

ひとり親家庭のしおり

令和6年度（2024年度）版

様々な事情でひとり親家庭になったとき、子育てや仕事といった生活上の問題で困ってしまった
り、将来への不安が大きくなったり、ひとりで悩んでしまうことがあるのではないのでしょうか。

このしおりは、本市のほか国・都・民間事業者など様々な団体の制度について、利用する方へわ
かり易く情報提供できるよう作成したものです。

少しでも皆様のお役に立つことができれば幸いです。

ひとり親家庭のための相談



八王子市では、支援員がひとり親家庭の皆様のおさまざまな御相談に応じています。
相談内容について、個人情報を守られますので安心して御相談ください。

相談内容

- 就職・転職 ○就職に有利な資格取得 ○子どもの学費 ○家計の相談
- 生活全般・子育て ○離婚前相談 など

相談場所と相談日

※電話予約のうえ、御利用ください。

- 八王子市役所子育て支援課(本庁舎4階) 平日 9時～17時
- 八王子駅南口総合事務所相談室 毎月第2金曜日(祝日除く)14時～17時(定員3名)

【予約・問い合わせ先】

子育て支援課 ひとり親支援担当
TEL 042-620-7362 FAX 042-621-2711
(電話受付:平日8時30分～17時)

友だち
募集中!!

手軽に情報キャッチ

ひとり親家庭支援情報

メールマガジン

「はち☆エール」好評配信中!

ひとり親家庭の方に役立つ
支援情報などを月1回程度
メールで配信します。
ぜひ御登録ください。



八王子市

子育て応援サイト

子育て支援情報、親子で
楽しめるイベントや子育て施設マップ
など、子育てに関する情報が満載の
サイトです。ひとり親家庭に向けた情報もありま
す。ぜひ御利用ください。



ひとり親家庭のための就労生活相談窓口で

LINEを開始しました!!

イベント等の情報発信や仕事や生活の相談(※)
もできます。※相談受付時間 24時間
(対応時間 平日9時～18時)



八王子市 LINE 公式アカウント

各種施策やイベントの告知などの市政情報を
発信しています。



妊娠・子育て支援

LINE「すくすく☆メール」を配信しています!

妊娠期から3歳の誕生日まで、妊娠週数やお子さんの月齢に合わせた子育て支援
情報をお届けする「すくすく☆メール」を、八王子市公式 LINE から配信しています。
ご利用には、八王子市公式 LINE を友だち追加後「すくすく☆メール」の登録が必要
です。ぜひ御登録ください!



1. 手当・医療証

※このしおりの「小学校」は「義務教育学校前期課程」を、「中学校」は「義務教育学校後期課程」を、「小学生」は「義務教育学校1年生～6年生」を、「中学生」は「義務教育学校7年生～9年生」を含みます。

児童手当・特例給付	中学校修了(15歳の年度末まで)のお子さんの保護者の方に児童手当(所得によっては特例給付)を支給します。(所得制限あり)	子育て支援課 TEL 042-620-7368 FAX 042-621-2711
児童育成手当	18歳の年度末までのお子さんを扶養しているひとり親家庭等の保護者や養育者に手当を支給します。(申請者の所得制限あり) ※一定の障害を有するお子さんには、20歳未満までの障害手当があります。	
児童扶養手当	18歳の年度末までのお子さん(心身に一定の障害を有するお子さんの場合は20歳未満まで)を扶養しているひとり親家庭等の保護者や養育者に手当を支給します。(申請者と同居の親族の所得制限あり)	
乳幼児医療費助成制度(乳医療証)	小学校就学前のお子さん(6歳の年度末まで)の医療費を助成します。(所得制限なし)	
義務教育就学児医療費助成制度(子医療証)	小・中学生のお子さん(6歳の4月1日～15歳の年度末まで)の医療費の一部を助成します。(所得制限なし・通院は、1回につき200円の自己負担あり)	
高校生等医療費助成制度(青医療証)	高校生年齢のお子さん(15歳の4月1日～18歳の年度末まで)の医療費の一部を助成します。(所得制限なし・通院は、1回につき200円の自己負担あり)	
ひとり親家庭医療費助成制度(親医療証)	ひとり親家庭等の保護者や養育者と18歳の年度末までのお子さん(心身に一定の障害を有するお子さんの場合は20歳未満まで)の医療費を助成します。(申請者と同居の親族の所得制限あり)	



