

母子・父子・寡婦福祉のしおり

# ひとり親家庭のみなさんへ

(ひとり親家庭になる予定の方へ)



令和8年4月  
長野市 こども未来部 子育て給付課

# — も く じ —

はじめに	.....	1ページ
1 相談のこと	.....	2ページ
2 手当のこと	.....	3ページ
3 仕事のこと	.....	4～5ページ
4 子どもの就学のこと	.....	6～7ページ
5 学習支援のこと	.....	8ページ
6 年金のこと	.....	8ページ
7 貸付のこと	.....	9～10ページ
8 住まいのこと	.....	10ページ
9 その他の制度	.....	11～13ページ



## ～ はじめに ～

長野市では、ひとり親家庭の皆さんに、より豊かな生活を送っていただくために、子育て支援や各種相談など、様々な福祉施策を行っています。

ひとり親家庭の方や離婚後にひとり親家庭となる予定の方など、皆様のご質問にお答えするため作成しましたので、ご覧ください。

- 突然、配偶者を失い、どうしてよいかわからないとき
- 離婚などの家庭の事情に悩んでいるとき
- 手当や福祉制度のことを知りたいとき
- 子どもの養育、しつけ、教育のことで悩んでいるとき
- 就職のため、技術を身に付けたいとき

### ◎ ひとり親家庭とは…

ひとり親家庭(母子家庭・父子家庭)とは、次のいずれかに該当する方が、20歳未満の子どもを扶養している家庭

- 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の方
- 配偶者から遺棄されている方
- 配偶者が心身の障害により働けない方
- 婚姻によらないで母又は父となった方
- 配偶者が拘禁されているため、その扶養が受けられない方

### ◎ 寡婦とは…

かつては母子家庭の母であった方で、子どもが成人した後、なお配偶者のない状態の方

### ～離婚後にひとり親家庭となる予定の方へ～

子どもが健やかに成長していけるよう、離婚をするときに親としてあらかじめ父母が話し合っておくべきことに、「養育費」「親子交流」等があります。

法務省では、その取り決めやその実現方法、また、離婚のときに考えておくべき事項の基本的な情報についてホームページ等で紹介しています。



<法務省ホームページ>

※制度ごとに年齢等条件が違いますので、対象とならない場合もあります。  
詳しくは本しおりをご覧ください、該当する相談窓口へご相談ください。

# 1. 相談のこと ～困ったらすぐに気軽に～

種類	内容	相談窓口
こどもに関する相談	子どもに関わる相談（育児、発達、不登校、いじめ、虐待等）にワンストップで対応し、関係機関との連携・調整により支援につなげます。	こども総合支援センター 「あのえっと」 相談専用電話 0120-783-041 026-224-9746
母子父子相談 (連絡先①)	母子父子福祉制度等・母子父子家庭の生活上の様々な問題、自立に必要な相談に応じます。	①子育て給付課 026-224-5031 ②③こども総合支援センター 026-224-7062 ①②③福祉政策課篠ノ井分室 026-292-2596 ・DV相談ナビ #8008
女性相談 (連絡先②)	女性に関する家庭内のもめごとや生活上の相談、配偶者からのDVなどの相談、必要に応じて専門機関への紹介や母子生活支援施設の入所の相談などに応じます。	
家庭児童相談 (連絡先③)	児童虐待・子どもの育て方やしつけ、園や学校などの集団生活の相談など家庭や児童の様々な問題に関する相談に応じます。	
児童虐待の通告・相談	虐待かもと思った時などに、すぐに児童相談所や市役所へ通告・相談してください。通告・相談は匿名で行うこともでき、通告・相談をした人、その内容に関する秘密は守られます。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・こども総合支援センター 026-224-7062</li> <li>・福祉政策課篠ノ井分室 026-292-2596</li> <li>・児童相談所全国共通ダイヤル 189 (いちばやく) ※お近くの児童相談所につながります。</li> <li>・長野県児童虐待・DV24時間ホットライン 026-219-2413</li> </ul>
生活困窮者等に対する相談	生活の悩みや、経済的な困りごとを抱えている方に対して、相談員と一緒に考え、問題を整理しながら生活の立て直し、困りごとの解決に向けた相談に応じます。	長野市生活就労支援センター 「まいさぼ長野市」 026-219-6880 (長野市ふれあい福祉センター2階)
生活保護相談	収入がない、収入が少ない等で生活に困っている方に対して、生活保護制度の説明や申請の相談に応じます。	生活支援課 026-224-7529 福祉政策課篠ノ井分室 026-292-2596
法律相談	離婚・養育費・慰謝料など法律的な問題に関する相談。経済的に余裕のない方を対象に、弁護士・司法書士との無料法律相談や、必要に応じて費用の立替を行っています。	法テラス長野 0570-078327 (長野市もんぜんびら座4階)
養育費・面会交流	養育費や面会交流に関する手続きについての相談をお受けしています。希望によりセンターから電話を掛けなおします。※右記センターのホームページQRコードは13ページに掲載してます。	養育費等相談支援センター 03-3980-4108

