

ひとり親。でも、あなたはひとりじゃない

母子・父子自立支援員をご存じですか



ひとり親として子育て中。
まず何をしたらいいのかな

母子・父子自立支援員は、母子及び父子並びに寡婦福祉法で全国の福祉事務所に配属されています。ひとり親家庭などの相談に応じ、さまざまな情報提供を行っています。
元年度の相談件数は2,267件で、子どもの学費に関することや、住宅の支援などの相談が寄せられました。相談内容によって、一人ひとりに合わせた支援をしています。

ここで相談できます！

電話や面談での相談が可能です。予約は不要です。

場所 総合庁舎本館 6階 子ども家庭支援センターひとり親・生活支援係（☎5722-9862、📠5722-9684）
受付日時 月～金曜日 8：30～17：00（祝・休日を除く）

私たち、母子・父子自立支援員にご相談ください



ほかにもどんなサービスがあるか知りたいな

さまざまなサービスがあります



仕事を応援

仕事を応援するための給付金があります

就労や資格取得を支援する制度です。区内に住民登録があり、20歳未満の子どもの扶養するひとり親家庭の親が対象です。受講の必要性や資格取得見込みなどを審査するため、講座・養成機関を決める前にご相談ください。

受講料の一部を支給して就労を応援

自立支援教育訓練給付金の支給

対象講座 雇用保険法の一般教育訓練給付金の指定訓練講座ほか

対象 次のすべてを満たすかた

- 児童扶養手当を受給または同等の所得水準にある
- 就業経験、技能・資格の取得や労働市場の状況などから判断して、教育訓練を受けることが就職に必要と認められる
- 過去に訓練給付金（類似制度を含む）を受けていない

支給額 講座受講料の60％（12,001円～20万円）
※雇用保険法の訓練給付金を受けたかたは差額を支給

資金をお貸しします

生活に必要な資金をお貸しします

母子及び父子福祉資金（都）

経済的に自立し、安定した生活を送るための資金を、無利子または低利子で借りることができます。貸し付けの種類・内容により、貸付限度額や据置期間などが異なります。申請手続きから貸し付けまで1カ月以上かかるため、早めにご相談ください。

対象 都内に引き続き6カ月以上居住する区内在住者で、20歳未満の子どもの扶養するひとり親家庭の親ほか

子育てを応援

保育が困難なときにご利用ください

ひとり親家庭ホームヘルプサービス

仕事や職業訓練、求職活動、傷病、介護などのために保育が困難な場合に、ホームヘルパーを低額で利用できます。

対象 区内在住で、次のすべてを満たすひとり親家庭の親

- 小学生以下の子どもの扶養
- 児童育成手当を受給

※ほかにも要件あり

自己負担額 1時間につき300円（生活保護受給者は無料）

利用時間 1回につき2～8時間（月40時間以内）

※保育園や学童保育クラブが利用可能な時間は対象外

※日常的な子どもの世話にかかわる援助に限る

自立を支援

自立に向けた支援を受けることができます

母子生活支援施設

区内在住の母子家庭（子どもが18歳未満）のかたで、子どもの養育や自立した生活が困難な場合に入所できる施設です。事前に養育や生活状況などについて伺い、審査のうえ決定します（所得に応じた負担あり）。

新サービス！

保証料を補助

養育費の受け取りを支援します

養育費保証契約促進補助金

保証会社と養育費保証契約（※）をする際に支払った初回保証料に対し、補助金を受けられます。

※養育費の支払いに遅延や未払いがあった際に保証会社が養育費の立て替えや催促を行うサービス

対象 区内在住で、次のすべてを満たすひとり親家庭の親

- 児童扶養手当を受給または同等の所得水準にある
- 養育費の対象となる子どもを扶養
- 養育費に係る債務名義がある
- 民間保証会社と1年以上の養育費保証契約を締結
- 過去に同事業による補助金を受けていない

支給額 初回保証料額（上限5万円）

ひとり親世帯について国が調査した結果によると、母子世帯の約20％、父子世帯の約45％の人が「相談する相手がいない」と回答しています。

ひとり親になるときやなったとき、毎日を通り過ぎて生活に困ったときなど、直面する悩みごとは数多くあることでしょう。長引くコロナ禍で、経済的にもつらい思いをしているかたも多いと思います。

そのようなときはひとりで悩みを抱え込まず、母子・父子自立支援員にご相談ください。



子ども家庭支援センターひとり親・生活支援係（☎5722-9862、📠5722-9684）



離婚を迷っているのだけど

パパとママの離婚講座

子どものいる夫婦が離婚する際に、知っておきたい情報が詰まった講座です。

親の離婚を経験する子どものメンタルケアや養育費、面会交流など決めておいた方がいい離婚の条件、区のひとり親支援制度についてお話しします。離婚が目前にあるかたも迷っているかたも、情報収集のために役立つ内容です。



