



## 減免・優遇制度



### 税の軽減

一定の要件に該当するひとり親世帯は、申告により所得税・市民税・都民税の課税対象となる所得金額から一定額を差し引くことができます。

【所得税】  
◇武蔵府中税務署  
(042-362-4711)



【市民税・都民税】  
◇狛江市課税課  
(03-3430-1111 内線2204)



### 市民税・都民税の非課税

原則としてひとり親で前年の合計所得金額が一定以下の方は、申告等により市民税・都民税(所得割・均等割)が課税されません。

◇狛江市課税課  
(03-3430-1111 内線2204)



### 都営交通の無料乗車券

児童扶養手当受給者又は同一の世帯員のうち一人に限り、都営交通(都電、都営バス、都営地下鉄)の無料乗車券が交付されます。児童扶養手当証書を持参(更新の際は使用中の乗車券も必要)し、申請してください。

◇狛江市高齢障がい課  
(03-3430-1111 内線2221)



### 水道・下水道料金の減免

児童扶養手当の受給世帯は水道料金と下水道料金の減免があります。児童扶養手当証書を持参し、申請してください。  
※水道契約者と児童扶養手当受給者が同一名義の場合に限ります。

◇狛江市子ども政策課  
(03-3430-1111 内線2314)



### 家庭用ごみ指定収集袋の減免

児童扶養手当の受給世帯に家庭用ごみ指定収集袋(年間で小袋110枚)を無料で配布します。児童扶養手当証書を持参し、市清掃課(ピン・缶リサイクルセンター内)で申請してください。

◇狛江市清掃課  
(03-3488-5300)



### 粗大ごみ処理手数料の免除

児童扶養手当の受給世帯は粗大ごみ処理手数料が免除されます。児童扶養手当証書を持参し、市清掃課(ピン・缶リサイクルセンター内)で申請してください。

◇狛江市清掃課  
(03-3488-5300)



### あしなが育英会

病気や災害等で親を亡くした方などを対象とした奨学金です。

◇あしなが育英会学生事業部  
(0120-77-8565)

### 交通遺児育英会

交通事故で親を亡くした方などを対象とした奨学金です。

◇交通遺児育英会  
(0120-521286)

### 国の教育ローン

日本政策金融公庫が取り扱う教育ローンで、金利などの優遇措置があります。  
◇教育ローンコールセンター  
(0570-008656)

### 東京都育英資金

都内在住で高校や専門学校等に在学する方を対象とした貸与型(無利子)の奨学金です。申込みは学校を通じて行います。

◇東京都私学財団  
(03-5206-7929)

### 狛江市奨学資金

家庭の経済的な理由により、高校や高等専門学校への修学にお困りの中学3年生を対象とした給付型の奨学金です。

◇狛江市教育委員会  
学校教育課  
(03-3430-1111 内線2323)

### 受験生チャレンジ支援貸付事業(中学・高校3年生等対象)

一定の所得以下の世帯を対象に、塾の費用や受験料の貸付を無利子で行います。入学した場合、返済が免除されます。

◇狛江市社会福祉協議会  
(03-3488-0294)



## お困りのときは…



### ひとり親家庭相談

専門の相談員が、ひとり親の皆さんの問題解決のお手伝いをしています。生活のことや家計のこと、心の問題や健康、仕事、子どもの教育、養育費、面会交流まで、ひとり親家庭の皆さんのすべての相談に寄り添って対応します。

【相談員】  
・ひとり親家庭等専門相談員  
・母子・父子自立支援員  
※いずれも女性の相談員です。  
◇狛江市子ども政策課  
(03-3430-1111 内線2399)



### 民生委員・児童委員

地域で生活上の心配ごとや子どもの養育上の悩みを抱えている方の相談を聞き、適切な相談機関へ繋げます。お住まいの地区の民生委員・児童委員については、下記へお問い合わせ下さい。

◇狛江市福祉政策課  
(03-3430-1111 内線2232)