## 2. 手当のこと

種 類	内 容	相談窓口
児童扶養手当	<p>18歳到達後最初の3月31日までの児童(*)を対象とし、その児童を監護し生計を同一にする父又は母、養育者に支給します。父母又は児童の住所が国内にないとき、児童福祉施設に入所したときは支給できません。</p> <p>受給者及び同居の家族等の所得が一定額以上ある場合は支給されません。一部支給の手当額は所得に応じて設定されます。規定期間経過後、障害・病気の理由なく、働く意欲が認められない場合は手当が2分の1に減額されます。</p> <p>全部支給 : 第1子 : 月 48,050円            第2子以降 : 月 11,350円            一部支給 : 第1子 : 月 48,040円～ 11,340円            第2子以降 : 月 11,340円～ 5,680円            (申請受理日の翌月分から対象)</p> <p>*特別児童扶養手当を受給している場合は20歳未満</p>	<p>子育て給付課 026-224-5031</p> <p>又は下記支所 篠ノ井・松代・若穂・川中島・更北・七二会・信更・豊野・戸隠・鬼無里・大岡・信州新町・中条</p>
児童手当	<p>18歳到達後最初の3月31日までの間にある児童(高校修了まで)を養育している父母等に支給します。</p> <p>第1子、第2子 3歳未満 : 月 15,000円            第1子、第2子 3歳以上 : 月 10,000円            第3子以降 : 月 30,000円</p> <p>※22歳年度末までの子(22歳到達後、最初の3月31日までにある児童)について、父・母等の経済的負担がある場合が多子加算の算定対象となります。</p>	<p>子育て給付課 026-224-5031</p> <p>全支所</p>
特別児童扶養手当	<p>身体又は知的・精神等に重度もしくは中度の障害がある20歳未満の在宅の児童を監護している父もしくは母又は父母に代わる養育者に支給します(所得制限などがあります)。</p>	<p>障害福祉課 026-224-5030</p> <p>又は下記支所 篠ノ井・松代・若穂・川中島・更北・七二会・信更・豊野・戸隠・鬼無里・大岡・信州新町・中条</p>
障害児福祉手当	<p>日常生活において常時介護を必要とする重度の障害がある20歳未満の在宅の障害児本人に支給します(所得制限などがあります)。</p>	<p>又は下記支所 篠ノ井・松代・若穂・川中島・更北・七二会・信更・豊野・戸隠・鬼無里・大岡・信州新町・中条</p>
福祉医療費給付金(母子・父子家庭)	<p>医療機関などで支払った医療費を助成する制度です。対象は、母子又は父子家庭で18歳未満の児童とその児童を扶養している方。父母のない18歳未満の児童などです。</p> <p>ただし、高等学校在学中は20歳まで延長可能です。</p>	<p>福祉政策課 026-224-7829</p> <p>全支所</p>