2. 各種減免

都営交通無料乗車券の発行	児童扶養手当を受給している方または世帯員に、都営交通の無料乗車券を発行します。(1世帯につき1名分です)	子育て支援課
JR 通勤定期乗車券の割引	児童扶養手当を受給している方または世帯員に、JR通勤定期乗車券が3割引で購入できる証明書を発行します。(学割との併用はできません)	TEL 042-620-7368 FAX 042-621-2711
上下水道料金の減免	児童扶養手当を受給している方の水道料金・下水道料金を減免します。ただし、受給者本人が水道契約者である場合に限りです。	東京都水道局 お客さまセンター TEL 0570-091-100 (ナビダイヤル) 042-548-5110
ごみ処理手数料の減免(袋の交付)	児童扶養手当を受給している世帯に、申請に基づき一定枚数の指定収集袋を交付します。	ごみ減量対策課 TEL 042-620-7256 FAX 042-626-4506

税の軽減 (寡婦控除、 ひとり親控除)	配偶者と死別、離婚若しくは未婚又は配偶者の生死が不明な方で、一定の要件に当てはまる場合には、所得税・住民税の所得金額から一定額を控除することができます。申告が必要です。	住民税課 TEL 042-620-7219 FAX 042-620-7493
国民年金保険料の 免除	国民年金の第一号被保険者は、該当年度の前年の所得が一定基準以下の場合、保険料が全額又は一部免除となることがあります。 ※要申請。	保険年金課 (国民年金担当) TEL 042-620-7238 FAX 042-626-8421
入館料及びプラネタ リウム観覧料の免除	ひとり親家庭医療費助成制度医療証(親医療証)をお持ちの方は、対象の親子の入館料・プラネタリウム観覧料が免除されます。 親医療証にお子さんの名前が入っていない場合は、乳医療証、子医療証または青医療証を併せてお持ちください。	コニカミノルタサイエンス ドーム[こども科学館] TEL 042-624-3311 FAX 042-627-5899

3. 住まい

申込用紙は、市役所・各事務所・図書館などで配布(所得制限あり)

都営住宅 ※ひとり親の優遇 抽せん制度あり 	入居者募集は年4回(5月・8月・11月・2月)。申込時期は市の広報に掲載します。 5月・11月の抽せん方式は、20歳未満の子のみと同居しているひとり親世帯または18歳未満の児童3人以上と同居している多子世帯と小学校就学前の児童2人以上と同居している小さな子供のいる世帯は、7倍の優遇倍率になります。※毎月募集・随時募集(抽せんなし)も行います。(すべての募集でオンライン申込み可)	JKK 東京 (東京都住宅供給公社) 都営住宅募集センター TEL 03-3498-8894 FAX 03-3409-4527
市営住宅 ※ひとり親の優遇 抽せん制度あり	家族向け入居者募集は、年3回(7月・10月・1月)。申込期限・入居者の決定方式(抽選方式、ポイント方式)等については、市の広報に掲載します。市内に3ヶ月以上居住し、住宅に困っている世帯が対象です。ひとり親世帯は、抽選方式の場合は、2倍の優遇倍率となり、ポイント(点数評価)方式の場合は加点があります。	住宅政策課 TEL 042-620-7385 FAX 042-626-3616
JKK 住宅 ※家賃の割引制度あり (対象住戸あり) 	入居募集は、先着順受付です。子育て世帯は、公社が定める部屋を、募集開始から7日間優先的に申込みできます。また、「収入審査の緩和」や「こどもすくすく割」(公社指定のお部屋で毎月のお家賃を20%割引する制度)があり、ひとり親世帯をサポートします。詳細はお問い合わせください。	JKK 東京 (東京都住宅供給公社) 公社住宅募集センター 入居支援専用ダイヤル TEL 03-3498-9068
家賃補助対象住宅 ※ひとり親の優遇 抽せん制度あり	市営住宅並みの家賃負担で入居できる民間・公社賃貸住宅です。入居者募集時期は年2回(8月・2月)の定期募集のほか、随時募集も行います。申込期限等は市の広報に掲載します。市内に3ヶ月以上居住し、住宅に困っている世帯が対象です。ひとり親世帯は2倍の優遇倍率となります。	住宅政策課 TEL 042-620-7385 FAX 042-626-3616
民間賃貸住宅への 入居相談 (居住支援協議会)	不動産関係団体・居住支援団体・地方公共団体が連携して、子育て世帯の方の民間賃貸住宅への入居相談等に対する情報提供等の支援を行っています。	居住支援協議会(まちなみ 整備部住宅政策課内) TEL 042-620-7260

