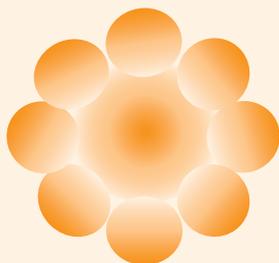


ひとり親のお父さん・お母さんへ
これから離婚を考えている方へ



サポートガイドブック

..ひとり親家庭の支援制度やお役立ち情報をまとめました..



令和7年7月
奈良市

目次

P2～P6	相談 相談窓口一覧
P7～P8	手当・年金 児童扶養手当、遺族基礎年金・遺族厚生年金、寡婦年金、児童手当、交通遺児等援護事業
P9～P10	健康・医療 ひとり親家庭等医療費助成、母子健康相談、予防接種相談
P11～P13	住まい・暮らし 公営住宅、生活福祉資金、住宅支援資金、母子・父子・寡婦福祉資金貸付金、生活保護、奈良市くらしとしごとサポートセンター、母子生活支援施設、奈良市フードバンク事業、ひとり親家庭等生活支援事業
P14～P20	子育て 保育所・認定こども園等、一時預かり、病児・病後児保育、子育て短期支援事業、ファミリーサポート・センター、放課後児童クラブ（バンビーホーム）、ひとり親家庭等日常生活支援事業、教育支援センター・公設フリースクール、就学援助、高等学校就学支援金制度、私立高等学校等授業料等軽減補助金、高校生等奨学給付金、奈良県高等学校等奨学金制度、生活福祉資金、母子・父子・寡婦福祉資金貸付金、(独)日本学生支援機構奨学金
P21～P23	就業支援 母子家庭等就業・自立支援センター（奈良県奈良しごとiセンター）、ひとり親家庭高等学校卒業程度認定試験合格支援事業、母子家庭等自立支援教育訓練給付金、母子家庭等高等職業訓練促進給付金、ひとり親家庭高等職業訓練促進資金貸付
P24	その他の支援 養育費確保の支援、税の軽減、JR 通勤定期等の割引、若者の自立をサポート、犯罪被害者等への見舞金の支給
P25～P26	関係機関・情報提供 NPO 法人 Happy mam、認定 NPO 法人おてらおやつクラブ、奈良市の子育ておうえんサイト子育て@なら、奈良市子ども未来部公式 X (旧 Twitter)・Instagram・LINE、なら子育て情報ブック (冊子)

それぞれ関係のあるものには、各項目の横に、下記のような印をつけました。

-  母子家庭（配偶者のない女子で現に 20 歳未満の児童を扶養している方）に関係があるもの
-  父子家庭（配偶者のない男子で現に 20 歳未満の児童を扶養している方）に関係があるもの
-  寡婦（配偶者のない女子でかつて母子家庭の母であった方）に関係があるもの

相 談 母 父 寡

まずはこちらにご相談ください

相談

○母子・父子自立支援員による相談

ひとり親家庭等又は離婚前の方に対し、生活のことや子どもの養育のこと、就職や自立の支援あるいは母子・父子・寡婦福祉資金貸付金の利用などの相談に応じます。

【日時】月～金曜日 午前9時～午後5時

◇窓口・・・子ども給付課

(TEL 0742 - 34 - 5086)

※相談の予約が、スマートフォンなどから
できるようになりました※



手当・年金

健康・医療

住まい
・暮らし

生活のことや子どもの相談

子育て

○子ども家庭相談

子どもの成長発達や家庭の様々な問題について相談に応じています。

【日時】月～金曜日 午前9時～午後5時

◇窓口・・・子ども育成課 (TEL 0742 - 34 - 4804)

就業支援

○民生委員・児童委員

社会奉仕の精神をもった経験豊かな人が市内各地域で福祉に関する生活の困りごとや子どものことについて広く相談に応じています。担当の民生委員・児童委員がわからない場合は下記担当課までお問い合わせください。

◇担当課・・・長寿福祉課 (TEL 0742 - 34 - 5439)

その他の
支援

○教育相談

学校へ行きづらさを感じているお子さまの相談や小学校1年生から高校3年生までの年齢のお子さまに関わる心理的な相談、その保護者の方の心理的な相談に応じています。

【日時】月～金曜日 午前9時～午後5時 (祝日・年末年始は除く)

◇窓口・・・教育支援課 教育相談総合窓口

(はぐくみセンター) (TEL 0742 - 93 - 8199)

関係機関
・情報提供

○LGBT 法律相談 (要予約)

様々な性的指向や性自認を有する方のための専門相談です。(弁護士が対応) 家族や周りの方からの相談も可。

【日時】毎月第4金曜日 (祝日の場合は翌月の第1金曜日) (希望日の1週間前午前9時から前日の午後4時30分まで電話にて受付)

◇担当課・・・共生社会推進課 (TEL 0742 - 34 - 4733)

- ひとり親コンシェルジュによる総合相談
ひとり親家庭等の方の相談に応じます。

センターについての
詳細は P5 参照

◇窓口・・・奈良県スマイルセンター (TEL 0742 - 24 - 7624)

相談

奈良市役所内での出張相談も実施しています

【日時】 毎月 第 1 木曜日 午前 9 時～正午

【場所】 市役所中央棟 1 階 「玄関ホール会議室」

奈良県スマイルセンターへ事前にお申し込みください。

手当・年金

健康・医療

就業相談

住まい
・暮らし

- 奈良市くらしとしごとサポートセンター

(詳細は P12 「住まい・暮らし」 参照)

ひとりでは仕事探しが難しい、失業等により家賃が払えないなど生活にお困りの方を支援するセンターです。

子育て

- 職業紹介機関・相談機関について

以下の各機関でも仕事についての相談が可能です。

就業支援

■職業紹介機関

機関名等	所在地	電話
ハローワーク奈良	法蓮町 387	0742 - 36 - 1601
マザーズコーナー	法蓮町 387 (ハローワーク内)	0742 - 36 - 1601
奈良県地域就職支援センター	西木辻町 93 - 6 エルトピア奈良	0742 - 25 - 3708