### 3. 仕事のこと

種 類	内 容	相談窓口
就労支援	ハローワーク長野では、生活保護受給者、児童扶養手当受給者等を対象に、「福祉・就労支援コーナー『ジョブ縁ながの』」を市役所内に開設しています。専門の就労支援スタッフが個々の状況に合わせた支援プランを策定し、早期就職を支援します。	ハローワーク長野 福祉・就労支援 コーナー『ジョブ 縁ながの』 026-224-8467 (市役所第2庁舎3階)
職業相談 職業紹介	<p>専門のスタッフが、以下の相談や支援を行います。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➢ 就職活動の進め方（就職活動の流れ、就職のため準備、求人情報の探し方・応募方法など）</li> <li>➢ 相談窓口での求人情報提供</li> <li>➢ 応募する求人の選定→求人企業への応募（職業紹介）</li> <li>➢ 応募書類（履歴書・職務経歴書）の作成アドバイス</li> </ul> <p>上記の他、就職に関することであればお気軽にご相談ください。</p> <p>【マザーズコーナー（もんぜんぷら座4F）のご案内】 就職を目指す子育て中の方を対象に、専門のスタッフが個々のニーズに応じた就職が実現できるよう支援します。キッズコーナーを併設していますので、お子様連れでお気軽にご利用ください。</p>	<p>ハローワーク長野 026-228-1300</p> <p>ハローワーク マザーズコーナー 026-228-0333 (もんぜんぷら座4階)</p> 
ハロートレーニング (職業訓練)	<p>ハローワークでは、就職に必要な職業スキルや知識を習得するための職業訓練（原則無料・テキスト代等は自己負担）を案内しています。主な訓練コースには「パソコン」「医療事務」「介護」があります。</p> <p>対象者は、求職活動を行い訓練を最後まで休まず受講できる方で、訓練受講中から訓練施設とハローワークが就職支援を行います。</p> <p>* 在職中の方で受講を希望される場合はご相談ください。</p> <p>～求職者支援制度～ 雇用保険の受給ができない受講者のうち、収入や資産が一定の額に満たないなどの定められた要件を満たす方を対象に「職業訓練受講給付金」と「通所手当」を支給します。</p>	ハローワーク長野 職業訓練 相談コーナー 026-228-1300 (46#)
就業支援講習会	就業に有利な技能を取得するために、パソコン講習など各種講座を開催します。	長野県県民文化部 こども・家庭課 026-235-7147
高等学校卒業程度 認定試験合格支援	<p>ひとり親家庭の親又は児童が高卒認定試験対策の講座を受講して合格すると受講費の最大60%（上限あり）を支給します。受講開始時に受講料の4割、受講修了時に受講料の1割、合格時に受講料の1割を支給します。</p> <p>※必ず事前にご相談ください。</p> <p>※高校を卒業した人と同等以上の学力を有していることを文部科学省が認定するための試験です。合格者には、大学・短大・専門学校の受験資格が付与されます。</p>	<p>子育て給付課 026-224-5031</p> <p>福祉政策課 篠ノ井分室 026-292-2596</p>

種 類	内 容	相談窓口
<p>長野市高等職業訓練促進給付金</p> <p>【対象資格】 看護師、准看護師、介護福祉士、保育士、理学療法士、作業療法士など</p>	<p>就職に有利な専門性の高い資格取得のため、養成機関で修学し、資格取得が見込まれる場合、修学期間中の生活の経済的負担軽減のために支給します。</p> <p>※必ず事前にご相談ください。</p> <p>【支給額】 月額10万円（市県民税非課税世帯） 月額7万5000円（課税世帯）</p> <p>【支給期間】 修業期間の全期間（上限4年間）</p> <p>【高等職業訓練修了支援金給付金】…修了後支給 5万円（市県民税非課税世帯） 2万5000円（市県民税課税世帯）</p> <p>※介護福祉士・保育士については、ハローワークの求職者支援制度の対象ですので、まずハローワークにご相談ください。</p> <p>※ハローワークの一般・特定一般教育訓練給付金・専門実践教育訓練給付金を受ける場合も、高等職業訓練促進給付金の支給は可能です。</p> <p>※高等職業訓練促進給付金と趣旨を同じくする次の給付金等をハローワークで受けている場合は対象になりません。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・雇用保険制度における訓練延長給付金・教育訓練支援給付金</li> <li>・求職者支援制度における職業訓練受講給付金</li> </ul> <p>※教育訓練支援給付金と高等職業訓練促進給付金については、各給付金の支給額や支給期間等を確認した上で、いずれかを選択してください。</p> <p>【求職者支援制度とは】 雇用保険を受給できない方が、職業訓練によるスキルアップを通じて早期就職を実現するために、国（ハローワーク）が支援する制度です。重複で支給できないことがありますので、ご注意ください。</p>	<p>子育て給付課 026-224-5031</p> <p>福祉政策課 篠ノ井分室 026-292-2596</p>
<p>長野市自立支援教育訓練給付金</p> <p>【対象資格】 介護職員初任者研修など</p>	<p>本市があらかじめ指定した就業に結びつく特定の講座（厚生労働省が認定したもの）を受講した際に本人が支払った受講料の一部を支給します。</p> <p>受講前に長野市が講座の指定を行う必要がありますので、必ず事前にご相談ください。</p> <p>※受講対象となる講座は、厚生労働省の一般・特定一般教育訓練給付金、専門実践教育訓練給付金の指定教育訓練講座です。</p>	
<p>信州介護人材誘致・定着事業</p>	<p>介護の仕事に興味のある方、介護の仕事の経験はあるが介護職員初任者研修を修了していない無資格の方、復職を希望されている方などを対象に、県委託の人材派遣会社に登録して、介護施設等の正社員を目指す「お試し就業」と無料の資格取得（＝介護職員初任者研修）のための通学をセットにした事業です。お試し就業中、登録先業者から給料が支払われます。</p>	<p>長野県健康福祉部 介護支援課 026-235-7129</p>
<p>長野県看護職員修学資金</p>	<p>将来県内の医療機関などで看護業務に従事しようとする方へ修学資金を貸与する制度です。</p> <p>養成施設を卒業後、修学資金の返還免除対象施設において5年間継続して看護職員の業務に従事した場合は、返還免除となります。</p> <p>対象施設：病床数200床未満の病院・介護老人保健施設など</p>	<p>長野県健康福祉部 医師・看護 人材確保対策課 026-235-7142</p>

