

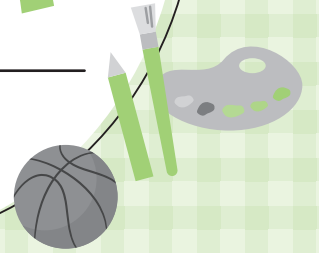
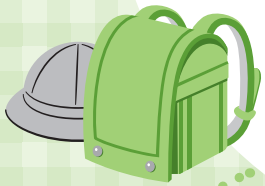


令和8年度版



うえるびい

ひとり親サポートブック



こども一人ひとりが健やかに育つように
見守るみんながこどもの成長を
心から楽しめるように
ひとり親のお父さんお母さんを
さまざまな方面から支援します。



仙 台 市

うえるびい

ひとり親サポートブック

こんなとき

- 突然配偶者を失い、何をどうしたらいいのかわからないとき
- 離婚、別居、家族の暴力など家庭のことや身のふり方に悩んでいるとき
- 年金や手当、ひとり親家庭の支援制度を知りたいとき
- こどもの養育、しつけ、教育のことで悩んでいるとき
- 就職のため、技術を身につけたいとき

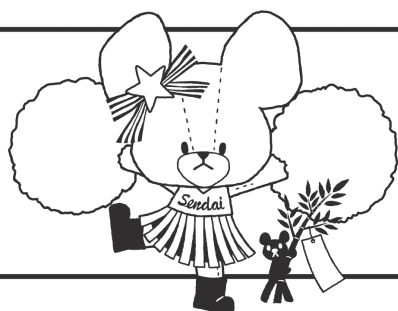
相談しましょう

情報を手に入れましょう

いろいろな制度を活用しましょう

子育てには、支援の情報やネットワークが必要
ひとり親家庭には、より一層の支援が必要
何よりも皆様の幸福を願って
Well-being (幸福・福祉)
“ウェルビー”と名づけた本書を
身近な便利帳としてご利用いただければ幸いです

仙 台 市



ジャッキーは仙台での子育てを
応援しています

子育てが楽しいまち・仙台

	就学前	小学校	中学校	高校	それ以降
	1 2 3 4 5	6 7 8 9 10 11 12	13 14 15	16 17 18	19 20歳
給付金・手当	妊婦支援給付金 P.19				
	出産育児支援金 P.20				
	児童手当 P.22				
	児童扶養手当 P.20				
	特別児童扶養手当（心身に中程度以上の障害がある児童対象） P.22				
医療費	こども医療費助成 P.23				
	母子・父子家庭医療費助成（こども医療費助成を受けている場合はそちらが優先） P.24				
子育て・生活支援	ひとり親家庭等日常生活支援（定期利用は小学生以下のこどもがいる場合利用可） P.47				
	保育所等の一時預かり P.49				
	保育サービス、認定こども園、幼稚園 P.55				
	子育て支援ショートステイ P.62				
	病児・病後児保育（おおむね生後6か月～小学校6年生） P.60				
	児童館・児童センター等 P.58				
	放課後児童健全育成事業（児童クラブ） P.58				
助成	子育て世帯訪問支援 P.48		就学援助制度 P.31		
	産後ケア事業 P.48		高等学校等就学支援金 P.32		
			高校生等奨学給付金 P.32		
貸付	母子及び父子並びに寡婦福祉資金貸付 P.50				

困ったときは…



離婚に関する手続き

- 離婚について相談したい ▶ P.10 離婚等の手続案内
- 養育費がもらえない ▶ P.14 養育費の取り決め・履行の確保支援

転居・住居に関すること

- 離婚後住むところがない ▶ P.17 住居に関する支援
- 引っ越し資金がない ▶ P.50 母子及び父子並びに寡婦福祉資金貸付

仕事に関すること

- 今後の仕事と生活について相談したい ▶ P.35 就職や自立について相談したい
- 仕事を見つけて働きたい ▶ P.42 仕事を探したい
- スキルアップをしたい ▶ P.37 職業訓練を受けたい方への経済的支援
- ▶ P.40 学び直しをしたい方への支援
- パワハラやセクハラに遭った ▶ P.54 労働に関する相談
- 失業後の生活が心配 ▶ P.44 失業したとき

生活に関すること

- 生活資金がない ▶ P.34 生活保護
- ▶ P.27 生活福祉資金
- ▶ P.50 母子及び父子並びに寡婦福祉資金貸付
- 子育てが辛い、不安 ▶ P.1 困ったときの相談
- ▶ P.63 こどもについての相談
- 障害や病気で使える制度を知りたい ▶ 障害企画課発行 「ふれあいガイド」
- 出産を控えている、出産したばかりだ ▶ こども家庭保健課発行 「たのしねっと」



