

シングルママ・パパのための

くらしの ガイド

発行元

札幌市子ども未来局 子育て支援部
子育て支援課

〒060-0051

札幌市中央区南1条東1丁目
大通バスセンタービル1号館3階
TEL.011-211-3848

令和7年7月



さっぽろ市
01-G02-25-896
R7-1-66

ひとり親家庭のための
サポートブック

札幌市

ひとり親家庭のみなさまへ

札幌市では、ひとり親家庭が安心して生活ができるように、また、ひとり親家庭の子どもたちが健やかに成長できるように、さまざまな支援を実施しています。このガイドブックは、ひとり親家庭のための相談窓口や支援制度を、ひとりでも多くの方に知っていただきたいとの思いをこめて作成したものです。お困りごとや心配があるときには、このガイドブックを参考にさせていただき、些細なことでもひとりで悩まず、まずはお気軽にご相談ください。

※ひとり親家庭とは、離婚や死別、未婚で親になったことなどにより、配偶者のない方が20歳未満の児童を育てている家庭をいいます。



こんな悩みや不安を抱えていませんか？

- 収入が少なく生活が大変
- 資格がなくて安定した仕事が見つけれない
- 仕事と子育てや家事の両立が難しい
- 子どもの進学や勉強が心配
- 安心して生活できる住居を確保したい
- 子どもの預け先がなくて働けない
- 養育費が支払われない
- 身近に相談できる人がいない

このようなひとり親家庭の課題の解決をサポートするための
さまざまな支援制度や相談窓口があります！

／ お困りごとはどんなことですか？ ／

相談窓口 (P9～P12)

困りごとの相談をしたい
・ひとり親家庭支援センター
・母子・婦人相談員 など

家計 (P13～P15)

手当や助成について知りたい
・児童扶養手当
・児童手当
・ひとり親家庭等医療費助成 など
貸付制度を利用したい
・母子父子寡婦福祉資金 など

仕事 (P16～P18)

仕事に活かせる資格やスキルを身に付けたい
・高等職業訓練促進給付金
・自立支援教育訓練給付金
・就業支援講習会 など
仕事を探したい
・職業紹介
・就業相談

生活・子育て (P19～P23)

家事を手伝ってほしい
・ひとり親家庭等
日常生活支援事業
・生活支援サービス
子どもを預かってほしい
・保育所・幼稚園等
・ファミリー・サポート・センター
事業 など

教育 (P24～P25)

子どもの勉強や進路が不安
・ひとり親家庭学習支援
ボランティア事業 など
学校にかかるお金が心配
・就学援助
・札幌市奨学金
・札幌市特別奨学金 など

住居 (P25)

安心できる住居で暮らしたい
・市営住宅
・母子生活支援施設 など

子どもの年齢からみる主な支援制度

年 齢	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19			
学校等	未就学						小学校							中学校			高等学校			大学等			
経済的支援	児童手当 P14																						
	児童扶養手当 P13 ※1																						
	ひとり親家庭等医療費助成 P13																						
							就学援助 P24																
														札幌市奨学金 P24									
														札幌市特別奨学金 P25									
	母子父子寡婦福祉資金 P15 ※2																						
ひとり親家庭等養育費確保支援事業 P8																							
就業支援	高等職業訓練促進給付金 P16																						
	自立支援教育訓練給付金 P17																						
	ひとり親家庭高等学校卒業程度認定試験合格支援事業 P17																						
生活支援・保育サービス	ひとり親家庭等日常生活支援事業 P19																						
	子どもショートステイ P22																						
	保育所・幼稚園など P19																						
	ファミリー・サポート・センター事業 P21																						
	病児・病後児保育事業(こどもデイサービス) P22																						
							ほりで一まむ(休日託児事業) P22																
学習支援														ひとり親家庭学習支援ボランティア事業 P24									

※1 障がいのある児童は20歳未満まで延長される場合があります。

※2 大学院に進学する児童の就学資金等、20歳以上の子がいても対象となる場合があります。

各種手続きと相談窓口

1.ひとり親家庭になったときの手続き等

離婚に伴う主な手続き等	6
養育費について	7
ひとり親家庭等養育費確保支援事業	8
親子交流(面会交流)について	8
子の認知について	8

2.ひとり親家庭のための相談窓口

札幌市ひとり親家庭支援センター	9
母子・婦人相談員	9

3.各種相談窓口

子ども・子育ての相談窓口	10
女性のための相談窓口	12
配偶者等からの暴力(DV)相談窓口	12
その他の相談窓口	12

支援制度

4.生活の安定のための経済支援

手当・助成	13
児童扶養手当/ひとり親家庭等医療費助成制度/児童手当/ 札幌市災害遺児手当/特別児童扶養手当/障害児福祉手当	
年金	14
国民年金(遺族基礎年金)	
貸付金	15
母子父子寡婦福祉資金/生活福祉資金/札幌市保育士修学資金等貸付制度	
税の軽減等	15
住民税・所得税の寡婦・ひとり親控除	

5.生活の向上を目指す就業支援

資格取得や能力開発	16
高等職業訓練促進給付金/自立支援教育訓練給付金/ ひとり親家庭高等学校卒業程度認定試験合格支援事業/就業支援講習会	
職業紹介・就業相談	17
札幌市ひとり親家庭支援センター/ここシェルジュSAPPORO/ 札幌市就業サポートセンター/あいワーク/ハローワーク	

6.生活支援と保育サービス

生活支援	19
ひとり親家庭等日常生活支援事業/生活支援サービス	
家計管理	19
家計改善支援事業	
保育所・幼稚園等	19
認可保育所/認定こども園/地域型保育事業/幼稚園/認可外保育施設	
子どもの一時的な預かりなど	21
保育所・幼稚園等の一時預かり/ファミリー・サポート・センター事業/ 病児・病後児保育事業(こどもデイサービス)/ほりでーまむ(休日託児事業)/ 子育て短期支援事業(子どもショートステイ)/短期入所(ショートステイ)	

7.子育て支援

子育て支援	23
子育てサロン/区保育・子育て支援センター(愛称:ちあふる)/こそだてインフォメーション	

8.子どもの育ちと学びのための支援

学習や居場所の支援	24
ひとり親家庭学習支援ボランティア事業/放課後児童クラブ/ 児童発達支援・放課後等デイサービス	
就学のための経済的支援	24
就学援助/札幌市奨学金/札幌市特別奨学金	
その他の支援	25
保育所等訪問支援	

