

ひとり親家庭 サポートガイドブック 2024

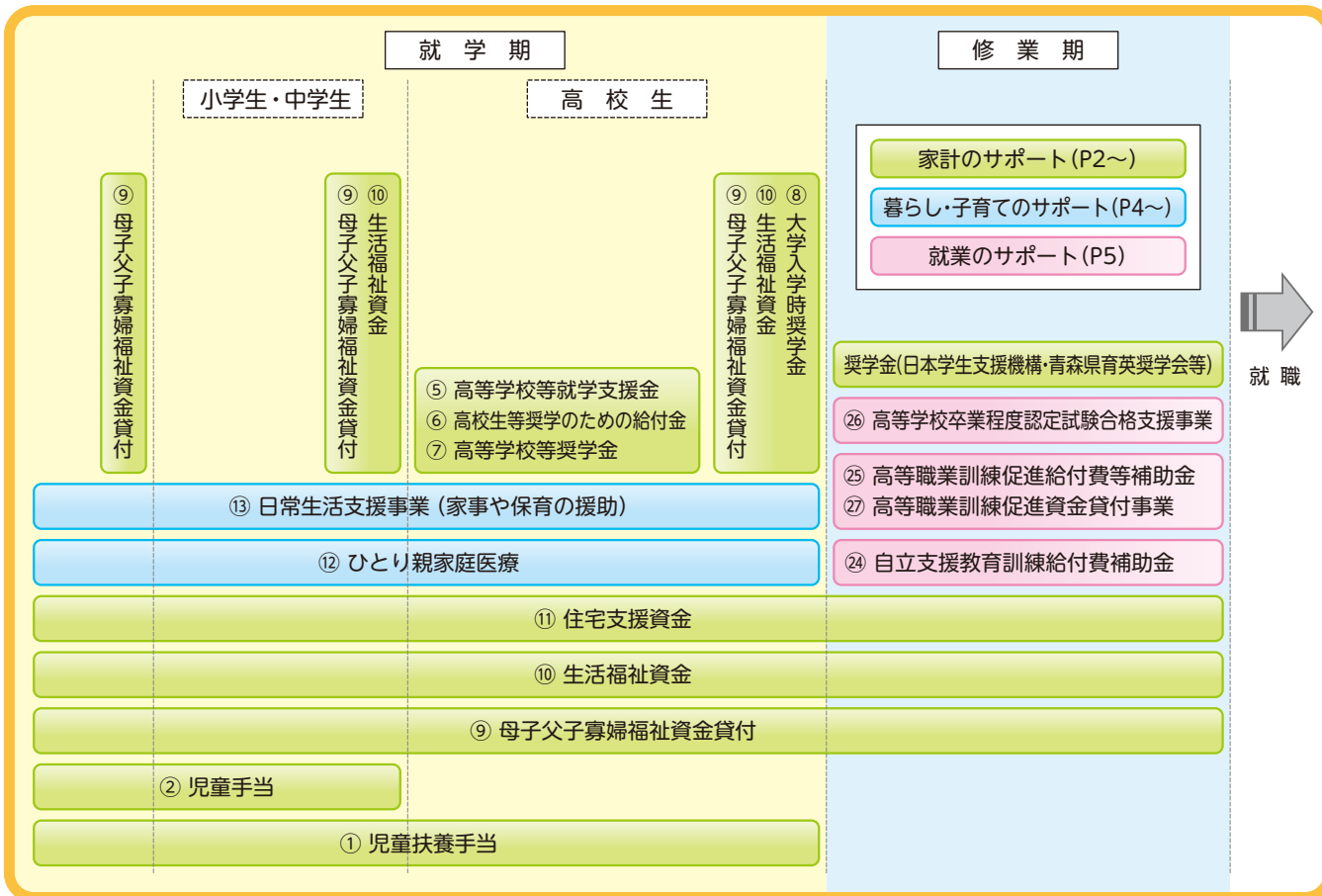


このガイドブックでは、
母子家庭・父子家庭・寡婦のみなさんに
ご利用いただける各種助成金や手当、
貸付制度のほか、相談窓口をご紹介します。



青森県 こども家庭部 こどもみらい課

【子育て時期に応じた制度利用一覧】



※各制度の数字・色分けは、2ページ以降の制度に対応しています。

【所得別制度利用一覧】

名 称	生活保護世帯	市町村民税 非課税世帯	市町村民税 所得割非課税世帯	所得税課税世帯
① 児童扶養手当	○	○	○	○
② 児童手当	○	○	○	○
③ 特別児童扶養手当	○	○	○	○
④ 障害児福祉手当	○	○	○	○
⑤ 高等学校等就学支援金	○	○	○	○
⑥ 高校生等奨学のための給付金	○	○	○	×
⑦ 高等学校等奨学金	○	○	○	○
⑧ 大学入学時奨学金	○	○	○	×
⑩ 生活福祉資金	(要確認)	○	○	×
⑪ 住宅支援資金	×	○	○	○
⑫ ひとり親家庭医療	×	○	○	○
⑬ 日常生活支援事業	○	○	○	○
⑭ 通勤定期乗車券の特別割引	○	○	○	○
24 自立支援教育訓練給付費補助金(要事前相談)	○	○	○	○
25 高等職業訓練促進給付費等補助金(要事前相談)	○	○	○	○
26 高等学校卒業程度認定試験合格支援事業(要事前相談)	○	○	○	○
27 高等職業訓練促進資金貸付事業	○	○	○	○

※各制度で所得制限以外の支給要件がありますので、必ず問い合わせ先にご確認ください。

※各制度の数字・色分けは、2ページ以降の制度に対応しています。

家 計 の サ ポ ー ト



手当 様々な手当で、お子さまのすこやかな成長を応援します。

◆ひとり親家庭のための手当

	名 称	対 象 児 童	手 当 額	所得制限	申請時期	問い合わせ先
①	児童扶養手当	ひとり親家庭の児童 (父又は母が重度障害の家庭も対象) 18歳の年度末まで (児童に中程度以上の障害がある場合は20歳未満まで)	1人の場合 月額 45,500～10,740円 第2子加算 月額 10,750～ 5,380円 第3子以降加算 1人につき 月額 6,450～ 3,230円 ※児童福祉施設等に入所されている場合などは対象となりません。	有	随時	市町村