せんだいのびすくナビ

<https://sendai-city.mamafre.jp/>

仙台での子育てを応援する情報サイト

スマートフォン向けアプリ版も、ぜひご利用ください。

仙台市ホームページもご利用ください。

<https://www.city.sendai.jp/>

仙台市のさまざまな子育て支援等の情報を掲載しています。トップページの「くらしの情報」より「健康と福祉」>「子育て・若者」をご覧ください。

仙台市総合コールセンター
「社の都おしえてコール」もご利用ください。

仙台市のさまざまな手続きなどに関するお問い合わせにわかりやすくお答えします。

電話：022-398-4894

ファクス：022-398-5070

受付時間：午前8時から午後8時まで

（土日祝休日・年末年始は午後5時まで）

よくある質問と回答(FAQ)はこちらをご覧ください。

ひとり親家庭支援情報メール配信サービス

仙台市メール配信サービスの子育て情報で「ひとり親家庭支援情報のお知らせ」を配信しています。ぜひご登録ください。 ※登録料は無料です。（パケット通信料は登録者負担となります。）



はじめに

ひとり親家庭の生活状況は、子育てと生計をひとりで担うなかで大きく変化し、日常生活の様々な場面で困難に直面することがあります。

確かな収入や生活基盤のもとで、不安なく安定した生活を送ることは、そこで暮らす子どもが健やかに育つうえで大変重要なことであり、社会全体でひとり親家庭が、子育てや仕事、日常生活面での様々な困難を乗り越え自立して生活できるよう支えていくことが求められます。

直面している困難が様々であることから、早期自立を図るためには、それぞれの置かれている生活環境に応じて、きめ細やかな支援が必要となります。

このひとり親サポートブック「うえるびい」には、生活をライフコース（時期区分）に分類し、様々な生活課題別に活用しやすい情報を載せています。

ひとり親家庭の皆さまや関係者の方々にご利用いただき、ひとり親家庭の生活の安心に役立つことができれば幸いです。

1 激変期 生活の転換への対応 2 移行期 自立をめざして 3 自立期 健やかで安心な生活を

も く じ

NEW 今年度から新たに掲載した項目です。

1 激変期 生活の転換への対応

(1) 困ったときの相談	1	みんなの人権 110 番 こどもの人権 110 番	
▶ まず、窓口へ	1	インターネット人権相談受付窓口 SNS (LINE) による人権相談	
▶ 身近な人に相談したいとき	1	無戸籍でお困りの方の相談窓口 仙台市男女共同参画推進センター エル・ソーラ仙台 女性相談 仙台市「男性のための電話相談」	
▶ 専門家に相談したいとき	1		
▶ 休日に相談したいとき	2	▶ 心の悩みや不安について相談したいとき	6
▶ メールや電話などでも相談したいとき	2	▶ 消費者トラブル・債務(借金)について相談したいとき	7
▶ 配偶者やパートナー・恋人等からの暴力について相談したいとき	3	▶ その他	9
▶ 人権に関する相談窓口	4		

(2) 離婚等の手続案内 …… 10

仙台家庭裁判所

▶ 離婚等の相談をしたいとき …… 11

仙台弁護士会
日本司法支援センター宮城地方事務所(法テラス宮城)
離婚に悩む女性のためのミニセミナー
養育費・親子交流相談支援センター
公証制度
離婚時の年金分割
父母の離婚後の子の養育に関する見直しについて **NEW**