## 4. 子どもの就学のこと

種 類	内 容	相談窓口
就学援助	<p>子どもの国公立の小・中学校への就学にあたり、経済的な理由でお困りの保護者に対して、学用品費や給食費、修学旅行費など学校にかかる費用の一部を支給します（所得制限等の要件あり）。</p> <p>※申請などの窓口は通学する学校になります（国立・県立学校の場合は教育委員会総務課）。</p> <p>※児童扶養手当を受けている場合は、申請により援助を受けることができます。</p> <p>※小学校入学前に申請することにより、新入学学用品費等を入学前に受給することもできます。</p>	<p>通学する学校</p> <p>長野市教育委員会 事務局総務課 026-224-8597</p>
長野市高等学校等 入学準備金貸付	<p>長野市で高等学校等に入学予定の生徒の保護者を対象に行っている入学準備金貸付制度です。</p> <p>高等学校等の入学に要する費用の調達が困難な方に対する、入学準備金の貸付です。</p>	<p>長野市教育委員会 事務局総務課 026-224-8597</p>
ひとり親家庭児童 高等学校 通学費援護金	<p>ひとり親家庭の児童が高校等へ通学する費用の一部を援助します。</p> <p>自宅から片道2Km以上で交通機関を利用している場合、月額5千円を上限として、定期券等の額の半額を補助します。所得制限があります。</p>	<p>子育て給付課 026-224-5031</p>
高等学校等 就学支援金	<p>高校等の授業料の支援として国公立を問わず、一定の所得未滿の世帯に就学支援金が支給されます。就学支援金は学校設置者が生徒に代わり受け取り授業料と相殺されます。</p> <p>生徒や保護者が受け取るものではありません。</p> <p>進学先の高校で申請しなければ受けられません。</p> <p>「市町村民税所得額」が一定以下の私立高校生等の世帯には就学支援金の加算があります。</p>	<p>進学先の各高校</p>
長野市 高等学校奨学金	<p>長野市で高校生等を対象に行っている奨学金制度です。</p> <p>経済的な理由で高等学校等での修学が困難な学生を支援するための奨学金の貸付です。</p>	<p>長野市教育委員会 事務局総務課 026-224-8597</p>
長野県 高等学校奨学金	<p>長野県で高校生等を対象に行っている奨学金制度です。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* 高等学校等奨学金</li> <li>* 高等学校等遠距離通学費</li> <li>* 高等学校定時制通信制課程修学奨励金等の貸付です。</li> </ul>	<p>各高校 長野県教育委員会 事務局高校教育課 026-235-7427 (奨学金専用ダイヤル)</p>
大学独自の 奨学金等	<p>通学に必要な学費や生活費を支援していく奨学金です。</p> <p>卒業後に返還する「貸与」型、返還の必要がない「給付」型があります。家計の状況、学業成績等により授業料免除や減免の対象になる制度です。</p> <p>大学が設置されている地域出身者の学費を安くする等地元出身者優遇制度（公立大学等）返還の有無、支給金額、申し込み資格等は各大学により異なります。</p> <p>高校在学中に申請が必要になる場合もありますので早めに情報収集をすることが大切です。</p>	<p>各高等学校 各大学校</p>

