



## お金のこと

【子どもの手当や医療費助成】 ※①～⑤は申請が必要です 子育て支援課 ☎042 (338) 6851  
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・特例給付 2・6・10月の15日前後に支給

0歳～15歳到達後最初の年度末（中学校修了前）までの児童を養育している方に支給されます。所得制限有。

### ②児童育成手当 2・6・10月の15日前後に支給

### ③児童扶養手当 1・3・5・7・9・11月の11日前後に支給

②と③は、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18歳未満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3月31日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。

【現況届の提出】 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	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	●		●		●		●	☆	●		●	
ひとり親家庭等医療費助成	△										☆	
子ども医療費助成							(☆)			△		

### 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。

### 受験生チャレンジ支援貸付事業

#### 福祉総務課 要予約☎042 (338) 6889

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

### 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

#### 子育て支援課 ☎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。

### 母子及び父子福祉資金・女性福祉資金の貸付

#### 子育て支援課 ☎042 (338) 6833

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

### 私立高校授業料軽減助成金・奨学給付金

#### 公財)東京都私学財団 ☎03(5206)7925

### 高等教育の修学支援新制度

#### (大学・短大・専門学校無償化)

#### 日本学生支援機構奨学金相談センター

#### ☎0570 (666) 301



## つながろう！多摩市ひとり親家庭の会 ほほえみ

「ほほえみ」は、多摩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（一泊二日）／さつまいも＆花生掘り／クリスマス会／新年会／イチゴ狩りなど  
入会金：無料 年会費：各家庭1000円

※親睦会などは一部自己負担有り

\*お問い合わせ・お申込み\*

Email: tamasihohoemi@yahoo.co.jp



## 調べてみよう！

### シングルママ・シングルパパくらし応援ナビ Tokyo

東京都福祉保健局による、シングルママ・シングルパパ（あわせて「ひとり親」と呼びます）や、これからひとり親になる方・なるかもしれない方に向けた情報サイトです。



## 話してみよう！

### 女性を取り巻く悩みなんでも相談

TAMA女性センター

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、不安な気持ちや悩みを一人で解決しようとせず、私たちに相談してみませんか？

### 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

面接相談(要予約) ☎042-355-2110

火曜・金曜 9:30～12:30、土曜 13:30～16:30

女性のための法律相談もあります。(要予約)



### ワンポイントアドバイス

#### 殴られてないからDVじゃないって思いませんか？

DVは殴る、蹴るなどの身体的暴力だけでなく、怒鳴る、物を投げる、無視するなどの精神的な暴力、避妊に協力しないなどの性的な暴力も含まれます。別れたパートナーから受けた暴力が深い傷になる前に、専門家に相談することが大切です。

### ひとり親家庭相談

#### 子育て支援課 ☎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援助します。

月曜～金曜（祝日を除く）9:00～16:00（要電話予約）

### 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ので、お悩みがあれば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。



地区担当の一覧については、多摩市公式ホームページ内「民生委員・児童委員」をご参照ください。⇒

※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。  
※地区担当者が不在の場合、お手数ですが福祉総務課までご連絡ください。

## 多摩市

### ひとり親家庭応援ガイド

# たまポケ



健康都市



多摩市

## 仕事のサポート

【ひとり親の就労支援】 ①～③子育て支援課 ☎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。

### ①就労支援

ご相談に応じて、転職・就職に向けた支援、情報提供を行います。

### ②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60%に相当する額を支給します。 ※要事前相談、金額の制限あり

### ③ひとり親家庭高等職業訓練促進給付金

看護師、美容師など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

### ハローワーク府中

☎042(336)8609 (代表)

府中市美好町 1-3-1 月曜～金曜(土曜、日曜、祝日、年末年始以外) 8:30～17:15  
お仕事の相談 ☎042(336)8625・教育訓練給付の申請 ☎042(336)8666  
・職業訓練相談申込 ☎042(318)8808

### ハローワーク府中永山ワークプラザ ☎042(375)0951

ベルブ永山4階(永山1-5) 月曜～金曜(祝日以外) 9:00～17:00

### 東京都ひとり親家庭支援センター

はあと飯田橋 ☎03(3263)3451 千代田区飯田橋 3-10-3 東京しごとセンター7階  
はあと多摩 ☎042(506)1182 立川市曙町 2-8-30 立川わかぐさビル4階

## くらしのサポート

### しごと・くらしサポートステーション

要予約 ☎042(338)6942

ベルブ永山2階(永山1-5)

### 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

収入はあるけど生活費が足りない、公共料金などを滞納している、多重債務がある方の家計の見直しのサポートや、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。  
(福祉総務課)

### 仕事と保育のワンポイントアドバイス

認可保育所の4月入所申請は前年度の秋が申請時期です。就労中や求職中など保育要件のある方が申請できます。4月入所以外の時期でも期日までに申請を行うことで翌月に空きがあれば入所することができます。保育園や幼稚園の預かり保育など預け先の選択は様々です。

