

—生活・育児支援、就業支援、経済支援、交流場所の提供—
**ひとり親家庭が抱える問題や悩みを
4タイプの支援制度を活用して軽減**



このコーナーでは全国で活躍している金融広報アドバイザーによる誌上セミナーを行います。今回のテーマは「ひとり親家庭の支援制度を知る」です。コロナ禍などでより厳しい環境にいるひとり親家庭にとって、支援制度の活用はとても大切です。ひとり親家庭が抱える問題や悩みを四つの側面から改善する支援制度について、八束和音アドバイザーにうかがいました。

第27回

講師：八束和音

大阪府金融広報アドバイザー

**経済的に厳しい
ひとり親家庭の現状**

ひとり親家庭とは、20歳未満の未婚の子どもを養育する母子家庭や父子家庭などをいいます。厚生労働省の「平成28年度全国ひとり親世帯等調査結果の概要について」より、ひとり親の現状について見ていきましょう【図表1】。

世帯数を見ると、圧倒的に母子家庭が多いのですが、これはひとり親家庭になった理由は離婚によるものが多い中で、子どもの親権を母親が持つケースが大半を占めているためと思われる。世帯平均年収を見ると、ひとり親家庭は一般家庭の平均を下回り、くに母子家庭は一般家庭の半分に満たず、経済的に厳しい家庭が多いのが実

【図表1】ひとり親家庭の現状

	母子家庭	父子家庭
世帯数（推計値）	123.2万世帯	18.7万世帯
非正規雇用の割合	48.4%	7.8%
世帯平均年収（同居親族を含む）	348万円	573万円
児童がいる世帯を100とした場合の平均年収の比較（※）	49.2	81.0

（※）児童とは20歳に満たない者をいう（母子及び父子並びに寡婦福祉法）。

（出所）厚生労働省「平成28年度全国ひとり親世帯等調査結果の概要について」を基に作成

情です。その大きな要因として、母子家庭の雇用形態はパートやアルバイトといった非正規雇用の割合が高く、就労収入が少ないことが挙げられます。コロナ禍以降、仕事を休めばそれだけ収入が減少しますし、子どものアルバイト代も家庭の大切な収入源になっていくひとり親家庭では、コロナ禍の影響で親子ともに働けなくなり、家計に大きなダメージを受けて相談に訪れる方もいます。

政府や自治体では、ひとり親家庭が抱える問題や悩みに対して、さまざまな支援策を実施しており、コロナ禍などでより厳しい状況が続く現在、ぜひ活用したいものです。ひとり親家庭は日々の生活で精いっぱいになりがちですが、支援制度は申請を前提としているため、まずはどのような制度があるのか知ることが、支援制度活用の第一歩となります。

**ひとり親家庭の支援制度を
上手に活用しよう**

ひとり親家庭の問題や悩みと一口に言っても、各家庭の置かれた状況や支援ニーズはさまざまです。ひとり親家庭が知っておいてもらいたい支援制度を、支援ニーズ別に4タイプに分類しましたので、自分が活用したい制度を見つける参考にしてみてください【図

表2】。

①生活・育児支援

基本的には、ひとり親家庭の子どもについての問題を改善するための支援です。家庭生活支援員による悩み相談や専門家による家計管理、ヘルパーの派遣、子どもの生活指導や学業支援などがあります。

②就業支援

世帯主（ひとり親）の就職や収入アップなどをめざして、ひとり親家庭の自立を支援します。就業相談や教育訓練の用意、教育訓練の受講料や修業中の生活費の支給のほか、入学金や就職準備金などの貸付などがあります（一定の条件を満たせば返済が免除される）。

③経済支援

経済的に困難に直面するひとり親家庭に対して、手当の支給、就職のための技能習得費用や生活資金などの貸付、所得控除による減税といった支援があります。

④交流場所の提供

ひとり親家庭は時間的にも経済的にも、また精神的にも余裕がなく、孤立しやすい傾向にあります。その対策として、ひとり親家庭同士が交流し、お互いの悩みを相談し合ったり、情報を交換する交流の場を提供しています。「何をどう相談すべきかわからない」「どこに相談に行けばよいかかわ