種 類	内 容	相談窓口
長野県 看護職員修学資金	将来県内の医療機関などで看護業務に従事しようとする方へ修学資金を貸与する制度です。 養成施設を卒業後、修学資金の返還免除対象施設において5年間継続して看護職員の業務に従事した場合は、返還免除となります。対象の医療施設は、病床数200床未満の病院・介護老人保健施設などです。	長野県健康福祉部 医師・看護 人材確保対策課 026-235-7142
母子父子寡婦 福祉資金貸付	ひとり親家庭の児童・子が経済的な理由により教育を受けることが困難な状況にある場合に資金をお貸しします。 主な貸付の種類は、高校・高専・短大・大学・専修学校・大学院進学などに必要な入学準備金及び授業料など ※貸付申請までにお時間を要しますので、余裕をもってご相談ください。	子育て給付課 026-224-5031  福祉政策課 篠ノ井分室 026-292-2596
日本学生支援機構 奨学金	経済的な理由により、教育を受けることが困難な状況にある大学・短期大学・高等専門学校・専修学校（専門課程）及び大学院に在籍する者に対する奨学金を貸し付けます（成績要件等あり）。 奨学金の種類・第1種奨学金（無利子） ・第2種奨学金（有利子） ・入学時特別増額貸与奨学金 ・給付型奨学金（対象となれば、大学等の授業料・入学金が免除又は減額されます。） 進学前の申込（予約採用） 進学後の申込（在学採用） 申請者：学生本人	進学する前年度に 在学している高校  進学後の大学等の 奨学金窓口
国の教育ローン	日本政策金融公庫が取り扱う貸付です。 *学校納付金→入学金、授業料、施設設備費など *受験にかかる費用→受験料、受験時の交通費・宿泊費など *在学のための住宅にかかる費用→アパート・マンションの敷金・家賃など *その他→教科書代、教材費、パソコン購入費、通学費、修学旅行費用、学生の国民年金保険料など 子一人当たり350万円の範囲内で申込み可能 （一定の要件に該当する場合は上限450万円） 家庭状況に応じた優遇制度あり 日本学生支援機構奨学金との併用可能 申請者：保護者	教育ローン コールセンター 0570-008656
生活福祉資金	低所得者に対し高校・短大・大学・高専に就学するために必要な経費を対象とした貸付です。 *教育支援資金→教育支援費（授業料等）と就学支度費（入学金、その他入学時に必要な経費）の2種類 申請者：就学者本人 連帯借受人：申請者と同一世帯の生計中心者	長野市 社会福祉協議会 026-219-6881
交通遺児育英会	保護者が交通事故で死亡又は後遺障害で働けなくなった時、高校、高等専門学校、大学、短大、専修学校、大学院の進学に際し、無利子で奨学金を貸与するものです（一部給付あり。）。 希望者には入学一時金の貸与もあります。 予約応募：進学前年に貸与を申込み 在学応募：学年を問わず在学中に申込み	公益財団法人 交通遺児育英会 0120-52-1286  在学中の学校

## 5. 学習支援のこと

種類	内容	相談窓口
ひとり親家庭子どもの生活・学習支援	児童扶養手当受給世帯（又は同等の所得水準の世帯）の小学4年生から中学3年生の児童に対して、学習支援員が、基本的な生活習慣の習得及び学習支援を行います。（事前申込制）	子育て給付課 026-224-5031
生活困窮者学習支援	生活保護世帯及び生活困窮世帯の小・中学生及び高校生（高校生世代）を対象として、学習支援を行います。（事前申込制）	生活支援課 026-224-7529

## 6. 年金のこと

種類	内容	相談窓口
国民年金	<p>◆ <b>国民年金保険料免除制度</b> 収入が少ない場合などに申請をし、承認されると保険料の納付が「免除」又は「猶予」されます。</p> <p>◆ <b>遺族基礎年金</b> 国民年金被保険者が死亡した時、要件に該当すれば、その方に生計を維持されていた「子のある配偶者」又は「子」に支給されます。</p>	<p>国保・高齢者医療課 国民年金室 026-224-5026</p> <p>長野南年金事務所 026-227-1284 長野北年金事務所 026-244-4100</p>
厚生年金	<p>◆ <b>離婚時の年金分割に関する制度</b> 本人または元配偶者の婚姻期間中における厚生年金記録の内容によっては、年金分割の制度に該当する場合があります。詳しくは、右記の相談窓口でご確認ください。</p> <p>◆ <b>遺族厚生年金</b> 厚生年金被保険者が死亡したとき、要件に該当すれば、その方に生計を維持されていた遺族に支給されます。「子」（年齢制限あり）がいる場合は遺族基礎年金も支給されます。</p>	<p>長野南年金事務所 026-227-1284 長野北年金事務所 026-244-4100</p>

