

子どもの手当や医療費助成等

子ども・若者政策課 ☎042-338-6851

※①～⑤は申請が必要です
各手当は決められた月に指定の口座に
定例払月の前月分までをまとめて振り込みます。

①児童手当

2・4・6・8・10・12月の15日前後に支給
0歳～18歳到達後最初の年度末までの児童
を養育している方に支給されます。
所得制限なし。

②児童育成手当

2・6・10月の15日前後に支給
0歳～18歳到達後最初の年度末までの児童を
養育しているひとり親家庭等に支給されま
す。20歳未満の一定程度以上の障がい児を
養育される方も対象になる場合があります。
所得制限有。

③児童扶養手当

1・3・5・7・9・11月の11日前後に支給
0歳～18歳到達後最初の年度末までの児童を
養育しているひとり親家庭等に支給されま
す。20歳未満の一定程度以上の障がい児を
養育される方も対象になる場合があります。
所得制限有。

④ひとり親家庭等の医療費助成制度

ひとり親で0歳～18歳到達後最初の年度末ま
での児童を養育している世帯への医療費の
自己負担分の一部または全部を助成。20歳
未満の一定程度以上の障がい児を養育され
る方も対象になる場合があります。
所得制限有。

⑤子どもの医療費助成制度

0歳～18歳到達後最初の年度末までの保険
が適用される医療費の自己負担分を助成。
※小学生以上は通院一回につき上限200円
の自己負担有。

⑥その他割引・減免など

児童扶養手当を受給されている方に、家庭系有料ご
み袋の減免、都営交通の無料乗車券の発行、JR通勤
定期乗車券の割引、水道・下水道料金の免除などの
制度があります。

養育費確保支援事業補助金

子ども・若者政策課 ☎042 (338) 6833
養育費を確保するための取り決めを促し、
継続して養育費を受け取れるよう、手続き
に係る費用補助を行います。

⑦現況届・手当支払い・医療証切替時期について

手当や医療費助成を続けて受けるためには、年1回の現況届
の提出が必要です。

提出時期

児童手当（必要な方）・児童育成手当⇒6月
児童扶養手当・子ども医療費助成（必要な方）⇒8月
ひとり親家庭等医療費助成⇒11月

☆→現況届提出月 ●→支払月 △→医療証切替月
（該当月の1日に切替）

	1月	2月	3月	4月	5月	6月
児童手当		●		●		● (☆)
児童育成手当		●				● ☆
児童扶養手当	●		●		●	
ひとり親家庭 医療費助成	△					
子ども 医療費助成						
	7月	8月	9月	10月	11月	12月
児童手当		●		●		●
児童育成手当				●		
児童扶養手当	●	☆	●		●	
ひとり親家庭 医療費助成					☆	
子ども 医療費助成		(☆)		△		

多摩市

ひとり親家庭応援
まめガイド

まめたま

令和7年6月発行

くらしのサポート

しごと・くらしサポートステーション

しごと・くらしサポートステーション ☎042 (338) 6942
福祉総務課 ☎042 (400) 0868

家計の見直しのサポートや、就労等の生活面
での不安や悩みを一緒に解決できるよう考え
ていきます。
また、離職などで家賃の支払いが困難な方へ
求職活動期間中の家賃補助を行います。
※就労相談・生活相談と合わせてのご利用と
なります。

しごと・くらしサポートステーション
ベルブ永山2階（永山1-5）

問合せ先	電話番号	内容
しごと・くらし サポートステー ション	要予約 ☎042(338)6942	家計改善支援 自立相談支援 住居確保給付金 ひきこもり相談 就労準備支援 就労支援

当事者団体 多摩市ひとり親家庭の会ほほえみ

「ほほえみ」は、市内在住のひとり親（母子・父子）の方
を対象にした当事者団体です。
子育てや仕事の事、ひとり親の悩みなど、何でも話
し合い、励まし合える仲間を作りませんか？お子さ
んもきっと楽しい時間が過ごせると思いますよ♪

