



ひとり親家庭への支援

ひとり親家庭を支える手当や事業があります。

児童育成手当・児童扶養手当

子育て・若者支援課 給付担当
(区役所6階◎窓口)

TEL 5 2 4 6 - 1 2 3 2

離婚や未婚等で父または母がいないか、父または母に重度の障害がある家庭で、18歳になった最初の3月31日までの児童を養育している人に手当を支給します。

児童育成手当

対 象	父・母・養育者
手 当 額	子供1人につき 月額13,500円 ※所得制限あり

児童扶養手当

対 象	父・母・養育者 ※子供に中度以上の障害がある場合は20歳未満
手 当 額	子供1人の場合 月額10,410円～44,140円の範囲で所得に応じて決定 子供2人目 5,210円～10,420円加算 子供3人目以降 3,130円～6,250円加算 ※本人及び同居の扶養義務者(親、兄弟姉妹等)の所得制限あり

東京都ひとり親家庭支援センター はあと

ひとり親(母子家庭・父子家庭)の総合的な支援窓口。生活相談、養育相談、離婚前後の法律相談、面会交流支援は「はあと」で、就業支援は「はあと飯田橋」で行っています。



- 東京都ひとり親家庭支援センター はあと
〒102-0072 東京都千代田区飯田橋3-4-6 新都心ビル7階
TEL(相談)03-6272-8720
 - はあと飯田橋
〒102-0072 東京都千代田区飯田橋3-10-3 東京しごとセンター7階
TEL03-3263-3451
- ホームページ <https://haat.or.jp/>



医療費助成・自立支援など

子育て・若者支援課 給付担当 (区役所6階窓口)

TEL 5 2 4 6 - 1 2 3 2

離婚や未婚などにより、ひとり親になった人に対して、医療費の助成や自立に向けた支援などを行っています。

ひとり親家庭等医療費助成(親医療証)

対 象	父・母・養育者と子供 (子供に中度以上の障害がある場合は20歳未満) ※0歳~18歳の子供は子ども医療費助成制度を使用
内 容	保険診療を受けたときの自己負担額を助成 ・全額助成 住民税非課税世帯 ・一部助成 住民税課税世帯 ※本人及び同居の扶養義務者(親、兄弟姉妹等)の所得制限あり

母子・父子福祉資金

対 象	都内に6か月以上居住している20歳未満の子供の父母・養育者等
内 容	子供の入学や修学に必要な資金等を貸付(低利子または無利子) ※貸付にあたっては面接・審査を実施。貸付条件は(予約のうえ)事前相談

自立支援プログラム策定事業

対 象	父・母(児童扶養手当を受けている人または同等の所得水準の人)
内 容	個々の状況・ニーズに応じた自立目標や支援内容についてプログラムを策定し、継続的に求職活動や職業能力開発などを支援。相談は要予約

自立支援教育訓練給付事業

対 象	父・母(児童扶養手当を受けている人または同等の所得水準の人)
内 容	就労を目的とした資格を取得するため訓練講座等を受講する場合、受講料の一部を支給。本人負担額の60%(上限あり) ※受講前に(予約のうえ)相談、申請が必要

高等職業訓練促進給付金等事業

対 象	父・母(児童扶養手当を受けている人または同等の所得水準の人)									
内 容 と 給 付 金 額	経済的自立に効果的な資格を取得するため学校等に1年以上修学する場合、助成金を支給 ※受講前に(予約のうえ)相談、申請が必要 対象となる資格：看護師・介護福祉士・保育士・美容師・理容師・保健師ほか <table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>課税世帯</th> <th>非課税世帯</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>訓練促進給付金</td> <td>月額 70,500円★1</td> <td>月額 150,000円★2</td> </tr> <tr> <td>訓練修了支援給付金</td> <td>月額 25,000円</td> <td>月額 50,000円</td> </tr> </tbody> </table> <p>★1 修学期間の最後の1年間のみ月額110,500円 ★2 修学期間が12か月未満の場合 月額14万円</p>		課税世帯	非課税世帯	訓練促進給付金	月額 70,500円★1	月額 150,000円★2	訓練修了支援給付金	月額 25,000円	月額 50,000円
	課税世帯	非課税世帯								
訓練促進給付金	月額 70,500円★1	月額 150,000円★2								
訓練修了支援給付金	月額 25,000円	月額 50,000円								

高等学校卒業程度認定取得支援事業

対 象	父・母(児童扶養手当を受けている人または同等の所得水準の人) および20歳未満の子供
内 容	父・母・子供の学び直しを支援するため、民間事業者等が実施する高等学校卒業程度認定試験の対策講座(通信制も含む)の受講費用の一部を支給。給付金種別等は問い合わせください ※受講前に(予約のうえ)相談、申請が必要

養育費受け取り支援事業

対 象	台東区に居住している離婚を考える父母及びひとり親家庭の父母
内 容	①「子供の養育プラン」作成支援 離婚後の子供の養育について考えるきっかけとするため、養育費や面会交流について父母間の取り決め内容を確認するシートの作成などの支援 ②公正証書作成等手数料補助 継続的に養育費の受け取りができるよう、債務名義となる公正証書等の作成をした際の手数料等を補助。上限：30,000円(1人1回限り) ※①②とも(予約のうえ)相談、申請が必要