<メモ>

-----

-----

-----

-----

-----

# 7. 貸付のこと

種 類	内 容	相談窓口
母子父子寡婦 福祉資金貸付	<p>母子、父子、寡婦家庭の経済的自立の助成と生活意欲の助長を図り、扶養している児童の福祉増進を目的とする貸付制度です。</p> <p>◆ 貸付の対象者</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・長野市に住所を有する市税・国民健康保険料・介護保険料・市営住宅家賃等に未納のない方</li> <li>・金融機関又は他の制度による資金を借り受け、その償還金の未納のない方</li> </ul> <p>◆ 主な貸付資金の種類</p> <p>就学支度資金、修学資金等、詳しくはご相談ください。</p> <p>※貸付にあたっては、必要性や償還能力について審査を行い、貸付可否を決定します。</p> <p>※貸付種類により、それぞれ要件や提出書類があります。</p> <p>※貸付までには、時間を要するので、早めの相談と余裕を持った申請をお願いします。（相談日時等の電話予約必要）</p> <p>※連帯保証人の要件、面接があります。</p>	<p>子育て給付課 026-224-5031</p> <p>福祉政策課 篠ノ井分室 026-292-2596</p>
保育士 修学資金貸付	<p>保育士資格取得のための学費を貸し付けます。（通信の学校は不可）</p> <p>貸付額については長野県社会福祉事業団ホームページにて確認いただくか、直接お問い合わせください。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>※生活保護受給世帯の方は貸付の拡充があります。</li> <li>※県外の保育士養成施設在学者も対象となります。</li> </ul> <p>【卒業後1年以内に保育士の登録をし、県内で5年間児童の保護等の業務に従事した方等、要件を満たした場合は返還免除】</p> <p>※詳しくは、長野県社会福祉事業団のホームページをご覧ください。</p>	
介護福祉士・ 社会福祉士 修学資金貸付	<p>介護福祉士・社会福祉士資格取得のための学費を貸し付けます。</p> <p>貸付額：学費相当（月額5万円以内）、入学準備金（入学年度に限り20万円以内）、就職準備金（最終回20万円以内）、国家試験受験対策費用（介護福祉士のみ最終回4万円以内）</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>※生活保護受給世帯の方は貸付の拡充があります。</li> <li>※社会福祉士修学資金は、一般養成施設（1年以上課程）または短期養成施設（6カ月以上課程）のみ対象となります。</li> <li>※県外の養成施設在学者も対象となります。</li> </ul> <p>【卒業後1年以内に介護福祉士又は社会福祉士の登録をし、県内で5年間介護もしくは相談援助の業務に従事した方等、要件を満たした場合は返還免除】</p> <p>※詳しくは、長野県社会福祉事業団のホームページをご覧ください。</p>	<p>長野県 社会福祉事業団 026-228-0337</p>

種 類	内 容	相談窓口
ひとり親家庭 高等職業訓練 促進資金貸付	<p>◆ 入学準備金貸付事業 次の全てを満たす方が貸付の対象</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>令和8年度に養成機関に入学した方で、高等職業訓練促進給付金（5ページ目に記載があります）の支給を受ける方</li> <li>養成機関を修了して資格を取得し、資格を取得した日から1年以内に県内において取得した資格が必要な業務に従事しようとする方</li> </ul> <p>※途中で高等職業訓練促進給付金の支給対象外となった場合は全額返還となります。</p> <p>◆ 就職準備金貸付事業 次の全てを満たす方が貸付の対象となります。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>令和7年度から令和8年度までに養成機関を修了し資格を取得した方で、高等職業訓練促進給付金の支給を受ける方</li> <li>資格を取得した日から1年以内に県内において取得した資格が必要な業務に従事しようとする方</li> </ul> <p>※事業の詳細は、長野県社会福祉事業団のホームページにてご確認ください。</p>	<p>子育て給付課 026-224-5031</p> <p>福祉政策課 篠ノ井分室 026-292-2596</p> <p>（事業に関するお問い合わせ： 長野県社会福祉事業団）</p>
ひとり親家庭 住宅支援資金貸付	<p>◆ 住宅支援資金貸付事業 児童扶養手当の支給を受けている方で、「母子・父子自立支援プログラム策定事業の実施について」（平成26年9月30日雇児発0930第4号厚生労働省雇用均等・児童家庭局長通知）に基づく母子・父子自立支援プログラムの策定を受けている方</p> <p>※母子・父子自立支援プログラムの策定に関しては、子育て給付課にてご確認ください。</p> <p>※事業の詳細は、長野県社会福祉事業団のホームページにてご確認ください。</p>	