※詳しくは、「児童扶養手当・特別児童扶養手当を受給されている皆さんへ」をご覧ください。

◆中学3年生以下のお子さまがいるご家庭への手当

	名 称	対 象 児 童	手 当 額	所得制限	申請時期	問い合わせ先
②	児童手当	中学校卒業まで(15歳の誕生日後の最初の3月31日まで)の児童	〈所得制限限度額以内〉 3歳未満 1人につき 月額 15,000円 3歳以上小学修了前 1人につき 月額 10,000円 (第3子以降は15,000円) 中学生 1人につき 月額 10,000円 〈所得制限限度額以上所得上限限度額未満〉 1人につき 月額 5,000円 ※令和6年4月1日時点	有	随時	市町村

◆障害(中度・重度の障害)のあるお子さまがいるご家庭への手当

	名 称	対 象 児 童	手 当 額	所得制限	申請時期	問い合わせ先
③	特別児童扶養手当	中程度以上の障害がある児童 (20歳未満まで)	1人につき 1級 月額 55,350円 2級 月額 36,860円 ※児童福祉施設等に入所されている場合などは対象となりません。	有	随時	市町村

※詳しくは、「児童扶養手当・特別児童扶養手当を受給されている皆さんへ」をご覧ください。

◆障害(重度の障害)のあるお子さまがいるご家庭への手当

	名 称	対 象 児 童	手 当 額	所得制限	申請時期	問い合わせ先
④	障害児福祉手当	重度の障害のため、日常生活において常時の介護を必要とする児童 (20歳未満まで)	月額 15,690円 ※児童福祉施設等に入所されている場合などは対象となりません。	有	随時	市町村



高校修学 高校生のご家庭を応援します。

◆授業料に対する支援

	名 称	概 要	所得制限	申請時期	問い合わせ先
⑤	高等学校等就学支援金	高等学校等に在学する生徒の授業料への支援として、「就学支援金」を支給します。 ※学校において、授業料に充てるため、生徒・保護者への直接支給ではありません。	有	※	各高等学校