その他の
支援

■職業相談機関

機関名等	所在地	電話
奈良県母子家庭等 就業・自立支援センター (奈良県奈良しごとiセンター)	西木辻町 93 - 6 エルトピア奈良 (奈良労働会館) 内	0742 - 27 - 8054
奈良しごとiセンター		0742 - 23 - 5730
ならジョブカフェ		0742 - 23 - 5730

関係機関
・情報提供

女性相談・男性相談

○女性問題相談

家族・DV・結婚・子育て・性・家庭の問題や自分の生き方などの悩みに
ついて女性問題相談員が相談に応じます。

◆奈良市女性問題相談室 (TEL 0742 - 81 - 3102)

【日時】月～水、金、土曜日 午前10時～正午・午後1時～4時

◆西部会館2階相談室 (TEL 0742 - 46 - 3978)

【日時】月・水曜日 午前10時～正午・午後1時～4時

◆北部会館2階相談室 (TEL 0742 - 70 - 2070)

【日時】木曜日 午前10時～正午・午後1時～4時

※祝日・12月28日～1月4日を除く

◇窓口・・・各相談室へお問い合わせください。

○女性のための法律相談 (要予約)

女性を取り巻く法的諸問題に女性弁護士が応じます。

【日時】毎月 第3木曜日 (祝日の場合は第4木曜日。要問合わせ)

午前10時～正午・午後1時～3時

※1週間前の午前9時から電話により予約を申込順に受け付け。相談は面談
とし、1人30分。市内在住の女性対象。

◇窓口・・・共生社会推進課男女共同参画室 (TEL 0742 - 81 - 3100)

■女性相談機関

機関名等	所在地	電話
奈良県中央こども家庭 相談センター	紀寺町 833	0742 - 22 - 4083
奈良県女性センター <女性相談コーナー>	東向南町 6	0742 - 22 - 1240

■男性相談機関

機関名等	所在地	電話
奈良県女性センター 男性のための相談窓口	東向南町 6	0742 - 27 - 0304 (相談専用) 0742 - 27 - 2300 (面接相談予約)

相談

手当・年金

健康・医療

住まい
・暮らし

子育て

就業支援

その他の
支援

関係機関
・情報提供

健康相談

相談

- 母子健康相談（詳細は P10「健康・医療」参照）
- 予防接種相談（詳細は P10「健康・医療」参照）

手当・年金

健康・医療

住まい ・暮らし

子育て

就業支援

その他の 支援

関係機関 ・情報提供

法律相談

○養育費等相談（ひとり親家庭等対象・要予約）

離れて暮らす親との親子交流や養育費等の問題について、専門相談員が相談に応じます。

【日時】毎月 2 回程度 午後 1 時～4 時

【場所】奈良県スマイルセンター

※実施日など詳しくはホームページなどでご確認ください。

※奈良県スマイルセンターへお問合せください。相談時間は 1 人 1 時間程度。

◇窓口・・・奈良県スマイルセンター（TEL 0742 - 24 - 7624）

○弁護士による法律相談（ひとり親家庭等対象・要予約）

離婚や別居に伴う子どものための養育費取得や親権、その他生活に密着した問題等について女性弁護士が相談に応じます。

【日時】毎月 第 3 土曜日他 午後 1 時 30 分～4 時 30 分

【場所】奈良県スマイルセンター

※奈良県スマイルセンターへお問合せください。相談時間は 1 人 30 分程度。

◇窓口・・・奈良県スマイルセンター（TEL 0742 - 24 - 7624）

○弁護士による法律相談（要予約）

相続・契約などいろいろな法律に関する相談に弁護士が応じます。

【日時】毎週月曜日・毎週水曜日

午前 9 時～正午・午後 1 時～4 時

※ 2 週間前から電話により予約を申込順に受け付け。定員になり次第締め切り。相談時間は 1 人 25 分。

◇場所・・・玄関ホール会議室（予約受付：TEL 0742 - 34 - 5444）

○司法書士による法律相談（要予約）

不動産登記、商業・法人登記関係、多重債務裁判手続き関係（140万円を超えない簡易裁判所の民事裁判手続き）、成年後見関係などについて司法書士が相談に応じます。

【日時】第2・第4木曜日 午後1時～4時20分

※2週間前から電話により予約を申込順に受け付け。定員になり次第締め切り。相談時間は1人40分。

◇場所・・・玄関ホール会議室（予約受付：TEL 0742 - 34 - 5444）

○行政相談

国の行政機関等の仕事に関する苦情・要望・相談に行政相談委員が応じます。

【日時】毎月 第3金曜日 午前9時～正午

◇場所・・・玄関ホール会議室

相談

手当・年金

健康・医療

住まい
・暮らし

子育て

就業支援

その他の
支援

関係機関
・情報提供

■子どものための養育費や法律に関する相談機関

機関名等	所在地	電話
養育費・親子交流相談支援センター	東京都豊島区西池袋2丁目29番19号池袋KTビル10階	03 - 3980 - 4108
奈良弁護士会	県内の弁護士事務所	0742 - 22 - 2035
日本司法支援センター（法テラス奈良）	高天町 38 - 3 近鉄高天ビル 4階	050 - 3383 - 5450