### コミュニティ・ソーシャル・ワーカー(CSW)

今ある制度では解決しにくい困りごとを抱えている方に寄り添い、一緒に考え、その解決に向けたお手伝いをします。

◇狛江市社会福祉協議会  
(03-3488-0313)



### こまYELL(こまメール)

経済的に困窮し、生活できなくなる前に課題を整理するための相談窓口です。様々な支援策の活用を検討し、生活の安定が図られるよう支援します。住居確保給付金、家計改善支援、就労・就労準備支援、子どもの学習・生活支援等があります。

◇こまYELL  
(03-3430-1111 内線2925)



### こころのカounseling/女性のためのCounseling

自分の生き方や、家族の問題、心、健康、職場・地域の人間関係、セクハラ、ストーカー、ドメスティック・バイオレンスなど、カウンセラーが相談をお受けしています。※事前予約制

◇狛江市政策室  
(03-3430-1111 内線2454)



### はあと各種相談(オンライン)

センターが実施している相談について、パソコンやスマートフォンを使って自宅から相談いただけます。

◇東京都ひとり親家庭支援センターはあと



### はあとライン

ひとり親の悩み、不安、思いをLINEで相談できます。

【受付時間】  
水・土 14:00-21:30  
◇東京都ひとり親家庭支援センターはあと



## こどもの教育



### 就学援助

一定の所得基準の家庭を対象に、給食費や学用品費など、小・中学校でかかる費用の一部を援助します。

◇狛江市教育委員会  
学校教育課  
(03-3430-1111 内線2323)

### 日本学生支援機構奨学金

大学や大学院、短大、専門学校等に在学する方を対象とした奨学金で、貸与型と給付型があります。詳細は学校の奨学金窓口にお問い合わせください。

### 東京都私学財団

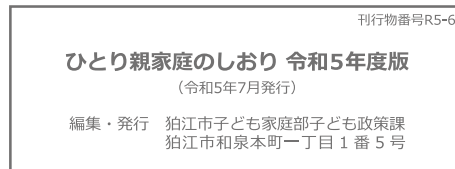
都内在住で高校や専門学校等に在学する方を対象とした貸与型(無利子)の奨学金です。申込みは学校を通じて行います。

◇東京都私学財団  
(03-5206-7929)

### 受給生チャレンジ支援貸付事業(中学・高校3年生等対象)

一定の所得以下の世帯を対象に、塾の費用や受験料の貸付を無利子で行います。入学した場合、返済が免除されます。

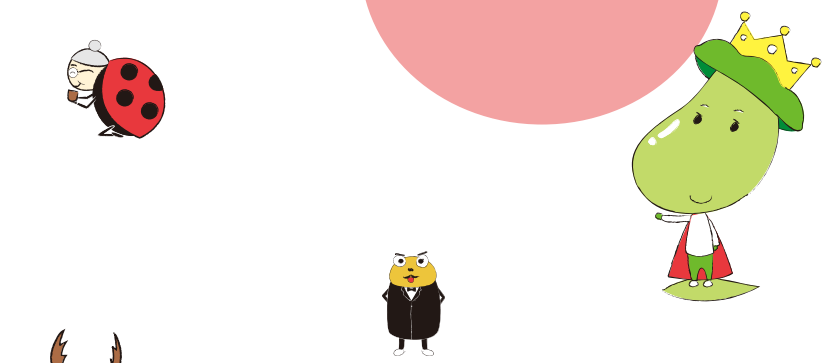
◇狛江市社会福祉協議会  
(03-3488-0294)



(子育てに関する支援制度やサービス全般は、狛江市ホームページやこまえ子育てねっとに掲載しています。)



《令和5年度版》



# ひとり親家庭のみなさまへ

この『ひとり親家庭のしおり』は、ひとり親家庭のお子さまの健やかな成長と安定した生活を支援するため、狛江市をはじめとした行政機関や支援機関が実施するひとり親家庭向けの行政サービスや支援制度の概要をまとめたものです。それぞれのサービスや制度の詳細は、記載されているQRコードからご覧いただくか、記載されている担当課にお問い合わせください。