▶ 養育費の取り決め・履行の確保支援 …… 14

養育費相談窓口
同行支援
養育費に関する公正証書等作成促進補助
養育費保証契約保証料補助

(3) 母子生活支援施設 …… 16

母子生活支援施設

(4) 住居に関する支援 …… 17

市営住宅
県営住宅
UR住宅(旧公団住宅)
公社住宅(宮城県住宅供給公社住宅)
その他民間賃貸住宅

2 移行期 自立をめざして

(1) 経済的な支援 …… 19

▶ 各種給付金・手当 …… 19

妊婦支援給付金
出産育児支援金 **NEW**
児童扶養手当
児童手当
特別児童扶養手当

▶ 医療費助成等 …… 23

こども医療費助成
母子・父子家庭医療費助成
高額療養費
その他の医療助成

▶ 国民年金に加入していた夫または妻が死亡したとき …… 25

遺族基礎年金
寡婦年金

▶ 厚生年金に加入中の方・加入していた方が死亡したとき …… 26

遺族厚生年金

▶ 小口の生活資金を緊急に必要とするとき …… 27

生活福祉資金

▶ 生活に関する減免制度等 …… 28

市営住宅家賃の減免
水道料金・下水道使用料・公設浄化槽使用料の減免
国民健康保険料の減免・一部負担金の減免
国民年金保険料の免除
産前産後期間の国民健康保険料及び国民年金保険料の免除
税の所得控除
JR通勤定期乗車券の割引
少額貯蓄非課税制度
金利優遇定期預貯金

▶ 幼稚園/保育施設/小・中・高等学校等に関する助成や優遇制度 …… 30

幼児教育・保育の無償化
保育施設等の利用者負担額の軽減
多子減免制度
就学援助制度
高等学校等修学資金借入支援制度
高等学校等就学支援金
高校生等奨学給付金
高等教育の修学支援新制度
遺児等サポート奨学金

▶ 少しでも早く生活を立て直すために …… 34

生活保護

(2) 就業・自立支援 …… 35

▶ 就職や自立について相談したい …… 35

仙台市ひとり親家庭等相談支援センター
仙台市生活自立・仕事相談センター わんすてつぷ
宮城県母子・父子福祉センター
仙台市若者自立・就労支援事業 ユース PASSO

▶ 職業訓練を受けたい方への経済的支援 …… 37

ひとり親家庭自立支援教育訓練給付金事業
ひとり親家庭高等職業訓練促進給付金等事業
ひとり親家庭高等職業訓練促進資金貸付事業
(訓練促進資金貸付・住宅支援資金貸付)

▶ 学び直しをしたい方への支援 …… 40

ひとり親家庭学び直し支援事業
自立を目指す女性のための“学び直し”を通じたキャリア支援

▶ 仕事を探したい …… 42

ハローワーク仙台(仙台公共職業安定所)
マザーズハローワーク青葉
ハローワークブラザ泉
宮城県福祉人材センター
公益財団法人仙台市産業振興事業団

▶ 失業したとき …………… 44	雇用保険
▶ 融資を受けたいとき …………… 46	仙台市勤労者融資制度

(3) 子育て・生活の支援 …………… 47

- ひとり親家庭等日常生活支援
- 子育て世帯訪問支援事業(育児ヘルパー派遣)
- 産後ケア事業
- 保育所等の一時預かり

3 自立期 健やかで安心な生活を

(1) 貸付 …………… 50

- 母子及び父子並びに寡婦福祉資金貸付
- 生活福祉資金(教育支援費・就学支度費)
- 入学準備金貸付
- 高等学校等育英奨学資金(宮城県)
- 日本学生支援機構奨学金

(2) 労働に関する相談 …………… 54

- 総合労働相談
- 職場における男女差別, 育児・介護休業等に関する相談
(宮城労働局雇用環境・均等室)
- 総合労働相談室(宮城県社会保険労務士会)
- 仙台市労働相談室
- 宮城パートダイヤル相談

(3) 子育て支援 …………… 55

▶ **保育サービス** …………… 55

- 保育所
- 認定こども園
- 小規模保育事業A型・B型
- 家庭的保育事業・小規模保育事業C型
- 事業所内保育事業
- 居宅訪問型保育事業

▶ **幼稚園** …………… 57

▶ **幼稚園及び認定こども園の預かり保育** …………… 58

▶ **児童館・児童センター等** …………… 58

- 放課後児童健全育成事業(児童クラブ)

▶ **一時預かり事業と子育て支援施設** …………… 59

- 仙台すくすくサポート事業
- こども誰でも通園制度 **NEW**
- 病児・病後児保育
- のびすく(子育てふれあいプラザ等)

- 子育て支援ショートステイ
- 乳児院・児童養護施設
- こども食堂

(4) こどもについての相談 …………… 63

▶ **こどもについての心配は** …………… 63

- 区役所・宮城総合支所のこども家庭総合相談窓口
- 仙台市児童相談所
- 地域子育て支援センター・子育て支援室
- 保育所の訪問型子育て支援事業
- 幼稚園及び認定こども園の地域子育て支援事業
- 仙台市こども若者相談支援センター
- 仙台市こども若者SNS相談
- 仙台市教育相談室
- スクールカウンセラー
- スクールソーシャルワーカー
- 仙台市発達相談支援センター(アーチル)
- せんだいみやぎ こども・子育て相談
- 仙台市自閉症児者相談センター
- 「すくすく子育て」電話相談(丘の家乳幼児ホーム)