9.安心して生活できる住居などの支援

住居などの支援	25
ひとり親家庭住宅支援資金貸付/市営住宅/母子生活支援施設/その他	

10.その他・問合せ等

交流場所の提供	26
各区役所・保健センター連絡先一覧	26
ホームページ・LINEアカウントなど	27

1.ひとり親家庭になった時の手続き等

離婚に伴う主な手続きなど

住居・世帯の変更にに関する手続き

- ☐ 住民票の異動(転居・転出入・世帯主変更)
 - ☐ マイナンバーカード等の記載事項の変更
 - ☐ 印鑑登録
- ▶▶▶ 区役所戸籍住民課

子どもの氏・戸籍の手続き

- ☐ 子どもの氏の変更手続き
 - ☐ 子どもの入籍届
- (家庭裁判所の変更許可を受けた後)
- ▶▶▶ 家庭裁判所
▶▶▶ 区役所戸籍住民課

申請や変更が必要な制度

- ☐ 児童手当(受給者変更)
 - ☐ 児童扶養手当
 - ☐ ひとり親家庭等医療費助成
 - ☐ 国民健康保険
 - ☐ 年金
 - ☐ 保育所に関すること
- ▶▶▶ 区役所保健福祉課
▶▶▶ 区役所保険年金課
▶▶▶ 区保健センター健康・子ども課

その他必要な手続き等

- ☐ 運転免許証
- ☐ 預貯金通帳
- ☐ 住居の貸借名義
- ☐ 光熱水費の引き落とし口座
- ☐ クレジットカード

ひとり親家庭を支援するための制度やサービスの相談・手続き等

※支援制度の詳細は次ページ以降をご覧ください。

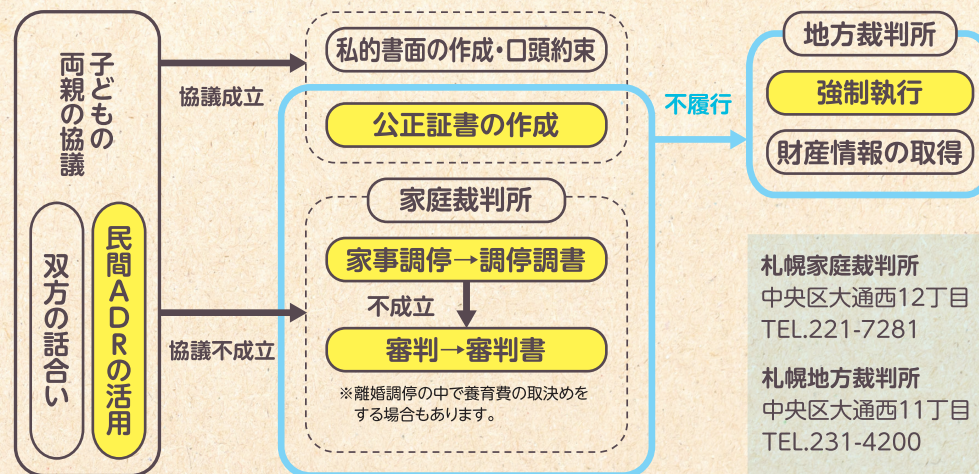
ここに記載したのは代表的な手続きです。

個人によって、手続きが不要な場合や、この他の手続きが必要な場合もあります。

養育費について

養育費とは、子どもを監護・教育するために必要な費用です。取決めにあたっては、公正証書などの書面に残すことが大事です。子どもの健やかな成長のために、養育費の取決めをしましょう。

<養育費の取決め、確保に向けた手続きの流れ>



●民間ADR:弁護士会や法務大臣の認証を受けた機関などの調停者が、公正中立の立場から双方の主張を聞き、話し合いを支援するものです。

●公正証書:双方が合意した内容に基づいて、公証役場で公証人が作成する文書です。

●家事調停・審判(家庭裁判所):調停委員会が中立公正な立場で双方から個別に話を聞きます。合意に至ると、調停調書が作成されます。合意に至らない場合は、自動的に審判手続きが始まり、裁判官が一切の事情を考慮して審判を行います。家事調停や審判での取決めが守られない場合、家庭裁判所から相手方に支払いの勧告をしてもらうことができます。

●強制執行:養育費の取決めが守られない場合に、給与や銀行口座の差し押さえ等により養育費を回収する手続きです。強制執行を行うには、公正証書(強制執行認諾条項付き)や調停調書、審判書などが必要です。なお、強制執行の申立てにあたって、相手方にどのような財産があるかわからない場合には、財産情報の取得の手続き(債務者の財産開示手続き・第三者からの情報取得手続き)ができます。

【関係機関・相談窓口など】

・札幌市ひとり親家庭支援センター(法律相談) TEL.631-3353

・法テラス札幌(法律相談)

札幌市中央区北1条西9丁目3-1 南大通ビルN1 1階 TEL.0570-078388

・養育費等相談支援センター(厚生労働省委託事業)

電話相談:TEL.03-3980-4108 メール相談:info@youikuhi.or.jp



1.ひとり親家庭になった時の手続き等

ひとり親家庭等養育費確保支援事業 問合せ▶各区保健センター健康・子ども課(P26)

養育費の取決めや保証等に係る費用の一部を補助することにより、養育費の確保を支援します。

【対象経費】

民間ADRの活用:1回目の調停までに必要となる申立料、依頼料、調停費用 (上限50,000円)
公正証書等の作成:公正証書の作成や、裁判所での調停中立等に要する費用 (上限24,000円)
養育費保証:保証会社との養育費保証契約を締結する際に必要となる費用 (上限50,000円)
強制執行申立て:未払い養育費の回収のため、強制執行申立てを行う際に必要となる費用 (上限150,000円)

親子交流(面会交流)について

親子交流(面会交流)とは、子どもと離れて暮らしているお父さん、お母さんが子どもと定期的、継続的に会って話をしたり、一緒に遊んだり、電話や手紙などの方法で交流することです。