このリーフレットが皆さまの生活のお役に立つことができれば幸いです。



## 手当・年金



### 児童扶養手当(国制度)

18歳に達する日以降の最初の3月31日までのお子さん(※一定の障がいがある場合は20歳未満)がいるひとり親家庭に支給される手当です。支給額は所得等により異なり、奇数月に(1.3.5.7.9.11月)に支給されます。※所得等の制限があります。

◇**狛江市子ども政策課**  
(03-3430-1111内線2314)



### 児童育成手当(都制度)

18歳に達する日以降の最初の3月31日までのお子さん(※一定の障がいがある場合は20歳未満)がいるひとり親家庭に支給される手当です。支給額は1月あたり13,500円(障害手当は15,500円)で、6.10.2月に支給されます。※所得等の制限があります。

◇**狛江市子ども政策課**  
(03-3430-1111内線2313)



### 児童手当・特例給付

15歳に達する日以降の最初の3月31日まで(中学校修了前)のお子さんがある家庭に支給される手当です。支給額は所得や子どもの人数、年齢等により異なり、6.10.2月に支給されます。※所得等の制限があります。

◇**狛江市子ども政策課**  
(03-3430-1111内線2314)



### 遺族基礎年金

国民年金に加入している人などが亡くなったとき、遺族に支給されます。また、この遺族基礎年金が支給できない場合には、寡婦年金や死亡一時金の制度もあります。

※支給には要件があります。  
◇**狛江市保険年金課**  
(03-3430-1111内線2283)



### 遺族厚生年金

会社員や公務員として厚生年金保険に加入している人が亡くなったときなどに、遺族に支給されます。※支給には加入期間等の要件があります。

◇**府中年金事務所**  
(042-361-1011)



### 離婚時の厚生年金の年金分割

婚姻期間中の厚生年金記録を分割することができる制度です。なお、離婚した日の翌日から2年を経過すると、請求することができます。※手続きには要件があります。

◇**府中年金事務所**  
(042-361-1011)



### 国民年金保険料の免除

収入が少なく保険料が納められない、生活保護を受けている、障害年金を受けている、平成31年2月以降に出生した場合など所定の手続きにより保険料が免除されます。

◇**狛江市保険年金課**  
(03-3430-1111内線2283)



## 暮らし・住まい



### ひとり親家庭等医療費助成

18歳に達する日以降の最初の3月31日までのお子さん(※一定の障がいがある場合は20歳未満)がいるひとり親家庭が保険診療で支払った医療費の全部又は一部を市が負担します。

※所得等の制限があります。  
◇**狛江市子ども政策課**  
(03-3430-1111内線2314)



### ひとり親家庭ホームヘルプ

ひとり親家庭の母(父)又は子どものケガや病気、又はひとり親家庭になった直後に、家事や生活のお手伝いをするホームヘルパーを派遣します。

※所得により自己負担が発生する場合があります。  
◇**狛江市子ども政策課**  
(03-3430-1111内線2311)



### 母子及び父子福祉資金

都内に6カ月以上居住しているひとり親の方に生活資金、転宅資金、事業資金、修学資金等を貸し付けます。

貸付を希望される方は、事前にご相談ください。  
◇**狛江市子ども政策課**  
(03-3430-1111内線2399)



### 子ども・若者居場所マップ

主に放課後の時間帯にお子さんが利用できる施設や事業をまとめています。地図から該当の施設をクリックすると、詳しい説明をみるることができます。

◇**狛江市子ども政策課**  
(03-3430-1111内線2312)



### ひとり親家庭等学習支援

ひとり親家庭の小学4年生から高校3年生のお子さんを対象に、週1回、市内の公共施設で学習支援を行っています。

※Z会グループエデュケーションナルネットワークが運営します。  
◇**狛江市子ども政策課**  
(03-3430-1111内線2311)



### 養育費確保支援事業助成金

養育費の確保のための公正証書の作成経費や、保証会社と養育費の受取保証契約を締結する際に必要な保証料の一部を助成します。

◇**狛江市子ども政策課**  
(03-3430-1111内線2311)



