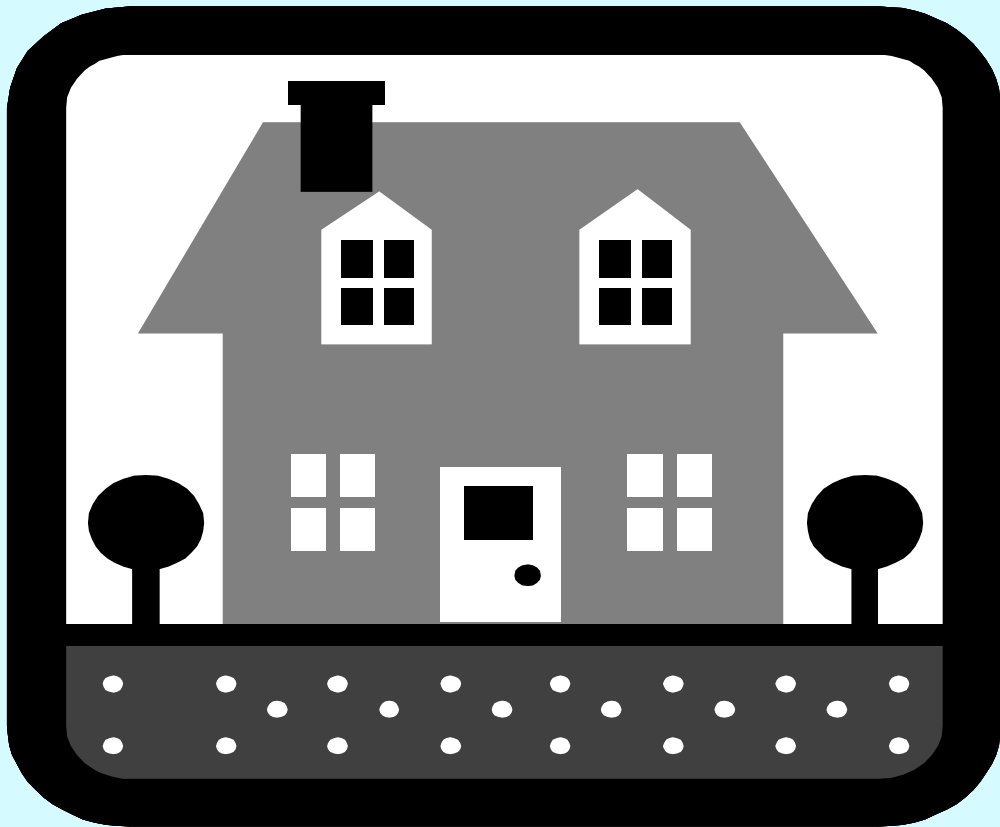


生活保護のしおり

～必要な時にいつでも見ることができるように

大切に保管してください～



もくじ

生活保護とは	1
保護を受けている間は次のことを守ってください.....	2
保護の種類	4
加算.....	5
一時扶助	6
給付金	7
保護費の計算.....	8
収入申告書提出の義務	9
保護費の支払い.....	10
保護費の返還.....	11
保護変更決定通知書の見方.....	12
一時扶助決定通知書の見方.....	14
医療機関にかかるとき.....	16
介護サービスを利用するとき.....	17
保護の決定に不服のあるときは.....	18
自立支援プログラム	19
その他の援護	20
保護を受けたとき減免・交付されるもの	20
お問い合わせ・相談の担当は	21

生活保護とは

——健康で安定した暮らし—— これはすべての人々の願いです。

人間が人間らしい生活を送ることは私たち国民に認められた当然の権利で、国の責任として憲法にも規定されています。

私たちが生活していく上で、病気や老齢あるいは働き手の死亡などの理由で、生活費や医療費などに困る場合があります。

生活保護は、こうしたとき、その足りないところを補うとともに、自立した生活を送るための支援をしていく制度です。

【日本国憲法第 25 条】

すべて国民は、健康で文化的な最低限度の生活を営む権利を有する。

国は、すべての生活部面について、社会福祉、社会保障及び公衆衛生の向上及び増進に努めなければならない。

【生活保護法第 1 条】

この法律は、日本国憲法第 25 条に規定する理念に基き、国が生活に困窮するすべての国民に対し、その困窮の程度に応じ、必要な保護を行い、その最低限度の生活を保障するとともに、その自立を助長することを目的とする。

保護を受けている間は 次のことを守ってください

◎生活上の義務（生活保護法第60条）

- ◆ 働くことができる方は、その能力に応じて、働いて収入を得ることができるよう励む必要があります。
- ◆ 健康の維持・向上に努め、病気・ケガについては、医師の指示に従い治療に努める必要があります。
- ◆ 支出の節約を図り、生活の維持・向上に努め、保護費を計画的に使う必要があります。

◎福祉事務所に対する届出の義務（生活保護法第61条）

次のような場合は速やかに福祉事務所の地区担当員に届け出てください。

- ◆ 収入を得たとき（収入申告書の提出が必要です。9ページを参照）
給料・賞与・アルバイト賃金・自営業の売り上げがあったとき
年金、手当、仕送り等の援助、交通事故による損害賠償金、生命保険の保険金・解約返戻金、相続、物品の売却、不動産・車・バイクなどの資産の売却など、何らかの収入があったとき。