その他

○人権相談

人権についての心配ごとに人権擁護委員が相談に応じます。

◆玄関ホール会議室（TEL 0742 - 34 - 4733）

【日時】毎月 第1・3金曜日 午後1時～4時

◆月ヶ瀬行政センター相談室（TEL 0743 - 92 - 0131）

【日時】4・8・12月 第1木曜日 午後1時～4時

◆都祁行政センター相談室（TEL 0743 - 82 - 0201）

【日時】4・8・12月 第1水曜日 午後1時～4時

◇担当課・・・共生社会推進課（TEL 0742 - 34 - 4733）

手当・年金

相談

手当・年金

健康・医療

住まい
・暮らし

子育て

就業支援

その他の
支援

関係機関
・情報提供

手当や年金の申請はお済みですか？

手当や年金は受けられる資格があっても、手続きをしないと、受けられなくなる場合がありますので注意しましょう

【児童扶養手当】 母 父

父又は母と生計を同じくしていない児童や父又は母が重度の障がいの状態にある児童を養育している母又は父（又は、母又は父にかわって児童を養育している人）に支給する手当です。ただし、児童が児童福祉施設等の施設に入所している場合等、認定できないことがあります。

※所得制限があります。

※申請した月の翌月分からの支給となります。

◇窓口・・・子ども給付課（TEL 0742 - 34 - 5086）

【遺族基礎年金・遺族厚生年金】 母 父

国民年金・厚生年金保険（共済組合）の加入者または加入者だった人が亡くなり、その人に生計を維持されていた「子のある妻」、「子のある夫」または「子」に、子が18歳に到達した年度末になるまで、あるいは1級・2級の障害のある子の場合は20歳になるまで支給されます。国民年金から「遺族基礎年金」が、厚生年金又は共済年金からは「遺族基礎年金＋遺族厚生（共済）年金」が支給されます。

ただし、保険料の納付期間などにより支給されない場合があります。

◇窓口・・・【遺族基礎年金】 国保年金課（TEL 0742 - 34 - 4737）

【遺族厚生年金】 奈良年金事務所（TEL 0742 - 35 - 1371）

【寡婦年金】 寡

国民年金の第1号被保険者である夫が65歳前に老齢基礎年金や障害基礎年金を受けずに亡くなったとき、生計を維持されていた妻（婚姻期間が10年以上）が60歳から65歳になるまでの間受けられます。ただし、保険料の納付期間などにより支給されない場合があります。

※第1号被保険者とは、自営業、農林漁業者、学生、無職などで20歳以上60歳未満の被保険者の方をいいます。

◇窓口・・・【寡婦年金】 国保年金課（TEL 0742 - 34 - 4737）

【児童手当】 母 父

高校卒業まで（18歳到達後最初の3月31日まで）の児童を養育している方に支給する手当です。

ただし、児童が児童福祉施設等に入所している場合や国外に居住（留学中を除く）の場合は対象外です。

<児童の年齢>	<手当月額>
・3歳未満（3歳になる誕生日まで）	15,000円
・3歳以上高校卒業まで	10,000円
※第3子以降	30,000円（1人あたり）

「第3子以降」とは、児童手当の受給者が大学生年代（18歳年度末を超過し22歳年度末まで）の子のうち、監護し、生計を同じくしている子から数えて、3番目以降をいいます。

※公務員の方は勤務先からの支給となりますので、勤務先にお問い合わせください。

◇窓口・・・子ども給付課

※電話でのお問い合わせは、子ども給付課分室（TEL 0742 - 34 - 5160）まで

相談

手当・年金

健康・医療

住まい
・暮らし

子育て

就業支援

その他の
支援

関係機関
・情報提供

【交通遺児等援護事業】 母 父

交通事故や自然災害により父又は母を亡くした18歳到達後最初の3月31日までの児童の保護者に激励金や入学祝金等を給付します。

《激励金》 遺児一人につき100,000円

死亡時から1年以内に申請が必要です。

〔添付書類〕 ① 住民票（死亡者の除票を含む）

② 死亡診断書 ③ 事故証明書

《入学祝金》 遺児一人につき50,000円

小学校、中学校、高等学校入学時から1年以内に申請が必要です。

〔添付書類〕 在学証明書

《就職・入学準備金》 遺児一人につき100,000円

就職または大学等への進学・入学が決定してから1年以内に申請が必要です。

〔添付書類〕 採用（内定）通知等または合格通知

※申請には、保護者名義の振込先のわかるものと印鑑が必要です。

◇窓口・・・子ども給付課（TEL 0742 - 34 - 5086）

健康・医療

相談

手当・年金

健康・医療

住まい
・暮らし

子育て

就業支援

その他の
支援

関係機関
・情報提供

[ひとり親家庭等医療費助成] 母 父

健康保険に加入しているひとり親家庭の父又は母と18歳未満（18歳到達後最初の3月31日まで）の子や父母のいない18歳未満の子及びその子を養育している配偶者のない養育者を対象に、保険診療の自己負担額から一部負担金を除いた額を助成します（入院時の食事療養費・生活療養費は除きます）。※所得制限はありません。

《一部負担金の額》

- ・通院は、1医療機関につき月500円
- ・入院は、1医療機関につき月1,000円（14日未満の入院は500円）
- ・調剤薬局については、一部負担金は不要。自己負担額全額を助成します。

《支給方法》

医療機関窓口で健康保険証等と受給資格証を提示してください。

- ・18歳未満の子の受診の場合、窓口で一部負担金のみの支払となります。
- ・上記以外の場合は、窓口で一旦自己負担額をお支払いいただき、約3か月後に指定口座に入金されます。

※県外で受診された場合や受給資格証を提示せずに受診された場合は、「医療費助成金交付請求書」に医療機関の領収書（受給者の氏名、保険診療の記載があるもの）を添付し、市役所子ども給付課または各出張所・行政センターに提出してください。

- ◇窓口・・・子ども給付課（TEL 0742 - 34 - 5086）
各出張所・行政センター

【母子健康相談】 母 父

妊娠・出産・育児に関することやお子さんの発育などについての相談に応じます。

●妊産婦乳幼児健康相談

- ・母子保健課 はぐくみセンター 3 階 (TEL 0742 - 34 - 1978)

…来所相談・電話相談・訪問

【日時】平日 午前 9 時～午後 5 時 (年末年始除く)

- ・都祁保健センター (TEL 0743 - 82 - 0341)

