

は

じ

め

に

このしおりは、ひとり親家庭の方や現在離婚を考えておられる方、ひとりでの出産や子育てを迎える方に、さまざまな支援制度を紹介しています。

お困りごとの解決法を探すお手伝いができるよう、P8【相談したい】では相談内容に合わせた相談窓口の案内、P15～はそれぞれの制度を簡単にご案内、更に連絡先として電話番号とQRコードを掲載しました。

四日市市のホームページにも掲載しています。こちらもあわせてご利用ください。



掲載している内容は令和7年8月現在のものです。

相談したい

■ ひとり親家庭のための総合相談窓口

- ①母子・父子自立支援員(四日市市子ども家庭センター 管理係)・・・8
- ②四日市市母子・父子福祉センター・・・8

■ 離婚やDVなどの悩みに関する相談窓口

- ①養育費・親子交流相談支援センター・・・8
- ②四日市市男女共同参画センター はもりあ四日市・・・9
- ③三重県男女共同参画センター 「フレンテみえ」・・・10

■ 離婚や債務などの法律に関する相談窓口

- ①母子・父子に関する法律相談・・・11
- ②法テラス・・・11
- ③家庭裁判所(津家庭裁判所 四日市支部) ※手続案内・・・12
- ④四日市市弁護士相談・・・12

■ 妊娠・出産・こどもの相談窓口

- ①四日市市子ども家庭センター 子ども家庭係(子育てや虐待に関する相談)・・・12
- ②育児相談室すくすくルーム・・・12
- ③四日市市子ども家庭センター 母子保健第1・第2係・・・13
(妊娠婦・乳幼児の育児や健康についての電話相談)
- ④子育てコンシェルジュ(利用者支援事業)・・・13
- ⑤四日市市育ち支援課・・・13
- ⑥三重県北勢児童相談所・・・13
- ⑦民生委員・児童委員 主任児童委員・・・14
- ⑧四日市市子ども発達支援課(発達に関する相談)・・・14
- ⑨四日市市市民相談・・・14

ひとり親になった際の手続き

■ ひとり親とは？寡婦とは？・・・15

■ ■ 未婚・非婚でひとり親になるとき

- ① こどもの認知・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・15
- ② 出生届の提出・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・16
- ③ 健康保険の届出・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・16
- ④ 出産育児一時金の手続き・・・・・・・・・・・・・・・・・・16
- ⑤ マタニティ給付金(妊娠時申請)の手続き・・・・・・・・16
- ⑥ マタニティ給付金(産後届出)の手続き・・・・・・・・16
- ⑦ 産前産後期間の保険料免除制度・・・・・・・・・・・・・17
- ⑧ 各種手当・助成の申請・・・・・・・・・・・・・・・・・・17

■ ■ 離婚することになったら

- ① 離婚の種類(協議離婚・調停離婚・裁判離婚)・・・・・・・・18
- ② 離婚時に決めておきましょう・・・・・・・・・・・・・18
- ③ 公正証書について・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・20
- ④ 養育費に関する公正証書作成費等補助金・・・・・・・・・・20
- ⑤ 国民年金の加入・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・20
- ⑥ 国民健康保険の加入・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・20
- ⑦ 各種手当・助成の申請・・・・・・・・・・・・・・・・・・21

■ ■ 死別でひとり親になったら

- ① 国民健康保険葬祭費の請求・・・・・・・・・・・・・・・・・・21
- ② 遺族基礎年金・寡婦年金・遺族厚生年金の手続き・・・・・・・・21
- ③ 死亡一時金の請求・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・22
- ④ 国民年金・国民健康保険の加入・・・・・・・・・・・・・・・・22
- ⑤ 各種手当・助成の申請・・・・・・・・・・・・・・・・・・22

ひとり親家庭の生活を支える制度

■ ■ こどもの養育に関する手当・助成

- ① 児童手当・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・23
- ② 子ども医療費助成・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・23
- ③ 児童扶養手当・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・24
- ④ 一人親家庭等医療費助成・・・・・・・・・・・・・・・・・・24