※借金もあなたの収入とみなされます。決してしないでください。
（生活保護法で認められた自立更生を目的とする貸付金は除きます）

- ◆ 遺産相続等により、相続財産を得る可能性がわかったとき
- ◆ 転入・転出・出生・死亡等により、世帯員の増減があったとき
- ◆ 家賃や地代が変更になったとき
- ◆ 長期に住まいを不在にするとき
- ◆ 障害者手帳等の新規取得・更新・等級などの内容に変更があったとき
- ◆ 医療機関に入院・退院したとき、施設に入所・退所したとき
- ◆ その他生活の状態が変わったとき

【資産申告書の届出について】

現金、預金、動産、不動産等の資産について、1年に1回以上、資産申告書及び資料を届け出る必要があります。

◆ 海外に行く場合は旅行経費を原則収入として認定します

海外に行くときは、事前に行き先・目的・日程・費用及び費用の準備方法についての届出が必要です。

遊興や観光、治療などが目的の場合は、交通費・宿泊費は収入として認定（生活保護費の差引。詳細は9ページを参照）の対象となります。

ただし、①親族の冠婚葬祭、危篤の場合及び墓参②修学旅行③公的機関が主催する文化・スポーツ等の国際的な大会への参加（選抜又は招待された場合に限る）④高等学校等で就学しながら保護を受けることができるものとされた者の海外留学であって世帯の自立助長に効果的であると認められる場合で、かつ概ね2週間以内の場合は渡航に関する費用を収入認定の対象としないことができます。

◎福祉事務所の指示等に従う義務（生活保護法第62条）

- ◆ 福祉事務所は、あなたの生活の維持・向上のために、必要な指導・指示を行う場合があります。この指導・指示があったときには、これに従ってください。

●家庭訪問について●

福祉事務所の担当者は、定期的にお住まい等を訪問し、生活状況等を伺います（生活保護法第28条）。ご協力をお願いします。

※ 上記の各種義務が守られない場合、生活保護が受けられなくなることがあります。

※ 暴力団員は生活保護を受けることはできません。

保護の種類

保護には次の8種類の扶助があります。

1. 生活扶助 食費、衣類費、光熱水費、入院中の日用品費などの
日常の暮らしに必要な費用
※扶助額は年齢・世帯員数・障害の有無による加算
(詳しくは5ページを参照)等によって変わります。
 2. 住宅扶助 家賃、地代(共益費・管理費は含まれません)
※家賃・共益費等については、福祉事務所から大家または
不動産会社等に直接振り込むことができます。
ただし、収入額等により直接振込に応じられない場合
があります。詳しくは地区担当員にお問い合わせくだ
さい。
- ※住宅扶助には基準額があります。現在住んでいるアパート等の家賃が基準を上回っている場合は、基準に合ったアパートへの転居を指導することがあります。特別な理由がある場合はあなたの地区担当員にご相談ください。
3. 教育扶助 義務教育に必要な費用(給食費、学級費を含む)
 4. 介護扶助 介護サービスを受けるときの費用
(介護保険が適用される範囲)
 5. 医療扶助 病気やケガの治療をするための費用(健康保険が適用される範囲。詳しくは16・17ページを参照)
治療上必要な治療材料(装具・めがね等)、通院費など
※治療材料については症状に応じて上限が定められています。また、医師が必要と認めた場合に限り、手続きに時間を要する場合があります。事前に医療・介護係または地区担当員へご相談ください。
 6. 出産扶助 お産のための費用(通常は、児童福祉法の入院助産制度の利用が優先されます)
 7. 生業扶助 高校就学に必要な費用(教材費、入学金、通学費等)
就職に有利な資格取得や、就職時に必要となる衣類等を購入するための費用
 8. 葬祭扶助 火葬等の費用

加算

以下のような一定の要件に該当する場合、毎月支給される保護費（生活扶助費）に加えて支給されます。

1. 障害者加算・・・一定程度の障害がある方に対して支給するもの

（対象となる方の例）

身体障害者手帳（1～3級）、愛の手帳（1～3度）、障害年金（1～2級）、他に精神障害者手帳（1～2級）所持の場合でも支給される場合があります。

※加算額を正しく計算するためにも、上記の各種障害者手帳等の新規取得・更新・等級などの内容に変更があったときは必ず届け出ください。（更新手続きを行わないと、変更後の届け出が遅れてしまったことにより本来受け取れる加算額を受け取れなかったり、思わぬ返還が生じたりすることがありますのでご注意ください）

2. 母子加算・・・児童を養育するひとり親等に対して支給するもの （父子世帯も含む）

3. 児童養育加算・・・児童を養育している方に対して支給するもの

4. 妊産婦加算・・・妊婦及び産婦に対して支給するもの ※母子手帳・出生届などをご提出ください

5. 冬季加算・・・11月～翌年3月の冬季における暖房費等の増加に対応するためのもの

※上記以外にも加算があります。他の加算、内容や手続き等について、詳しく知りたい場合などは、あなたの地区担当員にお尋ねください。

一時扶助

毎月の決まった保護費のほか、一時的な必要に応じて、次のような扶助があります。一時扶助の支給には、定められた条件があり、限度額が設けられている場合もありますので、事前に地区担当員へご相談下さい。また、申請の際には証拠となる書類の添付が必要となる場合があります。