…来所相談・電話相談・訪問

【日時】平日 午前 9 時～午後 5 時 (年末年始除く)

- ・月ヶ瀬健康相談室<月ヶ瀬行政センター内> (TEL 0743 - 92 - 0480)

…来所相談・電話相談・訪問 ※来所相談は予約制

【日時】平日 午前 9 時 45 分～午後 4 時 (年末年始除く)

【予防接種相談】 母 父

定期予防接種全般について相談に応じます。

【日時】平日 午前 9 時 00 分～午後 5 時 00 分 (年末年始除く)

- ◇窓口・・・健康増進課 (はぐくみセンター 3 階)

(TEL 0742 - 34 - 5129)

相談

手当・年金

健康・医療

住まい
・暮らし

子育て

就業支援

その他の
支援

関係機関
・情報提供



住まい・暮らし

相談

手当・年金

健康・医療

住まい
・暮らし

子育て

就業支援

その他の
支援

関係機関
・情報提供

住まいの支援

【公営住宅】 母 父

＜市営住宅＞

住宅に困窮されている低額所得者の方に対して、市営住宅等の入居者を募集しています。母子・父子世帯向け及び子育て世帯（未就学児のいる世帯）向けの住宅を設定する場合があります。応募者多数の場合、抽選となります。

〔入居者募集〕年4回（2月、5月、8月、11月）

◇窓口・・・奈良市営住宅管理センター（TEL 0742 - 34 - 5174）

＜県営住宅＞

県営住宅では、年4回ある入居者募集の際に、母子・父子世帯等を対象とする福祉世帯向けの優先枠を設けています。

◇窓口・・・(株)東急コミュニティ 奈良県営住宅 北部サービスセンター
（TEL 0742 - 30 - 1090）

※窓口は奈良県ですが、パンフレットは入居募集時のみ、市役所等でも配布しています。

貸付制度

【生活福祉資金】 母 父 寡

低所得世帯や障がい者世帯を対象に各種資金の貸付を通じて経済的な自立や在宅福祉の向上を図ることにより、安定した生活を支援しています。母子家庭、父子家庭、寡婦の方はまず母子・父子・寡婦福祉資金貸付金（P12 参照）をご相談ください。貸付の要件・貸付金の種類・限度額などの詳細については、窓口でお尋ねください。

◇窓口・・・奈良市社会福祉協議会（TEL 0742 - 30 - 2525）

【住宅支援資金】 母 父

自立支援プログラム策定（P21 参照）を受け、自立に向けて意欲的に取り組む方に住居費支援として、12か月の範囲内で貸付け（月額上限7万円）をしています。

※貸付であるため返済が必要ですが、返済が免除される要件があります。

◇窓口・・・母子家庭等就業・自立支援センター（奈良県奈良しごとiセンター）
（TEL 0742 - 27 - 8054）[日時] 月～土曜日 午前9時～午後5時
子ども給付課（TEL 0742 - 34 - 5086）

【母子・父子・寡婦福祉資金貸付金】**母****父****寡**

母子家庭、父子家庭、寡婦の方に自立の助長と児童の福祉を増進するため資金の貸付けをしています。申請の流れ・貸付の要件・貸付額・据置期間・償還期間・利子などの詳細については、窓口でお尋ねください。

◆貸付金の種類 修学資金、就学支度資金、修業資金、就職支度資金、医療介護資金、技能習得資金、生活資金、住宅資金、転宅資金、結婚資金、事業開始資金、事業継続資金

- ・原則、連帯保証人1名を必要とします。
- ・児童を対象とした修学資金、就学支度資金、修業資金、就職支度資金は、その対象児童が連帯借主になります。

◇窓口・・・子ども給付課 (TEL 0742 - 34 - 5086)

相談

手当・年金

健康・医療

住まい
・暮らし

子育て

就業支援

その他の
支援

関係機関
・情報提供

生活の安定や就労の支援

【生活保護】**母****父****寡**

資産・能力等あらゆるものを活用しても生活に困窮する方に対し、程度に応じた保護を行い、最低限度の生活を保障するとともに自立を支援します。

◇窓口・・・保護課 (TEL 0742 - 34 - 4757)
(TEL 0742 - 34 - 5089)

【奈良市くらしとしごとサポートセンター】**母****父****寡**

相談支援員がご相談に応じ、生活の困りごと、生活費・健康のことなどの困りごとを共有し、一人ひとりに応じて、生活の安定や就労など自立に向けた支援を行います。

◇窓口・・・くらしとしごとサポートセンター (TEL 0120 - 372 - 310)

母子の保護

【母子生活支援施設】**母**

生活が不安定(DVによる被害や経済面での困窮など)で、児童の福祉に欠けると認められる母子を対象に、児童福祉法に基づいて母子生活支援施設への入所を援助します。母子生活支援施設では、母子を保護するとともに、母子の自立を促進するための生活指導や児童の養育に関する相談・助言・その他援助を行います。

◇窓口・・・子ども安心課 (奈良市子どもセンター)
(TEL 0742 - 93 - 6595)

食の支援

相談

手当・年金

健康・医療

住まい
暮らし

子育て

就業支援

その他の
支援

関係機関
情報提供

【奈良市フードバンク事業】母 父

奈良市では様々な理由で市場に流通できない食料品を企業や個人から無償で寄附していただき、ひとり親家庭やお子さんがある生活困窮家庭に無償で提供します。

《対象者》

- ・ひとり親世帯（児童扶養手当受給世帯・ひとり親家庭等医療費助成対象世帯）
- ・準要保護世帯（就学援助の対象世帯）
- ・18歳到達後最初の3月31日までの子がいる生活保護世帯

《提供時期》

- ・学校の夏休みや冬休みなどの長期休暇中

《食品受取の流れ》

1. 奈良市から奈良市フードバンク事業 LINE 公式アカウントの QR コードが記載された案内チラシが届く。
2. LINE のお友達登録を行う。
3. 申込受付期間に LINE から申し込む。(LINE からの申込が難しい場合は、メールや電話での申込も可能としています。)
4. NPO 法人フードバンク奈良から受取日時及び食品提供場所の情報がメール等で届く。
5. 受取日時に食品提供場所へ食品を受け取りに行く。