取決めの際にはご家庭の事情によって、適切な方法を考えましょう。

子の認知について

婚姻によらず出生した場合、子どもとその父に法律上の親子関係が成り立つためには、父親からの「認知」(認知届の提出)が必要です。

父親が子の認知を

する

子の戸籍の「父」の欄に氏名が記載され、父の戸籍にも認知の事実が記載される。
父と子に法的な親子関係(養育費の支払い義務等)が生じる。

しない

子の戸籍の「父」の欄は空欄となる。
父と子に法的な親子関係(養育費の支払い義務等)は生じない。

2.ひとり親家庭のための相談窓口

札幌市ひとり親家庭支援センター

指定管理者:(公社)札幌市母子寡婦福祉連合会

札幌市のひとり親家庭を総合的に支援する施設です。生活全般に関する各種相談、就業相談や職業紹介、就業のための知識や技能の習得の支援などを行っています。

◆各種相談

一般相談 (月～金曜:正午～午後7時/土日祝:午前10時～午後5時)
TEL.631-3353

父子相談 (火・木曜:正午～午後7時(火・木が祝日の場合:午前10時～午後5時)/
土曜:午前10時～午後5時) TEL.632-7132 ※父子家庭の専門相談窓口です

特別相談 TEL.631-3353(予約制・面談のみ)

○法律相談 弁護士が、離婚前からの養育費や親権問題等の法律相談をお受けします。
(第1～第4水曜:午後6時～8時)

○心療相談 臨床心理士が、心と体の問題や、人間関係の悩みなどの相談をお受けします。
(第1日曜:午後2時～4時/第3水曜:午後6時～8時)

◆就業相談 (月～金曜:午前10時～午後7時/土日祝:午前10時～午後5時) TEL.631-4257

- 就職・転職などに関する相談をお受けしています。
- 相談の際には、保育士による託児サービスを行っています。

所在地

中央区大通西19丁目 札幌市社会福祉総合センター1階
<https://satsuboren.or.jp/hitorioya/>



母子・婦人相談員

各区健康・子ども課(保健センター)で、母子・婦人相談員が、ひとり親家庭の生活全般の相談をお受けします。

相談時間 月～金曜:午前9時45分～午後4時30分

所在地等

【中央】中央区南3条西11丁目……………TEL.205-3354
【北】北区北25条西6丁目1-1……………TEL.757-2564
【東】東区北10条東7丁目1-20……………TEL.711-3215
【白石】白石区南郷通1丁目南8-1……………TEL.861-0336
【厚別】厚別区厚別中央1条5丁目3-2……………TEL.895-2512
【豊平】豊平区平岸6条10丁目1-1……………TEL.822-2473
【清田】清田区平岡1条1丁目2-1……………TEL.889-2051
【南】南区真駒内幸町1丁目3-2……………TEL.522-5785
【西】西区琴似2条7丁目1-20……………TEL.621-4242
【手稲】手稲区前田1条11丁目1-10……………TEL.688-8597

3. 各種相談窓口

子ども・子育ての相談窓口

電話育児相談

就学前の子育てに関する相談を下記の機関でお受けしています。

区保育・子育て支援センター(ちあふる)【子育て相談専用】

中央区保育・子育て支援センター(ちあふる・ちゅうおう)	TEL.511-1156
北区保育・子育て支援センター(ちあふる・きた)	TEL.757-5381
東区保育・子育て支援センター(ちあふる・ひがし)	TEL.711-7807
白石区保育・子育て支援センター(ちあふる・しろいし)	TEL.868-3160
厚別区保育・子育て支援センター(ちあふる・あつべつ)	TEL.887-8166
豊平区保育・子育て支援センター(ちあふる・とよひら)	TEL.851-2510
認定こども園にじいろ	TEL.883-3044
南区保育・子育て支援センター(ちあふる・みなみ)	TEL.215-0183
西区保育・子育て支援センター(ちあふる・にし)	TEL.613-7882
手稲区保育・子育て支援センター(ちあふる・ていね)	TEL.681-3162

各市立保育所 「さっぽろ子育て情報サイト」保育施設一覧参照P19

こそだてインフォメーション(各保健センター 健康・子ども課)【子育て相談専用】

中央／TEL.232-0874	厚別／TEL.894-0874	西／TEL.643-0874
北／TEL.756-0874	豊平／TEL.812-0874	手稲／TEL.691-0874
東／TEL.712-0874	清田／TEL.885-0874	
白石／TEL.861-0874	南／TEL.584-0874	

札幌市児童相談所

TEL.622-8630

18歳未満の児童に関する相談に応じ、専門的見地から調査・診断・判定し、これに基づく必要な助言、援助を行う機関です。

子ども安心ホットライン(24時間年中無休)

TEL.622-0010

児童虐待の通告・児童の養育に関するさまざまな問題や悩みの相談

家庭児童相談室(各区健康・子ども課)

家庭での子育て、家族関係、学校生活等に関する相談

中央／TEL.205-3353	厚別／TEL.895-2497	西／TEL.621-4241
北／TEL.757-1182	豊平／TEL.822-2423	手稲／TEL.688-8596
東／TEL.711-3212	清田／TEL.889-2049	
白石／TEL.862-1881	南／TEL.581-5211	

児童家庭支援センター

児童虐待・非行・子育ての不安などに関する相談

興正こども家庭支援センター	TEL.765-1000
羊ヶ丘児童家庭支援センター	TEL.854-2415
札幌南こども家庭支援センター	TEL.591-2200
札幌乳児院児童家庭支援センター	TEL.879-6264
はくよう児童家庭支援センター	TEL.676-5208
なんそうえん子ども家庭支援センター	TEL.561-0783

子どもの権利救済機関(子どもアシストセンター)

子どもに関わる様々な悩みの相談

月曜～金曜:午前10時～午後8時 土曜:午前10時～午後4時(祝日・年末年始を除く)

電話:TEL.211-3783 TEL.0120-66-3783(子ども専用通話無料ダイヤル)

メール相談:assist@city.sapporo.jp

子ども専用LINE相談:LINEアプリで「子どもアシストセンター」を検索

少年相談室

教育一般(いじめ、不登校、非行、学習に関すること)に関する相談	TEL.0120-127-830
24時間子供SOSダイヤル	TEL.0120-0-78310

教育センター教育相談室

幼児教育センターでの幼児の教育相談	TEL.671-3454
ちえりあ・まこまる・リフレでの小学生から高校生までの教育相談	TEL.671-3210

保育コーディネーター

各区保健センター健康・子ども課(P26)