◆奨学金等の給付・貸与

	名 称	概 要	所得制限	申請時期	問い合わせ先
⑥	高校生等奨学のための給付金	授業料以外の教育費の負担を軽減するため、奨学のための給付金を給付します。 ※非課税世帯又は家計急変により非課税相当の世帯が対象となります。	有	※	各高等学校
⑦	高等学校等奨学金	学業、人物が優れているにもかかわらず、経済的理由により修学困難な生徒に対して学資を貸与します。(一部返還免除制度あり。)	有	※	青森県育英奨学会
⑧	大学入学時奨学金	学業、人物が優れているにもかかわらず、経済的理由により修学困難な生徒に対して、大学入学時に必要となる経費を貸与します。(返還免除制度あり。)	有	※	青森県育英奨学会

最大60万円

※申請時期は、在学する高等学校（奨学金は青森県育英奨学会）に直接お問い合わせください。

貸付 無利子または低金利の貸付で、ご家庭の生活とお子さまの成長を応援します。

◆母子父子寡婦福祉資金貸付

★印が無利子の資金です！

	名 称	対 象	資 金 の 種 類	所得制限	申請時期	問い合わせ先
⑨	母子父子寡婦福祉資金貸付	現に20歳未満の児童を扶養している母子家庭の母又は父子家庭の父、寡婦（配偶者のない女子でかつて母子家庭の母であった方）	★修学資金 ★修学支度資金 ★技能習得資金 ★修業資金 就職支度資金 医療介護資金 生活資金 住宅資金 転宅資金 結婚資金 事業開始資金 事業継続資金	無 ※1	随時	福祉事務所 ※2

※1 寡婦福祉資金については、一部所得制限があります。

※2 青森市在住の方は「青森市福祉事務所」、八戸市在住の方は「八戸市福祉事務所」、それ以外の方は所管の「地方福祉事務所」にお問い合わせください。

(注) 当制度は「借入金」であり、返済義務を伴う貸付制度です。修学資金については他制度との併用ができません。

【母子父子寡婦福祉資金貸付内容及び限度額の例】

資金名	借受者	貸付内容及び貸付限度額（単位：円）						据置期間 (以内)	償還期間 (以内)	利 率
		学校・学年等		国公立		私 立				
				自宅通学	自宅外通学	自宅通学	自宅外通学			
修学資金 及び就学 支度資金	母子家庭 の母、父 子家庭の 父、寡婦	高等学校及び専修学校 (高等課程)	修学資金(／月)1～3年	27,000	34,500	45,000	52,500	卒業後 6か月 (ただし、 途中で死 亡又は退 学の場合 はその後 6か月)	20年	無利子
			就学支度資金	150,000	160,000	410,000	420,000			
		高等専門学校	修学資金(／月)1～3年	31,500	33,750	48,000	52,500			
			修学資金(／月)4～5年	67,500	76,500	98,500	115,000			
			就学支度資金	410,000	420,000	580,000	590,000			
		専修学校 (専門課程)	修学資金(／月)1・2年	67,500	78,000	89,000	126,500			
			就学支度資金	410,000	420,000	580,000	590,000			
		短期大学	修学資金(／月)1・2年	67,500	96,500	93,500	131,000			
			就学支度資金	410,000	420,000	580,000	590,000			
		大学	修学資金(／月)1～4年	71,000	108,500	108,500	146,000			
			就学支度資金	410,000	420,000	580,000	590,000			
		大学院	修学資金(／月)1～3年	132,000(修士課程)		183,000(博士課程)				
			就学支度資金	380,000		590,000				
		専修学校 (一般課程)	修学資金(／月)1・2年	54,000						
			就学支度資金	150,000	160,000	150,000	160,000			
小学校	就学支度資金	64,300								
中学校		81,000								
技能習得 資金	調理師・看護師などの知識技能の習得期間中（5年限度） 68,000円／月						知識習得後 1 年	20年	無利子又は 年利1.0%	
	自動車運転免許取得の場合 460,000円									

※実際に貸付を受けられる金額は、申請される方の所得や高等教育の修学支援制度の対象となるかどうかにより、変更となります。

◆生活福祉資金

★印が無利子の資金です！

	名 称	対 象	資 金 の 種 類	所得制限	申請時期	問い合わせ先
⑩	生活福祉資金	・低所得世帯(市町村税非課税相当世帯) ・障害者世帯(障害者手帳の交付を受けている者等) ・高齢者世帯(65歳以上の高齢者の属する低所得世帯)	総合支援資金 福祉資金 ★教育支援資金 不動産担保型生活資金 ★臨時特例つなぎ資金	有	随時	青森県 社会福祉 協議会