1. 被 服 費 ・ ・ 保護開始時や長期入院していた方が退院し、使用できる布団・衣服等がない場合の布団、衣服代
新生児服、医療的に必要となるおむつ代など
2. 家具・什器 ・ ・ 保護開始時や、長期入院していた方が退院し新たにアパートを借りる場合などに必要となる炊事用具、家具、冷暖房器具など

※冷暖房器具の購入については、生活保護開始時において所有しておらず、福祉事務所がその必要性を認めた場合に、費用支給されることがあります。詳しくは地区担当員へご相談ください（保護開始後、一定期間内に購入すること等の条件があります）

3. 転居等の敷金 ・ ・ 現在の住居から立ち退きを求められた場合や、福祉事務所からより基準内家賃の住居への転宅を指導された場合、退院して帰る住居がない場合などで、新たにアパート等の住居を借りるときの敷金・礼金・仲介手数料・火災保険料・保証料など
4. 更 新 料 ・ ・ 借家やアパート等の住居の契約更新の際に必要な更新料・事務手数料・火災保険料・保証料
5. 住宅維持費 ・ ・ 屋根、壁、畳、網戸、建具などを修理する場合の費用
6. 移 送 費 ・ ・ 転居、通院交通費、肉親の葬式に行く場合の交通費など
※通院交通費については、医療機関に通院する時に必要な最小限度の金額かつ日数分に限られます。また、けがや病気の状態に応じて、もっとも経済的かつ合理的な経路や交通手段を利用した場合の費用が対象です。詳しくは別紙「通院交通費」を申請される方へ」を参考にしてください。
※通院時のタクシー・介護タクシー利用は、主治医の意見を照会した後に費用を支給するのが原則となりますので、領収書等を保管しておくようにしてください。
7. 期末一時扶助 ・ ・ 12月から1月にかけて、引き続き保護を受けている場合の越年費用
8. そ の 他 ・ ・ 小中学校・高校入学準備金、教材費、就職支度費など

給付金

自立を促進することを目的として、次の2種類の給付金があります。

支給の具体的な条件や申請方法については、地区担当員におたずね下さい。

1. 就労自立給付金

生活保護を受給していた人が安定した職業に就いたこと等により、保護を必要としなくなったため、生活保護が廃止になったときに支給します。

支給額は、保護受給中の就労収入により異なります。

2. 進学・就職準備給付金

生活保護受給世帯の子どもが、大学や専門学校等への入学が決まった際、または生活保護を受給せず給料のみで生活できる程度の安定した職業に就職が決まった際に、進学や就職の準備支援のため支給します。