▶ **いじめや非行についての心配は** …………… 69

- 24時間いじめ相談専用電話
- 仙台市いじめ等相談支援室 S-KET
- 少年相談電話
- いじめ110番
- こどもの人権110番

▶ **つい、こどもに辛くあたってしまうとき** …………… 70

- 子ども虐待防止ネットワーク・みやぎ(キャブネット・みやぎ)電話相談

(5) 当事者団体 …………… 70

- (公財)宮城県母子福祉連合会

4 サポート機関一覧

- 市役所・区役所・総合支所 …………… 71
- 社会福祉協議会 …………… 71

この冊子に掲載されている内容は、特に記載がない場合は、令和8年4月現在のものです。制度改正等により、内容が変更となることもあります。その場合、市政だより等に変更のお知らせが掲載されますのでご覧ください。

1

激変期

生活の転換への対応

子育てと生計をひとりで担うこととなった直後から、生活は大きく変化し、住居、収入、子育てと仕事など、様々な場面で困難に直面することがあります。

生活が激変するこの時期は、こどもと一緒に新たな環境になじみ、新しい生活の基盤をつくる大切な時期でもあります。

この章には、この時期に直面する法律問題などとそれを解決する手立ての情報を載せています。

(1) 困ったときの相談

▶ まず、窓口へ

区役所保健福祉センター・宮城総合支所

お困りのときは、お住まいの区の区役所・宮城総合支所へご相談ください。

福祉、保健に関する全般的な相談をお受けし、サービスの案内や提供を行っています。

【相談窓口】

- こども、ひとり親家庭のことなど：家庭健康課(宮城総合支所においては保健福祉課)
- 生活保護のことなど：保護課(宮城総合支所においては管理課)
- 民生委員児童委員のことなど：管理課
- 国民健康保険、国民年金のことなど：保険年金課
- 医療費助成のことなど：保育給付課(宮城総合支所においては保健福祉課)
- 高齢者、障害者のこと：障害高齢課

問合せ先 お住まいの区の区役所・宮城総合支所(P.71)へ

▶ 身近な人に相談したいとき

民生委員児童委員

お住まいの地域には、厚生労働大臣から委嘱を受けた民生委員児童委員がいます。生活や家庭のことで悩み、困っている方々の相談をお受けしています。

また、児童福祉に関する事項を専門的に担当することを目的として、**主任児童委員**がいます。

担当する民生委員児童委員がわからない場合は、お住まいの区の区役所(P.71)保健福祉センター管理課におたずねください。

▶ 専門家に相談したいとき

ひとり親家庭 専門相談 **母** **寡**

母子家庭の母や寡婦の方等を対象に、自分では解決困難な問題について、専門家による個別相談を行っています。ご利用には事前予約が必要です。

- 専門家：弁護士(養育費の取り決めや履行の確保など、法律に関する相談)
ファイナンシャル・プランナー(ライフプランに合わせた家計の見直しに関する相談)
社会保険労務士(労働問題に関する相談)
養育費専門相談員(養育費に関する相談)※通年。面接相談は予約制。電話相談にも応じます。

受付時間 火曜日 11:00～19:00、水～土曜日 9:00～17:00
(祝日・年末年始・休館日を除く)

日時 詳しい日程や内容等についてはお問い合わせください。

問合せ先 青葉区中央一丁目3-1 アエル29階(エル・ソーラ仙台内)
仙台市母子家庭相談支援センター TEL 022-212-4322

ホームページ <https://www.sendai-l.jp/soudan/boshi/>



▶ 休日に相談したいとき

ひとり親家庭等相談 **母 父 寡**

平日は仕事や家事で忙しく、相談の時間がとれないひとり親家庭等の方々のために、日曜日に電話や電子メールによる相談を受け付けています。

電話相談時間 日曜日 9:00～17:00

問合せ先 宮城県母子・父子福祉センター TEL 022-706-2648

メール miyagi-boren@r6.dion.ne.jp

※詳細は右記二次元コードからご確認ください。



▶ メールや電話などでも相談したいとき

ひとり親家庭などの相談窓口

お金、仕事、教育、子育て、離婚、支援制度などの悩みや疑問について一緒に考え、必要な情報をわかりやすくお届けします。相談方法は、メール・電話・オンライン・対面を選べます。相談は何回でも無料です。詳細は仙台市ホームページをご覧ください。