※生活保護世帯は、生活福祉資金を受けるにあたり、保護の実施機関の事前承認が必要です。

◆住宅支援資金貸付事業

	名 称	概 要	対 象	最 大 額	所得制限	申請時期	問い合わせ先
⑪	住宅支援資金	自立に向けて意欲的に取り組んでいる方に、入居している住居の家賃を貸付します。	ひとり親家庭の親	月額4万円×12か月 ※無利子	有	随時	青森県 社会福祉 協議会

暮らし・子育てのサポート



暮らし子育て ひとり親家庭の暮らし・子育てを応援します。

	名 称	概 要	所得制限	申請時期	問い合わせ先
⑫	ひとり親家庭医療	ひとり親家庭の児童(18歳の年度末まで)及びその親が医療機関で受診した際、医療保険各法による医療費の自己負担額について、県と市町村が助成します。	有	随時	市町村
⑬	日常生活支援事業	保護者が傷病や出張などで一時的に児童の養育が困難になった際、家庭生活支援員を派遣して、家事や保育をお手伝いします。	有	随時	青森県 母子寡婦 福祉連合会
⑭	通勤定期乗車券の特別割引	児童扶養手当受給者の世帯について、JR通勤定期乗車券が3割引になる資格証明書・購入証明書を発行しています。	有	随時	市町村
⑮	あおもり子育て応援パスポート事業	18歳未満のお子さんまたは妊娠中の方がいるご家庭にパスポートを発行し、お店(協賛店舗)に提示すると、各店が提供する独自のサービスを受けることができます。詳しくは県子ども家庭支援センター HPをご覧ください。	無	随時	青森県 子ども家庭 支援センター
⑯	結婚の応援	結婚を希望する男女の出会いを支援するため、マッチングシステムの運用やイベント情報の提供を行います。詳しくはあおもり出会いサポートセンター HPをご覧ください。(https://adsc.jp/)	無	随時	あおもり 出会い サポート センター



養育費確保支援 ひとり親家庭の養育費確保を応援します。

	名 称	概 要	上 限 額	問合せ先
⑰	公正証書作成費用補助	養育費の取り決めとして公正証書を作成する際の手数料や諸費用について補助します。	3万円	県こども みらい課
⑱	養育費請求調停申立費用補助	養育費請求調停申立てに要する費用、弁護士等に委任する際の費用について補助します。	6万円	
⑲	養育費強制執行申立費用補助	養育費の強制執行申立てに必要な諸費用、申立てを弁護士等に委任する際の費用について補助します。	6万円	
⑳	養育費保証契約費用補助	養育費の未払いに備え、保証会社と保証契約を結ぶ際に支払う保証料について補助します。	5万円	

就 業 の サ ポ ー ト



自立支援 ひとり親家庭の自立を応援します。

	名 称	概 要	所得制限	申請時期	問い合わせ先
㉑	就業相談	家庭状況や職業適性等に関する相談に応じ、必要なアドバイスをします。	無	随時	青森県 母子寡婦 福祉連合会
㉒	就業支援講習会	パソコン講習会のほか、介護職員初任者研修講習会、調理師試験準備講習会、調剤薬局事務講習会を開催し、資格取得を支援します。	無	随時	青森県 母子寡婦 福祉連合会
㉓	就業情報提供	求職活動を支援するため、求人情報を提供します。	無	随時	青森県 母子寡婦 福祉連合会