【活動内容】研修旅行／年に数回親睦会など

入会金：無料 年会費：各家庭1,000円
※親睦会などは一部自己負担有り
＊問い合わせ先 tamasihohoemi@yahoo.co.jp

民生委員・児童委員

福祉総務課 ☎042 (338) 6889
市民のみなさまから相談を受け、関係機関につなぐ
パイプ役を担っています。子どもの福祉に関すること
を専門に担当する主任児童委員も設置しています。
まずはご自身の住んでいる地域の民生委員・児童委
員にお電話でご相談ください。
お住いの地区を担当している民生委員・児童委員、
主任児童委員を確認したい場合は、福祉総務課へお
問い合わせください。

※民生委員・児童委員には守秘義務が課せ
られています。安心してご相談ください。

専門相談

法律など専門相談

問合せ先	電話番号	相談内容
子ども・若者政策課	要予約 ☎042(338)6833	養育費等弁護士無 料相談（不定期）
市民相談室	要予約 ☎042(338)6806	専門相談（法律） 夫婦・親子、離婚 などの民事全般。 毎週月曜・火曜・ 木曜（第5を除く）。
東京都ひとり親家庭 支援センター はあと	☎03(6272)8720	生活相談、養育費 相談、離婚前後の 法律相談、親子交 流支援
東京都ひとり親家庭 支援センター はあと多摩	☎042(506)1182	生活相談、養育費 相談、離婚前後の 法律相談、親子交 流支援、就業相談、 就労支援、職業紹 介
日本司法支援センター 法テラス	サポートダイヤル ☎0570(078374) IP電話 ☎03(6745)5600	弁護士等による 相談・サポート
養育費・親子交流相談 支援センター （公社 家庭問題情報 センター）	☎03(3980)4108	養育費 親子交流の相談

ひとり親家庭相談

子ども・若者政策課 ☎042 (338) 6833
母子・父子自立支援員が、仕事や経済的な
こと、家族関係に係わること、精神面での
悩みなど生活全般について相談を受け、助
言や各種制度の紹介、専門窓口との連絡な
どにより問題解決を支援します。

相談種別	電話番号	内容
ひとり親家庭 相談	要予約 ☎042(338)6833	月曜～金曜 9:00～17:00 ※祝日を除く。

女性を取り巻く悩みなんでも相談

TAMA女性センター ☎042 (355) 2110
ヴィータ・コミュニネ7階（関戸4-72）
自分自身の生き方、家族・元パートナーと
の関係、職場・地域の人間関係、育児・子
育てなどについて、相談してみませんか？

相談種別	電話番号	内容
女性を取り巻く 悩みなんでも 相談(電話相談)	予約不要 ☎042(355)2111	木曜 10:00～13:00 13:30～16:30 ※1回30分。祝日を除く。
女性を取り巻く 悩みなんでも 相談(面接相談)	要予約 ☎042(355)2110	火曜9:30～12:30 金曜9:30～12:30 土曜13:30～16:30 ※1回60分。祝日を除く。
女性のための 法律相談	要予約 ☎042(355)2110	第3水曜9:30～12:00 ※年度内3回まで。1回 30分。

学びのサポート



就学援助制度

学校支援課 ☎042 (338) 6875

児童・生徒（公立小中学校）の保護者に対して就学援助費（学用品費等）を支給します。支給を受けるには、申請をして、認定を受ける必要があります。世帯の年間収入額等により認定審査を行います。詳細はお問い合わせください。

子どもの学習支援事業

子ども・若者政策課 ☎042 (338) 6958

経済的に困窮するひとり親世帯等の中高生世代を対象とした学習支援を実施します。学習塾型と家庭訪問型のいずれかを選ぶことができます。毎年、4月下旬から5月上旬にかけて申し込みを受け付けています。詳細はお問い合わせください。

大学等及び模擬試験受験料助成金交付事業

子ども・若者政策課 ☎042 (338) 6958

児童扶養手当を受給するひとり親家庭や住民税非課税世帯などの受験生（20歳未満）に対して、大学等の受験料や、大学等および高校受験に向けた模擬試験受験料を助成します。