### 面会交流

子どもが離れて暮らしている父親や母親と定期的・継続的に交流することをいいます。離婚するときは、子どもの利益を最も優先して面会交流の方法や時期、回数などをあらかじめ取り決めて書面に残しましょう。

また、父母間の話し合いが難しいときは、家庭裁判所に調停又は審判を申し立てることができます。

◇**東京都ひとり親家庭支援センターはあと**  
(03-6272-8720)

◇**東京都ひとり親家庭支援センターはあと多摩**  
(042-506-1182)

◇**家庭問題情報センター(FPIC)**  
(03-3971-3741)

◇**狛江市子ども政策課**  
(03-3430-1111内線2399)



### 都営住宅

都営住宅ではひとり親世帯向けを対象とした募集区分があり、一般世帯より当せん率が高くなる優遇抽選を受けることができます。

また『ひとり親世帯入居サポート』として、収入審査の緩和や家賃の割引を行っています。  
◇**JKK都営住宅募集センター**  
(03-3498-8894)



### 母子生活支援施設

家庭の事情により子どもの養育が十分にできない母子家庭に居室を提供し、施設のスタッフが生活の立て直しをお手伝いします。

施設の利用を希望される方は、事前にご相談ください。  
◇**狛江市子ども政策課**  
(03-3430-1111内線2399)



### 住まい探しの相談窓口

お住まいにお困りの方を対象に、相談員が利用者の状況をうかがい、適切なアドバイスをします。

※月1回(3枠)で無料ですが、事前予約が必要です。  
◇**狛江市福祉政策課**  
(03-3430-1111内線2231)



## しごと



### 母子(父子)家庭自立支援教育訓練給付金

ひとり親家庭の母(父)が就労するために必要な教育訓練を受講し、修了した場合に、本人が支払った講座の受講料の一部を支給します。

給付を希望される方は、事前にご相談ください。  
◇**狛江市子ども政策課**  
(03-3430-1111内線2399)



### 母子(父子)家庭高等職業訓練促進給付金

ひとり親家庭の母(父)が看護師などの資格を取得するため6カ月以上養成機関で修業する場合に経済的支援を行います。

(上限4年) 給付を希望される方は、事前にご相談ください。  
◇**狛江市子ども政策課**  
(03-3430-1111内線2399)



### ハローワーク/ワークプラザ

都内のハローワークやワークプラザでは、都内全域の求人を開覧することができます。

◇**ハローワーク府中**  
(042-336-8609)



### マザーズハローワーク

仕事と子育ての両立をめざす方をはじめ、就職を希望するすべての女性を支援するハローワークです。

◇**マザーズハローワーク東京**  
(03-3409-8609)



### はあと多摩(東京都ひとり親家庭支援センター)

仕事に関する相談も生活に関する相談もお受けします。養育費についての相談や離婚前後の法律相談、面会交流支援、グループ相談会なども行っています。

◇**はあと多摩** (042-506-1182)

### はあと飯田橋(東京都ひとり親家庭支援センター)

ハローワーク、東京しごとセンター、自治体、NPO等と連携しながら、相談から能力開発・職業紹介までの一貫した支援を行っています。

◇**はあと飯田橋** (03-3263-3451)



### ひとり親家庭高等職業訓練促進資金貸付事業

母子(父子)家庭高等職業訓練促進給付金の支給が決定した方に、入学や就職の準備に必要な資金を原則無利子で貸し付けます。

※一定の条件を満たした場合、申請により返済が免除されます。  
◇**狛江市社会福祉協議会**  
(03-3488-0294)



### 東京しごとセンター多摩

経験豊富な就職支援アドバイザーが適職相談、面接対策など、きめ細かいアドバイスやカウンセリング、職業紹介を行っています。

◇**東京しごとセンター多摩**  
(042-526-4510)



### 東京都立多摩職業能力開発センター府中校

100を超える訓練科目で技能習得に必要な訓練を行っています。

◇**東京都立多摩職業能力開発センター府中校**  
(042-367-8201)