4. 仕事



就労支援	八王子駅北口徒歩 5 分の相談窓口で就職・転職のサポートをしています。ひとり親に配慮する企業も独自に開拓しています。 ※令和6年度は株式会社エイジェックに委託して運営しています。	就労生活相談窓口 TEL042-631-4800
	八王子市役所内での就労支援。就業・家計専門員が市役所内ハローワークなどの関係機関と連携し支援を行います。	子育て支援課 TEL042-620-7362 FAX042-621-2711
自立支援 プログラム策定事業	仕事や子育てなど今後のライフプランを確認しながら個別のプランを立て、関係機関と連携して支援を行う支援プログラムです。	
子育て中の方の 就職支援	マザーズコーナーでは子育て等、家庭と仕事の両立を目指す方の仕事の相談・紹介を行います。お仕事を始めるにあたっての事前準備や就職活動に役立つアドバイスもしています。また保育施設や子育て支援サービス関連情報も閲覧できます。お子様連れでも御利用できます。	八王子しごと情報館 TEL042-680-8403
労働に関する相談	労働問題全般に関する相談を電話、来所、オンラインでお受けしているほか、東京たま未来メッセ(JR 八王子駅から徒歩5分)ではテレビ会議システムを使用した遠隔相談をお受けしています。また、専門のカウンセラーが職場における心の健康相談(来所)に応じています(第2・第4火曜日及び第1～第4金曜日)。電話相談以外は全て予約制です。	東京都労働相談情報 センター多摩事務所 TEL042-595-8004 東京都ろうどう 110 番 TEL0570-00-6110

5. 資格取得・スキルアップ



ひとり親家庭の親を対象とした支援です。
★は申込み前に母子・父子自立支援員に相談が必要です。

★ 資格 取得	自立支援教育訓練給付金	指定の教育訓練講座を受講修了した場合に、受講費用の一部を支給します。※自立支援プログラム策定が必要(8月～)	
	高等職業訓練 促進給付金	就職に有利な国家資格等を取得するため、通学制の養成機関で学ぶ場合に経済的な支援として給付金を支給します。	子育て支援課 TEL042-620-7362 FAX042-621-2711
	高等学校卒業程度認定試験合格支援事業	「高卒認定試験対策講座」受講費用の一部を支給します。(20 歳未満の児童も対象)※自立支援プログラム策定が必要(8月～)	
ス キ ル ア ッ プ	就業支援セミナー	就業に活かすためのセミナーを実施して就業支援サポートを行います。受講料無料。	
	就業支援 パソコン講習会	就業に活かすためのパソコン講習会(Word、Excel など)を開催して就業支援のサポートを行います。受講料無料。	子育て支援課 TEL042-620-7300 FAX042-621-2711
	テレワーク 推進事業	テレワークでの就業を希望する方にパソコンと通信環境を貸出し、e ラーニングでテレワークスキルを得る講座を提供し、テレワークが可能な企業への就業支援を行います。受講料無料。	

【その他の資格取得やスキルアップの支援】

職業訓練	ハロートレーニング(公共職業訓練)には、ひとり親家庭の親が優先的に受講できる科目があります。また雇用保険受給資格の無い求職者のために求職者支援制度があり、実践的な技能を習得するための様々な訓練が開講されています。ほとんどの科目は受講料無料です。	ハローワーク八王子 TEL042-648-8617
------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------