受験生チャレンジ支援貸付事業

福祉総務課 ☎042 (400) 0868

中学3年生、高校3年生のお子さんの学習塾や受験料の資金の貸付。高校・大学等に入学した場合、返済が免除されます（別途申請が必要）。※年度内申請期限有



おやこのサポート



認可保育所等・幼稚園

子ども・若者政策課 ☎042 (338) 6850

【認可保育所等申込み期間】

4月からの入所を希望⇒10月下旬頃

5～3月からの入所を希望⇒前々月中旬頃から前月中旬まで

必ず、子ども・若者政策課窓口・出張所・地域子育て支援拠点等で配布されている「保育所等入所のしおり」を確認してください。

市内には幼稚園、東京都認証保育所、企業主導型保育所もあります。施設との直接契約となります（保育料補助制度があります）。詳しくは、直接園にお問い合わせください。

一時保育（満1歳～就学前）

定期利用保育（満1歳～2歳児）

多摩市こども誰でも通園事業（0歳6カ月～満3歳到達まで）

子ども・若者政策課 ☎042 (338) 6850

就労や出産、リフレッシュなどの理由で、一時的に家庭以外の場所で保育が必要な場合に利用できます。利用時間や契約日数により料金が異なります。

詳しくは、公式ホームページをご覧ください。

休日保育（要事前登録・面接）

多摩保育園 ☎042 (375) 8217

日曜・祝日に保育を行います。

保育所等に在園していて離乳食が完了している1歳～就学前の児童。



母子及び父子福祉資金・女性福祉資金の貸付

子ども・若者政策課 ☎042 (338) 6833

高等教育の修学支援新制度（給付型奨学金）、私立高等学校等授業料軽減助成、東京都育英資金との併用はできません。

母子家庭又は父子家庭等の方が、経済的に自立して安定した生活を送るために必要とする資金（子どもの学費や入学金など）の貸付をしています。余裕を持って必ず事前にご相談ください。※審査あり・要保証人

高等教育の修学支援新制度（給付型奨学金・授業料等減免）

日本学生支援機構奨学金相談センター

☎0570 (666) 301

一定の要件を満たした、大学、短期大学、高等専門学校（4年・5年）、専門学校に通う学生等に給付型奨学金が支給されます。

東京都育英資金の貸付

公益財団法人東京都私学財団

☎03 (5206) 7929

私立高等学校等授業料軽減助成併用可です。福祉資金との併用はできません。

都内にお住まいで、高等学校、高等専門学校、専修学校（高等課程・専門課程）に在学する方のうち、勉学意欲がありながら経済的理由により修学が困難な方に、修学に必要な資金の貸付をしています。

授業料及び授業料以外の教育費の助成

公益財団法人東京都私学財団 ☎03 (5206) 7925

都民の教育費負担の軽減事業として、授業料及び授業料以外の教育費の助成を行っています。



子どもショートステイ事業

こども家庭センター「にじたま」 ☎042 (355) 3833

一時的にお子さん（2歳～中学生）の養育ができない時に地域の養育協力家庭等で、お子さんを宿泊でお預かりします。

※詳細はお問い合わせください。

リフレッシュ一時保育（要事前登録）

こども家庭センター「たまっこ」 ☎042 (375) 0104

生後3ヶ月～小学校就学前のお子さんを保護者のリフレッシュや用事等の際にお預かりします。



ファミリー・サポート・センター（要事前説明会参加）

多摩市ファミリー・サポート・センター ☎042 (357) 5105

生後3ヶ月～中学生のお子さんの、保育園などの送迎とその前後の預かりを提供会員の自宅で行います。事前に説明会に参加してください。

パルテノン多摩こどもひろばOLIVE

一時保育（要事前予約）

こどもひろばOLIVE ☎042 (400) 7715

パルテノン多摩でのイベント参加時や、多摩センターエリアでのお買い物等の際に、1歳～小学校3年生のお子さんをお預かりします。



こども家庭センター にじたま

こども家庭センター にじたま ☎042 (355) 3833

お子さんに関するあらゆる相談をお受けします。お気軽ににじたまへご連絡ください。



住まいのサポート

住宅に関する問い合わせ先

問合せ先	電話番号
多摩市居住支援相談窓口	☎042(401)8640
市営住宅 多摩市都市計画課	☎042(338)6817
都営住宅 東京都住宅供給公社 都営住宅募集センター	代表 ☎03(3498)8894
東京都住宅供給公社 公社住宅募集センター	代表 ☎03(3409)2244
UR都市機構 UR 多摩営業センター	☎042(356)0311

