



## 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・森林環境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。

【所得税について】  
◇武蔵府中税務署  
(042-362-4711)



### 市民税・都民税・森林環境税の非課税

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・森林環境税が課税されません。

◇課税課  
(内線2264)



### 利子非課税制度

身体障害者手帳交付対象者や遺族年金、寡婦年金を受給している方、児童扶養手当を受給している母子家庭の母は、預貯金の利子等が所定の手続により非課税になります。詳細は、各金融機関にお問い合わせください。



### JR通勤定期乗車券の割引

児童扶養手当受給者又は同一の世帯員でJRを利用して通勤している方は、通勤用の定期券を3割引で購入できます。

◇子ども若者政策課  
(内線2314)



### 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。

◇高齢障がい課  
(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。

◇子ども若者政策課  
(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(ビン・缶リサイクルセンター内)で申請してください。

◇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(ビン・缶リサイクルセンター内)で申請してください。

◇清掃課  
(03-3488-5300)



## 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。

◇子ども若者政策課  
(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ごと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ください。

◇福祉政策課  
(内線2231)



### 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、生活の安定を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  
(内線2925)



### こころのカウンセリング／女性のためのカウンセリング

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・バイオレンス等、カウンセラーが相談をお受けしています。※事前予約制

◇協働コミュニティ課  
(内線2946)



### 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、学用品費等、小・中学校でかかる費用の一部を援助します。

◇学校教育課  
(内線2324)



### 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、金利等の優遇措置があります。

◇教育ローンコールセンター  
(0570-008656)

### 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。

### 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)



### 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)

### あしなが育英会

病氣や災害等で親を亡くした方等を対象とした奨学金です。

◇あしなが育英会  
(03-3221-0888)

### 交通遺児育英会

交通事故で親を亡くした方等を対象とした奨学金です。

◇交通遺児育英会  
(0120-521286)



## ひとり親家庭のしおり 令和8年度版

(令和8年7月発行)

編集・発行

狛江市子ども家庭部子ども若者政策課  
狛江市和泉本町一丁目1番5号

電話 03-3430-1111(代)



刊行物番号R8-11

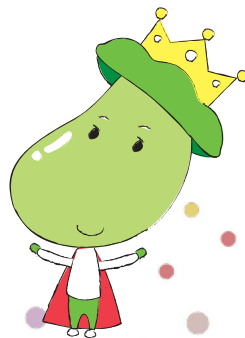
QRコードは株式会社デンソーウェブの登録商標です。

### こまえ子育てねっと

子育てに関する行政情報・支援制度は、こまえ子育てねっとに掲載しています。



## 狛江市



# 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（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。

◇子ども若者政策課（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日までのお子さんがいるひとり親家庭に支給される手当です。

支給額は1人につき月額13,500円で、2.6.10月に支給されます。

※所得等の制限があります。

◇子ども若者政策課（内線2313）
- 児童手当**

18歳に達する日以降の最初の3月31日まで（高校生年代まで）のお子さんがある家庭に支給される手当です。偶数月（2.4.6.8.10.12月）に支給されます。

◇子ども若者政策課（内線2314）



- 遺族基礎年金**

国民年金に加入している人等が亡くなったとき、遺族に支給されます。また、この遺族基礎年金が受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。

※受給には要件があります。

◇保険年金課（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等に、遺族に支給されます。

※受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5年（令和8年4月1日以前に離婚した場合は、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せんのでご注意ください。

※手続きには要件があります。

◇府中年金事務所（042-361-1011）



## くらし・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、市が助成します。

※所得等の制限があります。

◇子ども若者政策課（内線2301）
- 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。

◇子ども若者政策課（内線2399）
- 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。

◇子ども若者政策課（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、詳しい説明をみることができます。

◇子ども若者政策課（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。

◇子ども若者政策課（内線2301）
- 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。

◇子ども若者政策課（内線2314）



- 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。

◇子ども若者政策課（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行います。

※月1回（3枠）で無料ですが、事前予約が必要です。

◇福祉政策課（内線2232）



## しごと

- 母子及び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。

◇子ども若者政策課（内線2399）
- 母子及び父子家庭高等職業訓練促進給付金**

ひとり親家庭の母（父）が看護師等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。

◇子ども若者政策課（内線2399）
- 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）



- 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。

国領の『調布国領しごと情報広場』には、子育て中の方向けコーナーがあります。

◇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。各種セミナー、パソコン講習（マザーズ向け）も開催しています。

◇マザーズハローワーク東京（03-5728-8609）
- 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、面接対策等、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。女性向けの専用窓口も開設しています。

◇東京しごとセンター多摩（042-526-4510）



- 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）**

ひとり親家庭それぞれに合わせた就業相談、就業相談支援、職業紹介を行っています。

◇はあと飯田橋（03-3263-3451）
- 都立職業能力開発センター**

求職中の方や新たに職業に就こうとしている方等に、就職に向けて必要な知識・技能を学んでいただくための職業訓練を実施しています。

◇都立職業能力開発センター（03-5320-4716）