【図表2】 知っておきたいひとり親家庭の支援制度

支援制度の4タイプ	制度名	内容(※)
①生活・育児支援	ひとり親家庭等日常生活支援事業	ひとり親家庭が修学や疾病などにより、一時的に生活援助や保育サービス等が必要となった場合、または生活環境の激変により日常生活に支障が生じている場合に、生活を支援する家庭生活支援員を派遣。食事、掃除、買い物、乳幼児の保育、児童の生活指導といった世話などを行う。
①生活・育児支援 ④交流場所の提供	ひとり親家庭等生活向上事業	家計管理や育児、健康管理、孤立感など、ひとり親家庭が抱えるさまざまな問題の解決を支援。悩み相談、専門家による家計管理や育児等の講習会の開催、ひとり親家庭が相談し合う交流会の実施、子どもの生活習慣の習得支援や学習支援等を行う。
①生活・育児支援 ②就業支援 ④交流場所の提供	母子家庭等就業・自立支援センター事業	ひとり親家庭に対して、就業相談や就業支援講習会、在宅就業推進事業（在宅就業に関するセミナー開催や在宅就業コーディネーターによる支援など）、就業情報の提供など一貫した就業支援サービスを提供。新型コロナウイルス感染症などで経済的に不安なひとり親家庭に、専門家が家計に関する無料アドバイスをしたり、ひとり親家庭同士の懇話会を提供する自治体もある。
②就業支援	自立支援教育訓練給付金	児童扶養手当を受給またはそれと同等の所得水準のひとり親家庭の親が、就業やスキルアップをめざした能力開発を行うことを支援。指定の教育訓練講座（簿記検定試験など。自治体によって異なる）を受講した場合、修了後に受講料の6割相当額（上限あり）が支給される。
②就業支援	高等職業訓練促進給付金	児童扶養手当を受給またはそれと同等の所得水準のひとり親家庭の親が、就職のために資格取得をめざして修業する期間の生活費を支援。対象の養成機関（看護師、保育士、調理師など）で6カ月以上（2022年度）のカリキュラムを修業し、資格取得が見込めれば、修業の期間中（上限4年）月額10万円（住民税非課税世帯の場合）が支給される。
①生活・育児支援 ②就業支援	ひとり親家庭高等職業訓練促進資金貸付事業	高等職業訓練促進給付金を活用しているひとり親家庭の親に対して、入学準備金50万円・就職準備金20万円を上限に無利子（保証人がいる場合）で貸し付ける。2021年度より「ひとり親家庭住宅支援資金貸付」を新設。母子・父子自立支援プログラムの策定を受け、自立に意欲的なひとり親家庭を対象に、入居している住宅の家賃の実費（上限4万円）を、原則12カ月に限り無利子で貸し付ける。どちらの貸付金にも返済が免除になる要件がある。
③経済支援	児童扶養手当	18歳以後の最初の3月31日までの子どもを監護するひとり親家庭が対象。家庭の所得によって「全部支給」、「一部支給」、「不支給」に分かれ、支給額は月額4万3,070円(2022年度)を基本に、所得や子どもの人数などによって異なる。
③経済支援	母子父子寡婦福祉資金貸付金	20歳未満の子どもを扶養しているひとり親家庭の親などに、技能習得や修学、就学支度支援、生活などのための12種類の資金を貸し付ける。利子は無利子または年利1%（貸付金の種類や連帯保証人の有無によって異なる）。新型コロナウイルス感染症の影響に対する施策で、返済期間を猶予できる場合もある。
③経済支援	ひとり親控除	2020年に創設された所得控除の税制。その年の12月31日時点で生計を一にする子どもがいるひとり親家庭を対象とし、要件に該当すると所得から35万円の控除額が差し引かれ、納税額が軽減される。

(※) 自治体等によって実施していなかったり、支援内容や要件等が異なる場合がある。

らない」という方は、まず住んでいる自治体の担当課窓口（名称は自治体によってさまざま）や福祉事務所を訪ねましょう。そこでひとり親家庭を支援する制度や場所を教えてください、それを足がかりに、受ける支援を具体的に検討することをお勧めします。

また、公的支援以外に、NPO法人など民間団体の支援活動がたくさんあります。活動内容は団体によってさまざまですが、情報収集や情報交換の場として活用する方が多いようです。まずは、自治体などのWEBサイトで紹介されている団体からチェックしてみてください。

重要度&注目度が高い支援制度をチェック

支援制度や支援事業の中で、特に重要な制度や注目の支援事業をいくつか紹介します。

■児童扶養手当

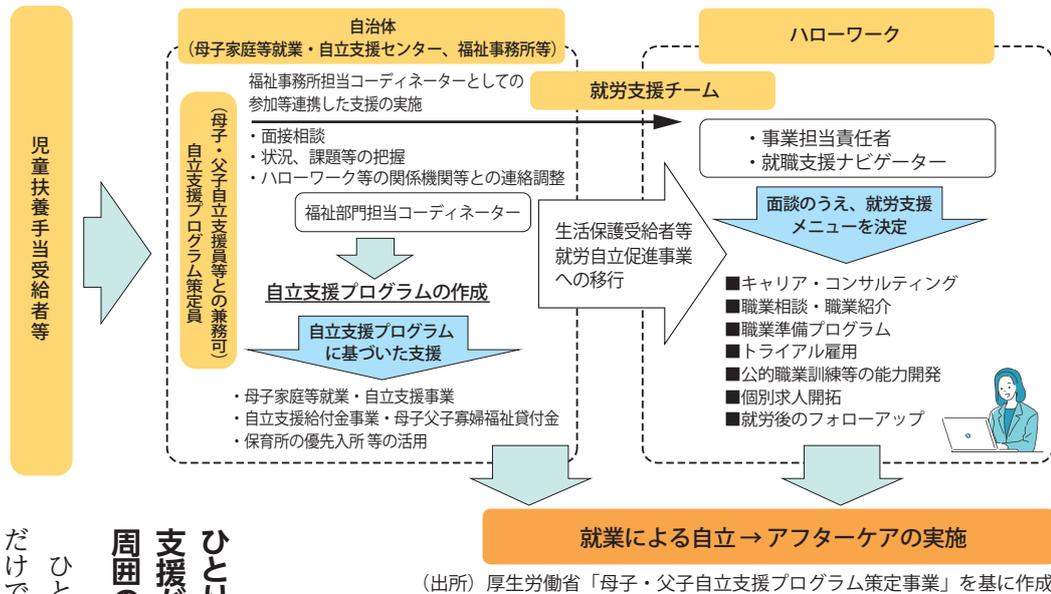
母子家庭の7割超が受給しています。この児童扶養手当の受給が、ほかのひとり親支援制度を受ける要件になることが多く、制度を活用するうえでまず押さえておくべき支援です。手当の受給以外に、J-Rの通勤定期の割引や水道・下水道料金の減免など、さまざまな優遇支援を受けられることもポイントです（要申請。自治体によって

