

ご存知ですか？

# ひとり親家庭支援ナビ ひとり親家庭を支えるサービスが あります！

まだ子どもが小さいけど  
働きたい…  
子育ても仕事も  
頑張りたい！

子どもの進学は何かと  
お金がかかる…  
子どもを進学させたいけど、  
お金が不安…

安定した収入が必要…  
就職したい！  
資格を取りたい！

離婚前後の悩みごと…  
どうすればいい？  
話を聞いてほしい！

このようなお悩みは「ひとり親家庭の相談窓口」へご相談ください！

## ひとり親家庭の相談窓口

母子・父子自立支援員などの職員が、あなたとお子様のこれからについて一緒に考えます。  
ひとり親家庭（母子家庭・父子家庭）の相談窓口にお気軽にご相談ください。

### 〇〇〇市子ども家庭福祉課

#### ■お気軽にご相談ください。

〇〇市役所 5階（開庁時間 平日 9時～17時）

#### ■電話でのお問い合わせやご相談も受け付けております。

00-1234-5678（受付時間 平日 9時～17時）

#### ■メールでもご相談を受け付けております。

xxxxxxx@pref. xxxxxx.lg.jp

#### ■自治体のHPをご覧ください。

<https://www.city.xxxxxx.lg.jp/index.html>

庁舎のフロアマップ等を

掲載ください

自治体のHPの  
QRコードを  
挿入ください



ひとり親家庭を対象とした支援情報のポータルサイトも  
ご覧ください。

#### ■子供の未来応援国民運動ホームページ

<http://www.kodomohinkon.go.jp/>

パソコン、タブレット、スマートフォンから閲覧いただけます。



詳しくは裏面へ⇒

## 話を聞いてほしい！相談できる人がいない！



結婚しないでひとり親になった、離婚前後の悩み……  
相談できる人が身近にいないとき、相談してください。

離婚前後の悩み、一人で子育てをしなければならないプレッシャー……一人で抱え込まずに、ひとり親家庭の相談窓口へぜひご相談ください。ひとり親家庭に関する相談は母子・父子自立支援員などの職員が対応します。

## 就職したい！資格を取りたい！



ひとり親家庭を支えるあなたの就職を支援します。  
就職に有利な資格取得のために学校などへ通われる間、給付金を受給できる可能性があります。

詳しくはひとり親家庭の相談窓口へご相談ください。

## 家計が大変！少しでも経済的支援があれば楽なのに……



児童扶養手当や児童手当は受給していますか？  
お子さまの進学などのため無利子で貸付を受けられる場合があります。  
その他にも各種貸付金や給付金を受けられる可能性があります。

児童扶養手当は18歳に達する日以降の最初の3月31日までのお子さま（障害児の場合には20歳未満）を扶養しているひとり親家庭等の方に支給されます。児童手当は中学校卒業までのお子さまがいらっしゃる方に支給されます。  
詳しくはひとり親家庭の相談窓口へご相談ください。

## ひとりでは家事や子育てに手が回らない……



食事や買い物などの身の回りのお世話や小さなお子さまの保育を支援いたします。

安心して子育てをしながら生活するためのサービスがあります。  
一部利用料が発生する場合がありますので、詳しくはひとり親家庭の相談窓口へご相談ください。

### 【関連機関のご案内】

〇〇救急病院	〇〇市△△△0-0-0 (救急受付時間 22時～翌5時) 電話 00-1234-1234	〇〇市保健所	〇〇市△△△1-2-3 (受付時間 8時30分～17時) 電話 00-1234-1234
〇〇第一保育所	〇〇市△△△0-0-0 電話 00-1234-1234	〇〇〇〇児童館	〇〇市△△△1-2-3 (受付時間 8時30分～17時) 電話 00-1234-1234