## 8. 住まいのこと

種 類	内 容	相談窓口
市営住宅	<p>収入が少ない等の理由で、住宅に困窮する人に供給することを目的に建てられた市営の住宅です。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>通常募集・・・年8回実施（4月・5月・7月・8月・10月・11月・1月・2月）</li> <li>常時募集・・・通常募集で申込みがなかった住宅で常時受付</li> </ul> <p>※優先枠についてはお問い合わせください。（母子・父子・寡婦証明書等必要）</p> <p>※募集のお知らせは、「広報ながの」、「長野市ホームページ（住宅課）」、「市役所・各支所の掲示板」で公表します。</p>	<p>住宅課 026-224-7427</p> <p>※申込みに関するお問い合わせ・受付場所 長野県住宅供給公社 住宅管理部 026-227-2322</p>
県営住宅	<p>収入が一定基準額以下であり、住宅に困窮している人のための県営の住宅です。募集状況等詳細についてはお問い合わせください。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>統一募集・・・年2回県内一斉に実施</li> <li>補充募集・・・空き家が生じた場合に実施</li> </ul>	<p>※申込みに関するお問い合わせ・受付場所 長野県住宅供給公社 住宅管理部 026-227-2322</p>

## 9. その他の制度など

種類	内容	相談窓口
ショートステイ (宿泊)	保護者の都合により、児童の養育が一時的に困難になった場合、当該児童を児童養護施設等で一定期間お預かりするサービスです。 【対象】市内に住所を有する0歳～中学3年生までの児童	こども 総合支援センター 026-224-7062
トワイライトステイ (原則日帰り)	保護者が都合により平日の夜間又は休日に不在となり、家庭において児童を養育することが困難な場合、児童養護施設で一時的に児童をお預かりするサービスです。 【対象】市内に住所を有する0歳～中学3年生までの児童	福祉政策課 篠ノ井分室 026-292-2596
子育て世帯 訪問支援事業	養育を支援することが特に必要と認められる家庭に対し、状況に応じて育児・家事等の援助（ヘルパー派遣）を行います。	
JR通勤定期乗車券 特別割引	JR通勤定期乗車券が特別割引（3割引）で購入できます。児童扶養手当又は生活保護受給世帯の方が対象となります。（新幹線の定期券には、ご利用できません。）	子育て給付課 026-224-5031
母子・父子・寡婦 証明書の交付	母子・父子・寡婦家庭であることを児童扶養手当、福祉医療費（母子・父子）該当等で確認できた場合に交付します。子が18歳から20歳未満の場合、戸籍謄本が必要になる場合があります。	福祉政策課 篠ノ井分室 026-292-2596
ながの子育て 優待パスポート (全国共通)	妊婦及び子育て家庭が買い物等の際にカードを提示すると割引など各種サービスを受けることができます。 【対象】妊婦及び18歳以下の子がいる世帯	子育て給付課 026-224-5031
多子世帯応援 プレミアム パスポート	通常のパスポートのサービスより、更に割引などの特典を受けることができます。（県内のみ） 【対象】18歳以下の子が3人以上いる世帯	全支所
交通・災害遺児 見舞金	交通事故等により父又は母が死亡又は障害程度1級に相当する障害となった18歳未満の児童に見舞金が支給されます。	長野市 社会福祉協議会 026-225-1234
保育所等保育料の 軽減・副食費の 免除等	ひとり親家庭の子どもが保育所等を利用する際の保育料（3歳未満児）の軽減及び副食費（3歳以上児）の免除等を実施しています。（所得制限あり）	保育・幼稚園課 026-224-8031
県営水道料金の減免	児童扶養手当・特別児童扶養手当を受給している方・生活保護を受けている方のうち水道メーターの口径が13mmの方が対象であり、基本料金が1/2となります。 （篠ノ井・川中島・更北・信更地区の一部）	川中島水道管理事務所 026-284-1700
税金の控除	◆寡婦控除・ひとり親控除 夫（妻）と死別、離婚した後に再婚していない人や、子を扶養している婚姻歴の無い人が、一定の要件を満たす場合、所得税・住民税を計算する際に所得金額から一定額が控除されます。	国税相談専用ダイヤル 0570-00-5901 長野税務署 026-234-0111 市民税課 026-224-8507