ホームページ <https://www.city.sendai.jp/kate/kurashi/kenkotofukushi/kosodate/hitorioya/shienjigyo/seikatukoujyou.html>



▶ 配偶者やパートナー・恋人等からの暴力について相談したいとき

仙台市「女性への暴力相談電話」(仙台市配偶者暴力相談支援センター事業)

ドメスティック・バイオレンス(DV)や性暴力など女性に対する暴力の被害に関する問題を抱えている方からの電話相談に女性相談員が応じます。

相談時間 月・水～金曜日 9:00～17:00, 火曜日 9:00～19:00 (祝日・年末年始を除く)

専用電話 TEL 022-268-5145

宮城県女性相談支援センター(宮城県配偶者暴力相談支援センター)

ドメスティック・バイオレンス(DV)のほか、家庭、職場のことなど女性が抱えるさまざまな問題に関する相談を行っています。

相談時間 月～金曜日 8:30～17:00 (祝日・年末年始を除く)

専用電話 TEL 022-256-0965

みやぎ夜間・休日DVほっとライン

配偶者やパートナー・恋人などからDV被害を受けている方の様々な相談に応じます。

相談時間 毎週木・土曜 17:30～21:00 (祝日・年末年始を除く)

毎週日曜 13:00～17:00 (祝日・年末年始を除く)

専用電話 TEL 022-725-3660

NPO法人ハーティ仙台

離婚、ドメスティック・バイオレンス(DV)、セクハラ、性暴力、ストーカー被害、その他の人間関係の問題などで悩んでいる女性からの相談に応じます。

●●●電話相談●●●

相談時間 毎週月～金曜日 13:30～16:30

毎週火曜日 18:30～21:00

※祝日・年末年始・お盆休みを除く

専用電話 TEL 022-274-1885

●●●メール相談(みやぎ女性のためのメール相談)●●●

相談時間 24時間書き込み可能 5日以内に返信

ホームページ <https://www.hearty-sendai.com/hearty-mail-sodan>

●●●チャット相談(みやぎ女性のためのチャット相談)●●●

相談時間 月・水曜日 18:00～21:30

土曜日 17:30～21:30

ホームページ <https://www.hearty-sendai.com/hearty-chat-sodan>



みやぎ男女共同参画相談室

■一般相談

家庭や地域、職場などでの性別による差別的な扱い、セクハラなど男女共同参画に関するさまざまな悩みや苦情について男女問わず受け付けています。相談は無料です。(電話代はご負担ください。)

相談時間 月～金曜日 8:30～16:45 (祝日・休日を除く)

専用電話 TEL 022-211-2570

■男性相談

毎週1回、男性相談員による男性相談を実施しています。相談は無料です。(電話代はご負担ください。)

相談時間 毎週水曜日 正午～17:00 (祝日・休日を除く)

専用電話 TEL 022-211-2557

■LGBT相談

毎月第2・4火曜日にLGBT相談を実施しています。相談は無料です。(電話代はご負担ください。)

相談時間 毎月第2・4火曜日 正午～16:00 (祝日・休日を除く)

専用電話 TEL 022-211-2570

▶ 人権に関する相談窓口

みんなの人権110番(仙台法務局人権擁護部, 人権擁護委員)

差別、暴行・虐待、パワーハラスメント、名誉毀損・プライバシー侵害など、あらゆる人権にかかわる相談に応じます。

相談時間 月～金曜日 8:30～17:15 (祝日・年末年始を除く)

専用電話 TEL 0570-003-110 (一部のIP電話からは、ご利用できない場合があります)

こどもの人権110番(仙台法務局人権擁護部, 人権擁護委員)

「いじめ」や体罰、不登校、虐待といった、子どもをめぐる人権問題の解決に導くための相談を受け付ける専用相談電話です。

相談時間 月～金曜日 8:30～17:15 (祝日・年末年始を除く)

専用電話 フリーダイヤル TEL 0120-007-110

インターネット人権相談受付窓口

相談フォームに必要事項を入力して送信していただくと、あなたの住所を管轄する法務局、地方法務局に相談に関する情報が送信され、後日メール、電話又は面接により回答します。

ホームページ <https://www.jinken.go.jp/>



SNS (LINE)による人権相談

人権に関する相談をLINE上で受け付けています。公式アカウント「SNS 人権相談」を友達登録してご相談ください。

受付時間 月～金曜日 8:30～17:15 (祝日・年末年始を除く)