世帯ごとの保育ニーズに応じた保育サービスに関する相談

子どもコーディネーター

TEL.223-4421(札幌市若者支援総合センター内)

子どもコーディネーターが、困り事を抱える子どもや家族の相談を受け、適切な支援につなぎます。
電話相談や家庭訪問による相談も可能です。

月曜～金曜:午前10時～午後6時(祝日・年末年始・センター休館日を除く)

3. 各種相談窓口

女性のための相談窓口

札幌市男女共同参画センター

女性のための総合相談 平日午前9時～午後5時(休館日・年末年始を除く) TEL.728-1225
女性のための法律相談 第1・3木曜:午後6時～午後8時(休館日を除く) TEL.728-1255

配偶者等からの暴力(DV)相談窓口

札幌市配偶者暴力相談センター

TEL.728-1234(相談専用)

配偶者・パートナー等からの暴力に関する相談 月曜～金曜:午前8時45分～午後8時(年末年始を除く)
土日祝:午前11時～午後5時(年末年始を除く)

※各区保健センターの母子・婦人相談員(P9)も、女性のための相談、配偶者等からの暴力(DV)に関する相談をお受けしています。

性暴力被害者支援センター北海道「SACRACHさくらこ」 TEL.#8891または0120-8891-77

性暴力被害に関する相談 月曜～金曜:午前10時～午後8時
(時間外は夜間休日コールセンターにつながります)
メール相談:sacrach20191101@leaf.ocn.ne.jp



LINE相談アカウント

その他の相談窓口

札幌市生活就労支援センター「ステップ」

TEL.221-1766

「なかなか仕事が見つからず生活が苦しい」、「生活に困っているがどこに相談したらよいかかわからない」などさまざまな理由により、仕事や生活に困りごとを抱えている方のための相談窓口です。広く相談を受け付け、経済的な自立へ向けた就労支援を中心に、一人一人の状況に合わせた支援を行います。

月曜～金曜:午前9時～午後5時(祝日・年末年始を除く)

救急安心センターさっぽろ(24時間年中無休)

TEL.#7119または272-7119

急な病気やけがの時に、病院に行ったほうがいいか、救急車を利用したほうがいいかなど看護師が相談に応じます。また、診療時間内の医療機関や救急当番医療機関をご案内します。

北海道小児救急電話相談

TEL.#8000または232-1599

子どもが夜間、急な病気や事故で具合が悪いとき、家庭でどのように対処すればよいか、直ちに医療機関にかかる必要があるかについて、電話で看護師が助言・アドバイスをを行っています。

相談時間:毎日午後7時～翌朝午前8時

居住支援相談窓口「みな住まいる札幌」

TEL.210-6224

住まいの確保にお困りの方をサポートするため、民間賃貸住宅等の紹介や生活支援サービス等の紹介を行います。

月曜～金曜:午前9時30分～午後4時30分(祝日・年末年始を除く)

4. 生活の安定のための経済支援

手当・助成

児童扶養手当

問合せ▶各区保健福祉課(P26)

18歳になって最初の年度末までの間にある児童(または20歳未満の障がいがある児童)を監護しているひとり親家庭の母、父、またはこれらに代わる養育者に支給される手当です。

【支給額(令和7年4月～)】

区分	全部支給(月額)	一部支給(月額)
本体額	46,690円	11,010円～46,680円
第2子以降加算額	11,030円	5,520円～11,020円

受給者本人の前年(1～10月分)手当の場合は前々年)所得が限度額以上である場合は、手当の全部または一部が支給停止されます。また、扶養義務者の前年所得が限度額以上である場合は、手当の全部が支給停止されます。なお、公的年金等との併給による支給制限があります。

【所得制限限度額】

税法上の扶養人数	本人(全部支給)	本人(一部支給)	扶養義務者(※)
0人	69万円	208万円	236万円
1人	107万円	246万円	274万円
2人	145万円	284万円	312万円
3人	183万円	322万円	350万円
4人	221万円	360万円	388万円
5人	259万円	398万円	426万円

※扶養義務者とは、本人と同居し生計を同じくする親族等をいいます。

JR通勤定期の割引制度

児童扶養手当を受けている世帯で、通勤にJRを利用する方には、通勤定期乗車券を割引料金で購入できる証明書を発行します。

ひとり親家庭等医療費助成制度

問合せ▶各区保健福祉課(P26)

ひとり親家庭または両親のいない家庭の20歳未満の子と、その子を扶養している母親または父親を対象に医療費を助成します(所得制限あり)。

助成額

入院及び通院(生計維持者が住民税課税の場合の親の通院を除く)について、保険診療の自己負担額から初診時一部負担金(医科580円、歯科510円、柔道整復・はり・きゅう270円)または医療費の1割を除いた額。ただし、保険給付対象外の費用、入院時の食事療養・生活療養に係る費用の自己負担分は対象外。

4.生活の安定のための経済支援

児童手当

問合せ▶各区保健福祉課(P26)

18歳到達後の最初の年度末を迎えるまでの児童を養育している父母等に支給される手当です。

支給額(月額)

3歳未満の第1、2子15,000円
3歳～18歳年度末までの第1、2子10,000円
第3子以降30,000円

札幌市災害遺児手当

問合せ▶各区保健福祉課(P26)

交通事故、労働災害、不慮の災害等で父若しくは母又はこれらに代わる養育者を失った(重度障がいとなった場合を含む)義務教育修了前までの児童を扶養している方に支給される手当です。

支給額

災害遺児手当4,000円(月額)
災害遺児入学等支度資金20,000円(児童1人につき)
(小学校、中学校、高校などに入学するとき、または、中学校などを卒業後に就職するとき)

特別児童扶養手当

問合せ▶各区保健福祉課(P26)

20歳未満の重度又は中度の障がいがある児童を養育している方に支給される手当です(所得制限あり)。ただし、児童福祉施設等に入所している児童は支給の対象となりません。

支給額

1級(重度):56,800円 2級(中度):37,830円(令和7年4月1日現在)

障害児福祉手当

問合せ▶各区保健福祉課(P26)