日程 7／29(木)、9／24(金)、11／8(月)、4年1／7(金)、3／7(月)
時間 10：00～11：30
会場 総合庁舎本館1階E会議室
講師 家族のためのADRセンター代表 小泉道子氏（左写真）ほか
定員 10人（先着）
申し込み方法 電話で、子ども家庭支援センターひとり親・生活支援係（☎5722-9862、📠5722-9684）へ

ぜひご参加ください



ひとり親家庭のかたが自立できるよう、仕事と子育ての支援を行っています。このほかにもさまざまな支援がありますので、気軽にご相談ください。また、ひとり親家庭のかた向けのさまざまな制度をホームページ（右コード）で紹介しています。



子どもの学習を応援

ひとり親家庭学習支援事業

めぐろ子ども未来応援塾

ひとり親家庭の小学4年～高校生を対象とした学習支援です。大学生や社会人のボランティアが、学習習慣の定着、基礎的な学力の向上を図るための学習指導をします。申し込み方法など詳細は、申込書（総合庁舎本館6階子ども家庭支援センターで配布）をご覧ください。

また、子どもの心に寄り添った生活支援も行います。

対象 区内在住で、次のすべてを満たすひとり親家庭の子ども

- 児童扶養手当を受給世帯または同等の所得水準世帯
- 学習塾・家庭教師・通信教育などを利用していない
- 都または区市町村が実施するほかの学習支援を受けていない

生活にお困りのかたを対象とした

子どもの学習・生活支援事業 学集会

ひとり親のかただけに限らず、生活にお困りの世帯の中学・高校生を対象にした学習支援です。学校の補習やテスト勉強、中学3年生対象の高校受験対策講習のほか、夏・冬期は特別講習も実施します。申し込み方法など詳細は、お問い合わせください。就学援助受給世帯の中学3年生は、6／30までに、別途書類の提出が必要なため、早めにお問い合わせください。

また、養育に関する保護者の相談も随時受け付けています。気軽にご相談ください。

図福祉総合課くらしの相談係（☎5722-9370、📠5722-9062）

対象 都や他の区市町村が実施する学習支援を受けていない区内在住世帯
※ほかにも要件あり

学習形式	対象	日程	時間	会場	定員
個別指導塾型	就学援助受給世帯の中学3年生 生活にお困りの世帯の中学・高校生	毎週火・水曜日（祝・休日を除く）	18：00～20：00	総合庁舎会議室ほか	20人（抽選） 20人（先着）

■目黒区保健所		+休日・土曜日・平日夜間などの診療・調剤案内 ※事前連絡が必要です	
生活衛生課（総合庁舎本館3階） ☎5722-9505：犬の登録ほか ☎5722-9500：ねずみ、衛生害虫相談ほか ☎5722-9506：食品衛生ほか ☎5722-6852：区内診療所の相談・苦情ほか	小内児科・小児科	鷹番休日診療所（土）17:00～21:30（休）9:00～11:30、13:00～21:30 鷹番2-6-10 目黒区医師会館別館内 ☎3716-5311	歯科 診療時間は9:00～11:30、13:00～16:30 6月6日（日）南風歯科医院 洗足1-1-12 ☎3710-1802 6月13日（日）浜中デンタルクリニック 鷹番3-8-5-2F ☎3792-3300
		八雲休日診療所（休）9:00～11:30、13:00～16:30 八雲1-1-8 区民キャンパス内 ☎5701-2492	
		平日夜間小児初期救急診療 祝・休日を除く（月）～（金）20:00～22:45 大橋2-22-36 東邦大学医療センター大橋病院内 ☎3468-1251	
		鷹番薬局（土）17:00～22:00（休）9:00～22:00 鷹番1-7-11 クレール鷹番101 ☎3792-6260	
碓文谷保健センター（碓文谷4-16-18） ☎3711-6446：成人・母子・歯科保健、検便ほか	調剤	八雲休日調剤薬局（休）9:00～17:00 八雲1-1-8 区民キャンパス内 ☎5701-2587	東京都医療機関案内サービス ひまわり（24時間受け付け） ☎5272-0303
新型コロナウイルス感染症 感染症が疑われるかたの相談 ワクチンについての問い合わせ		東京都発熱相談センター ☎5320-4592（無休。24時間）。電話での相談が難しい場合は☎5388-1396 目黒区新型コロナウイルスワクチン接種コールセンター ☎0570-058-050、☎5722-7048（月～土曜日 8：30～17：00。祝・休日を除く）	