もくじ

			対象 母子	対象 父子
こんなとき	しおりの使い方	5	○	○
手続き一覧	離婚によりひとり親家庭になった方の主な手続き	6	○	○
	死別によりひとり親家庭になった方の主な手続き	9	○	○
	未婚(非婚)によりひとり親家庭になる方の主な手続き	11	○	○
こまったときの相談	ひとり親家庭の相談	12	○	○
	家庭相談	12	○	○
	民生委員・児童委員による相談	13	○	○
	オンライン相談窓口	13	○	○
	東京都ひとり親家庭支援センター はあと	14	○	○
	ひとり親家庭等の相談	14	○	○
	生活保護	14	○	○
年金・手当・医療費助成のこと	遺族基礎年金	15	○	○
	遺族厚生年金	15	○	○
	国民年金保険料の免除	15	○	○
	離婚時の年金分割	16	○	○
	児童扶養手当	16	○	○
	児童育成手当	17	○	○
	障害手当	17	○	○
	児童手当	18	○	
	ひとり親家庭等医療費助成(「㊋医療証」交付)	19	○	○
	子どもすこやか医療費助成	19	○	○
すまいのこと	都営住宅	20	○	○
	ひとり親家庭住宅入居支援事業	21	○	○
	住宅確保要配慮者入居促進事業	21	○	○
	母子生活支援施設	22	○	

			対象 母子	対象 父子
しごとのこと	品川区暮らし・しごと応援センター	23	○	○
	就労相談(母子・父子自立支援プログラム策定事業)	24	○	○
	ハローワーク(公共職業安定所)	24	○	○
	東京しごとセンター	25	○	○
	東京都立職業能力開発センター(職業訓練校)	25	○	○
	品川区就業センター	25	○	○
	内職相談	26	○	○
	就業相談	26	○	○
	東京都ひとり親家庭支援センター	27	○	○
	母子家庭及び父子家庭自立支援教育訓練給付金	27	○	○
	母子家庭及び父子家庭高等職業訓練促進給付金等	28	○	○
	ひとり親家庭高等職業訓練促進資金貸付事業	29	○	○
	ひとり親家庭及び寡婦(夫)自立促進講習会	29	○	○
こどものこと	養育費相談支援事業	30	○	○
	親子交流支援事業	31	○	○
	児童相談所	32	○	○
	子ども家庭支援センター(児童相談)	33	○	○
	ヤングケアラー相談	33	○	○
	教育相談(電話相談・来室相談)	33	○	○
	教育総合支援センター	34	○	○
	警視庁少年相談	34	○	○
	子育て相談	34	○	○
	ファミリー・サポート・センター	35	○	○
	ひとり親家庭一時介護事業	35	○	○
	在宅サービス事業	36	○	○
	ベビーシッター利用支援事業	37	○	○
	保育園	37	○	○
	すまいるスクール	37	○	○
	朝の児童の居場所	38	○	○
	ひとり親家庭学習支援事業	38	○	○
	子ども食堂	39	○	○

			対象 母子	対象 父子
学費の援助	義務教育就学援助	41	○	○
	高等学校等就学支援金制度	41	○	○
	東京都私立高等学校等授業料軽減助成金制度	41	○	○
	私立高等学校等奨学給付金制度	42	○	○
	高等教育の就学支援新制度	42	○	○
	奨学研究資金	42	○	○
	品川区大学生奨学金	43	○	○
学費の貸付	日本学生支援機構奨学金	44	○	○
	東京都育英資金	44	○	○
	交通遺児育英会奨学金	45	○	○
	東京都私立高等学校等入学支度金	45	○	○
	品川区高校生奨学金	46	○	○
	東京都母子・父子福祉資金	48	○	○
	教育支援資金	49	○	○
各種の貸付金	東京都母子・父子福祉資金	50	○	○
	生活福祉資金	50	○	○
優遇制度	都営交通の無料パス	53	○	○
	JR通勤定期乗車券の割引	53	○	○
	水道・下水道基本料金の免除	54	○	○
	粗大ごみ収集手数料の免除	54	○	○
	たばこ小売販売業許可の証明	55	○	○
	所得税・住民税のひとり親控除等	55	○	○
	利子非課税制度	56	○	○
母子・父子福祉団体等	品川区ひとり親家庭福祉協議会	57	○	○
	母子・父子福祉室	57	○	○
レクリエーション	休養ホーム事業	58	○	○
	体験格差改善事業	59	○	○
関係機関の案内		61	○	○



こんなとき

しおりの使い方

	参照ページ
● ひとり親家庭になった方の主な手続き一覧	6
● ひとり親となり困ったとき	12
● 年金・手当・医療費助成のこと	15
● 住まいのこと	20
● 就職や転職のこと、技術を身につけたいとき	23
● 子どもの養育・一時預かりなど	35
● 子どもの学費の援助・貸付のこと	41
● 各種貸付金のこと	50
● 優遇制度のこと	53
● 同じ境遇の方と、語り合いたいとき	57
● 親子でレクリエーションを楽しむ	58

※窓口では問題の解決の方法をみつけるお手伝いをしています。
ひとりで悩まずに、お気軽におでかけください。
相談は無料で、個人の秘密は守られます。

※制度等については、変更される場合もありますので、詳細については各問い合わせ先にお尋ねください。