

# 応援しています！ひとり親家庭

## ～令和8年度 各種制度のご案内～

※記載情報は令和8年6月現在のものです。

### 悩みを相談したいとき

ひとりで悩まず、お気軽に  
ご相談ください。  
相談に関する秘密は守ります。  
相談は無料です。



母子会のLINE公式アカウントでは定期的にひとり親向けの支援情報を配信しています。



| こ ん な と き                                                                                                                                                                              | 問 い 合 わ せ 先                                                                      |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>・子育てや生活費、学費などで心配なことがある</li> <li>・就職に有利な資格を取りたい、助成制度を知りたい</li> <li>・ひとり親が使える制度が分からない</li> <li>・・・福祉事務所（母子父子自立支援員）にご相談ください。</li> </ul>            | <p>町村にお住まいの方 県保健福祉事務所</p> <p>市にお住まいの方 市役所</p> <p>（☎ 最後のページに掲載）</p>               |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>・安定した収入が欲しい、就職や転職を考えている</li> <li>・養育費について知りたい、弁護士に相談したい</li> <li>・離婚する前にどんなことを決めておくべきか、知りたい</li> <li>・・・群馬県母子家庭等就業・自立支援センターにご相談ください。</li> </ul> | <p>群馬県母子寡婦福祉協議会</p> <p>☎ 027-255-6636</p> <p>Eメール:gunboshi@boshikai-gunma.jp</p> |

### 経済面の支援を受けたいとき

| こ ん な と き                                               | 支 援 の 内 容                                                                     |                                                             |    |
|---------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|----|
| 子どもを<br>育てている                                           | 児童扶養手当月額                                                                      | ・子ども1人<br>48,050～11,340 円<br>・子ども2人目以降加算<br>11,350～ 5,680 円 |    |
|                                                         | ※所得などによって支給額などが変わります（所得制限を超えるときは支給されません）。<br>【問い合わせ先】お住まいの市町村役場               |                                                             |    |
| ・ 子どもの学費<br>を借りたい<br>・ 資格を取得し<br>たい                     | 母子父子寡婦福祉資金貸付は、子どもの学費や入学資金、就職するために役立つ資格を取得するための費用など、12種類の貸付けがあります。<br>＜主な資金＞   |                                                             |    |
|                                                         | 種類                                                                            | 貸付例と限度額                                                     | 利子 |
|                                                         | 修 学 資 金                                                                       | 公立高校へ自宅から通学する場合 月 27,000 円                                  | 無  |
|                                                         |                                                                               | 私立大学へ自宅外から通学する場合 月 146,000 円                                |    |
|                                                         | 修 業 資 金                                                                       | 就職などで必要な知識や技能を習得するために必要な資金 月 68,000 円                       | 無  |
|                                                         | 就 学 支 度 資 金                                                                   | 就学、修業するために必要な資金（被服費、入学金、受験料など）                              | 無  |
| 公立高校へ自宅から通学する場合 150,000 円<br>私立大学へ自宅外から通学する場合 590,000 円 |                                                                               |                                                             |    |
| 【問い合わせ先】県保健福祉事務所（前橋市、高崎市にお住まいの方は各市） ☎ 最後のページに掲載         |                                                                               |                                                             |    |
| 医療機関に<br>かかりたい                                          | ひとり親家庭の子どもと母（父）の保険医療費の窓口負担分が無料になります。<br>（市町村によって所得制限あり）<br>【問い合わせ先】お住まいの市町村役場 |                                                             |    |
| ・ 養育費を支払<br>ってもらえない<br>・ 養育費の取り<br>決めをしたい               | （町村にお住まいの方）                                                                   |                                                             |    |
|                                                         | ・ 離婚後に養育費の取決めのための調停の申立を弁護士に依頼したときの着手金                                         | 補助上限 10万円                                                   |    |
|                                                         | ・ 未払の養育費について強制執行の申立を弁護士に依頼したときの着手金                                            | 補助上限 10万円                                                   |    |
|                                                         | ・ 公正証書等の作成に必要な費用                                                              | 補助上限 3万円                                                    |    |
|                                                         | ・ 認証ADR事業者が実施するADRに必要な申立料、手数料等                                                | 補助上限 5万円                                                    |    |
| ・ 保証会社と養育費保証契約をしたときの初回に負担する保証料                          | 補助上限 5万円                                                                      |                                                             |    |
| ※詳細は県HPをご確認ください。 ※市在住の方は、補助メニューが異なります。                  |                                                                               |                                                             |    |
| 【問い合わせ先】                                                |                                                                               |                                                             |    |
| ・ 町村にお住まいの方：群馬県母子寡婦福祉協議会 ・ 市にお住まいの方：お住まいの市役所            |                                                                               |                                                             |    |

