

子育て支援・保育等に関すること

家事援助・育児支援サービス

子育てサービス係 3228-5612		
ひとり親ホームヘルプサービス	小学6年生までの児童を扶養しているひとり親の方で、一定の要件を満たしたときにご家庭にホームヘルパーを派遣します。 ※事前登録必要	
トワイライトステイ	3歳～小学6年生までのお子さんを保護者の仕事、病気等の事情により一時的に見られない場合、17時～22時までの間、専用施設でお預かりします。 ※事前登録必要	
病児・病後児保育	病気の回復期（病後児）又は回復期に至らない状態（病児）にある生後6カ月（病児は満1歳）から小学校就学前までの一定要件を満たしたお子さんを専用室のある施設で一時的にお預かりします。 ※事前登録必要	
年末保育	保護者が就労等の理由で年末に保育ができない場合、お子さんをお預かりします。	
一時保育	健康で集団保育が可能な区内在住の就学前のお子さんを一時的にお預かりします。月5回まで。 ※事前登録必要	
短期特例保育	保護者が入院、出産等で一時的に保育ができず、他に保育をする方がいない場合、保護者に代わってお預かりします。（1回の申請につき1カ月以内）	
子どもショートステイ	生後43日～中学3年生までのお子さんを保護者の入院、宿泊を伴う出張等、養育が一時的に困難で他に養育者がいない場合宿泊を伴いお預かりします。	
保育システム係 3228-3259		
休日保育	区内認可保育園等に在園のお子さんを保護者の就労等で休日に家庭で保育ができない場合に日曜日、祝祭日にお預かりします。 ※事前登録必要	
【中野区社会福祉協議会】 5380-0752		
家事等支援	ほほえみサービス	家事援助の必要な方と行いたい方が会員登録し依頼者宅で家事援助をします。
育児支援	ファミリーサポート	子育ての援助を受けたい方、援助をしたい方が会員となり、お子さんの預かり、保育園の送迎等をお手伝いします。
【その他の支援事業所】		
家事・育児支援	シルバー人材センターの会員登録者が家事育児支援を行います。	3366-7971
【保育所等の入園等に関すること】		
認可保育施設の入園相談	認可保育園 認定こども園 家庭的保育事業 小規模保育事業	保育入園係 3228-8960
認可外保育施設の入園相談	認証保育所 その他の保育施設 区立認可外保育施設	施設に直接お問合せ下さい。
認証保育所等 保護者補助金	区内外の認証保育所やその他認可外保育施設利用者への保育料を補助。	幼稚園・認可外保育係 3228-8754

相談の窓口

中野区の相談窓口一覧

※ご案内の番号は東京03を省いています。

ひとり親家庭相談	母子・父子自立支援員	3228-5612
子ども総合相談	子ども家庭支援センター	3228-7867
児童虐待相談		
育児相談	中部すこやか福祉センター	3367-7788
子育て専門相談	北部すこやか福祉センター	3388-0240
女性の健康相談	南部すこやか福祉センター	3380-5551
発達相談	鷺宮すこやか福祉センター	3336-7111
女性相談	生活相談係	3228-5556

その他の相談機関

生活・養育費相談	東京都ひとり親家庭支援センターはあと	5261-8687
離婚前後の法律相談		5261-1278
養育費相談	養育費相談支援センター	0120-965-419
法律相談	東京ウィメンズプラザ	5467-2455
	法テラス東京	050-3383-5300
公正証書作成等	中野公証役場	5318-2255
多重債務サポート	(財)日本クレジットカウンセリング協会	0570-031640
精神疾患による相談 悩み・DV相談	東京ウィメンズプラザ	5467-2455
男性のための悩み・相談		
生活・DV相談	東京都女性相談センター	5261-3110
緊急時	警視庁総合相談センター	3501-0110

中野区



ひとり親家庭のしおり概要版



困ったことや悩んでいることがあれば
まずはご相談ください。

中野区 子ども教育部
子育て支援課 子育てサービス係
母子・父子自立支援員

〒164-8501
東京都中野区中野4丁目8番1号
03(3228)5612

経済的な支援に関すること

各種手当・優遇制度・助成

【手当】	手当・医療費助成係	3228 - 8952
児童育成手当	18歳到達の年度末までのお子さんを養育している区内ひとり親世帯（父か母が重度障害者の場合含む）等に給付します。 ※各々受給要件有	
児童扶養手当		
児童手当	中学3年生までのお子さんを養育している主たる生計の中心者に給付します。 ※受給要件有	
【優遇制度】	手当・医療費助成係	3228 - 8952
児童扶養手当受給中の方が対象です。 ① 水道料金の減免 ② 粗大ごみ処理手数料の免除 ③ 都営交通無料乗車券の発行 ④ JR通勤定期券の割引 ⑤ 区営自転車駐輪場定期利用料等の免除		
【医療費助成】	手当・医療費助成係	3228 - 8936
ひとり親家庭等医療費助成	ひとり親家庭のお子さんと父又は母の保険診療自己負担分を助成します。 ※年齢、所得制限有	
子ども医療費助成	中学3年生までのお子さんの保険診療自己負担分を助成します。	