LINE https://www.moj.go.jp/JINKEN/jinken03_00034.html
(法務省HPに利用案内があります。)



無戸籍でお困りの方の相談窓口

子の出生の届出をしなければならない方(注)が、何らかの理由によって出生の届出をしないために、戸籍に記載されない子が存在します。法務局では戸籍をつくっていただくための相談に応じています。

(注)嫡出子の場合には父又は母が(ただし、子の出生前に父母が離婚した場合には母が)、嫡出でない子の場合には母が、それぞれ出生の届出をしなければなりません(戸籍法49条1項, 52条)。

仙台法務局 青葉区春日町7-25 仙台第3法務総合庁舎
TEL 022-225-5611(代表) ※「無戸籍者の相談のことで」とお伝えください。
相談受付時間 月～金曜日 8:30～17:15

仙台市男女共同参画推進センター エル・ソーラ仙台 女性相談

夫婦・パートナー間の問題・家族・子育て・生き方など女性が抱える様々な悩みに女性相談員が応じます。

●●●電話相談●●●

相談時間 月・水～土曜日 9:00～15:30 (祝日・年末年始・休館日を除く)

専用電話 TEL 022-224-8702

●●●面接相談●●●

相談時間 月～土曜日(祝日・年末年始・休館日を除く)

※1時間程度。予約が必要です。

※面接時間帯はお問い合わせください。

※火曜日は夜間相談も行っています。

※弁護士による法律相談、就業自立相談もあります。希望される方は、面接相談の際にご相談ください。

※託児が必要な方は事前にご予約ください。

受付時間 月・水～土曜日 9:00～17:00 (祝日・年末年始・休館日を除く)

火曜日 9:00～21:00 (祝日・年末年始・休館日を除く)

問合せ先 青葉区中央一丁目3-1 (アエル29階) TEL 022-268-8302

ホームページ <https://www.sendai-l.jp/soudan/conference/>



仙台市「男性のための電話相談」

生き方や働き方、職場やパートナーとの人間関係など、男性が抱える様々な悩みについての相談に男性相談員が応じます。

受付時間 第2・4金曜日 12:00～17:00 (祝日を除く)

専用電話 TEL 022-214-8328

▶ 心の悩みや不安について相談したいとき

仙台市精神保健福祉総合センター（はあとぽーと仙台）

ご自身やご家族のこころの悩みについての相談に応じます。

●●● 来所相談 ●●●

受付時間 月～金曜日 8:30～17:00（祝日・年末年始を除く） 要予約

問合せ先 TEL 022-265-2191

●●● 電話相談 ●●●

■ はあとライン

受付時間 月～金曜日 10:00～12:00, 13:00～16:00（祝日・年末年始を除く）
（金曜日の午前は精神科医師が対応します）

専用電話 TEL 022-265-2229

■ ナイトライン

受付時間 年中無休 18:00～22:00

専用電話 TEL 022-217-2279

仙台市こころの絆センター（仙台市自殺対策推進センター）

ご自身やご家族などの自死に関する相談に応じます。

受付時間 月～金曜日 9:00～17:00（祝日・年末年始を除く）

専用電話 TEL 022-225-5560 こころまる

仙台いのちの電話

自殺予防を目的に、悩みや不安を抱える方からの電話相談に応じます。

相談時間 24時間, 年中無休

専用電話 TEL 022-718-4343

仙台いのち支える LINE 相談

身近なコミュニケーションツールである SNS（LINE）を活用し、さまざまな困りごとや悩みの相談に応じます。

友だち登録 LINE アプリから二次元コードを読み込むか、LINE 公式アカウント「@083xfyxn」を検索ください。

相談時間 日曜日・月曜日・祝日・祝翌日 18:00～21:00
（3月中は毎日実施）



▶ 消費者トラブル・債務(借金)について相談したいとき

消費生活相談

悪質商法, 契約, クレジット, 多重債務などのトラブルに関する相談に応じます。

■ 仙台市消費生活センター

- 相談時間** 月～金曜日 9:00～17:00 (受付は16:30まで)
土曜日 9:00～16:00 (受付は16:00まで) (日・祝日・年末年始を除く)
- 問合せ先** 青葉区一番町四丁目11-1 141ビル(三越定禅寺通り館)5階
TEL 022-268-7867

■ 宮城県消費生活センター

- 相談時間** 月～金曜日 9:00～17:00, 土曜日 9:00～16:00
(日・祝日・年末年始を除く)
- 問合せ先** 青葉区本町三丁目8-1 宮城県庁1階 TEL 022-211-3123