6. 保育園・学童保育

保育料負担軽減	ひとり親になった場合は、家庭状況変更届を御提出ください。年収約360万円未満相当のひとり親世帯等の保育料について、第1子は半額、第2子以降は無料となります。	保育幼稚園課 TEL 042-620-7247 TEL 042-620-7369 FAX 042-621-2711
学童保育所 保育料免除	生活保護や就学援助受給世帯を対象に、学童保育料免除の申請をした月から、保育料が免除になります。(就学援助等を申請予定の場合でも、学童保育料免除の申請ができます。)	放課後児童支援課 TEL 042-620-7246 FAX 042-649-6094

7. 教育費用・貸付制度

就学援助 	義務教育を安心して受けられるよう、経済的にお困りの方に小・中・義務教育学校の新入学時や在学中の学用品・学校給食費等の費用を援助します。(所得制限あり)	学務課 TEL042-620-7339 FAX042-627-8811
母子・父子 福祉資金 貸付 	ひとり親家庭の親等で、20歳未満のお子さん等を扶養している方への貸付金です。12種類の資金があり、貸付には審査があります。(連帯保証人が必要な場合があります。)	子育て支援課 TEL042-620-7362 FAX042-621-2711
東京都 女性福祉資金 貸付	配偶者がいない女性で、20歳以上の子または親・兄弟姉妹を扶養している方等への貸付金です。貸付には審査があります。(保証人が必要な場合があります。)	
生活福祉資金貸付 (教育支援資金)	低所得世帯に対し、高等学校・専修学校、高等専門学校、短期大学、大学の授業料(教育支援費)や入学金(就学支度費)等の貸付を行います。(所得制限あり)※他の公的貸付制度を優先していただく場合もあります。	八王子市社会福祉協議会 生活支援相談担当 TEL042-620-7282 FAX042-622-2701
受験生チャレンジ 支援貸付 	都内に1年以上在住し、中学3年生及び高校3年生を養育する方に、学習塾等受講料や受験料の貸付を行います。所得制限などの要件あり。高校・大学等へ入学した場合、返済が免除されます。	
高等学校の 授業料等 の支援 	就学支援金(授業料支援)・奨学給付金(授業料以外の教育費の支援)・授業料軽減助成金(私立高校の授業料支援)があります。一定の年収未満の世帯が対象です。	進学先(在学)の学校
八王子市奨学金制度 (高等学校等)	高等学校等に在学し、成績良好で学習意欲があり、かつ経済的理由により修学困難な方に対し、奨学金を支給する制度です。	学務課 TEL 042-620-7339 FAX 042-627-8811
高等教育の修学 支援新制度 	世帯収入の基準を満たし、学ぶ意欲のある大学・短期大学・高等専門学校(4・5年)・専修学校(専門課程)に進学する方を対象に、「授業料等の免除・減額」と「給付型奨学金の支給」を行う制度です。対象となる学校は、文部科学省のホームページにてご確認ください。	日本学生支援機構 「奨学金相談サイト」 

8. 生活の支援

家計相談	家計を把握していない、貯金ができない、借金で困っているなどひとり親家庭の家計について、専門の資格を持つ就業・家計専門員が収入と支出の表を使ってわかりやすく相談に応じます。	子育て支援課 TEL042-620-7362 FAX042-621-2711
ひとり親家庭 ホームヘルプ サービス	就労等のため家事・育児にお困りのひとり親家庭にホームヘルパーを派遣します。ひとり親になって 2 年以内で中学生以下のお子さんがいる家庭、2 年を経過した場合は小学生以下のお子さんがいる家庭が対象です。ヘルパーの派遣には事前登録が必要です。	子育て支援課 TEL042-620-7300 FAX042-621-2711
ファミリー・ サポート・センター	子育ての手助けをして欲しい方(依頼会員)とお手伝いができる方(提供会員)が会員登録し、子育てを地域の中で相互に助け合う活動をしています。提供会員は有償ボランティアで育児を応援します。	子ども家庭支援センター TEL042-648-2157 FAX042-656-8226
ハローベビー サポート	出産予定日 30 日前から 1 歳未満のお子さん(多胎は 3 歳未満)を育てる方を対象に、ご家庭にヘルパーを派遣して、有償で家事のお手伝いをする子育て支援サービスです。ヘルパーの派遣には事前登録が必要です。	子ども家庭支援センター TEL042-656-8225 FAX042-656-8226