資格取得 ひとり親家庭の就職のための資格取得を応援します。

	名 称	概 要	対 象	最大額	所得制限	申請時期	問い合わせ先
㉔	自立支援教育訓練 給付費補助金	就職に有利な資格を取得するために養成訓練や講座を受講した場合、入学金及び受講料の一部を助成します。	ひとり親 家庭の親	一般 20万円 専門160万円 ※1	無	随時 ※2	福祉 事務所 ※3
㉕	高等職業訓練促進 給付費等補助金	就職に有利な資格を取得するために養成機関へ在学する場合、修業期間中(上限4年)の生活費の一部を助成します。	ひとり親 家庭の親	月額 10万円 (修業期間の 最終12月に限り 月額14万円)	有	随時 ※2	福祉 事務所 ※3
㉖	高等学校卒業程度認定 試験合格支援事業	高等学校卒業程度認定試験に合格するための講座受講に必要な経費の一部を助成します。	ひとり親 家庭の親 と児童	15万円	無	随時 ※2	福祉 事務所 ※3
㉗	高等職業訓練促進 資金貸付事業	高等職業訓練促進給付費等補助金を活用して養成機関に在学する場合、入学準備金及び就職準備金を貸付します。	ひとり親 家庭の親	入学準備金 50万円 就職準備金 20万円	有	随時	青森県 社会福祉 協議会

※1 「専門」に該当する講座は、看護師、介護福祉士、美容師等の資格を取得するための講座です。
詳しくは福祉事務所又は県こどもみらい課へお問い合わせください。

※2 福祉事務所で事前相談が必要です。

※3 お問い合わせ先については、市部に在住の方は「市福祉事務所」、町村部に在住の方は「地方福祉事務所」になります。
なお、市部においては事業内容が異なりますので、事前にご確認ください。



支援員・相談機関・関係団体



◆母子・父子自立支援員

ひとり親家庭及び寡婦家庭に対し、経済上の問題、児童の養育や教育に関する問題、その他生活上のあらゆる相談に応じ、その自立に必要な情報提供や指導助言等の支援を行います。詳しくは所管する福祉事務所へお問い合わせください。

◆青森県母子寡婦福祉連合会

ひとり親家庭及び寡婦の相談に応じています。

電話番号 017-774-3780



青森県母子寡婦福祉連合会HP

名 称	相 談 内 容	利 用 日 ・ 時 間
ひとり親家庭 なんでもダイヤル (一般相談)	生活で困っている、制度について知りたいなど一般的な相談	月・水・金 8:30～17:15 火・木 8:30～20:00 第2・4日曜日 10:00～15:00 (祝祭日を除く)
無料法律相談 (弁護士対応)	養育費、面会交流権、相続、離婚、その他法律関係の相談	毎月第3木曜日〈事前予約必要〉 16:00～18:00

◆児童相談・女性相談・DV相談

こどもの養育やしつけ等のさまざまな不安や悩みごとについて、また、配偶者等からの暴力(DV)や離婚問題など、家庭内の女性の悩みごとについて、専門スタッフが相談に応じ、アドバイスや関係機関へ紹介を行っています。

なお、虐待かと思ったときに、すぐに児童相談所に通告・相談できる児童相談所虐待対応ダイヤル「189」にかけると、お近くの児童相談所に繋がります。通話料は無料です(一部の電話からはつながりません)。

【児童相談】

名 称	電話番号
中央児童相談所	017-781-9744
弘前児童相談所	0172-36-7474
八戸児童相談所	0178-27-2271
五所川原児童相談所	0173-38-1555
七戸児童相談所	0176-60-8086
むつ児童相談所	0175-23-5975
子ども家庭支援センター	017-775-8080

子育て、家庭等の悩みについてLINEでも相談を受け付けています。

～ あおりけん親子のための
相談LINE ～



相談対応時間 平日8:30～17:00
(相談メッセージは24時間受け付けます)

【女性相談・DV相談】

名 称	電話番号
女性相談支援センター	017-781-2000
配偶者 暴力 相談支援 センター	(青森市) 017-734-5318
	(八戸市) 0178-38-0703
	(東地方福祉事務所) 017-734-9951
	(中南地方福祉事務所) 0172-33-3211
	(三八地方福祉事務所) 0178-27-4435
	(西北地方福祉事務所) 0173-35-2156
	(上北地方福祉事務所) 0176-62-2145
(下北地方福祉事務所)	0175-22-2296
	男女共同参画センター 017-732-1022
青森市男女共同参画プラザ	017-776-8858
養育費等相談支援センター	03-3980-4108
	0120-965-419



