

相談窓口

市町村・団体名	窓口	電話	市町村・団体名	窓口	電話
(一財)島根県母子寡婦福祉連合会		0852-32-5920	奥出雲町	福祉事務所	0854-54-2541
島根県社会福祉協議会	福祉資金係	0852-32-5953	飯南町	福祉事務所	0854-72-1773
島根県	青少年家庭課	0852-22-6688	川本町	健康福祉課	0855-72-0633
松江市	子育て支援課	0852-55-5316	美郷町	健康福祉課	0855-75-1931
浜田市	子育て支援課	0855-25-9331	邑南町	福祉課	0855-95-1168
出雲市	子ども政策課	0853-21-6218	津和野町	健康福祉課	0856-72-0673
益田市	子ども福祉課	0856-31-0243	吉賀町	保健福祉課	0856-77-1165
大田市	子ども家庭相談室	0854-83-8148	海士町	健康福祉課	08514-2-1823
安来市	福祉課	0854-23-3248	西ノ島町	健康福祉課	08514-6-0104
江津市	子育て支援課	0855-52-7487	知夫村	村民福祉課	08514-8-2211
雲南市	子ども家庭支援課	0854-40-1067	隠岐の島町	保健福祉課	08512-2-8561

ひとり親家庭の暮らしを助けるサポートガイド



お気軽にご相談ください

ひとり親家庭への 支援制度のご紹介

あなたとお子さんを
サポートします



島根県健康福祉部青少年家庭課

島根県が委託する

島根県母子寡婦福祉連合会

について

ひとり親家庭の自立を支援するため、
お一人お一人に合った
さまざまな相談に応じています。

島根県母子寡婦福祉連合会Instagram



- 就業支援：自立支援プログラムの策定や無料職業紹介、就業支援講習会等を実施します。
- 生活支援：一時的に家事・保育サービスを必要とされる方に、家庭生活支援員を派遣します。
- 法律相談：養育費、借金等、様々なお困りごとに弁護士が無料で相談に応じます。
- 養育費相談：養育費の取り決めなどについてご相談ください。

「どこへ相談すれば良いのか迷う」「聞きたい事がたくさんある」
そんな方はまずこちらへご連絡ください！

島根県
健康福祉部
青少年家庭課

TEL.0852-22-6688



てごしてしまね

<https://tegoshite-shimane.jp/>

ホームページからも
情報をご覧いただけます。



県ホームページ

<https://www.pref.shimane.lg.jp/>

島根県ひとり親家庭支援情報メールマガジンのご紹介

県では、ひとり親家庭の皆様の支援施策についてのメールマガジンを発行しています。

登録方法 下記のメールアドレスにメールをお送りいただければ、登録完了です。

送り先アドレス seisyou@pref.shimane.lg.jp

QRコード読み取りで
メール作成画面に
移動します



題名に「メルマガ登録」とお書きください。

本文...性別・年代・お住まいの市町村（例）女性・30代・松江市

※配信内容の充実に役立てるため、メール本文に性別・年代・お住まい市町村の記入にご協力をお願いします。

※登録されてからメルマガが配信されるまで、若干時間がかかる場合がありますので、ご了承ください。

※メルマガの配信停止を希望する場合は、題名を「メルマガ削除」として、上記アドレスへメールをお送りください。

お困りごとをご支援いたします!!

※制度によっては所得要件や、事前に相談が必要なものもありますので、詳細は最寄りの市町村や県にお問い合わせください。



お子様のライフステージに沿ったご支援もごございます!!



生活 ① 日常生活支援事業 病気や生活環境の激変等により、一時的に家事等の生活援助や保育サービスが必要な方を対象に、家庭生活支援員を派遣します。 お問い合わせ (一財)島根県母子寡婦福祉連合会	経済 ② 児童扶養手当 児童を養育しているひとり親家庭に対し、生活の安定と自立を助けるため、手当を支給します。 お問い合わせ 市町村ひとり親家庭相談窓口	生活 ③ 子どもの生活・学習支援事業 主に放課後、ボランティア等による基本的な生活習慣の習得支援、学習支援などを行うことにより、お子様の生活の向上を図ります。 ※一部の市町村のみ実施市町村は、県HPでご確認ください。 お問い合わせ 市町村ひとり親家庭相談窓口	経済 ⑧ 高等職業訓練促進資金貸付制度 高等職業訓練促進給付金を受給しながら養成機関で資格の取得を目指す方を対象に、入学準備金、就職準備金を貸し付けます。就職後一定の要件を満たした方については、返済を全額免除します。 お問い合わせ 島根県社会福祉協議会	就業 ⑨ 母子父子自立支援プログラム策定事業 ひとり親家庭の生活の自立を支援するため、専門の相談員が、一人ひとりの状況に応じた自立支援のプログラムと一緒に作り、ハローワーク等の関連機関と連携して就業に結びつけます。 お問い合わせ (一財)島根県母子寡婦福祉連合会又は市町村ひとり親家庭相談窓口	総合 ⑩ 母子父子自立支援員による相談 各種支援制度の情報提供をするとともに、くらし・子育て・就労・養育費取得など、さまざまな悩みの相談に応じます。 お問い合わせ 市町村ひとり親家庭相談窓口
生活・就業 ④ 母子父子福祉センター 無料職業紹介等のきめ細かな就業相談、無料法律相談会の開催、養育費相談等、ひとり親家庭に寄り添ったサービスを提供しています。 お問い合わせ (一財)島根県母子寡婦福祉連合会	経済 ⑤ 自立支援教育訓練給付金 ひとり親家庭の母(父)が、医療事務やホームヘルパー等の教育訓練講座を受講し修了した場合に、その経費の一部を支給します。※一部の市町村のみ実施市町村は、県HPでご確認ください。 お問い合わせ 市町村ひとり親家庭相談窓口	経済 ⑥ 高等職業訓練促進給付金 ひとり親家庭の母(父)が、看護師や介護福祉士等、専門機関で長期間学びながら就職に有利となる資格の取得を目指す場合、月々、給付金を支給します。 ※一部の市町村のみ実施市町村は、県HPでご確認ください。 お問い合わせ 市町村ひとり親家庭相談窓口	経済 ⑪ JR定期乗車券の割引制度 児童扶養手当給付世帯等の母(父)、お子様などが、旅客鉄道株式会社(JR)の通勤定期乗車券を購入する場合、割引運賃(3割引)が適用されます。 お問い合わせ 市町村ひとり親家庭相談窓口	経済 ⑫ 就学援助制度 経済的理由で小学校・中学校への就学が困難な児童・生徒の保護者に対し、学用品費や給食費などを援助します。 お問い合わせ 在学している学校又は住所の市町村教育委員会	経済 ⑬ 母子父子寡婦福祉資金貸付制度 お子様の修学に必要な資金や、母又は父の就職のための資格取得や技能習得に要する資金など、12種の資金の貸付を行います。(医療介護資金/技能習得資金/就職支度資金/生活資金/事業開始資金/事業継続資金/転宅資金/住宅資金/就学支度資金/修学資金/修業資金/結婚資金) お問い合わせ 市町村ひとり親家庭相談窓口
経済 ⑦ 福祉医療費助成制度 ひとり親家庭の母(父)とその児童等の医療費を助成します(所得制限があります)。 お問い合わせ 市町村役場福祉医療担当窓口					

ここに掲載されている以外にも様々な制度がございます。詳しくは、こちらをご覧ください。

島根県青少年家庭課 ホームページ

