

就業支援策

収入を安定させて、今よりも安心してくらしをせようになりたい。
こどもの未来をもっと広げてあげたい。そう願っているひとり親のために、
就職の手助けをします。まずは相談してください。

主な支援内容は？

私に合った働き方の支援はあるの？

※事業は一例であり、お住まいの自治体によって実施事業が異なります。



ひとり親家庭等就業・ 自立支援事業

母子家庭等就業・自立支援センター等において、家庭の状況や職業の適性などを考慮した就業相談や、就業に必要な技能や資格を習得するための就業支援講習会、SNSなどのインターネットを活用した就業情報の発信などの一貫した就業支援サービスを提供しています。また、PCなどの貸与を受けることで在宅就業や各種訓練に必要な環境整備の支援を受けることもできます。

母子・父子自立支援プログラム 策定事業

ひとり親家庭等の親の生活や子育て等の状況、求職活動や自立・就業に向けた課題等を踏まえ、個々のひとり親家庭等の親のニーズに応じた生活支援・就業支援、各種の雇用関係助成金などのメニューを組み合わせ、就職や自立につながる「母子・父子自立支援プログラム」をつくり、目標達成に向けてサポートします。

自立支援教育訓練給付金

ひとり親家庭の親の自立を支援するための給付金です。雇用保険制度の教育訓練給付の指定教育訓練講座や、都道府県などの長が地域の実情に応じて対象とする講座を受ける場合にその受講費用の一部を支給し、就業に向けての主体的な能力開発の取組を支援します。

高等職業訓練促進給付金

ひとり親家庭の親が就業の際に有利で、生活の安定に役立つ資格の取得を目指して、養成機関において6か月以上の修業が予定されている場合に、生活の負担を軽減するために支給される給付金です。



● お住まいの自治体の担当課窓口へ相談してください。 ●



生活のサポートで明日への歩みを後押し！

よりよい未来のため、こどもとの生活を支援する事業があります。

生活支援とは

生活、子育て、家計、住居など、不安や悩みは一人で抱え込まずに頼ってください。
人、情報、資金のサポートがあります。

主な支援内容は？



どんなサポートがあってどんな相談ができるの？

※事業は一例であり、お住いの自治体によって実施事業が異なります。

ひとり親家庭等 日常生活支援事業

安心して子育てができる環境をつくるため、ひとり親が修学や病気などにより、生活援助や保育サービスなどが必要になった場合に、生活を支援する家庭生活支援員が派遣されます。

●生活援助 家事、介護や日常生活（食事や身の回りの世話、住居の掃除、生活必需品の買い物）のお手伝い

●保育等のサービス 乳幼児の保育、こどもの世話など

こどもの生活・ 学習支援事業

学校や放課後児童クラブの終了後に、児童館・公民館・民家・こども食堂などで学習支援を実施し、学習支援を通じた基本的な生活習慣の習得支援、悩み相談、軽食の提供などを行います。また、大学等受験料、模試費用の補助を行い、進学に向けたチャレンジを後押しします。

離婚前後家庭支援事業

離婚前後の家庭に対し、離婚がこどもに与える影響や離婚後の生活、養育費・親子交流の取り決めについて考える機会を提供するため、親支援講座を開催。ひとり親家庭への支援施策についての情報提供、養育費を確保するための支援や親子交流の場への付き添いなどを行います。

母子父子寡婦 福祉資金貸付金

配偶者がおらずにこどもを扶養している人などに対し、経済的自立を助け生活意欲の助長を図るため貸付けを行います。種類は修学資金・技能習得資金・就職支度資金・医療介護資金・住宅資金など12種類です。種類や連帯保証人の有無にもよりますが、基本的に無利子または年利1.0%です。また、種類によって償還期間は異なりますが一定の据え置き期間の後3年から20年での返済となります。