種 類	内 容	相談窓口
ながのわくわく 子育てLINE	<p>子育てに関する情報をLINEで配信します。 登録方法は長野市ホームページの子育てサイトをご覧ください。</p> <p>【対象】妊婦及び6歳までの子がいる 保護者等</p> <p>※右の二次元コードを読み込んで長野市LINE公式アカウントを友だち追加してください。</p> 	<p>こども 総合支援センター 026-224-7849</p>
子育て ガイドブック	<p>子育てに関する情報を1冊にまとめた「子育てガイドブック」を、こども未来部窓口、福祉政策課篠ノ井分室のほか各支所、各保健センター、こども広場等で無料配布しています。（ホームページにも掲載しています。）</p> <p>【対象】妊婦及び18歳以下の子どもがいる世帯</p>	
母子保健 感染症対策 成人保健	<ul style="list-style-type: none"> <li>・乳幼児の各種健診、予防接種の情報 「健康カレンダー」をご覧ください。（広報ながの4月号に併せて配布）</li> <li>・保護者の健康診断の情報 「各種検診のご案内」をご覧ください。（広報ながの5月号に併せて配布）</li> </ul> <p>いずれもホームページに掲載しています。</p>	<p>保健所健康課 母子保健担当 026-226-9963 感染症対策担当 026-226-9964 成人保健担当 026-226-9962</p>
ファミリー・サ ポート・センター	<p>子育ての手助けをしてほしい人と子育てのお手伝いをしたい人が会員として登録し、ファミリー・サポート・センターが援助活動（有償）の仲介を行います。</p> <p>【援助活動の内容】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・保育園、幼稚園、小学校や児童センター等の送迎・預かり</li> <li>・保護者の求職活動中の預かり</li> <li>・病児・病後の援助活動 など</li> </ul> <p>【対象】生後3ヶ月から小学校6年生まで</p>	<p>ファミリー・ サポート・センター 026-267-6006</p>
ホームスタート	<p>未就学児がいる家庭に、研修を受けた地域の子育て経験者が訪問する「家庭訪問型子育て支援ボランティア」です。地域の子育て支援や人々をつなげるきっかけづくりを応援します。</p> <p>【対象】未就学児</p>	<p>ホームスタート・ ながのこどもの城 080-9579-2078</p>
児童育成拠点事業	<p>学齢期以降の児童の、家庭や学校以外の第三の居場所です。生活習慣の形成や学習のサポート、進路等の相談、食事の提供を行います。保護者支援（送迎、フードパントリー等）もあります。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・平日： 火・木・金 15時から20時</li> <li>・土曜日： 10時から15時</li> </ul>	<p>ながのこども わくわくカフェ 026-225-9354</p>
家事支援	<p>子育てをトータルサポートし、子どもの成長のお手伝いなどを行います。</p> <p>【対象】子育て世帯</p>	<p>NPO法人など 家事支援事業者</p>

## ★ひとり親家庭の方への参考情報★

### ◎こども家庭庁：ひとり親家庭の暮らしの応援サイト『あなたの支え』に関する情報

シングルマザー・シングルファザーの  
暮らしの応援サイト『あなたの支え』

ひとり親家庭の暮らしに役立つさまざまな支援の  
情報が掲載されています。  
※インターネットで『あなたの支え』を検索ください。



### ◎こども家庭庁：ひとり親家庭のためのポータルサイト



令和8年4月から、父母の離婚後のこどもの養育に  
ついての法律が見直され、親の責務や親権、養育費、  
親子交流などの様々なルールが新しくなりました。  
こども家庭庁では、上記の法改正の内容等を紹介す  
る『ひとり親家庭のためのポータルサイト』を開設し  
ています。

<ひとり親家庭のためのポータルサイト>

### ◎こども家庭庁委託事業：養育費等相談支援センターに関する情報

養育費等相談支援センターは、こども家庭庁の委託を受け、  
養育費や親子交流に関する当事者からの相談等に応じています。

<養育費等相談支援センター>

- 電話相談 フリーダイヤル 0120-965-419  
(携帯電話等からは03-3980-4108)
- メール相談 [info@youikuhhi.or.jp](mailto:info@youikuhhi.or.jp)

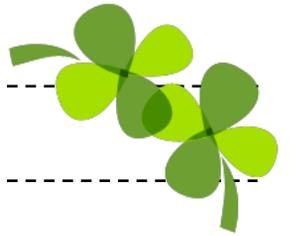
※相談時間等、詳しくは養育費等相談支援センターのホームページをご確認ください。



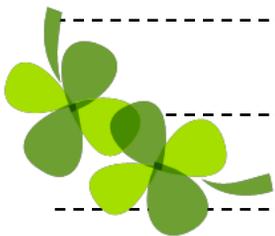
<養育費等相談支援センター>  
ホームページ

<メモ>

<メモ>



A series of horizontal dashed lines for writing, spanning most of the page width.



発行編集 長野市 こども未来部 子育て給付課  
〒380-8512 長野市大字鶴賀緑町1613  
TEL 026-224-5031 FAX 026-224-7698  
E-mail ko-kyufu@city.nagano.lg.jp  
URL <http://www.city.nagano.nagano.jp>