対象となる子どもの年齢は「18歳になった最初の年度末まで」「20歳未満」など、制度によって異なります。

働きたい、転職したい、スキルアップを目指したい方、まずはご相談ください。お子さんも対象となるものもあります。

## 就 業 の 支 援 を 受 け た い と き

| こ ん な と き                                                                                                                                        | 支 援 の 内 容                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 就職や転職で悩んでいる</li> <li>・ 仕事を紹介してほしい</li> <li>・ 就職に有利な技能を身につけたい</li> <li>・ 働くことに不安がある</li> </ul>           | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 就職や転職の相談</li> <li>● 職業紹介</li> <li>● 就業支援講習会</li> <li>● 母子父子プログラム策定事業</li> </ul> <p>【問い合わせ先】 群馬県母子寡婦福祉協議会 ☎ 027-255-6636</p>                                                                                                                                                                                |
| <p>就職に有利な資格を取得したい</p> <p>【資格の例】 介護職員初任者研修</p>                                                                                                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 自立支援教育訓練給付金</li> </ul> <p>教育訓練講座受講費の一部を支給</p> <p>【問い合わせ先】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 町村にお住まいの方：県保健福祉事務所</li> <li>・ 市にお住まいの方：市役所</li> </ul> <p>※事前相談が必要です。（☎ 最後のページに掲載）</p>                                                                                                               |
| <p>就職に有利な資格を取得するため養成機関で修業したい</p> <p>【資格の例】</p> <p>① 看護師、准看護師、保育士、美容師、製菓衛生師、調理師など</p> <p>② シスコシステムズ認定資格、LPI 認定資格、Webデザイナーなど</p>                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 高等職業訓練促進給付金</li> </ul> <p>養成機関修業中、生活費を支給</p> <p>月額 100,000 円または 70,500 円。最終年度は月額 4 万円加算あり。</p> <p>修了時には別途給付金支給</p> <p>＜対象資格＞ 半年以上修業が必要な国家資格等</p> <p>【問い合わせ先】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 町村にお住まいの方：県保健福祉事務所</li> <li>・ 市にお住まいの方：市役所</li> </ul> <p>※事前相談が必要です。（☎ 最後のページに掲載）</p>            |
| <p>高校卒業程度認定試験を受けたい</p>                                                                                                                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 高等学校卒業程度認定試験合格支援事業</li> </ul> <p>① 受講開始時、受講費の 4 割（上限 20 万円）</p> <p>② 受講修了時、受講費の 5 割から①の額を差し引いた額（①と併せて上限 25 万円）</p> <p>③ 試験合格時、受講費の 1 割（①、②と併せて上限 30 万円）</p> <p>【問い合わせ先】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 町村にお住まいの方：県保健福祉事務所</li> <li>・ 市にお住まいの方：市役所</li> </ul> <p>※事前相談が必要です。（☎ 最後のページに掲載）</p> |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 看護学校などの入学費を借りたい</li> <li>・ 看護師などの資格を取って、就職する準備をしたい</li> <li>・ 収入アップを目指して就職や転職をするので、家賃貸付を受けたい</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>● ひとり親家庭高等職業訓練促進資金貸付 ※償還免除要件あり</li> </ul> <p>入学準備資金 上限 50 万円</p> <p>就職準備資金 上限 20 万円</p> <p>住宅支援資金 月額上限 7 万円（最長 1 年）</p> <p>（母子父子プログラム策定者など条件あり）</p> <p>（高等職業訓練給付金受給など条件あり）</p> <p>【問い合わせ先】 群馬県社会福祉協議会 ☎ 027-255-6031</p>                                                                                     |

## ひ と り 親 の 交 流 に つ い て

| こ ん な と き                       | 支 援 の 内 容                                                                                                                                                   |
|---------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>親子で楽しめるひとり親家庭の交流事業に参加したい</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 親子ふれあい交流事業</li> </ul> <p>スキーやキャンプ、バスツアーなどの交流事業に参加できます。参加費の助成があります。</p> <p>【問い合わせ先】 群馬県母子寡婦福祉協議会 ☎ 027-255-6636</p> |
| <p>ひとり親家庭の親や寡婦の交流事業に参加したい</p>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 研修やレクリエーションを通じた交流事業に参加できます。</li> </ul> <p>【問い合わせ先】 群馬県母子寡婦福祉協議会 ☎ 027-255-6636</p>                                 |