●お住まいの自治体の担当課窓口へ相談してください。●

Q&A

Q

共同親権になった場合に、ひとり親家庭支援※の対象者の取扱いには何か影響はありますか？

A

ひとり親家庭支援は、親権の有無にかかわらず、配偶者のない者で現に子どもを扶養している者等を支援の対象者としており、離婚後の父母双方が親権者である場合でも対象者の取扱いに影響はありません。

※ひとり親家庭等日常生活支援事業、自立支援教育訓練給付金事業、高等職業訓練促進給付金等事業、ひとり親家庭高等職業訓練促進資金貸付事業、母子父子寡婦福祉資金貸付等



Q

共同親権になった場合、児童手当や児童扶養手当の支給などに影響がありますか？

A

離婚後に児童手当や児童扶養手当を支給する場合は、民法上の親権や監護者の定めの有無にかかわらず、子どもを育てている実態があるか否かでその支給対象者を判断しています。離婚後の父母双方が親権者となった場合にも、子どもを育てている実態があるかどうかで手当の支給対象者を判断します。また、児童扶養手当の所得制限の所得算定については、受給者本人の所得によることとしているため、離婚後の父母双方が親権者となることにより算定に影響はありません。

Q

共同親権になった場合、保育の利用料には影響がありますか？

A

幼稚園、保育所、認定子ども園等を利用する3歳から5歳児までは、全世帯を対象に無償化しているため、離婚後の父母双方が親権者となった場合でも現行の取扱いに影響はありません。0歳から2歳児までについては、保護者（親権を行う者、未成年後見人その他の者で、子どもを現に監護する者）及び当該者と同一の世帯に属する者に係る市町村民税所得割合算額により、市町村が保育料の算定を行っています。市町村においては、どの程度子どもの監護を行っているか（関わっているか）という点を確認し、各家庭の事情を十分踏まえたうえで、保護者に該当する者を判断しているため、離婚後の父母双方が親権者となった場合でも、監護の実態を踏まえて判断する現行の取扱いに影響はありません。

Q

共同親権か単独親権かの違いにより、所得税法における扶養控除の適用に影響がありますか

A

所得税法においては、扶養親族である子どもを有する場合について、その子どもの所得金額が58万円以下であることや、その子どもと生計を一にしていることなどの一定の要件の下、扶養控除の適用ができることとされています。この扶養控除の適用に当たって、親権の有無は要件とされていないことから、共同親権か単独親権かの違いが扶養控除の適用に影響を与えることはありません。

特設サイト「ひとり親家庭のためのポータルサイト」でもっと詳しく！ あなたとこどもの未来につながる情報満載



2026年4月1日に施行される 民法等改正法をより 詳しく紹介！



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、様々なルールが新しくなりました。見直されたルールをそれぞれわかりやすく、詳しく説明しています。

ひとり親家庭への 支援施策について 代表的な3つを紹介！



シングルマザー、シングルファザーの支えとなる制度や支援策も整えています。児童扶養手当、就業支援、生活支援の内容をわかりやすく紹介しています。

三つ折りリーフレットや パンフレットを ダウンロード！



民法改正のポイントや支援施策について、三つ折りリーフレット、A4パンフレットに簡潔にまとめています。

●アクセスはこちらから

<https://support-hitorioya.cfa.go.jp/>

ひとり親家庭のためのポータルサイト

検索



養育費・親子交流に関するご相談

●「養育費・親子交流相談支援センター」

<https://www.youikuhi-soudan.jp/index.html>

電話：フリーダイヤル0120-965-419(携帯電話からは03-3980-4108)

受付時間：月・火・木・金曜日 10時～20時、水曜日 12時～22時

土曜日 10時～18時(日曜日・振替休日は休み)

メール：info@youikuhi.or.jp

法的トラブルについてのご相談

●「日本司法支援センター(法テラス)」

<https://www.houterasu.or.jp>

法テラス・サポートダイヤル：0570-078374(おなやみなし)

(IP電話からは 03-6745-5600)

受付時間：平日 9時～21時、土曜日 9時～17時(祝日・年末年始を除く)

こどもまんが
こども家庭庁