※食品提供についての情報は LINE 公式アカウントやメールで発信します。

◇窓口・・・子ども育成課 (TEL 0742 - 34 - 4804)

NPO 法人フードバンク奈良 (TEL 0742 - 81 - 3666)

ひとり親家庭への情報提供・交流の場

【ひとり親家庭等生活支援事業】母 父 寡

ひとり親家庭等を対象に、生活に役立つ支援情報を提供する講習会や、親子どうしで交流する情報交換会を開催します。詳しくは、奈良市のホームページ等でご確認ください。

◇窓口・・・子ども給付課 (TEL 0742 - 34 - 5086)

フードバンク奈良
ホームページ



子育て

【保育所・認定こども園等】

保育を必要とする要件（仕事、疾病、就学等）を満たしている保護者に代わって子どもを預かり、保育を実施します（延長保育、休日保育の実施園もあります）。保護者は、保育の必要性や必要量の認定（保育認定）を市から受けて、利用申し込みます。※利用定員があります。

世帯の市民税課税状況に応じて、利用者負担額（保育料）を決定します。災害、疾病、その他やむを得ない理由により、保育料の支払いが困難と認められる場合は、減免を受けられる場合があります。

3～5歳児クラス（0～2歳児クラスの住民税非課税世帯及び、全ての世帯の第2子目以降の子ども）の保育料は無償です。

- 認可保育施設（保育所・こども園・幼稚園など）を利用している方は無償化に伴う手続きは不要です。
※ただし、こども園（教育部分）・幼稚園で預かり保育を利用している方は、手続きが必要な場合があります。
- 国立・私立幼稚園、国立こども園、企業主導型保育事業、認可外保育施設、一時預かり保育事業、ファミリー・サポート・センター事業、病児保育等を利用している方は、無償化の対象になるには認定の申請が必要になります。

詳しくは窓口までお問い合わせください。

◇窓口・・・子ども給付課（TEL 0742 - 34 - 5086）

相談

手当・年金

健康・医療

住まい
暮らし

子育て

就業支援

その他の
支援

関係機関
情報提供



【一時預かり】 母 父

家庭での保育が一時的に困難となる場合や、育児に伴う負担の軽減のため、児童を保育所等で預かります。

<実施施設>

奈良ルーテル保育園	(TEL 0742 - 23 - 5363)
桃の木保育園	(TEL 0742 - 22 - 1699)
桜華こども園	(TEL 0742 - 51 - 0115)
あいづ保育園	(TEL 0742 - 61 - 1117)
とみお駅前保育園	(TEL 0742 - 41 - 7223)
西ノ京みどりの園保育園	(TEL 0742 - 81 - 8011)
新大宮駅前みどりの園保育園	(TEL 0742 - 36 - 6777)
学研奈良ピュア保育園	(TEL 0742 - 81 - 3081)
西大寺南みどりの園保育園	(TEL 0742 - 51 - 6660)
ソフィア富雄保育園	(TEL 0742 - 81 - 3291)
登美ヶ丘マミーズ保育園	(TEL 0742 - 53 - 5678)
memorytree 奈良保育園	(TEL 0742 - 31 - 9114)
奈良認定こども園学園前学園	(TEL 0742 - 43 - 7002)
奈良認定こども園あやめ池学園	(TEL 0742 - 52 - 8801)
奈良認定こども園富雄学園	(TEL 0742 - 43 - 0662)
佐保山こども園	(TEL 0742 - 23 - 5512)
YMCA あきしのこども園	(TEL 0742 - 49 - 2525)
YMCA ならこども園	(TEL 0742 - 48 - 2525)
富雄藍咲学園	(TEL 0742 - 45 - 9341)
幼保連携型認定こども園西の京さくら保育園	(TEL 0742 - 32 - 4150)
ニチキッズ伏見菅原保育園	(TEL 0742 - 53 - 8125)
ニチキッズ南口駅前ひろば保育園	(TEL 0742 - 81 - 3531)
YMCA 西大寺南保育園	(TEL 0742 - 44 - 2525)

<対象> 就学前の児童

<費用> 日額約 1,800 円～ 5,000 円 その他食事代等の実費負担有

※対象・費用等につきましては施設によって異なります。

◇窓口・・・各施設にお問い合わせください。

相談

手当・年金

健康・医療

住まい
・暮らし

子育て

就業支援

その他の
支援

関係機関
・情報提供

【病児・病後児保育】 母 父

児童が病気や病気の回復期で、保護者の仕事の都合等で家庭での保育が困難な場合、児童を一時的に専用施設で預かります。

<実施施設及び開所日時>

(1)病児保育

- ・病児保育いちご保育園〔市立奈良病院敷地内〕(TEL 0742 - 24 - 1252)

【日時】 平日午前 8 時 30 分～午後 5 時

【延長保育】 午後 5 時～ 6 時について、1 時間 500 円で実施

- ・きらきら保育園〔すくすくこどもクリニック内〕(TEL 0742 - 40 - 3940)

【日時】 平日午前 8 時 30 分～午後 5 時

【延長保育】 午前 7 時 30 分～ 8 時 30 分・午後 5 時～ 6 時について、1 時間 500 円で実施

- ・m ランド保育園〔M キッズクリニック敷地内〕(TEL 0742 - 53 - 5315)

【日時】 平日午前 8 時 30 分～午後 5 時

【延長保育】 午前 8 時～ 8 時 30 分・午後 5 時～ 6 時について、30 分 500 円で実施

(2)病後児保育

- ・あかねほっとルームこぼと〔あかね保育園内〕(TEL 0742 - 52 - 4321)

