



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		・就労支援（自立支援プログラム）	
・子ども家庭支援センター		・ひとり親家庭自立支援教育訓練給付金	
・女性相談		・ひとり親家庭高等職業訓練促進給付金	
・市民無料相談		・ひとり親家庭高等職業訓練促進資金貸付事業	
・民生委員・児童委員、主任児童委員		・就労関係機関	
・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			
II 手当・医療・年金	… 7	VI 減免制度	…34
・児童扶養手当		・所得税、住民税の軽減	
・児童育成手当		・国民年金保険料の免除、納付猶予	
・児童手当		・水道料金、下水道使用料の減免	
・親ひとり親家庭医療費助成制度		・家庭ごみ指定収集袋の交付	
・乳幼児医療費助成制度		・粗大ごみ処理手数料の減免	
・小学生以上の児童に対する医療費助成制度		・学童クラブ費の減額・免除	
・遺族基礎年金		・J R通勤定期の割引	
・遺族厚生（共済）年金		・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		・就学援助等	
・生活福祉資金貸付		・奨学金・貸付金等一覧	
・総合支援資金貸付		・受験生チャレンジ支援貸付	
・生活保護		・高校進学時の貸付・奨学金等	
・住居確保給付金		・大学、専門学校等進学時の貸付・奨学金等	
・都営住宅			
IV 保育サービス	…22	VIII 学びの支援	… 46
・保育園		・こどもの学習支援（個別学習教室）	
・東京都認証保育所・認定家庭福祉員		・高卒認定試験合格支援給付金	
・一時預かり事業			
・乳児等通園支援事業（こども誰でも通園制度）			
・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			
		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８年度版）

令和８年７月発行

編集・発行 小平市こども家庭部こども若者みらい課
〒187-8701
東京都小平市小川町二丁目１，３３３番地
電話 ０４２-３４１-１２１１（内線２４４２）

※「ひとり親家庭応援ガイドブック（令和８年度版）」は、
令和８年７月現在で編集したものです。