## 年 金 の 支 給 に つ い て

| こ ん な と き                         | 支 援 の 内 容                                                                                                                                                                                                  |
|-----------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>国民年金や厚生年金に加入していた配偶者が死亡したとき</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 遺族基礎年金</li> <li>● 遺族厚生年金</li> </ul> <p>保険料納付要件があります。</p> <p>【問い合わせ先】 市町村、年金事務所</p>                                                                                |
| <p>離婚相手が、婚姻中に厚生年金保険料を納付していたとき</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 年金分割</li> </ul> <p>離婚した場合、婚姻期間中の厚生年金保険料の記録を分割して、分割後の保険料納付実績に基づいて算出された額の年金を受給できます。離婚後 5 年（令和 8 年 4 月 1 日前に離婚等をした場合は 2 年）以内に手続を行う必要があります。</p> <p>【問い合わせ先】 年金事務所</p> |

## 一時的に子どもを預けたり、送迎を頼みたいとき

一時的に子育てが困難なひとり親家庭に対して、ファミリー・サポート・センターまたは保健福祉事務所が、子育て支援者を紹介します。ひとり親が利用する場合は利用料金が減額になります。事前の登録が必要です。

| お住まい又はお勤めの地域 | 連 絡 先               | 電 話 番 号       |
|--------------|---------------------|---------------|
| 前橋市の方        | 前橋市ファミリー・サポート・センター  | 027-289-3946  |
| 高崎市の方        | 高崎市ファミリー・サポート・センター  | 027-370-8824  |
| 桐生市、みどり市の方   | 桐生ファミリー・サポート・センター   | 0277-55-0110  |
| 伊勢崎市の方       | 伊勢崎市ファミリー・サポート・センター | 0270-23-6471  |
| 太田市の方        | 太田市ファミリー・サポート・センター  | 0276-55-3361  |
| 沼田市、利根郡の方    | 沼田市ファミリー・サポート・センター  | 0278-22-2447  |
| 館林市の方        | 館林市ファミリー・サポート・センター  | 0276-75-7111  |
| 渋川市、北群馬郡の方   | しぶかわファミリー・サポート・センター | 0279-22-5200  |
| 藤岡市の方        | 藤岡市ファミリー・サポート・センター  | 0274-23-5777  |
| 富岡市、甘楽郡の方    | とみおかファミリー・サポート・センター | 0274-62-2439  |
| 安中市の方        | 安中市ファミリー・サポート・センター  | 080-7718-1467 |
| 嬬恋村の方        | 嬬恋村ファミリー・サポート・センター  | 0279-96-1611  |
| 玉村町の方        | 玉村町ファミリー・サポート・センター  | 0270-75-5211  |
| 明和町の方        | 明和町ファミリー・サポート・センター  | 048-297-2903  |
| 千代田町の方       | 千代田町ファミリー・サポート・センター | 048-297-2903  |
| 大泉町の方        | 大泉町ファミリー・サポート・センター  | 0276-55-8373  |
| 邑楽町の方        | 邑楽町ファミリー・サポート・センター  | 0276-47-5048  |
| 上記以外の方       | 所管の県保健福祉事務所         | ☎ 最後のページに掲載   |

子どもが病気になったとき、看病できない父母等に代わって診察の付き添いや看病を引き受けてくれる方を紹介します。

| お住まい又はお勤めの地域           | 連 絡 先               | 電 話 番 号      |
|------------------------|---------------------|--------------|
| 前橋市の方 ※診察の付き添いは不可      | 前橋市ファミリー・サポート・センター  | 027-289-3946 |
| 高崎市の方 ※診察の付き添いは不可      | 高崎市ファミリー・サポート・センター  | 027-370-8824 |
| 桐生市、みどり市の方 ※診察の付き添いは不可 | 桐生ファミリー・サポート・センター   | 0277-55-0110 |
| 太田市の方                  | 太田市ファミリー・サポート・センター  | 0276-55-3361 |
| 渋川市、北群馬郡の方             | しぶかわファミリー・サポート・センター | 0279-22-5200 |
| 館林市の方                  | 館林市ファミリー・サポート・センター  | 0276-75-7111 |
| 玉村町の方                  | 玉村町ファミリー・サポート・センター  | 0270-75-5211 |
| 大泉町の方                  | 大泉町ファミリー・サポート・センター  | 0276-55-8373 |