支給額は自宅からの通学・通勤と自宅外からの通学・通勤で異なります。

保護費の計算

国が定めた基準により計算される生活費（基準生活費）と、あなたの世帯の収入を比べて、その足りない分を生活保護費として支給します。

《例》

1ヶ月の基準生活費を仮に
10万円とすると・・・

○ 収入が全くないとき

保護費として10万円支給

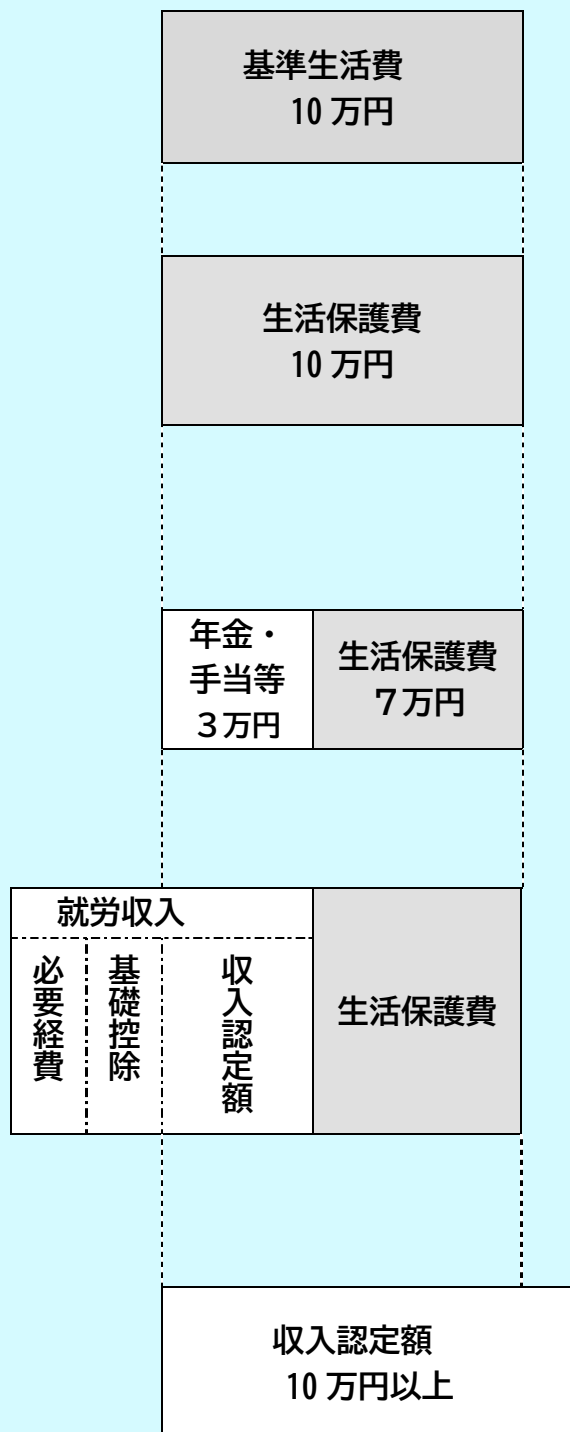
○ 収入があるとき

仮に1ヶ月の収入が3万円の場合は
保護費として7万円支給

ただし、働いて得た収入については、
一定の控除があります。

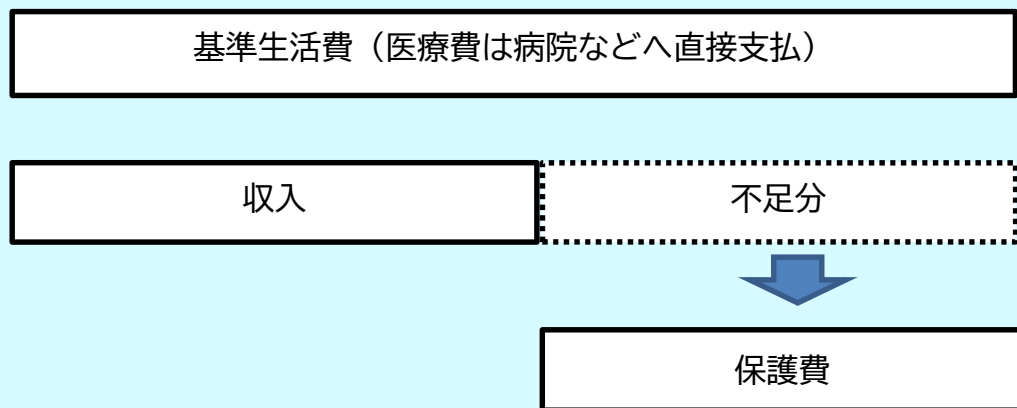
○ 収入が基準生活費をこえたとき

原則保護を受けられません。



収入申告書提出の義務

生活保護費は、受給中のみなさんが活用できる制度や能力（働いて収入を得ること、手当や年金を受給すること、受けられる場合は仕送りを受けること、資産を処分することなど）を十分に生かして収入を得ても生活費（基準生活費）が不足するとき、その不足する額を計算して支給する仕組みとなっています。



- つまり、
1. 国が定めた基準に基づいて（生活保護法第8条）
 2. 受給者が収入を届け出て（受給者の義務：生活保護法第61条）
 3. 不足分を計算して保護費を支給する（福祉事務所の義務）

という、国、受給者、福祉事務所がおのこの役割（義務）を果たすことにより、正しい保護費が受給者のみなさんに届くことになります。

言い換えれば、受給者のみなさんからの収入申告が正しくなされて、はじめて生活保護制度は正しく動いていくことになります。

◆ 収入があったときには、必ず収入申告書で届け出してください。

- ・届け出には、給与明細や支払通知など、証明書類を必ず付けてください。（交通費や必要経費についても証明書類が必要です）
- ・仕事をはじめたとき、年金が支給されることになったとき、相続が開始されるなど、これから収入がある見込みのときにも、まず地区担当員へ連絡してください。相談が必要となることもあります。

◆ 収入がなくても、「無収入申告」が必要です。

- ・収入がないことも届け出があって確認されることです。これも、正しい保護費の計算のために必要となります。
- ・無収入申告を行う時期は、働く能力があると福祉事務所が判断した方は毎月の提出が必要です。それ以外の方は生活状況等によって異なるため、福祉事務所の指示に従ってください。どんな方でも、年に1回は「無収入申告書」を提出する必要があります。

Q：収入申告が遅れたり、届け出をしなかったりした時はどうなるのですか？

A：保護費の正しい計算が行えません。このような場合は、さかのぼって計算を行います。

- ・少なく支給していた場合は保護費を追加で支給します。なお、この手続きが行えるのは、届け出のあった月を含んで3か月分までが原則です。
- ・多く支給していた場合は最長で5年前までさかのぼり、返していただきます。原則一括払いにて返していただくこととなります。

★収入をかくしたり、うその申告や届け出をしたりして、不正受給（生活保護法第78条）と判断されたときは、不正に受給した保護費の全額（さらに40%までの加算金が付くことがあります）を返還してもらいます。また、悪質な場合は生活保護法による罰則や詐欺罪などの刑法の処罰が適用されることがあります。

（参考）生活保護法第85条 3年以下の拘禁刑又は100万円以下の罰金

★収入や無収入の申告が遅れたり、届け出がないときなどには、福祉事務所から指示が出される場合がありますので、ただちにこの指示にしたがってください。

指示が守られないときは、保護が停止や廃止されることもあります。

※福祉事務所では毎年、課税情報をもとに受給者の収入状況を調査し、前年の収入申告書の内容と照合しています。

保護費の支払い

- ◆保護費は、原則として毎月3日（曜日や休日などの関係で1～2日程度前倒しすることもあります）に、指定された銀行の振込口座で受けとってください。
- ◆月の途中で緊急の支給がある場合や、特別な事情がある場合は、福祉事務所の窓口で支払うこともあります（原則として月曜日、水曜日、金曜日）。受け取りのときは、印かん（スタンプ印は不可）と扶助金支払票（黄色いカード）を忘れずにご持参ください。
- ◆入院している人には、入院先に保護費を送ることもできます。
- ◆住宅扶助費（家賃・地代等）の支給については、当月分について当月分の保護費にて支給となります（住居契約時以外の場合は前家賃支給できません）。