【日時】 平日午前 8 時～午後 6 時

- ・病後児保育ギンモクセイ〔佐保山こども園内〕(TEL 0742 - 23 - 5512)

【日時】 平日午前 8 時 30 分～午後 5 時 30 分

<利用料> 日額 2,000 円、その他食事代等の実費負担有（生活保護世帯・市区町村住民税非課税世帯には利用年度内の申請により利用料免除制度があります。詳しくは、幼保こども園課までお問い合わせください。）

<利用期間> 1 回の利用につき 7 日以内

◇窓口・・・各施設にお問い合わせください。

相談

手当・年金

健康・医療

住まい
・暮らし

子育て

就業支援

その他の
支援

関係機関
・情報提供

【子育て短期支援事業】 母 父

児童を養育している家庭の保護者が、疾病や育児疲れ、仕事（出張）等の事由により、子どもの養育が一時的に困難になった場合に利用できます。ただし、所得に応じて保護者の費用負担があります。

(1)ショートステイ

保護者の心身の状況、児童の養育環境その他の状況を考慮して市長が必要と認める期間、子どもを児童養護施設等で預かります。

(2)トワイライト

1 日当たり 4 時間を限度とし、午後 2 時～午後 10 時までの間、児童養護施設等への通所により児童を預かります。

◇窓口・・・子ども安心課（奈良市子どもセンター）
(TEL 0742 - 93 - 6595)

相談

手当・年金

健康・医療

住まい
暮らし

子育て

就業支援

その他の
支援

関係機関
情報提供

【ファミリー・サポート・センター】 母 父

(1)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（依頼会員）と援助を行いたい人（援助会員）が、会員登録をし、援助会員が自宅で子どもを預かったり、保育所等までの送迎をする相互援助活動を行います。※

(2)エンゼルサポート事業

家事のサポートが必要な子育て世帯のご家庭に対し、訪問支援員（サポーター）を派遣して、お手伝いします。※

【対象】 次の①～③すべてに該当する家庭

①奈良市内にお住まいのご家庭

②妊婦又は小学校就学前の子どもを子育て中のご家庭

③出産・子育てに関して不安や負担感を抱え、家事が困難なご家庭

★申請後の審査により利用の可否、利用時間を決定します。

★ご利用にあたっては、電子申請もしくは下記事務局に申請書の提出が必要です。

※非課税世帯、生活保護世帯、多子世帯、多胎児世帯、ひとり親世帯の方について・・・

(1)ファミリー・サポート・センター事業の利用料の一部を助成します。

(2)エンゼルサポート事業を自己負担なしでご利用いただけます。

◇窓口・・・奈良市ファミリー・サポート・センター事務局

（はぐくみセンター 2 階）（TEL 0742 - 34 - 3305）

日時：月～金曜日 午前 9 時～午後 5 時

小学生のための学童保育

【放課後児童クラブ（バンビーホーム）】 母 父

放課後児童健全育成事業としてバンビーホームを開設しています。バンビーホームでは、保護者が就労等により昼間家庭にいない世帯の児童の健全な育成を目的に、授業の終了した放課後及び春・夏・冬休み・土曜日等の学校休業日の家庭に代わる生活の場として、適切な遊びや生活の支援を行います。

◇申込・・・各バンビーホーム

◇窓口・・・放課後児童育成課（TEL 0742 - 34 - 5441）

ひとり親家庭のための生活（子育て）支援サービス

【ひとり親家庭等日常生活支援事業】母 父 寡

ひとり親家庭等が、一時的に生活援助や保育サービスが必要な場合や、生活環境の激変により日常生活を営むのに支障が生じている場合に、家庭生活支援員が食事や身の周りの世話などを行います。所得に応じて、利用者の一部負担金（1時間あたり0～300円）があります。

※利用には、事前の登録（毎年8月に更新）が必要です。

◇窓口・・・子ども給付課（TEL 0742 - 34 - 5086）

相談

手当・年金

健康・医療

住まい
・暮らし

子育て

就業支援

その他の
支援

関係機関
・情報提供

学びの場・教育相談

【教育支援センター・公設フリースクール】母 父 寡

(1) 教育支援センター「HOP」

(2) 公設フリースクール「HOP 青山」「HOP あやめ池」

学校に行きづらいお子さんで学校以外での学びの場、活動の場を求めておられる保護者の方の相談を受けています。

◇窓口・・・教育支援課 教育相談総合窓口
(はぐくみセンター) (TEL 0742 - 93 - 8199)

学費の助成（お子さんが小学生・中学生の場合）

【就学援助】母 父

経済的にお困りで、小・中学生のお子様がいいらっしゃるご家庭を対象に、一定の基準を満たす場合、お子様の学校生活のために必要な学用品費・給食費・修学旅行費・医療費等の一部を援助します。

〈対象者〉 市民税所得割額が認定基準以下の世帯・児童扶養手当受給世帯

◇窓口・・・教育総務課（TEL 0742 - 34 - 5337）

学費の助成（お子さんが高校生の場合）

相談

【高等学校等就学支援金制度】母 父

国立・公立・私立を問わず、申請をして認定を受ければ、所得に応じて授業料の一定額の補助が行われています。所得制限があります。

◇窓口・・・在学している学校

手当・年金

健康・医療

【私立高等学校等授業料等軽減補助金】母 父

私立高校等に通う場合に、就学支援金と併せて授業料の一定額の補助が行われています。保護者等が奈良県内在住の場合に限ります。所得制限があります。

◇窓口・・・在学している学校

住まい
・暮らし

子育て

就業支援

【高校生等奨学給付金】母 父

国立・公立・私立を問わず、授業料以外の教育費（教科書費、学用品費、校外活動費等）について一定額の補助が行われています。保護者等が奈良県在住で、生活保護受給世帯または市民税非課税世帯の場合に限ります。