◆問い合わせ一覧

名 称	担当課・担当係	電話番号	内線番号
青森市	子育て支援課 子育て家庭支援チーム	017-734-5334	
弘前市	こども家庭課 家庭給付係	0172-40-7039	
八戸市	子育て支援課 子育て給付グループ	0178-43-9428	
黒石市	福祉総務課 こども未来係	0172-52-2111	516
五所川原市	子育て支援課 手当医療係	0173-35-2111	2482
十和田市	こども支援課 こども給付係	0176-51-6716	
三沢市	こども未来課 家庭給付係	0176-51-4431	
むつ市	子ども家庭課 子育て給付グループ	0175-22-1111	2516
つがる市	子育て健康課 児童福祉係	0173-42-2044	
平川市	子育て健康課 子ども支援係	0172-55-5832	
平内町	福祉介護課 福祉係	017-755-2114	
今別町	町民福祉課	0174-35-3004	
蓬田村	健康福祉課	0174-27-2113	401
外ヶ浜町	福祉課 福祉班	0174-22-2941	
鱒ヶ沢町	ほけん福祉課 子ども家庭班	0173-72-2111	154
深浦町	福祉課 子育て支援係	0173-74-2117	
西目屋村	住民課 保健福祉係	0172-85-2804	
藤崎町	住民課 子育て支援係	0172-88-8184	
大鰐町	保健福祉課 福祉係	0172-48-2111	303
田舎館村	厚生課 福祉係	0172-58-2111	154
板柳町	介護福祉課 福祉係	0172-73-2111	114
鶴田町	子ども健康課 子育て支援係	0173-22-2111	145
中泊町	福祉課 福祉係	0173-57-2111	1516
野辺地町	健康づくり課 子ども家庭総合支援担当	0175-64-1770	
七戸町	こどもみらい課 児童福祉係	0176-58-7622	
六戸町	福祉課	0176-55-4492	134
横浜町	福祉課	0175-78-2111	213
東北町	福祉課 児童福祉係	0176-56-4517	
六ヶ所村	こども支援課 家庭支援室	0175-72-8035	
おいらせ町	保健こども課 子育て世代包括支援センター係	0178-56-4259	
大間町	住民福祉課 福祉係	0175-37-2520	
東通村	健康福祉課 福祉グループ	0175-28-5800	
風間浦村	村民生活課 福祉介護グループ	0175-35-3111	
佐井村	福祉健康課 介護・福祉係	0175-38-2111	54
三戸町	住民福祉課 福祉推進班	0179-20-1151	
五戸町	福祉課 児童・高齢福祉班	0178-62-7955	
田子町	住民課 子育て定住移住支援室	0179-23-0678	
南部町	健康こども課 子育て支援班	0178-60-7100	222
階上町	すこやか健康課 児童グループ	0178-38-1237	
新郷村	住民課	0178-78-2111	602
青森市福祉事務所	子育て支援課 子育て家庭支援チーム	017-734-5334	
弘前市福祉事務所	こども家庭課 家庭給付係	0172-40-7039	
八戸市福祉事務所	こども家庭相談室	0178-38-0703	
黒石市福祉事務所	福祉総務課 こども未来係	0172-52-2111	516
五所川原市福祉事務所	子育て支援課 手当医療係	0173-35-2111	2487
十和田市福祉事務所	こども支援課 こども給付係	0176-51-6716	
三沢市福祉事務所	こども未来課 家庭給付係	0176-51-4431	
むつ市福祉事務所	子育て支援課 子ども家庭総合支援グループ	0175-22-1111	2526
つがる市福祉事務所	福祉課 児童福祉係	0173-42-2175	
平川市福祉事務所	子育て健康課 子ども支援係	0172-44-1111	1151
東地方福祉事務所	福祉調整課	017-734-9950	
中南地方福祉事務所	福祉調整課	0172-35-1622	
三戸地方福祉事務所	福祉調整課	0178-27-4435	
西北地方福祉事務所	福祉調整課	0173-35-2156	
上北地方福祉事務所	福祉調整課	0176-62-2145	
下北地方福祉事務所	福祉調整課	0175-22-2296	
青森県育英奨学会		017-734-9879	
青森県社会福祉協議会		017-723-1391	
青森県母子寡婦福祉連合会		017-735-4152	
あおもり出会いサポートセンター		017-721-1250	
青森県子ども家庭支援センター		017-732-1011	
県こどもみらい課	家庭支援グループ	017-734-9295	

※各種制度毎のお問い合わせ先をご確認の上、上記の連絡先へお問い合わせ下さい。