多重債務・消費者金融等の相談

■ 東北財務局 多重債務者相談窓口

多重債務相談員が, 相談者の抱える借金の状況を丁寧にお聞きし, 問題の解決に向けアドバイスを
行い, 必要に応じて弁護士などの専門家に引継ぎます。電話または面談により相談をお受けしていま
す。相談料は無料で, 秘密は厳守します。

- 相談時間** 月～金曜日 9:00～12:00, 13:00～17:00 (祝日・年末年始を除く)
- 専用電話** TEL 022-266-5703
- 面談場所** 青葉区本町三丁目3-1 (仙台合同庁舎B棟5階)

■ 宮城県司法書士会総合相談センター

クレジット・サラ金等の借金返済, 敷金問題, 相続や相続放棄, 給料不払いなどの労働問題, 不動産の
売買や贈与(名義変更), クーリング・オフのような消費者トラブルなどについて, 司法書士がご相談
をお受けします。相談料はかかりません。

●●● 電話相談 ●●●

- 相談時間** 月・水・金 13:30～16:30 (祝日・年末年始を除く)
- 専用電話** TEL 022-221-6870

●●● 面接相談 ●●●

- 相談時間** 月・水・金 14:00～16:00 (祝日・年末年始を除く) ※予約が必要です
- 問合せ先** 青葉区春日町8-1 宮城県司法書士会館 TEL 022-263-6755

■ 宮城県クレジット・サラ金問題を解決する会(みやぎ青葉の会)

ギャンブル, 買い物依存, クレジット, サラ金, ヤミ金, 多重債務, 税・国保の滞納がある, 学費や家賃
が払えない, 住むところがない, 過払い以外の債務整理を断られた, 突然解雇されたなどでお困りの方
はご相談ください。相談料はかかりません。

●●● 電話相談 ●●●

- 相談時間** 月・水・金曜日 13:00～16:00

●●●面接相談●●●

相談時間 月・水・金曜日 13:00～16:00 (要予約)
毎月第3土曜日 17:00～20:00 (要予約)

問合せ先 青葉区一番町一丁目17-20 グランドメゾン片平502号
TEL 022-711-6225 FAX 022-711-6228

■(公財)日本クレジットカウンセリング協会 仙台相談室

今ある借金をお電話で詳しくお聞きして、アドバイス致します。任意整理が可能な方にはカウンセリング予約を受け付けます。相談料はかかりません。

※当協会は任意整理のみのお手伝いをしています。お電話の相談内容によっては、一番良いと思われる他の公共機関(弁護士会・法テラスなど)をお勧めする場合があります。

借金返済でお困りの方は、まずお電話をください。

●●●電話相談●●●

相談時間 月～金曜日 10:00～12:40, 14:00～16:40 (祝日・年末年始を除く)
専用電話 0570-031640

●●●カウンセリング●●●

弁護士と消費生活アドバイザーなどの有資格者が相談に応じます。

相談時間 原則として火・第1・3木曜日 10:00～13:00 (要予約)

■日本貸金業協会 宮城県支部

貸金業務に関する相談・苦情・紛争解決・貸付自粛申告の受付を行います。
相談対応・苦情処理は無料です。紛争解決手続きは有料です。

●●●電話相談(全国ナビダイヤル)●●●

相談時間 月～金曜日 9:00～17:00 (祝日・年末年始を除く)
専用電話 TEL 0570-051-051

●●●電話相談(宮城県支部)●●●

相談時間 月～金曜日 9:30～12:00, 13:00～17:30 (祝日・年末年始を除く)
専用電話 TEL 022-227-3844, 050-3494-7971

※貸付自粛制度をご利用の方は事前にお問い合わせください。



法的解決方法

■ 仙台弁護士会法律相談センター

弁護士に依頼して、債務整理をすると、債務の支払いの免除を受けたり(破産・免責)、債務額を減縮したり(個人再生)、債権者との話し合いにより毎月の支払額・支払方法等を決め直すこと(任意整理)ができます。

問合せ先 仙台市青葉区一番町二丁目9-18 仙台弁護士会館内 TEL 022-223-2383

相談時間 月～金曜日 10:00～16:00(12:00～13:00除く)(予約制)
月・木曜日 18:00～20:00(予約制), 土曜日 9:30～12:30(予約制)
(祝日・年末年始等を除く)