◇窓口・・・在学している学校

その他の
支援

関係機関
・情報提供



奨学金制度（お子さんが高校生・大学生の場合）

【奈良県高等学校等奨学金制度】**母****父**（高校）

修学支援奨学金、育成奨学金

◇窓口・・・奈良県教育委員会事務局学校支援課（TEL 0742 - 27 - 9859）

相談

手当・年金

【生活福祉資金】**母****父****寡**（高校・大学等）

教育支援資金（再掲 P11「住まい・暮らし」参照）

◇窓口・・・奈良市社会福祉協議会（TEL 0742 - 30 - 2525）

健康・医療

住まい
・暮らし

【母子・父子・寡婦福祉資金貸付金】**母****父****寡**（高校・大学等）

修学資金、就学支度資金（再掲 P12「住まい・暮らし」参照）

◇窓口・・・子ども給付課（TEL 0742 - 34 - 5086）

子育て

就業支援

【(独) 日本学生支援機構 奨学金】**母****父****寡**（※）

第一種奨学金（無利息）、第二種奨学金（利息付）、給付型奨学金

（※）高等専門学校、専門学校、大学等への進学時に受けられる制度です。

高等学校への進学時には利用できませんので、ご注意ください。

◇窓口・・・在学している学校

その他の
支援

関係機関
・情報提供

左記の奨学金制度は原則各制度の併用ができません。
各制度で募集時期や申込基準等に違いがありますので、各窓口までお問い合わせください。

就業支援

相談

就職・転職、働くことに関する質問や悩みの相談に応じ、問題解決のお手伝いをします

手当・年金

健康・医療

住まい
・暮らし

子育て

就業支援

その他の
支援

関係機関
・情報提供

母子家庭等就業・自立支援センター

ハローワークの職業相談窓口と連携し、相談から就職、職場への定着まで継続的な支援を行っています。

【母子家庭等就業・自立支援センター】

母子家庭等就業・自立支援センターは、母子家庭の母等の就業による自立を支援するため、奈良県・奈良市が実施主体として開設しています。

《実施事業》

◆就業相談 母 父 寡

求人情報の提供や就業に関する疑問・悩みの相談に応じます。

◆就業支援バンク登録制度 母 父 寡

支援を希望される方は、定期的に求人情報の案内を行います。

◆母子・父子自立支援プログラム策定事業 母 父

プログラム策定員が個々の状況や要望に応じて、就職までの自立支援プログラムを作成し、ハローワークや福祉事務所と協力して3か月以内の就職を目指します。

◇窓口・・・母子家庭等就業・自立支援センター(奈良県奈良しごとiセンター)

(TEL 0742 - 27 - 8054)

【日時】月～土曜日 午前9時～午後5時



出典：奈良県ホームページ（奈良県奈良しごとiセンター・高田しごとiセンター）

<https://www.pref.nara.jp/11833.htm>

高卒資格取得に向けての学び直しを支援

【ひとり親家庭高等学校卒業程度認定試験合格支援事業】母 父

高等学校を卒業していないひとり親家庭の親又は児童が、高等学校卒業程度認定試験の合格を目指して、民間事業者等が実施する対策講座を受講する場合、受講料の一部が給付されます。

資金の種類	①受講開始時給付金 ②受講修了時給付金 対象講座の受講を修了した場合に支給 ③合格時給付金 受講修了時給付金受給者が、受講修了時から2年以内に高等学校卒業程度認定試験の全科目に合格した場合に支給
対象講座	高等学校卒業程度認定試験の合格を目指す講座（通信可）
交付額	①受講開始時給付金 受講のために支払った費用の4割相当額（下限は4千円、上限は通信制10万円 通学制20万円） ②受講修了時給付金 受講費用の1割相当額（下限は4千円、上限は①と合わせて通信制12万5千円 通学制25万円） ③合格時給付金 受講のために支払った費用の1割相当額（上限は①②と合わせて通信制15万円 通学制30万円）
申請時期	受講開始日前まで（必ず窓口での事前相談、母子家庭等就業・自立支援センターでのプログラム策定が必要です。）

◇窓口・・・子ども給付課（TEL 0742 - 34 - 5086）

相談

手当・年金

健康・医療

住まい
・暮らし

子育て

就業支援

その他の
支援

関係機関
・情報提供

就職に向けての資格取得を支援

【母子家庭等自立支援教育訓練給付金】母 父

母子家庭の母又は父子家庭の父が、就職するために有利な教育訓練を受講する場合、受講料の一部が給付されます。

対象講座	雇用保険制度の教育訓練給付金事業の指定講座
交付額	・雇用保険制度の教育訓練給付金の支給を受けられない方 受講のために支払った費用の6割相当額 ※支給額に下限・上限があり、支給割合の一部拡充もあります。 ※雇用保険法に規定する教育訓練給付金の支給資格のある方は、その受給額を差し引いた額が支給額となります。

相談

申請時期

受講開始日前まで（必ず窓口での事前相談・母子家庭等就業・自立支援センターでのプログラム策定が必要です。）
※受講対象講座としての認定を受ける前に講座を受講した場合は、給付金が支給されません。

◇窓口・・・子ども給付課（TEL 0742 - 34 - 5086）

手当・年金

【母子家庭等高等職業訓練促進給付金】母 父

母子家庭の母又は父子家庭の父が、対象資格の取得を目指して養成機関で6か月以上修業する場合、受講期間の一定期間について訓練促進給付金が給付されます。また、入学時及び修了時に要件を満たす方を対象に、養成機関の修了後に「修了支援給付金」が支給されます。

※所得制限があります。

健康・医療

対象資格	看護師（准看護師）、介護福祉士、保育士、作業療法士、理学療法士、調理師、製菓衛生師、歯科衛生士、美容師等
修業形態	原則通学制（通信制は要相談）
交付額	<ul style="list-style-type: none"> ・訓練促進給付金（月額） 非課税世帯…10万円、課税世帯…7万5千円 課程修了までの最後の12か月は4万円増額 ・修了支援給付金 非課税世帯…5万円、課税世帯…2万5千円 ※世帯には、扶養義務者（世帯分離している同居の親族）も含まれます。
交付期間	上限4年（取得予定の資格により交付期間が変わります。）
申請時期	原則養成機関入学時まで （必ず窓口での事前相談が必要です。）

