題を抱える相談者は「就労」や「家計関係」に課題を抱える方が多く、家計を明らかにしていくことで、本人が気づいていなかった課題が見える  
 ・自立相談支援機関と情報共有を行い、課題を明らかにする

○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〉

- 家計としての、解決すべき課題は何かを考えます。
- 緊急に解決すべきことを書きます。
- 家族の協力など抜本的に解決すべきことを書きます。
- 内容は、箇条書きなどにして、シンプルにまとめます。

○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

- 数年先を考えながら、こうありたいと願う生活の方向性などを書きます。  
 （本人が設定する内容であるが、プランの骨子の下書きとして、家計改善支援員が準備する）
- できるだけ、1～2行以内に収めます。  
 「仕事をしながら、家族4人で安心した生活を送る」など

○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・家計改善支援機関・その他機関)	備考（関係機関・期間・頻度など）
○ 具体的な解決策を、実施する機関や人ごとに書きます。	
<ul style="list-style-type: none"> <li>・現状の家計状況の把握 ・借金の整理を行う</li> <li>・転居先を探す ・就労支援につなぐ</li> <li>・家族と相談する</li> </ul>	備考欄には、プラン内容に応じて、関係機関を記載
○ 既にも実施したことも、プランの一部であれば書きます。	

○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
令和 年 月まで	令和 年 月	令和 年 月 日

プラン期間は、スモールステップを基本に3か月、長くても6か月として、見直し、再プランを作成していきます

確認欄	
-----	--