令和元年10月から幼稚園等の施設利用料(保育料)等の無償化も開始しています。ご自身にあった利用方法を選択しましょう。

## 法律など専門相談

専門相談(法律) 要予約☎042(338)6806 市民相談室

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 千代田区飯田橋 3-4-6 新都心ビル7階

生活相談、養育費相談、離婚前後の法律相談、離婚前後の親支援講座、面会交流支援 ☎03(6272)8720

### はあと多摩

立川市曙町 2-8-30 立川わかぐさビル4階

生活相談、養育費相談、離婚前後の法律相談、グループ相談会、面会交流支援 ☎042(506)1182

### 日本司法支援センター【通称：法テラス】(弁護士による相談・サポート)

法テラス・サポートダイヤル ☎0570(078374) (※ IP電話からは03(6745)5600)

### 養育費相談支援センター(公益社団法人家庭問題情報センター) ☎03(3980)4108

豊島区西池袋 2-29-19KTビル10階 メール相談あり

## 住まいのサポート

都営住宅 東京都住宅供給公社 都営住宅募集センター ☎03(3498)8894 (代表)

市営住宅 多摩市都市計画課 ☎042(338)6817

UR都市機構 UR多摩営業センター ☎042(356)0311

東京都住宅供給公社 公社住宅募集センター ☎03(3409)2244 (代表)

多摩市居住支援相談窓口 ☎042(401)8640

## 子どものサポート

### ☆認可保育所等・幼稚園

子育て支援課 ☎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月中旬頃

5～3月からの入所を希望⇒前月中旬頃

※必ず対象年度の入所のしおりを確認してください。

※認可保育所等…認可保育所・家庭的保育事業所・小規模保育事業所・事業所内保育事業所・認定こども園をさします。申し込みに関する詳細は子育て支援課窓口・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」を参照してください。

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(補助制度あり)。

詳しくは直接園にお問い合わせください。

### ☆学童クラブ

児童青少年課 ☎042(338)6884

親の就労などの要件で1年生から4年生まで利用できます。特別支援学校・特別支援級の5・6年生も利用できます。

【申込み期間】

4月からの利用を希望⇒11月頃に申請します。

年度途中は毎月10日までに申請します。



### ☆児童館

児童青少年課 ☎042(338)6884

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。市内の児童館10箇所。

### ☆地域子育て支援拠点

※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。

### ☆パルテノン多摩

こどもひろばOLIVE 一時保育

☎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年生までのお子さんをお預かりします。

要事前予約 お子さん1人あたり1時間1,000円

※多摩市在住の方700円

### ☆放課後子ども教室

児童青少年課 ☎042(338)6917

子どもたちが遊ぶことができる場の提供。市内の小学校16箇所で開催しています。

### ★ひとり親家庭ホームヘルプサービス

子育て支援課 ☎042(338)6833

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、日常生活に必要なサービスを行うため、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(1時間 0円～300円)があります。

### ★ファミリー・サポート・センター

多摩市ファミリー・サポート・センター

☎042(357)5105

生後3ヶ月から中学生まで。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。

9時～17時850円 7時～9時、17時～21時、土日

祝日1,000円。(お子さん一人1時間あたり)

事前に説明会に参加してください。

### ★一時保育(満1歳～就学前)、定期利用保育(満1歳～2歳児)

※直接実施保育園にお問い合わせください。

就労や出産、リフレッシュなどの理由で、ご家庭での保育が一時的に困難な場合に利用できます。

一時保育は1日8時間まで2,000円、半日1,000円。

定期利用保育は利用日に応じて料金が異なります。

### ★子どもショートステイ事業

子ども家庭支援センター「たまっこ」

☎042(355)3833

お子さん(2歳～小学生)の養育ができない時に地域の養育協力家庭等において、お子さんを宿泊でお預かりします。1回6泊7日以内。利用料子ども1人1泊又は1日、3,000円(生活保護・非課税世帯1,000円)

※利用料が免除されることもあります。

※交通費・食代等の別途実費負担あり。

※詳細はお問い合わせください。

### ★リフレッシュ一時保育

子ども家庭支援センター「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。

要事前登録 お子さん1人あたり1時間700円

### ★休日保育事業

多摩保育園 ☎042(375)8217

日曜・祝日の利用。保育所等に通所していても離乳食でない1歳～就学前の児童。

※事前登録及び面接が必要です。

## いざという時のために

### ★こども準夜診療所(多摩市立健康センター内)

☎042(375)0909

15歳以下のお子さんの準夜診療。要電話連絡。19時～22時まで(受付21時45分)毎日実施。

### ★急患テレホンセンター(多摩消防署内)

☎042(375)9999

24時間体制で多摩地域の病・医院の案内を実施しています。

### ★休日診療当番医

日曜、祝日、年末年始(12/29～1/3)の9時～17時まで、市内の輪番による休日診療当番医で内科・小児科・急病人を対象に診療が受けられます。

多摩市公式ホームページで検索⇒



### ★病児・病後児保育

子育て支援課 ☎042(338)6850

TAMA IZUMI デン ☎042(400)5672

病状が安定している場合又は病後の回復期で集団保育を受けることが困難な場合の一時預かり。

対象者は、乳幼児から学童クラブ通所児までです。

要事前登録。