優遇内容は異なる）。2021年の改正で、障害年金受給者についての併給調整が見直しされ、児童扶養手当の額が障害年金の子の加算部分の額を上回る場合、差額を受給できるようになったことも、知っておくとよいでしょう。

■母子・父子自立支援プログラム策定事業【図表3】

2005年度から実施されている、児童扶養手当受給者などを対象とした就労支援事業です。支援は、次のような流れになります。□福祉事務所などに配置された自立支援プログラム策定員が、個別の面接で各家庭の生活状況や資格取得などについての状況把握を行い、個々のケースに応じた「自立支援プログラム」を策定します。□プログラムに基づいて、母子父子寡婦福祉貸付金や保育所の優先入所などの支援を活用して就業をめざします。また、ハローワークや母子家庭等就業・自立支援センターとも連携して、就職支援ナビゲーターが面談で就労支援メニューを決定。職業紹介トライアル雇用の活用などで就業を支援してくれます。□就業して自立した後も、アフターケアによって自立した状況を継続できるように支援してくれれます。この制度は、各家庭の実情に応じ、就業に向けたきめ細かい支援策を作成してくれるので、ぜひ活用を検討してみてください。

【図表3】母子・父子自立支援プログラム策定事業の流れ



また、過去にはひとり親世帯を対象にした給付金が実施されたことがあるほか、2022年度は、低所得のひとり親世帯を含む低所得子育て世帯への給付金が実施されています。こうした給付金の情報について、アンテナを

高く張っておきましょう。自治体独自の支援制度にも、注目したい制度は少なくありません。「ひとり親家庭等医療費助成制度」は、公的医療保険が適用される入院や通院にかかる自己負担金を一部助成し、中学生

ひとり親家庭は、経済的な困難だけでなく、情報や人とのつなが

ひとり親家庭に必要な支援が行き渡るためには 周囲の役割も重要

そのほか、ひとり親家庭に限定しない支援制度（低所得者対象など）なども忘れずにチェックして、活用できる制度を見逃さないようにしましょう。

ただ、実際問題として、生活に余裕がない中で、支援を受けるために必要な情報を集め、関係機関に相談するなどの行動を起こしたり、少し先の将来を考えるとといった「一歩」を踏み出すことが難しいひとり親家庭も多いと思います。そこで大事になるのは、ひとり

りが十分でないという困難も抱えています。国や自治体、民間では、その軽減・解消のための支援に力を注いでいるのはこれまで見てきたとおりです。子どものため、1人で子育てしているご自身のため、抱えている困難を少しでも減らすべく、まずは、そうした支援制度・活動に関する情報を集めることから始めてみてください。また、ひとり親家庭は、経済的・時間的に余裕がなく日々の生活のことで精いっぱいになりがちですが、少し先の将来を考えると、子どもの成長に合わせることも大事です。子どもの成長に合せて「こうありたい、こうなりたい自分」を描くことで、それに向けてどういう支援機関や制度を利用するかを考えることができるようになります。

り親家庭の周囲の人です。支援を必要としているひとり親家庭に、今回ご紹介した制度を伝えるといった、周囲の「二歩」もまた、ひとり親家庭の孤立を防ぎ、抱える困難軽減に向けた助けになり得ます。支援制度の活用や周りのサポートで、ひとり親家庭が、お子さんと一緒に健やかな家庭を築いてほしいと願っています。



八束和音（やつか・かずね）

CFP®、1級FP技能士、「エフピィ ハーモニー」代表、大阪府金融広報アドバイザー。大手住宅メーカー、FP事務所を経て、1998年にファイナンシャル・プランナーとして独立。個人マネープランにまつわる相談業務、執筆、講演など、関西を中心に幅広く活動している。これまで取り扱った家計相談は1000件以上。「頑張り過ぎない家計運営」をモットーに、生活者の目線に立った家計についてのプランニング提案を実践している。

- の め
- 回 と
- 今 ま
- ★ひとり親家庭は経済的・社会的基盤が相対的に弱い。
- ★まずは支援制度を知ることから始めてみる。
- ★ひとり親へ情報を届ける周囲の役割も重要。