住まいに関すること

都営・区営住宅・母子生活支援施設

【都営・区営住宅】		
都営住宅	募集案内、申込書は区役所1階総合案内、9階住宅政策係、各区民センターで配布。 ※問合せは東京都住宅供給公社へ	都営住宅募集センター3498 - 8894
区営住宅	区内に2年以上居住、世帯所得が一定基準以下の方向け。年1回募集 ※住宅政策課 住宅運営係へ	3228 - 5564
民間賃貸住宅への住み替え	区住替え事業協力不動産店の協力ののもと、物件の情報提供。 ※住宅政策課 住宅政策係へ	3228 - 5581
【母子生活支援施設】	子育てサービス係	3228 - 5612
母子生活支援施設	生活上での様々な問題のため、18歳未満のお子さんの養育が十分にできない母子世帯に、自立に向けた様々な支援を行っています。	

各種貸付・奨学金制度

【東京都母子及び父子福祉資金】 子育てサービス係 母子・父子自立支援員	3228 - 5612
都内6か月以上在住、20歳未満のお子さんを養育している母子・父子家庭を対象に経済的に安定した生活を送るために必要な資金を貸し付けます。就学支度資金、修学資金は6か月未満在住の方も対象になります。 ※事前審査有	
【中野区社会福祉協議会貸付】	5380 - 5775
東京都 受験生チャレンジ支援貸付事業	
学習塾等受講料貸付金	中野区社会福祉協議会 ※直接お問合せ下さい
高等学校等受験料貸付金	
大学等受験料貸付金	
【各種奨学金制度】	※直接お問合せ下さい
中野区教育振興会奨学金	中野区教育振興会 3228 - 5544
生活福祉資金 ヒカリ興業奨学基金	中野区社会福祉協議会 5380 - 5775
日本学生支援機構奨学金	在学校へ
東京都育英資金貸付事業	在学校もしくは東京都私学財団 5206 - 7929
東京都私立高校等授業料軽減助成事業 私立高等学校等入学支度金貸付事業	東京都私学財団 5206 - 7925 入学する学校へ
国の教育ローン	日本政策金融公庫 5321 - 8656 又は 0570-008656（市外局番不用）
交通遺児育英会奨学金	0120 - 521286・3556 - 0773
あしなが奨学金	あしなが育英会 3221 - 0888
介護福祉士・社会福祉士修学資金	入学後、在学の養成校へ 東京都福祉人材センター 修学資金係 5211 - 2860
東京都看護師等修学資金	入学後、在学の養成校へ 東京都医療人材課看護担当 5320 - 4444
高等教育の修学支援新制度（大学、短大等）	在学の学校へ もしくは日本学生支援機構 JASSO HP へ

仕事や職業訓練に関すること

就労相談・職業訓練等

【仕事探し】		
就労相談	中野就職サポートへおつなぎします。	子育てサービス係 母子父子自立支援員 3228 - 5612
ぐっJOBなかの	中野区が提供する就労・求人支援サイト http://www.job-nakano.net/	産業観光課 産業振興係 3228 - 5518
ハローワーク新宿	求職申込み、求人情報検索、職業相談	就業相談 5325 - 9593 雇用保険給付 5325 - 9580
マザーズハローワーク東京	子育て中の方を含めた女性の就職支援	3409 - 8609
はあと飯田橋	ひとり親家庭の修業相談、就業支援等	3263 - 3451
東京しごとセンター	すべての年齢層の求職者が対象。	5211 - 1571
【就職のための勉強】		
職業能力開発センター	求職や転職の希望者を対象に就職に必要な知識技能を習得。	中央・城北職業能力開発センター 5800 - 9593
求職者支援訓練	雇用保険受給外の方が対象。	ハローワーク新宿 5325 - 9593
【中野区母子家庭等自立支援給付金事業】	子育てサービス	3228 - 5612
自立支援教育訓練給付金事業	20歳未満のお子さんを扶養し、児童扶養手当を受給中または同等の生活水準にある母子・父子家庭の方が対象。指定を受けた講座の受講修了後にかかった経費の一部を支給します。事前審査有。 ※講座の申込前に事前相談と申請が必要	
高等職業訓練促進給付金等事業	対象となる方は上記と同じ。就職に有利な資格取得のため養成機関での修業期間に給付金を支給します。事前審査有。※受験前に事前相談必要	
【就学への貸付事業】	中野区社会福祉協議会	5380 - 5775
ひとり親高等職業訓練促進資金貸付事業	高等職業訓練促進給付金支給対象者の方に、入学時及び就職時の準備金を貸し付けます。返済免除となる場合があります。区での相談時に子育てサービス係へお申し出ください。	