重度の障がいがあり、日常生活で常に介護が必要な20歳未満の在宅の児童に支給される手当です(所得制限あり)。ただし、児童福祉施設等に入所している児童は支給の対象となりません。

支給額

16,100円(令和7年4月1日現在)

年金

国民年金(遺族基礎年金)

問合せ▶各区保険年金課(P26)

遺族基礎年金は、親を亡くした18歳に達する最初の年度末が到達していない子ども(障がいのある子どもは20歳未満)のいる母子家庭または父子家庭が対象となる年金です(受給条件あり)。

貸付金

母子父子寡婦福祉資金

問合せ▶各区保健センター 健康・子ども課(P26)

ひとり親家庭等の経済的自立を支援するため、修学・技能習得等の福祉資金を低利または無利子で貸し付けています(連帯保証人が必要な場合があります)。なお、父子家庭の方はひとり親家庭支援センター(P9)の父子相談の窓口にご相談ください。

生活福祉資金

問合せ▶各区社会福祉協議会

低所得世帯、障がい者世帯等に対し、安定した生活を目指すことを目的として生活福祉資金を貸し付けています(連帯保証人が必要な場合があります)。なお、母子・父子・寡婦福祉資金が利用できる場合には、そちらが優先されます。

協 社 議 会 福 祉	中央区／TEL.281-6113	北 区／TEL.757-2482	東 区／TEL.741-6440
	白石区／TEL.861-3700	厚別区／TEL.895-2483	豊平区／TEL.815-2940
	清田区／TEL.889-2491	南 区／TEL.582-2415	西 区／TEL.641-6996
	手稲区／TEL.681-2644	札幌市社会福祉協議会／TEL.614-0169	

札幌市保育士修学資金等貸付制度

問合せ▶札幌市社会福祉協議会TEL.614-0169

保育士養成施設への入学に必要な準備金や学費、卒業後に保育士として働くための準備金のほか、保育士が新たに保育所で働いたり、育児休業等から復帰したりする場合の子どもの保育料や、保育士として働いていない方の再就職に必要な費用を貸し付けます。一定の要件を満たすと、返済が免除となります。

税の軽減等

住民税・所得税の寡婦・ひとり親控除

問合せ▶各市税事務所 市民税課

離婚又は死別後に婚姻をしていない方で一定の要件を満たす場合、また、婚姻歴の有無にかかわらず、ひとり親の方で一定の要件を満たす場合、住民税・所得税の控除を受けられます。

【各市税事務所】 中央市税事務所(中央区) TEL.211-3914
(令和7年7月22日以降) TEL.596-6012
北部市税事務所(北区・東区) TEL.207-3914
東部市税事務所(白石区・厚別区) TEL.802-3914
南部市税事務所(豊平区・清田区・南区) TEL.824-3914
西部市税事務所(西区・手稲区) TEL.618-3914

※令和7年7月22日より中央市税事務所の電話番号が変更となります。

5.生活の向上を目指す就業支援

資格取得や能力開発

高等職業訓練促進給付金

問合せ▶各区保健センター 健康・子ども課(P26)

ひとり親家庭の親が、専門学校等の養成機関に通学しながら下記の対象資格を取得しようとする場合に、その間の生活費を支給する制度です(所得制限あり)。

【対象資格】※下線部は拡充対象

看護師	歯科衛生士	診療放射線技師	調理師
准看護師	歯科技工士	視能訓練士	栄養士
介護福祉士	はり師	義肢装具士	社会福祉士
保育士	きゅう師	自動車整備士	精神保健福祉士
理学療法士	柔道整復師	理容師	助産師
作業療法士	臨床検査技師	美容師	保健師
言語聴覚士	臨床工学技師	製菓衛生師	管理栄養士
雇用保険制度の一般教育訓練給付の指定講座(情報分野に限る。)、 特定一般・専門実践教育訓練給付金の指定講座			

【支給額】

市民税非課税世帯:月100,000円(修業期間の最後の1年間は月140,000円)

市民税課税世帯:月70,500円(修業期間の最後の1年間は月110,500円)

修了支援給付金として、非課税世帯50,000円、課税世帯25,000円(受講修了時)

★高等職業訓練促進給付金の受給者を対象とした入学準備金や就職準備金の貸付制度があります。

【問合せ先】(公社)札幌市母子寡婦福祉連合会 TEL.631-3270

自立支援教育訓練給付金

問合せ▶各区保健センター 健康・子ども課(P26)

ひとり親家庭の親が、就業のための能力開発を目的として、下記の対象講座を受講する場合、受講費用の一部を支給する制度です。

対象講座

雇用保険制度の一般教育訓練給付金・特定一般教育訓練給付金の対象講座又は専門実践教育訓練給付の対象講座のうち、看護師、社会福祉士等の専門資格を目指すための講座

支給額

受講料の6割相当額(雇用保険制度から給付を受けられる場合はその額を除いた額。上限あり)

ひとり親家庭高等学校卒業程度認定試験合格支援事業

問合せ▶各区保健センター 健康・子ども課(P26)

ひとり親家庭の親又は児童が、よりよい条件で就職や転職ができるよう、高卒認定試験対策講座の受講料等の一部を補助する制度です。

支給額

(通信制講座の場合)

①受講開始時給付金

受講費用の4割(上限100,000円)

②受講修了時給付金

受講費用の5割から①を引いた額(①と合わせて上限125,000円)

③合格時給付金

受講費用の1割(①・②と合わせて上限150,000円)

就業支援講習会

問合せ▶札幌市ひとり親家庭支援センターTEL.631-3320

ひとり親家庭支援センターでは、就職・転職を目指す方を対象に、技能習得・能力開発のための就業支援講習会や各種セミナーなどを実施しています。託児サービスもあります。講習会の日程等については、ホームページをご確認ください。

<https://satsuboren.or.jp/hitorioya/>



職業紹介・就業相談

札幌市ひとり親家庭支援センター

問合せ▶札幌市ひとり親家庭支援センターTEL.631-3320

就労に関する各種相談や無料職業紹介など、ひとり親家庭の実情に応じた就労支援を行っています。また、求人情報はホームページからもご覧いただけます。託児サービスもあります。9ページも合わせてご覧ください。