◇窓口・・・子ども給付課（TEL 0742 - 34 - 5086）

住まい
・暮らし

子育て

就業支援

その他の
支援

関係機関
・情報提供

【ひとり親家庭高等職業訓練促進資金貸付】母 父

「母子家庭等高等職業訓練促進給付金」を活用し資格の取得を目指すひとり親家庭の親に対し、入学準備金及び就職準備金を貸し付けます。

※貸付であるため返済が必要ですが、養成機関を修了し、資格取得した日から1年以内に取得した資格を活用して就職し、原則奈良県内で取得した資格が必要な業務に引き続き5年間従事した時は返済が免除されます。

◇窓口・・・子ども給付課（TEL 0742 - 34 - 5086）

その他の支援

【養育費確保の支援】 母 父

養育費の確保に関する相談を、専門的な助言のできる弁護士の無料相談につなぎます。また、養育費を受け取れていないひとり親が、養育費確保に必要な手続きで発生する手数料等の実費払い分や弁護活動の着手金の一部を市が補助します。

◇窓口・・・子ども給付課 (TEL 0742 - 34 - 5086)

※窓口での事前申込が必要となります。

【税の軽減】 母 父 寡

ひとり親家庭の方で児童を扶養している方や夫と死別された方等は、申告により所得税、住民税の軽減措置が受けられる場合があります。[ひとり親控除・寡婦控除]

◇窓口・・・市民税課 (TEL 0742 - 34 - 4973)

【JR 通勤定期等の割引】 母 父

児童扶養手当を受けているひとり親家庭の方が、JR 鉄道を利用して通勤する場合に、通勤定期乗車券が 3 割引で購入できます。

◇窓口・・・子ども給付課 (TEL 0742 - 34 - 5086)

【若者の自立をサポート】 母 父 寡

中学校や高等学校を卒業・中退後、進学、就労していないなど社会的に孤立状況にある奈良市内在住の若者とその家族に対し、自立に向けたつながりづくり等の支援をします。

◇窓口・・・奈良市若者サポートセンター Restart なら
(TEL 0742 - 34 - 4777)

【犯罪被害者等への見舞金の支給】 母 父

犯罪被害により家族を亡くした方及び重傷病を負った方に支給されます。
※支給には要件があります。

◇窓口・・・共生社会推進課 (TEL 0742 - 34 - 4733)

相談

手当・年金

健康・医療

住まい
・暮らし

子育て

就業支援

その他の
支援

関係機関
・情報提供

関係機関・情報提供

相談

手当・年金

健康・医療

住まい
・暮らし

子育て

就業支援

その他の
支援

関係機関
・情報提供

■ NPO 法人 Happy mam

生活に不安や悩みを抱えるひとり親家庭に「おすそわけ」の活動を行っています。食材支援の他に、相談支援、コミュニティ創り、ディーセントワークの機会の提供を行い、夢や希望を持って健やかに暮らすことのできる元気な社会の実現に寄与することを目的として活動を行っています。下記のホームページから気軽にお問い合わせください。

【対象】 18歳未満の子どもと同居しているひとり親家庭
※おすそわけを送るために住所や生活状況などを伺います。
※中身を指定することはできません。

お問い合わせフォームは右記のQRコードの1番下にあります。

◇窓口・・・NPO 法人 Happy mam

Happy mam
ホームページ



■ 認定 NPO 法人おてらおやつクラブ

お寺にお供えされるお菓子や果物などの「おそなえ」を、さまざまな事情で困りごとを抱えるひとり親家庭に「おすそわけ」する活動です。

下記 QR コードから LINE 公式アカウントを友だち追加し、LINE からお申し込みいただくと、食品や日用品などが届きます。

【対象】 18歳未満の子どもと同居しているひとり親家庭
※おすそわけを送るために住所や生活状況などを伺います。
※中身を指定することはできません。

◇窓口・・・認定 NPO 法人おてらおやつクラブ
URL <https://otera-oyatsu.club/>

おてらおやつ
クラブ LINE
公式アカウント



奈良市の子育て全般に関する情報

○奈良市の子育ておうえんサイト 子育て^{あっと}@なら

「子育て@なら」は、子どもの年齢にあわせた情報や、相談窓口など奈良市での子育てに関する情報をわかりやすく整理して掲載しています。また、Facebook 等でも親子向けのイベント情報など子育てに役立つ最新情報を発信しています。ぜひ「子育て@なら」をご活用ください。

URL <http://www.city.nara.lg.jp/site/kosodate/>

○奈良市子ども未来部公式 X(旧 Twitter)・Instagram・LINE

子育てに関するお知らせや情報を発信します。

X(旧 Twitter)・Instagram を活用されている方は、ぜひ「naracity_kodomo」をフォローしてください。

LINE を活用されている方は、ぜひ、奈良市子ども未来部公式アカウントを「友だち」に登録してください。

○なら子育て情報ブック(冊子)

「妊娠したら、子どもが生まれたら、どんな子育て支援サービスがあるんだろう?」「奈良市に引っ越してきたけれど、家の近くにどんな子育て施設があるんだろう?」そんなみなさんのための情報源として、奈良市の子育てに関する情報をわかりやすく掲載しています。

※「子育て@なら」からダウンロードできます。

相談

手当・年金

健康・医療

住まい
・暮らし

子育て

就業支援

その他の
支援

関係機関
・情報提供





編集・発行：奈良市（子ども未来部子ども給付課）

〒630-8580 奈良市二条大路南1-1-1

TEL 0742-34-5086

FAX 0742-36-7671

Eメール kodomokyufu@city.nara.lg.jp

URL <http://www.city.nara.lg.jp>



携帯端末用 QR コード