乗車券の割引

子育て・若者支援課 給付担当 TEL 5 2 4 6 - 1 2 3 2
(区役所6階⑥窓口)

児童扶養手当の受給者には、以下の優遇制度があります。

都営交通無料乗車券

対 象	児童扶養手当を受けている人または同一世帯の人のうち、どなたか1人
内 容	都電、都バス、都営地下鉄、日暮里・舎人ライナーの無料乗車券を発行

JR通勤定期乗車券の割引

対 象	児童扶養手当を受けている人または同一世帯の人
内 容	JR通勤定期乗車券を3割引で購入できる「資格証明書」「乗車券購入証明書」を発行 ※定期券を購入する人の写真(最近6か月以内、正面上半身、たて4cm Xよこ3cm)が必要

そのほかの優遇制度

それぞれ、下記の担当事業所で手続きしてください。

● 水道料金・下水道料金の減免

対 象	児童扶養手当または特別児童扶養手当を受けている世帯で、受給者本人が契約しているもの
内 容	①水道料金は基本料金と1か月あたり10mまでの従量料金の合計額 ②下水道料金は1か月あたり8mまでの料金
手 続 き	東京都水道局文京営業所へ申請 持ち物：児童扶養手当証書、特別児童扶養手当証書 所在地：文京区西片2-16-23 TEL：5840-8021

● 粗大ゴミ等収集手数料の免除

対 象	児童扶養手当または特別児童扶養手当を受けている人
手 続 き	粗大ゴミ受付センターに電話で申請 TEL：6747-5111



入居相談・居住支援サービス

住宅課 TEL 5 2 4 6 - 1 4 6 8
(区役所5階⑩窓口)

住宅探しや住み替えのことで困っている人の相談窓口や制度があります。

入居相談窓口

不動産関係団体と協力して住宅探しの相談を行います。住宅のあっせんではなく、情報の提供です。

対 象 者	・ひとり親世帯(18歳以下の子供及び父又は母のみの世帯)等 ・台東区に住民登録をし、区内に住んでいること
相 談 日 時	月～金曜日 午前8時30分～午後5時 ※電話での相談も可能

住み替え居住支援制度

現住戸(民間賃貸住宅)の取壊しや家主の都合による契約更新拒否により、立ち退きを受けている世帯等に対して、区内の別の民間賃貸住宅に転居した場合、転居費用を助成します。転居先住宅の賃貸借契約締結前の申請が必要です。

対 象 者	・ひとり親世帯(18歳以下の子供と同居し扶養する父または母のみで構成される世帯)等 ・台東区に住民登録をし、区内に3年以上住んでいること ・生活保護を受給しておらず、世帯全員が住民税を滞納していないこと、など ※所得制限あり
助 成 金 額	転居費用(礼金・仲介手数料・引越し費用の合計額)上限150,000円 ただし、立ち退き料を受領した場合は、礼金・仲介手数料・引越し費用の実費から立ち退き料相当額を差し引いた額を助成

家賃等債務保証制度

民間賃貸住宅の契約時に家賃の支払い等を保証する保証会社と契約した際に支払った初回保証料の一部を助成します。

対 象 者	・ひとり親世帯(18歳以下の子供と同居し扶養する父または母のみで構成される世帯)等 ・台東区に住民登録をし、区内に3年以上住んでいること ・生活保護を受給しておらず、世帯全員が住民税を滞納していないこと ・緊急連絡先があることなど ※所得制限あり
助 成 金 額	保証会社に支払った初回保証料の1/2、上限20,000円

ひとり親家庭をサポート

子育て・若者支援課 庶務担当
(区役所6階⑥窓口)

TEL 5 2 4 6 - 1 2 3 7

ひとり親家庭を対象として行なっているサービスや事業があります。

ホームヘルプサービス

対 象	父・母・養育者または中学生以下の子供が一時的な病気やその他の理由などで家事・育児が困難な場合
内 容	食事の世話・掃除・洗濯・育児等を支援するためにホームヘルパーを一定の期間、派遣 ※所得に応じて本人負担あり

レクリエーション

対 象	父または母と4歳～中学3年生までの子供
内 容	年に1～2回、日帰りのバスハイクを実施 ※参加費無料(ただし、昼食は自己負担)

母子生活支援施設(さくら荘)

対 象	母と18歳未満の子供
内 容	子供の養育等の生活していく上でさまざまな問題を抱えている母子に対し、居室の提供や自立支援・就労支援の相談を実施 ※所得に応じて本人負担あり

「シングルママ シングルパパ 暮らし応援ナビ Tokyo」

東京で暮らすひとり親、これからひとり親になるかもしれない人に役立つ情報が掲載されています。

支援情報や相談窓口一覧、コラムやお悩みFAQ、役立つセミナー・イベント情報など。

国、都、区市町村、民間団体などさまざまな実施主体による支援の情報について、自身の状況別、分野別に検索可能。

問合せ先
東京都福祉保健局少子社会対策部育成支援課
TEL 5320-4125
<http://www.single-ouen-navi.metro.tokyo.lg.jp/>