<https://satsuboren.or.jp/hitorioya/>



5.生活の向上を目指す就業支援

ここシェルジュSAPPORO

仕事と家庭の両立を目指す女性をサポートする就労支援窓口です。様々なセミナーや在宅ワークに関する相談などを実施しています。託児サービスもあります(要予約)。

◇所在地等

北区北8条西3丁目 札幌エルプラザ内 札幌市男女共同参画センター4階
TEL.792-6700 <https://coco-cierge.com>



札幌市就業サポートセンター

ハローワークと民間事業者による無料職業紹介や、求職者向けのセミナー・カウンセリング、資格やスキルの習得を目指すスキルアップ講座などの再就職支援を実施しています。また、子育て女性向けの求人も扱っているほか、社会保険労務士による労働問題や社会保険などに関する相談を行っています。

◇所在地等

北区北24条西5丁目 札幌サンプラザ1階
TEL.738-3161 <https://www.sapporo-sc.jp/>



あいワーク(中央・東・白石・厚別・豊平・清田・南・西・手稲)

ハローワークによる無料職業相談・紹介のほか、市の相談員による職業興味検査・応募書類の作成支援や生活に関する相談窓口への案内などを行っています。

[問合せ]

中央／TEL.205-3262	東／TEL.741-2415	南／TEL.582-4718
豊平／TEL.822-2560	清田／TEL.889-2080	厚別／TEL.895-2649
手稲／TEL.681-2633	白石／TEL.861-2532	西／TEL.623-2787

ハローワーク

マザーズハローワーク札幌／TEL.233-0301	ハローワーク札幌／TEL.562-0101
ハローワーク札幌東／TEL.853-0101	ハローワーク札幌北／TEL.743-8609

あいワークやハローワークなどの所在地や開設時間、その他の職業相談窓口等は下記のホームページでご確認ください。

札幌市公式ホームページ「職業相談窓口」

<https://www.city.sapporo.jp/keizai/koyo/sodan/>



6.生活支援と保育サービス

生活支援

ひとり親家庭等日常生活支援事業 問合せ▶札幌市母子寡婦福祉連合会TEL.631-3270

ひとり親家庭及び寡婦を対象として、急な残業や疾病等で一時的に生活援助が必要な場合や、生活環境の激変により日常生活に大きな支障が生じている場合などに家庭生活支援員を派遣し、家事等の支援を行います(派遣時間の上限あり)。事前登録が必要です。

生活支援サービス

問合せ▶札幌市母子寡婦福祉連合会TEL.631-3270

ひとり親家庭を対象に、保育所の送迎、夕食の支度など、家事支援サービスを有料で行っています(交通費実費負担あり)。保育所の送迎等のサービスと上記のひとり親家庭等日常生活支援事業を組み合わせ利用することもできます。

家計管理

家計改善支援事業

問合せ▶札幌市生活就労支援センター「ステップ」TEL.221-1766

家計のやりくりがうまくいかず生活にお困りの方からの家計管理に関する相談を受けるほか、家計の見直しなどについてアドバイスをします。

月曜～金曜：午前9時～午後5時(祝日・年末年始を除く)

保育所・幼稚園等

■市内保育施設一覧

<https://kosodate.city.sapporo.jp/mokuteki/azukeru/hoiku/index.html>



■市内幼稚園一覧

<https://kosodate.city.sapporo.jp/mokuteki/azukeru/yochien/youchien/>



認可保育所

問合せ▶各区保健センター 健康・子ども課(P26)

保育が必要な子どもを保護者に代わって保育する施設です。保育所によって、時間外保育、一時保育、夜間保育、休日保育を実施しています。(区保育・子育てセンター(ちあふる)についてはP23参照)

6.生活支援と保育サービス

認定こども園

問合せ▶各区保健センター 健康・子ども課(P26)

幼児教育と保育を一体的に提供する施設です。認定こども園によって、時間外保育、一時預かり、休日保育を実施しています。

地域型保育事業

問合せ▶各区保健センター 健康・子ども課(P26)

保育が必要な子どもを比較的少人数の家庭的な雰囲気の中で保育する家庭的保育・小規模保育・事業所内保育を実施しています。事業所によって、時間外保育、休日保育を実施しています。

幼稚園

小学校以降の教育の基礎を育むための幼児教育を行う学校です。幼稚園によって一時預かりを実施しています。

【問合せ】

市立幼稚園について

教育委員会教育推進課 TEL.211-3851/ 各市立幼稚園
幼児教育センター TEL.671-3454

私立幼稚園について

入園の申し込みに関することは各施設に直接お問合せください。

認可保育所・認定こども園・地域型保育事業・幼稚園を利用するにあたっては、お住まいの区の健康・子ども課に支給認定申請が必要となります(ただし、一部の私立幼稚園を除く)。詳しくはお問合せください。

【問合せ先】

各区保健センター 健康・子ども課 (P26)

認可外保育施設

P19「■市内保育施設一覧」に掲載しているほか、各区保健センターの健康・子ども課(所在地はP26)に一覧があります。

子どもの一時的な預かりなど

保育所・幼稚園等の一時預かり

問合せ▶各実施施設

保護者が保育を必要とするときに、1日単位でお子さんを預けることができます。
実施施設等の詳細は子育て情報サイトをご覧ください
<https://kosodate.city.sapporo.jp/mokuteki/azukeru/ichiji/927.html>



ファミリー・サポート・センター事業

子育ての援助を受けたい人と援助したい人が会員組織を作り、子育て家庭を支援する仕組みです。事前登録が必要です。

■さっぽろ子育てサポートセンター

保育所や幼稚園などへの送迎、保育施設や放課後児童クラブ終了後の預かり、親のリフレッシュなど、さまざまな理由で利用できます。

【問合せ】

さっぽろ子育てサポートセンター TEL.623-2415

■札幌市こども緊急サポートネットワーク

子どもの病気時、急な残業・出張が生じたときの宿泊を含め、緊急時の子どもの送迎や、預かりなどを行います。利用料金減免制度があります。

【問合せ】

札幌市こども緊急サポートネットワーク TEL.621-6626



6.生活支援と保育サービス

病児・病後児保育事業(こどもデイサービス)