保護費の返還

- ◆収入が増えた、入院期間が1か月を超えた、世帯員が減ったなどにより、保護費の払い過ぎがあった場合は、払い過ぎたお金を返還していただきます。
 - ◆保有が認められない資産を保有していたものの、すぐに活用（売却・解約等による現金化）ができず、生活保護開始後にその資産をもとに収入が得られたときは、それまでに受給した生活保護費の範囲内の額を返還していただきます。例としては以下のような場合があります。
 - ・年金・手当などがさかのぼって支給されたとき
 - ・生命保険の解約返戻金を受け取ったとき
 - ・相続により遺産を受け取ったとき
 - ・保有を認めないと福祉事務所が判断した土地・家屋を売却したとき 等
- ※これらの場合、国民健康保険・後期高齢者医療を喪失したことにより、医療費全額（10割分）を生活保護費（医療扶助）から支給をしていることから、生活保護費の返還が生じた場合は医療費全額（10割分）が返還の対象となります。

【生活保護法第63条】

- ◆収入の届け出を故意に怠ったり、あるいは事実とちがった申し立てをしたりした場合など、不正な手段により保護を受けた場合には、不正に受給した保護費の全額（医療・介護扶助を含む）を返還していただきます。悪質な場合には、さらに最大で40%を加算した額で返還していただきます。この他、刑罰が科されることがあります。
- ◆返還については、保護費から差し引いて返還していただくことがあります。
- ◆福祉事務所では、実際の収入や資産を確認することを目的として、関係機関に照会を行う場合があります。

【生活保護法第29条、第78条、第78条の2、第85条】

保護変更決定通知書の見方

164-0001
中野区中野×××

××中健援シ第××号
年 月 日

×× ×× 様

中野区福祉事務所長

保護変更決定通知書

生活保護法について、次のとおり変更しましたので通知します。

1. 保護決定年月日 ××年×月×日
2. 保護変更の理由

1

3. 保護費の算定

		4月				5月以降		
		保護基準	日割額	収入充当額	扶助決定額	保護基準	収入充当額	扶助決定額
経常生活費	生活扶助	203,830	203,830	81,200	122,630	203,830	81,200	122,630
	住宅扶助	13,000	13,000		13,000	13,000		13,000
	教育扶助	9,040	9,040		9,040	9,040		9,040
	その他扶助	19,900	19,900		19,900	19,900		19,900
臨時的生活費(一時扶助)		2,300	2,300		2,300			
合 計		248,070	248,070		(A) 166,870	245,770		164,570

・内訳

・収入認定額

費目	区分	金額		就労収入	年金手当	過払返納	その他	合計
生活おむつ(紙)	現金	19,900	収入額	60,000	50,000		5,000	115,000
生活移送費(生活)	現金	2,300	認定除外					
			基礎控除	19,600				19,600
			その他控除					
			経費等	14,200				14,200
			収入認定額	26,200	50,000		5,000	81,200

4. この決定による保護費

扶助決定額(A)	既支給額	=	支給額(B)	返還額(C)	本人支払額
166,870			166,870		

本人支払額とはあなたから福祉事務所にかえてもらう金額の事です。

・あなたにかわって支払う扶助額(D) ××円の内訳

××不動産	13,000円
-------	---------

・返還額(C)の内訳

返還免除額	過払金充当額	現金返還額

あなたに実際に支払う扶助額(B) - (D)

××年4月3日
事務所払 **153,870円**

5. 備考

10

××担当 中野(一)

※保護の開始・変更があった時には

「保護変更決定通知書」が送付または手渡されます。

(毎月送付されるものではありません)

- ①保護を開始・変更した理由が書かれています。
- ②あなたの世帯の決定月・当月分の保護費がでています。
- ③あなたの世帯の決定月・翌月分の保護費がでています。
「収入充当額」とは給料や年金など「保護基準＝日割額」から差し引かれる金額のことです。
「扶助決定額」とは「保護基準＝日割額」から「収入充当額」を引いた額で、あなたにお渡しする金額です。
- ④一時的に扶助する保護費の内容と金額です。
- ⑤あなたの収入充当額（収入認定額）の内訳です。
- ⑥今回の決定によって、あなたに支払われる保護費の計算式です。
「扶助決定額」とは今回の決定であなたに支払われる金額のことです。
「既支給額」とはすでにあなたに支払済の金額のことです。
「支給額」とは「扶助決定額」から「既支給額」を差し引いた金額のことです。
「返還額」とは今回の決定であなたから福祉事務所に返還してもらう金額のことです。
「本人支払額」とはあなたの「保護基準」と「収入充当額」を比較したときに、「収入充当額」が多い場合に出る金額で、あなたから福祉事務所に返還してもらう金額のことです。
- ⑦あなたに代わって、保護費の中から福祉事務所が業者などに支払う金額のことです。
たとえば、家賃・共益費・学校給食費・介護保険料などがあります。
保護費を分割してお渡しするときもここに記載されます。
- ⑧あなたから福祉事務所に返還してもらう金額の内訳です。
- ⑨今回の決定であなたに支払う保護費の支払日・支払方法・金額です。
- ⑩あなたの地区担当員の名前が書かれています。