## 生活面の支援について

| こ ん な と き      | 支 援 の 内 容                                                                                                                             | 問 い 合 わ せ 先                    |
|----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|
| 県営住宅に入居したい     | <b>●子育て支援住宅</b><br>小中学校に近接した子育てに適した住宅で、18歳未満の子どもを持つ子育て世帯などが入居できます。<br><b>●県営住宅抽選優遇制度</b> 優遇抽選が受けられます。<br>※広瀬第二県営住宅には母子世帯用シェアハウスがあります。 | 群馬県<br>住宅供給公社<br>☎027-223-5811 |
| 住宅事情などで困っている   | <b>●母子生活支援施設</b><br>社会的に保護が必要な母子世帯が入所できます。<br>支援員から必要な援助、自立支援が受けられます。                                                                 | 県保健福祉事務所<br>市役所                |
| J R通勤定期券を購入したい | <b>●J R通勤定期券の割引</b><br>児童扶養手当受給世帯でJ Rの通勤定期券を購入する場合、3割引となります。<br>※学割との併用は不可、学割優先                                                       | お住まいの<br>市町村役場                 |
| 預貯金利子を非課税にしたい  | <b>●少額貯蓄非課税制度（マル優）</b><br>児童扶養手当受給中の母などは、一定額の預貯金に対し利子が非課税になる場合があります。                                                                  | 金融機関                           |

## 親権・養育費・親子交流などに関する民法等の改正について

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、親の責務や親権、養育費、親子交流などのさまざまなルールが新しくなりました。（令和8年4月1日施行）

詳しくは、以下をご覧ください。

●ひとり親家庭のための  
ポータルサイト  
（こども家庭庁）



●こども家庭庁作成パンフレット  
「ひとり親家庭のためのみらい  
応援ガイド」



●こども家庭庁作成リーフレット  
「こどもの未来のための  
新しいルール」



●法務省ホームページ



## 主なお問い合わせ先（市役所・県保健福祉事務所）

【市役所の連絡先をお探しの方】

| お住まいの市 | ひとり親支援担当課             | 電話番号         |
|--------|-----------------------|--------------|
| 前橋市    | 前橋市役所 こども支援課          | 027-220-5701 |
| 高崎市    | 高崎市役所 こども家庭課          | 027-321-1247 |
| 桐生市    | 桐生市役所 子育て支援課（児童扶養手当）  | 0277-47-1150 |
| 桐生市    | 桐生市役所 子育て相談課（他支援施策）   | 0277-43-2000 |
| 伊勢崎市   | 伊勢崎市役所 子育て支援課         | 0270-27-2750 |
| 太田市    | 太田市役所 こども課（児童扶養手当）    | 0276-47-1942 |
| 太田市    | 太田市役所 子育てそうだん課（他支援施策） | 0276-47-1911 |
| 沼田市    | 沼田市役所 こども課            | 0278-23-2111 |
| 館林市    | 館林市役所 子育て支援課          | 0276-47-5135 |
| 渋川市    | 渋川市役所 こども課            | 0279-22-2415 |
| 藤岡市    | 藤岡市役所 子ども課            | 0274-50-7803 |
| 富岡市    | 富岡市役所 子育て支援課          | 0274-62-1511 |
| 安中市    | 安中市役所 こども課            | 027-382-1111 |
| みどり市   | みどり市役所 子育て相談課         | 0277-46-8864 |

【県保健福祉事務所の連絡先をお探しの方】

| お住まいの地域など | 県保健福祉事務所    | 電話番号         |
|-----------|-------------|--------------|
| 北群馬郡・渋川市  | 渋川保健福祉事務所   | 0279-22-4166 |
| 佐波郡・伊勢崎市  | 伊勢崎保健福祉事務所  | 0270-25-5570 |
| 安中市       | 安中保健福祉事務所   | 027-381-0345 |
| 多野郡・藤岡市   | 藤岡保健福祉事務所   | 0274-22-1420 |
| 甘楽郡・富岡市   | 富岡保健福祉事務所   | 0274-62-1541 |
| 吾妻郡       | 吾妻保健福祉事務所   | 0279-75-3303 |
| 利根郡・沼田市   | 利根沼田保健福祉事務所 | 0278-23-2185 |
| 太田市       | 太田保健福祉事務所   | 0276-31-8241 |
| 桐生市・みどり市  | 桐生保健福祉事務所   | 0277-53-4131 |
| 邑楽郡・館林市   | 館林保健福祉事務所   | 0276-72-3230 |

●応援しています！ひとり親家庭  
（群馬県ホームページ）



●くんまスマイルライフ  
「『子育て』に関する支援制度」