病気やケガなどで登園や登校ができない時に、医療機関に併設した施設で、仕事を休めない保護者に代わってお子さんをお預かりします。

看護師や保育士などの専門スタッフが、お子さんの感染症の種類によって部屋を分けて、健康状態をチェックしながら保育しますので、安心してご利用いただけます。

事前登録や予約、キャンセルなどの手続きは、ネット予約サービス「あずかるこちゃん」から行っていただけます。

利用時間:月曜日から土曜日の午前8時から午後6時まで

利用対象:生後5か月から小学校6年生まで

利用料金:利用料3,000円+給食費300円 ※

※生活保護受給世帯と市民税非課税世帯は利用料が0円になります。利用前に「あずかるこちゃん」から札幌市へ減免の申請を行ってください。給食費は減免対象外です。

詳しくはさっぽろ子育て情報サイト(右記二次元コード)をご覧ください。
<https://kosodate.city.sapporo.jp/mokuteki/azukeru/ichiji/932.html>



ほりで一まむ(休日託児事業)

問合せ▶札幌市母子寡婦福祉連合会TEL.631-3270

日曜、祝日に就労、冠婚葬祭、リフレッシュ等により児童を保育できない場合に、2歳以上の子どもをセンターの保育室にてお預かりします。利用料金は1時間当たり幼児500円、小学生440円。昼食、飲み物は各自持参。

受付:午前9時～午後5時(平日のみ)

利用時間:午前8時30分～午後7時

子育て短期支援事業(子どもショートステイ)

子どもを養育している方が、病気、出産、冠婚葬祭、育児疲れ等により一時的にご家庭で子どもを養育できない場合に、児童養護施設・乳児院等で短期間お預かりします。

【問合せ】
各区健康・子ども課(P26) 札幌市児童相談所 TEL.622-8630

短期入所(ショートステイ)

問合せ▶各区保健福祉課(P26)

障がいのある児童を対象として、居宅で介護する方が病気などの場合に、一時的に夜間も含め施設や事業所で、入浴、排せつ、食事等の介護及びその他必要な日常生活の支援を行います。

7.子育て支援

子育て支援

子育てサロン

子育て中の親子が気軽に集い、親子同士の自由な交流や情報交換ができます。遊び等を通じた地域の人たちとのふれあいの中で、子育ての悩みや不安を解消する場です。

子育てサロンの情報は、「さっぽろ子育て情報サイト(P27)」から検索できます。

■まちなかキッズサロン おおどりんこ

【問合せ】……………TEL.211-5891

街中で親子が立ち寄りやすく、安心して交流できるサロンです。

利用時間:午前11時～午後4時

休館:毎週水曜日・12月29日～1月3日

所在地:中央区南1条西4丁目札幌エスワンビル2階

区保育・子育て支援センター(愛称:ちあふる)

保育機能のほか、さまざまな子育て支援機能を持つ施設です(認定こども園にじいろは保育機能、子育て支援機能のほか、幼稚園機能を兼ね備えています)。保育機能として、通常保育のほか、生後57日以降の産休明け保育、家庭の状況に応じた時間外保育、障がい児保育、一時保育(ちあふる・みなみを除く)を実施しています。また、子育て支援機能として、常設の子育てサロン、子育て講座、子育てに関する相談等を実施し、保護者の育児に対する不安感や負担感の軽減を図っています。

◇所在地等

ちあふる・ちゅうおう	中央区南7条西13丁目1-1……………	TEL.511-1155
ちあふる・きた	北区北25条西3丁目3-3……………	TEL.757-5380
ちあふる・ひがし	東区北9条東7丁目1-25……………	TEL.711-7801
ちあふる・しろいし	白石区南郷通1丁目南8-1……………	TEL.861-1910
ちあふる・あつべつ	厚別区厚別中央1条6丁目1-10………	TEL.887-8165
ちあふる・とよひら	豊平区月寒東1条東4丁目2-11………	TEL.851-3945
認定こども園にじいろ	清田区真栄2条1丁目11-20……………	TEL.883-3345
ちあふる・みなみ	南区真駒内幸町2丁目2-2……………	TEL.215-0183
ちあふる・にし	西区二十四軒3条5丁目6-11……………	TEL.621-1496
ちあふる・ていね	手稲区手稲本町3条2丁目4-15………	TEL.681-3160

※子育て相談専用の連絡先はP10を参照

こそだてインフォメーション

問合せ▶各区健康・子ども課(P10)

区役所庁舎内等(保健センターなど)に、保育士が常駐し、子育て相談・子育て講座・お出かけスポット・一時預かりサービス等の情報提供、絵本の貸出しを行っています。キッズスペースもあり、ゆったりとご利用いただけます。この他、札幌市ファミリー・サポート・センター事業(P21)や病児・病後児保育事業(P22)の事前登録説明会も実施しています。

8. 子どもの育ちと学びのための支援

学習や居場所の支援

ひとり親家庭学習支援ボランティア事業

ひとり親家庭の児童(小学校3年生～中学生)を対象に、大学生等のボランティア講師が学校の勉強のわからないところを補うほか、進路などの相談に応じます。費用は無料で、事前に申込み(電話・ホームページ)が必要です。

【申込み】

札幌市母子寡婦福祉連合会…………… TEL.631-3270(平日午前9時～午後5時)
<https://satsuboren.or.jp/hitorioya/>



放課後児童クラブ

問合せ▶市子ども未来局 子ども企画課TEL.211-2989

放課後帰宅しても保護者が就労などにより不在のため、適切な指導、援助が受けられない小学生の遊びや生活の場として、市内にある児童会館及びミニ児童会館において児童クラブを開設しています。

◇開設時間(日曜・祝休日・年末年始を除く):

下校時～午後7時(土曜日など学校休業日 午前8時～午後7時)

◇利用料金:無料

(ただし、午前8時～午前8時45分または午後6時～午後7時までの利用は月額2,000円。)
令和7年9月からは月額2,300円

また、地域の児童健全育成関係者や父母等が運営する民間児童育成会や、届け出のあった民間放課後児童健全育成事業所もあります(開設時間、利用料金はそれぞれのクラブによって異なりますので、各クラブにお問合せください)。

児童発達支援・放課後等デイサービス

問合せ▶各区保健福祉課(P26)

障がいのある児童を対象として、日常生活における基本的な動作の習得及び集団生活への適応等のための支援、生活能力の向上のために必要な支援、地域との交流促進のための支援などを行います。