一時扶助決定通知書の見方

164-0001
中野区中野×××

年 月 日

× × × × 様

中野区福祉事務所長

一時扶助決定通知書

生活保護法について、次のとおり決定しましたので通知します。

1. 保護決定年月日 × × 年 × 月 × 日
2. 保護決定の理由
・一時扶助の認定 **1**

3. この決定による保護費

一時扶助	既支給額	保護費
10,000		10,000

2

支給額(A)	返納額	業者/施設払(B)
10,000		

3

あなたに支払う扶助額(A)-(B)
× × 年 × 月 × 日
事務所払 10,000円

4. 一時扶助の内訳

費 目	支 給	金 額	数 量	期 間
移送費(医療)	現金	10,000	2	× × 年 × 月

4

5

× × 担当 中野(一)

※「一時扶助決定通知書」とは、
一時的な扶助のみ決定したときに送付する通知書となります。

- ①保護を決定した理由が書かれています。
- ②今回の決定であなたに支給する金額です。
- ③今回の決定であなたに支払う保護費の支払日・支払方法・金額です。
- ④今回の決定であなたに支給する一時的な扶助の内容と金額です。
- ⑤あなたの地区担当員の名前が書かれています。

医療機関にかかるとき

1. 医療資格について

◆ 保険証について

生活保護を受けると、国民健康保険資格確認書、後期高齢者医療資格確認書、ひとり親・心身障害者医療証、一部の医療費助成制度（障害・乳幼児・子ども・親・高校生）は使えなくなりますので、これらをお持ちの方は資格喪失手続きを行ってください

◆ 会社等の社会保険に加入している方

- ・会社等で社会保険に加入している方は、生活保護受給中もそのまま加入できます。病院に係るときは保険の自己負担分に係る分を負担しますので費用はかかりません。
- ・就職などで社会保険に加入した方は、資格確認書、マイナポータル上の被保険者情報が記載されている画面の写し、いずれかの提出をお願いします。
- ・社会保険に加入している方は、病院で受診をする際、資格確認書と医療券（マイナンバーカードまたは紙の医療券）の両方を窓口へ提示してください。
- ・社会保険を脱退（資格を喪失）された方は必ず地区担当員へ連絡をしてください。

2. 病院を受診するにあたっての手続き

◆ 生活保護を受けている方が医療機関で受診をする際には医療券が必要です。

- ・医療券は医療機関ごとに月単位で交付します。医療券の交付は福祉事務所へ傷病届により申請してください。医療券は医療機関の窓口へ渡してください。同じ月内の再診時には医療券は不要です。
- ・医療券は医療機関に送ることもできますが、郵送のため到着までは数日かかります。初めてまたは久しぶりにかかる医療機関へは、原則福祉事務所で紙の医療券を受け取り、医療機関へ持参してください。医療券を持参しないと、診察を受けられなかったり、全額自己負担を求められることがあります。
- ・医療機関からもらった処方箋は、生活保護法の指定を受けた調剤薬局へそのままお持ちください。
- ・数か月以上継続して治療を行う場合は、医療の必要性、内容、程度を判断するため、「要否意見書」を病院に送ります。医療機関から返信された意見書の内容を嘱託医が審査し、医療扶助の適用が認められた場合は、直接医療機関に医療券を送付します。（窓口での医療券のお渡しはできません）

※マイナンバーカードを取得している方は、医療券・調剤券として利用できます。

- ・利用するためにはマイナポータルにて健康保険証利用登録が事前に必要になります。
- ・ご連絡後から3日程度（休日を除く）で、マイナンバーカードに医療券情報が登録され、医療券として利用できるようになります。
- ・マイナ保険証に対応していない医療機関もありますので、ご注意ください。

3. 病院を受診する際の注意事項

◆ 病院へかかる場合は以下の注意事項を確認のうえ受診をしてください。

- ・保護を受けている方が受診できる医療機関は生活保護法の指定医療機関に限られます。指定医療機関以外での受診は全額自己負担になります。指定医療機関が分からないときは医療・介護係に事前にお尋ねください。なお、指定医療機関での受診でも、先進

医療や自由診療などの保険外診療は全額自己負担になります。

- ・ 新たな医療機関にかかりたいときは、そこが指定医療機関かどうか、事前に医療・介護係に確認してください。指定医療機関ではない医療機関を受診した場合、その費用はご自身の負担となります。通院先を決める時は、居住地にできるだけ近い指定医療機関を選んでください。
- ・ 総合病院や大学病院を初診で受診する際には紹介状（診療情報提供書）が必要です。
- ・ MRIなどの院外検査や紹介状による特別な検査が必要な場合を除き、同じ病気や同じ診療科で複数の病院に同時にかかることはできません。
- ・ 生活保護受給中の方は原則ジェネリック（後発）医薬品が処方されます。かかりつけ薬局、お薬手帳の活用をお勧めします。
- ・ 休日又は夜間などに急病で医療券を持たずに医療機関にかかる時は、保護を受けていることを証明するもの（なるべく最新の保護変更決定通知書や生活保護受給証明書、またはマイナンバーカード）を医療機関に提示し、翌開庁日に必ず医療・介護係に連絡してください。やむを得ない場合を除き、診療時間内の受診に努めてください。
- ・ 生活保護受給中でも、他の法律に基づく医療費助成制度（自立支援医療、難病医療費助成等）が利用できる場合には生活保護の医療扶助よりもそちらが優先されます。医療機関や地区担当員から案内があった場合には必ず手続きを行ってください。また、各種医療証は必ず受診時に医療機関の窓口へ提示するようにしてください。
- ・ 交通事故やけんかななどの第三者行為（加害者がいる）被害や工作中的の事故等によりケガをしたり、病気になったりした時は、地区担当員に必ず報告してください。
- ・ はしご受診や必要以上の頻回な受診、処方薬が重複している場合などの不適切な受診がある場合、対象者に受診指導を行います。かかりつけ医を決める、お薬手帳を活用することで、適切な受診と健康管理に努めてください。