9. 学習支援・親と子のふれあい支援




学習支援教室 (はち☆スタ)	児童扶養手当を受給している世帯と生活保護世帯の中学生に対して、市内 14 か所の会場で、中学校での学習内容の確認から高校入試までの勉強をサポートします。一人ひとりの学力に応じて学習を進めることができます。	生活自立支援課 TEL042-620-7372 FAX042-627-5956
家庭教師派遣 (ゆめはち先生)	児童扶養手当を受給している世帯又はこれに準ずる世帯で、学習支援教室に通うことが困難な中学生と不登校の小学校 5・6 年生を対象に、大学生等の学習支援者のご自宅への派遣など、お子さんの状況に合わせて支援します。	子育て支援課 TEL042-620-7300 FAX042-621-2711
親子 ふれあい事業	ひとり親家庭の親と中学生以下のお子さんを対象に、親子、親同士、子同士の交流のためのイベントを開催します。	
なんでも チャレンジ	八王子市のひとり親家庭のお子さんを対象にした、生活力の向上を目指すプログラムです。大学生等のボランティアなどと一緒に、お子さんが楽しめる調理実習(メニュー決め、買い物、調理)や体験活動を行います。	

子ども食堂・無料学習塾の情報

市内には、無料または安い値段で子どもたちが食事をする事ができる「子ども食堂」や、経済的に困難な家庭で勉強したいという子どもを対象に、勉強のお手伝いをしてくれる「無料学習塾」があります。子ども食堂等の運営団体や、子ども食堂等の開催スケジュール等は、「はちおうじミライ応援団」のホームページをご覧ください。





10. 子ども・子育て・若者の相談

「はちおうじっ子☆ 子育てほっとライン」 	妊娠や出産、育児に関することで、どこに相談したらよいか分からない時に、保健師等が相談に応じます。 TEL 042-686-2115(ハロー ニッコリ イイコ) 開設時間 8:30~17:00(第1日曜日、年末年始を除く)
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------


<p>子どもと家庭に関する 総合相談</p>	<p>0歳～18歳未満のお子さんとその保護者から、子どもと家庭に関するあらゆる相談をお受けします。専門の相談員が、電話・面接(要予約)にて相談に応じます。お気軽にご連絡下さい。</p> <p>子ども家庭支援センター(クリエイトホール) TEL 042-656-8225</p> <p>●東浅川 TEL 042-661-0072 ●南大沢 TEL 042-678-3100</p> <p>●石川 TEL 042-648-0040</p>
<p>小・中学生と青少年 (20歳未満)の悩み・ 不登校・発達障害等 教育の相談</p>	<p>児童・生徒・または青少年の様々な悩みの相談に応じます。電話・面談(要予約)でお受けします。必要に応じ医療・福祉の専門機関を紹介します。</p> <p>●心理教育相談 (小・中学生とその保護者が対象) TEL 042-664-6949</p> <p>●こども電話相談 (小・中学生の子ども専用) TEL 042-664-3665</p> <p>●就学相談(特別支援学校や特別支援学級への就学相談) TEL 042-664-7524</p> <p>●その他の相談(高校生・20歳未満の青少年とその保護者を対象とした電話相談) TEL 042-664-5124</p>
<p>高校生世代～39歳の 若者向けなんでも相談</p> 	<p>進路のこと、友達・家族とのかた、働くこと…、若者がなんでも相談できる窓口です。</p> <p>対象:高校生世代～39歳(市内在住・在勤・在学)の方及びその家族</p> <p>若者総合相談センター TEL 042-649-5660</p> <p>本事業はNPO法人青少年自立援助センターが八王子市から受託し運営しています。</p>