■ 生活の安定や住まいに関する支援

①ひとり親控除・寡婦控除	25
②産前産後期間の保険料免除制度	26
③ひとり親家庭等日常生活支援事業	26
④四日市母子・父子福祉センター	27
⑤四日市母子寡婦福祉会	27
⑥自立相談支援事業	27
⑦生活保護	28
⑧住居確保給付金	28
⑨母子生活支援施設	28
⑩市営住宅・県営住宅	28

各種貸付(教育費を除く)

①母子父子寡婦福祉資金貸付(三重県事業)－生活費、転宅費等各種－	29
②生活福祉資金貸付－技能を習得する費用、転宅費用等各種－	29
③交通遺児等貸付金－交通遺児等の生活費－	29

こどもの学費の助成・貸付等について

小④中④高④大④の印を参考

■ 公立学校の場合

①【給付】就学援助制度 小④中④	30
②【給付】県立高等学校等就学支援金 高	30
③【給付】県立高校生臨時支援金 高	30
④【助成】県立高等学校授業料減免 高	31
⑤【貸付】三重県高等学校等修学奨学金 高	31
⑥【給付】高校生等奨学給付金 高	31

■ 私立学校の場合

①【助成】私立小中学校等授業料減免補助金 小④中④	32
②【助成】私立高等学校等入学金補助金 高	32
③【給付】私立高等学校等就学支援金 高	32
④【給付】私立高校生等臨時支援金 高	32

⑤【助成】私立高等学校等授業料減免補助金 高	33
⑥【給付】私立高校生等奨学給付金 高	33
⑦【貸付】三重県高等学校等修学奨学金 高	33
⑧【助成】私立専門学校授業料等減免補助金 専	34

■ ■ その他

①【貸付】国の教育ローン 高 大 専	34
②【給付】【貸付】四日市市奨学金 高 大 専	34
③【貸付】(独)日本学生支援機構貸与奨学金 大 専	34
④【給付】(独)日本学生支援機構給付奨学金 大 専	35
⑤【給付】【貸付】交通遺児育英会の奨学金	35
⑥【給付】【貸付】あしなが育英会の奨学金 高 大 専	35
⑦【貸付】生活福祉資金貸付 高 大 専	36
⑧【貸付】母子父子寡婦福祉資金貸付(三重県事業) 高 大 専	36

子育て支援

■ ■ こどもを日常的に預けたい

①保育所・認定こども園・幼稚園	37
②小規模保育園	38
③認可外保育所	38
④学童保育	38

■ ■ こどもを一時的に預けたい

①休日保育	39
②一時保育	39
③第2子以降子育てレスパイトケア	39
④ファミリー・サポート・センター	40
⑤子育て短期支援事業(ショートステイ)	40
⑥ひとり親家庭等日常生活支援事業	40
⑦病児保育室	41

■ ■ こどもが過ごせる場所・こどもと過ごす場所

①子育て支援センター	41
②あそび会(幼稚園)・あそぼう会(保育園・こども園)	42
③こども子育て交流プラザ	42
④おもちゃ図書館	42
⑤児童館	43
⑥図書館・図書室	43

仕事を探したい、仕事につながる資格を身につけたい

■ ■ 仕事に関する支援

①ハローワーク四日市(公共職業安定所)	44
②マザーズコーナー	44
③ハローワーク就職相談コーナー(四日市市役所3階)	44
④女性のための就職相談	44
⑤母子・父子自立支援プログラム策定事業	45
⑥離職者向け支援	45
⑦通勤定期運賃の割引	45

■ ■ 資格を取りたい

①ひとり親家庭高等職業訓練促進資金貸付事業	46
②高等職業訓練促進給付金	46
③自立支援教育訓練給付金	47

(三重県)母子父子寡婦福祉資金貸付金一覧表	48
-----------------------	----

修学資金貸付限度額(月額)一覧表	50
------------------	----

母子寡婦福祉会 案内	51
------------	----