



ひとり親家庭のお母さん、お父さんへ

ひとり親家庭 応援ガイドブック

～ひとり親家庭の支援制度や各種お役立ち情報を掲載！～



小平市
Kodaira City

目 次

I 困ったときの相談は … 1	V 就労・自立支援 …29
・ひとり親相談 ・子ども家庭支援センター ・女性相談 ・市民無料相談 ・民生委員・児童委員、主任児童委員 ・こだいら生活相談支援センター ・東京都ひとり親家庭支援センターはあと ・東京ウィメンズプラザ ・東京都女性相談支援センター多摩支所 ・公益社団法人家庭問題情報センター	・就労支援（自立支援プログラム） ・ひとり親家庭自立支援教育訓練給付金 ・ひとり親家庭高等職業訓練促進給付金 ・ひとり親家庭高等職業訓練促進資金貸付事業 ・就労関係機関
II 手当・医療・年金 … 7	VI 減免制度 …34
・児童扶養手当 ・児童育成手当 ・児童手当 ・ひとり親家庭医療費助成制度 ・乳幼児医療費助成制度 ・小学生以上の児童に対する医療費助成制度 ・遺族基礎年金 ・遺族厚生（共済）年金	・所得税、住民税の軽減 ・国民年金保険料の免除、納付猶予 ・水道料金、下水道使用料の減免 ・家庭ごみ指定収集袋の交付 ・粗大ごみ処理手数料の減免 ・学童クラブ費の減額・免除 ・J R通勤定期の割引 ・都営交通の無料乗車券
III くらし・住まい … 16	VII こどもの学費 …39
・母子・父子福祉資金貸付 ・生活福祉資金貸付 ・総合支援資金貸付 ・生活保護 ・住居確保給付金 ・都営住宅	・就学援助等 ・奨学金・貸付金等一覧 ・受験生チャレンジ支援貸付 ・高校進学時の貸付・奨学金等 ・大学、専門学校等進学時の貸付・奨学金等
IV 保育サービス …22	VIII 学びの支援 … 46
・保育園 ・東京都認証保育所・認定家庭福祉員 ・一時預かり事業 ・病児・病後児保育 ・ファミリー・サポート・センター ・子どもショートステイ ・ひとり親家庭ホームヘルプサービス	・こどもの学習支援（個別学習教室） ・高卒認定試験合格支援給付金
	IX その他関係機関 … 47

この冊子は、ひとり親家庭の方の制度や相談窓口のほか、役立つ情報を紹介しています。「ひとり親家庭」とは、次のいずれかに該当する方が、20歳未満のお子さんを扶養している家庭をいいます。

- ◆配偶者が死亡した方
- ◆配偶者と離婚した方
- ◆配偶者の生死が不明な方
- ◆配偶者から遺棄されている方
- ◆配偶者が外国にいるか、拘禁されているため、その扶養を受けられない方
- ◆配偶者が精神または身体の障がいにより働けないため、その扶養を受けられない方
- ◆結婚によらないで母（父）となった方

ひとり親家庭応援ガイドブック（令和 7 年度版）

令和 7 年 7 月発行

編集・発行 小平市こども家庭部子育て支援課
〒187-8701
東京都小平市小川町二丁目 1， 3 3 3 番地
電話 0 4 2 - 3 4 1 - 1 2 1 1（内線 2 4 4 2）

※「ひとり親家庭応援ガイドブック（令和 7 年度版）」は、
令和 7 年 7 月現在で編集したものです。