介護サービスを利用するとき

◆ 65歳以上の方

在宅サービス（訪問介護など）・施設サービス（介護老人福祉施設など）ともに、利用するときの費用の9割は介護保険から給付されます。そして、本人負担となる1割分を生活保護費（介護扶助）により支給します。

これは原則として、福祉事務所から介護サービス事業者に直接支払いますので、利用者本人が立て替えて払う必要はありません。

◆ 40歳から64歳までの方

特定の16疾病にあたる方は、介護サービスを受けることが可能です。この場合は10割全額（医療保険に加入している方については1割）を生活保護費（介護扶助）で負担します。生活保護申請前から第2号被保険者としてサービスを受けていた方も引き続き、介護サービスを受けることができます。

介護保険料のこと

65歳以上の方は、必ず介護保険に加入し保険料を納めなければなりません。これは生活保護を受けている方も同じです。介護保険料については、年金から天引きされている方を除き、毎月の生活保護費に上乗せしてお支払いします（介護保険料加算。原則として、上乗せした保険料分は福祉事務所から直接保険者に納めることとなります）。

保護の決定に 不服のあるときは

- ◆ 福祉事務所の決定に不服のあるときは、決定のあったことを知った日の翌日から起算して3か月以内に、東京都知事に対し審査請求をすることができます（外国人のみの世帯を除く）。
なお、決定があったことを知った日の翌日から起算して3か月以内であっても、決定があった日の翌日から起算して1年を経過すると審査請求をすることができなくなります。
- ◆ 上記の審査請求に対する裁決を経た場合に限り、その審査請求に対する裁決があったことを知った日の翌日から起算して6か月以内に、中野区を被告として（訴訟において区を代表する者は区長となります。）この決定の取消しの訴えを提起することができます。
なお、裁決があったことを知った日の翌日から起算して6か月以内であっても、裁決があった日の翌日から起算して1年を経過すると決定の取消しの訴えを提起することができなくなります。
- ◆ ただし、次の①から③までのいずれかに該当するときは、審査請求に対する裁決を経ないでこの決定の取消しの訴えを提起することができます。
 - ① 審査請求をした日（行政不服審査法（平成26年法律第68号）第23条の規定により不備を補正すべきことを命じられた場合にあっては、当該不備を補正した日）の翌日から起算して50日（50日以内に行政不服審査法第43条第3項の規定により通知を受けた場合は70日）を経過しても裁決がないとき。
 - ② 決定、決定の執行又は手続の続行により生ずる著しい損害を避けるため緊急の必要があるとき。
 - ③ その他裁決を経ないことにつき正当な理由があるとき。

手続の窓口は

東京都 総務局総務部 法務課 です。

自立支援プログラム

中野区福祉事務所では、保護を受けている方の自立した生活を支援するために、下記のプログラムを実施しています。これらは、一人ひとりの状況にあった自立を目指して、皆さんと地区担当員や支援員がいっしょに取り組んでいくものです。プログラムの内容を詳しく知りたい方、参加を希望される方は、地区担当員に相談してください（場合により、地区担当員から各種プログラムの利用を推奨することもあります）。

区 分	内 容
就 労 支 援 プ ロ グ ラ ム	<p>区の就労支援員とハローワーク新宿の就職支援ナビゲーターが連携して、就職活動を支援します。</p> <p>区役所4階の「中野就職サポート」に、ハローワーク職員が常駐しており、求人情報端末により求人情報の提供、職業相談、職業あっ旋を行います。</p> <p>また、ただちに一般就労を目指すことが困難な方に対して、就労に必要な知識や能力向上のための訓練等を行う就労準備支援事業を行っています。</p>
精神保健福祉支援プログラム	<p>精神的疾患が原因で安定した生活を送れない方に、区の精神保健福祉士が相談・助言等の支援を行います。</p>
財産管理支援プログラム	<p>自分で保護費や年金等を管理する自信のない方に、区が委託した事業者が代わりに管理し、安定的な日常生活を支援します。公共料金等の支払も代わりに行います。</p>
退 院 促 進 プ ロ グ ラ ム	<p>精神科病院に長期入院している方で、退院を希望している方に、区のコーディネーターが退院に向けた支援を行います。</p>
高齢者居宅介護支援事業	<p>65歳以上の高齢者世帯を対象に、介護サービスも含め各種の福祉サービスを利用しながら、安定した居宅生活を送れるように、支援を行います。</p>
次世代育成支援プログラム	<p>小学1年生から高校3年生を対象に、学力や進路について地区担当員が面接等を行い、お子さんの希望や状況を継続的に把握しながら、学力の向上に向けた支援を行います。</p> <p>※ 塾代の給付を受けるためには、本プログラムへの参加が条件となります。</p>

その他の援護

生活保護を受けている方には、生活保護法にもとづく扶助のほかにも、次のような援護があります。

内 容	支給の条件	支給時期
入浴券	お風呂やシャワー等の設備のない世帯	6・10月
自立促進事業	小学生～高校生が通う塾代、新しい住居の鍵交換代等。詳しくは、事前に地区担当員にお問い合わせください。	随時