11. その他の相談

<p>東京都ひとり親家庭 支援センター  はあと多摩</p>	<p>ひとり親家庭の方の生活や仕事に関する相談、養育費相談、離婚前後の法律相談、面会交流支援、グループ相談会などを行っています。TEL 042-506-1182</p>
<p>女性のための電話相談</p>	<p>女性が抱えるさまざまな悩みや問題について相談に応じています。</p> <p>●男女共同参画センター TEL 042-648-2234</p> <p>●東京ウィメンズプラザ(一般相談) TEL 03-5467-2455</p>
<p>男性のための悩み相談</p>	<p>東京ウィメンズプラザ TEL 03-3400-5313 月・水・木 17時～20時 土 14時～17時</p>
<p>LGBT 電話相談</p>	<p>性自認や性的指向に伴うさまざまな悩みや問題について相談に応じています。</p> <p>男女共同参画センター TEL 042-648-2238 (奇数月の第4水曜日 15:30～18:30)</p>
<p>外国人のための相談 NPO Hachioji International Association</p>	<p>生活の中で困っていることの相談を無料で行っていきます。弁護士・行政書士に通訳付きで、相談できる日があります。八王子国際協会(八王子オクトーレビル11階)</p> <p>TEL 042-642-7091</p>
<p>よりそいホットライン</p>	<p>どんなひとの、どんな悩みにもよりそって、一緒に解決する方法を探します。</p> <p>社会的包摂サポートセンター TEL 0120-279-338(24時間通話無料)</p> <p>SNSチャット相談「困りごと情報提供」もあります→ </p>

こころの健康相談	保健師や精神科専門医による相談事業を行っています。 保健対策課地域保健担当 TEL 042-645-5196
パートナーからの暴力等に関する相談	配偶者暴力(DV)・交際相手暴力(デートDV)で悩んでいる方の相談を受けます。 ●東京都女性相談センター多摩支所 TEL 042-522-4232 ●東京ウィメンズプラザ(DV専用相談) TEL 03-5467-1721 LINEによるDV相談「ささえるライン@東京」もあります→ 
生活上の身の安全に関わる相談	●八王子警察署 TEL 042-621-0110 ●南大沢警察署 TEL 042-653-0110 ●高尾警察署 TEL 042-665-0110 (生活安全相談担当 各警察署内線 2632)

12. 養育費・親子交流・法律相談

養育費確保支援事業	養育費(※)の確保を支援するため、公正証書作成手数料や養育費保証契約保証料等の助成を行っています。 (※)子どもが自立するまでの衣食住の必要な経費	
弁護士による養育費などの法律相談	離婚や養育費、親子交流などを専門とする弁護士が個別相談をお受けします。 <u>電話予約のうえ、御利用ください。</u> 場所:八王子駅南口総合事務所 相談室 毎月第4金曜日(9月は第3金曜日) 14時~17時(定員4名・相談時間35分)	子育て支援課 TEL 042-620-7362 FAX 042-621-2711
養育費の講座	ひとり親家庭の親や離婚を考えている方などを対象に、養育費等に関する講座を開催します。	
養育費の相談	養育費に関する相談のほか、親子交流等の問題も含めて相談を行っています。	養育費等相談支援センター フリーダイヤル 0120-965-419 携帯電話から 03-3980-4108 メール info@youikuhi.or.jp
女性のための法律相談	女性のための弁護士相談があります。(30分・要予約)	男女共同参画センター TEL 042-648-2234
法律相談(市役所) 	離婚・養育費など、家庭の問題について弁護士相談(面談または電話)を行っています。(30分・要予約)	八王子駅南口総合事務所 TEL 042-620-1164
法律相談(法テラス)	資力が少ない方への面談による無料弁護士相談を行っています。(要予約)収入・資産が一定基準以下の方が対象。同じ案件の相談は3回まで。(1回30分)	法テラス TEL 050-3383-5310 (IP電話)

八王子市 子ども家庭部 子育て支援課

〒192-8501 八王子市元本郷町三丁目24番1号
TEL 042-620-7368 FAX 042-621-2711
発行年月 令和6年(2024年)6月