就学のための経済的支援

就学援助

小・中学生のいる世帯で所得が一定額以下となる方や児童扶養手当を受給されている方などに対して、学用品費、給食費等の援助をします。

【問合せ】市教育委員会 教育推進課……………TEL.211-3851/各小中学校

札幌市奨学金

問合せ▶市教育委員会 教育推進課TEL.211-3851

意欲や能力があるにもかかわらず、経済的理由で修学が困難な学生、生徒のための制度です。大学、高等専門学校、高等学校、専修学校(制限あり)に在籍している方が対象です。なお、障害者手帳のある方と、定時制・通信制高校に在籍している方を対象に、優先的な採用枠を設けています。

札幌市特別奨学金

問合せ▶各区保健福祉課(P26)

低所得世帯の児童で、その世帯の経済的自立を図るため、技能習得を目的とした普通科以外の高校や専修学校高等課程などに修学される方が対象です。技能習得資金(月額)は公立5,000円・私立8,000円、入学支度金(入学時)は公立10,000円、私立15,000円を支給します。

その他の支援

保育所等訪問支援

問合せ▶各区保健福祉課(P26)

障がいのある児童を対象として、専門職員が保育所などを訪問し、集団での生活に必要な支援やスタッフへの助言などを行います。

9. 安心して生活できる住居などの支援

住居などの支援

ひとり親家庭住宅支援資金貸付

問合せ▶札幌市母子寡婦福祉連合会TEL.631-3270

札幌市ひとり親家庭支援センターで実施している「母子・父子自立支援プログラム」の策定を受け、自立に向けて意欲的に取り組むひとり親家庭の親に対し、償還免除付きの家賃相当の貸付けを行います。

市営住宅

問合せ▶札幌市住宅管理公社募集担当係TEL.205-3071

市営住宅の定期募集で申込年数に応じて付与される抽選番号に加え、ひとり親世帯が応募した際に抽選番号を2つ付与し、当選率を高める優遇制度を実施しています。また、子育て世帯や若年層世帯に限定した募集を実施しています(入居要件あり)。

母子生活支援施設

問合せ▶各区保健センター 健康・子ども課(P26)

生活・住宅・就職などの困難な問題があるために児童の福祉に欠ける母子世帯に生活の場を提供し、自立のための支援、相談・指導を行う入所施設です。

その他

■UR賃貸住宅 北海道住まいセンター(TEL.261-6420)へお問合せください。

■道営住宅 北海道住宅管理公社(TEL.205-5255)へお問合せください。

交流場所の提供

ひとり親家庭の親及び寡婦の交流場所として、札幌市ひとり親家庭支援センターの研修室や技能習得室をご利用いただけます。

【利用可能な施設】 研修室(定員30名)、技能習得室(定員60名)

【利用時間等】 月～金曜(12月29日～1月3日を除く) 午前9時～午後7時

※札幌市ひとり親家庭支援センターの事業その他の管理業務で使用する場合はご利用になれません。
※原則として、1団体又は1グループにつき、週1回の利用を限度とします。

【利用料金】 無料

【利用予約】 月～金曜(12月29日～1月3日を除く) 午前8時45分～午後5時30分
札幌市ひとり親家庭支援センターの窓口又は電話で受付
予約開始は、利用日の2か月前の日(前々月の同じ日とし、同じ日がないときはその月の末日。ただし、その日が予約受付日に該当しない場合は、直前の予約受付日)

【申込み】 札幌市ひとり親家庭支援センター TEL.631-3320

各区役所・保健センター連絡先一覧

区役所は代表、保健センターは健康・子ども課の連絡先です。

中央区	区役所 保健センター	TEL.231-2400 TEL.205-3351	中央区南3条西11丁目
北区	区役所 保健センター	TEL.757-2400 TEL.757-1181	北区北24条西6丁目1-1 北区北25条西6丁目1-1
東区	区役所 保健センター	TEL.741-2400 TEL.711-3211	東区北11条東7丁目1-1 東区北10条東7丁目1-20
白石区	区役所 保健センター	TEL.861-2400 TEL.862-1881	白石区南郷通1丁目南8-1
厚別区	区役所 保健センター	TEL.895-2400 TEL.895-1881	厚別区厚別中央1条5丁目3-2
豊平区	区役所 保健センター	TEL.822-2400	豊平区平岸6条10丁目1-1
清田区	区役所 保健センター	TEL.889-2400	清田区平岡1条1丁目2-1
南区	区役所 保健センター	TEL.582-2400 TEL.581-5211	南区真駒内幸町2丁目2-1 南区真駒内幸町1丁目3-2
西区	区役所 保健センター	TEL.641-2400 TEL.621-4241	西区琴似2条7丁目1-1 西区琴似2条7丁目1-20
手稲区	区役所 保健センター	TEL.681-2400 TEL.681-1211	手稲区前田1条11丁目1-10

LINE公式アカウント
@札幌市
ひとり親家庭支援

支援制度のご案内など、ひとり親家庭の
方に役立つ様々な情報を発信します。



さっぽろ子育て情報サイト

札幌市の子育てに関する総合サイトです。
[HP] <https://kosodate.city.sapporo.jp/>



【ひとり親家庭等への支援】
年齢・対象者別で探す▶ひとり親家庭

札幌 子育て情報

さっぽろ
子育てアプリ

予防接種スケジュール管理、子育て日記
機能など、子育て情報の管理をより便利
で手軽に行うことができます。

さっぽろ子育て
きずなメール

札幌市の支援施策のほか、妊娠中は
胎児の成長に応じた情報を、出産後
は赤ちゃんの月齢に応じた育児情報を
タイムリーにお届けします。(左記子育て
アプリから無料購読可能)

札幌市コールセンター
(年中無休 午前8時～午後9時)

市役所のどこに聞いたら
よいか分からないときなど
にご利用ください。

よくある質問検索はこちら▶

[TEL] 011-222-4894

[MAIL] info4894@city.sapporo.jp

[HP] <https://www.callcenter.city.sapporo.jp/sapporo/cc/web/index.html>

札幌市公式
LINEアカウント

子育てやイベントの情報、お住まいの
地域のごみ収集日のお知らせ、災害
など緊急時の情報などを配信します。