保護を受けたとき減免・交付されるもの

生活保護を受けると、次のような制度がありますので、福祉事務所で生活保護受給証明書をもらい、手続きをしてください。（くわしくは地区担当員にご相談ください）

種 類	内 容	受けつけるところ
地 方 税	固定資産税の減免	都税事務所
	特別区民税の非課税・都民税の非課税	区役所
	都の軽自動車税の減免・特別区の軽自動車税の減免	
年 金	国民年金保険料の減免（20歳～59歳の方）	区役所
都営住宅	共益費の免除	都市整備局都営住宅 経営部
	入居保証金の減免又は徴収猶予	
水 道	基本料金と月10m ³ までの料金の免除	福祉事務所 （水道局支所・営業所 等へ福祉事務所から 送付）
下 水 道	基本料金と月8m ³ までの料金の免除 水洗便所設備助成金の交付	
交 通	都営交通無料乗車券の交付（世帯1枚）	福祉事務所
	JR通勤定期券の割引（3割）	
教 育	私立高校授業料（限度額あり）	各私立高校
	就学援助	各学校・教育委員会
テレビ放送	NHK受信料の免除（加入中・加入希望の方）	福祉事務所 （NHKへ福祉事務所 から送付）
各種証明書	住民票や非課税証明等の交付手数料の免除 （中野区）	区役所
粗大ごみ 手数料	処分手数料の免除（※事前に電話申込が必要です。その際「生活保護受給中」と伝えて下さい） 粗大ごみ受付センター TEL 03-5715-2255 受付：日曜・年末年始を除く 午前8時～午後7時	粗大ごみ 受付センター ・清掃事務所
駐輪場使用料	自転車駐輪場使用料の免除（定期料のみ・条件あり）	区役所・各駐輪場

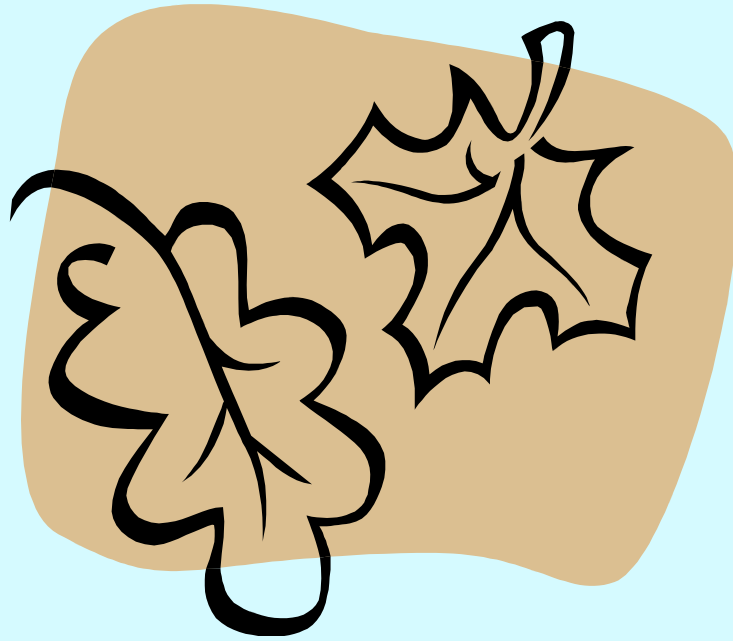
お問い合わせ・相談の担当は

	担当名	電話番号	おもな問い合わせ・相談内容
<input type="checkbox"/>	給付第一係	03-3228-5639	<ul style="list-style-type: none"> ・一時扶助の申請 ・一時扶助の支給
<input type="checkbox"/>	給付第二係	03-3228-5776	<ul style="list-style-type: none"> ・返還金に関すること
<input type="checkbox"/>	医療・介護係	03-3228-8062	<ul style="list-style-type: none"> ・医療券の発行 ・介護券の発行 ・指定医療機関に関する問合せ
<input type="checkbox"/>	地区担当員	保護第一係 03-3228-5633 保護第二係 03-3228-8961 保護第三係 03-3228-5638 保護第四係 03-3228-5741 保護第五係 03-3228-5636 保護第六係 03-3228-5625 保護第七係 03-3228-8050 高齢者保護係 03-3228-5458	<ul style="list-style-type: none"> ・生活全般 ・収入の認定 ・住居に関すること 家賃や地代の変更 立退きを要求された ・家族に関すること 家族が増えたとき、減ったとき 高校に入るとき・やめるとき ・仕事に関すること 仕事を始めるとき・やめたとき ・収入を得たとき ・財産を得たとき、得る可能性が判明したとき ・入院するとき・退院するときの連絡 ・障害者手帳等の取得・更新・等級などに 変更があったとき ・医療に関する相談 ・介護に関する相談
<input type="checkbox"/>	施設保護係	03-3228-5439	<ul style="list-style-type: none"> ・生活、住居、仕事等のすべての相談 ・保護費の申請、支給、返還等 ・医療に関する相談・申請 ・介護に関する相談・申請

本しおりは中野区ホームページにも掲載しております。

中野区 生活保護のしおり





中野区役所 生活援護課
〒164-8501
中野区中野4-11-19

印刷 令和 8年 4月