ひとり親家庭高等職業訓練促進資金貸付事業 住宅支援資金

子ども・若者政策課 ☎042 (338) 6833

多摩市社会福祉協議会 ☎042 (373) 5622

母子・父子自立支援プログラムの策定を受け、就職・転職等を目指す方へ、住宅に係る資金の貸付を行います。



地域子育て支援拠点事業（子育てひろば）

※直接実施施設にお問い合わせください。

妊娠期から子育て期までの切れ目のない子育て支援を行うことを目的として親子の交流や相談を行っています。

市内の10箇所で開催しています。

学童クラブ

児童青少年課 ☎042 (338) 6884

親の就労、就学、疾病、求職などの要件で1年生から4年生まで利用できます。特別支援学校・特別支援学級に通学している5・6年生も利用できます。

【申込み期間】

4月からの利用は前年の10月頃に申請します。

年度途中は毎月10日までの申請です。

児童館

児童青少年課 ☎042 (338) 6917

地域における子どもたちの交流の場として、自由に遊んでいくなかで健全育成を図る施設です。0歳から18歳まで誰でも利用できます。市内に10箇所あります。

放課後子ども教室

児童青少年課 ☎042 (338) 6884

放課後などに子どもが通っている市内の小中学校で遊べる場を提供しています。

ひとり親家庭ホームヘルプサービス

子ども・若者政策課 ☎042 (338) 6833

生活が激変し、日常生活を営むのに支障があるひとり親家庭に対して、一定の期間、一定の回数、自立支援のため日常生活に必要なサービスを行うホームヘルパーの派遣をします。家事支援・送迎等。所得に応じて、費用負担があります。



しごとのサポート



就労支援

子ども・若者政策課 ☎042 (338) 6833

面談により母子・父子自立支援プログラムを策定し、ご本人に合った就労支援を行います。転職・就職に向けた支援、情報提供を行います。

ひとり親家庭自立支援教育訓練給付金

雇用保険制度による一般教育訓練講座などを受講し、修了した場合、経費の一部を支給します。※要事前相談・事前申請、金額の制限あり



ひとり親家庭高等職業訓練促進給付金

看護師、美容師等の資格取得のために、養成機関等で修業する場合、修業期間中の生活支援に「高等職業訓練促進給付金」を支給します。※要事前相談、期間・金額の制限あり

問合せ先	電話番号	相談内容
ハローワーク府中	☎042(336)8609	月～金 8:30～17:15 ※土・日・祝・年末年始を除く。 お仕事の相談 教育訓練給付の申請 職業訓練相談申込
永山ワークプラザ (ハローワーク府中)	☎042(375)0951	月～金9:00～17:00 ※祝・年末年始を除く。 ベルブ永山4階
東京都ひとり親家庭 支援センター はあと飯田橋	☎03(3263)3451	月水木土日祝9:00～17:30 火金9:00～20:30 ※日・祝は電話相談のみ
東京都ひとり親家庭 支援センター はあと多摩	☎042(506)1182	月水木土日祝9:00～17:30 火金9:00～19:30

いざという時のために



こども準夜診療所（市立健康センター内）

こども準夜診療所 要電話連絡☎042 (375) 0909

15歳以下のお子さんの準夜診療。

19時～22時（受付21時45分）、毎日実施。

受診前に必ず電話でご連絡ください。



消防庁救急相談センター（24時間電話対応）

消防庁救急相談センター ☎#7119 ☎042 (521) 2323

病院に行くか救急車を呼ぶか迷っている方はご連絡ください。相談医療チーム（医師、看護師、救急隊経験者など）が年中無休で対応します。

休日診療当番医（輪番制）

公式ホームページで検索、要電話連絡

日・祝・年末年始(12/29～1/3)の9時～17時、輪番により休日診療当番医で内科・小児科の急病人の診療を行います。受診前に必ず当番医へ時間内に電話でご連絡ください。



病児・病後児保育（各施設へ要事前登録）

TAMAIガールズ ☎042 (400) 5672

聖蹟こどもTERRACE ☎042 (400) 5510

保護者が仕事等により家庭で病児・病後児の育児ができない場合に一時的にお子様をお預かりします。利用方法や対象年齢・利用料金等の詳細は、各施設へお問い合わせください。