※予約制 定員あり

※条件に該当する方は、法律相談援助を利用した無料相談を受けることができます。

※債務整理に詳しい弁護士による無料相談を受けることができます。

(弁護士事務所における面談。予約制)

■ 簡易裁判所への調停申立て

貸金業者等を相手方として、返済方法等の変更について、簡易裁判所に調停を申し立てることができます。

調停では、裁判所の調停委員が間に入って、貸金業者等の債権者と、利息制限法所定の利率の適用や今後の支払額及び支払方法などについて、話し合いが行われ、決め直すことができます。

問合せ先 仙台簡易裁判所 仙台市青葉区片平一丁目6-1 TEL 022-745-6083

簡易裁判所の民事手続について、次の時間に手続案内を行っています。
無料。受付時間内に直接お越しください。(予約必要なし)

受付時間 月～金曜日 9:00～11:00, 13:00～16:00(祝日・年末年始を除く)

▶ その他

■ 仙台市市民相談(特別相談)

各区役所と宮城総合支所で、法律・税務などの各種無料相談を行っています(ただし係争中の事案や事業、法人の相談には応じられません)。

会場ごとに実施日が異なり、また予約が必要な場合もございますので、下記にお問い合わせのうえご利用ください。

問合せ先 各区役所区民生活課・宮城総合支所まちづくり推進課(P.71)

■ 暮らし支える総合相談

多重債務、雇用や労働、メンタルヘルスの不調など生活上の困りごとに関する相談に応じる窓口を開設します。弁護士や臨床心理士等の専門職が相談に応じ、生活上の困りごとの解決に向けたアドバイスをを行うとともに、専門職からのアドバイスの内容を踏まえ、ソーシャルワーカーが伴走型の支援を行います。

受付時間 平日 9:00～18:00

問合せ先 青葉区二日町6-6 シャンボール青葉2階
(一社)パーソナルサポートセンター TEL 022-395-8865

(2) 離婚等の手続案内

仙台家庭裁判所

家庭裁判所では、夫婦、親子、親族などに関するいろいろな問題で、離婚、財産分与、慰謝料などの申立てのあった家事事件について、調停や審判による解決を図っています。

● 家庭裁判所で行う手続等

調停	夫婦関係調整	離婚及びそれに伴う親権者の指定、財産分与、慰謝料等についての話し合い
	婚姻費用分担	別居等に伴う婚姻費用の分担についての話し合い※ ¹
	養育費請求	養育費の請求の話し合い※ ²
	慰謝料	離婚に伴う慰謝料についての話し合い
	親権者の変更	離婚の際に定めた親権者の変更の話し合い
	親子交流 (面会交流)	こどもとの親子交流(面会交流)についての話し合い※ ³
	財産分与	離婚に伴う財産分与についての話し合い
審判	こどもの氏の変更	両親の離婚後、こどもの「氏(子の戸籍)」を変更する手続
	相続放棄	相続人として、亡くなった方の財産を放棄する手続
	失踪宣告	行方不明で死亡していると思われる人に関する手続
人事訴訟	離婚や認知等について、裁判官の判決による解決を図る手続	

ア 手続案内

家庭内や親族間における問題を解決するために利用できる手続を担当者が説明します。

(注意) 手続案内は、あくまでも手続の利用に関する説明ですから、内容や法律の解釈などにわたる法律相談には応じられません。

受付 月～金曜日 9:00～11:00, 13:00～16:00 (祝日を除く)
無料。受付時間内に直接お越しください。(予約必要なし)

イ ホームページ

仙台家庭裁判所のホームページ(<https://www.courts.go.jp/sendai/>)を利用して、申立用紙等のダウンロードができます。



※1 婚姻費用

夫婦や未成年子の生活費などの婚姻生活を維持するために必要な一切の費用のことをいいます。

婚姻費用の分担について、夫婦間で協議が調わないときに夫婦の一方から他方に対して家庭裁判所に調停を申し立てることができます。

※2 養育費

父母が離婚する際には、親権者を定めることとなりますが、親権者とならなかった親も、親として子どもを養育責任があり、こどもの養育費を扶養能力に応じて分担して負担します。

父母が離婚するときに、養育費を含む監護について必要な事項を取り決めますが、協議が調わないときなどには、養育費の支払についての話し合いを家庭裁判所に申し立てることができます。

養育費の取り決め・履行の確保支援についてはP.14。

※3 親子交流（面会交流）

子どもにとっては、父母ともにかげがえのない存在です。親子交流とは、子どもと離れて暮らす親が子どもと定期的、継続的に会って話をしたり、電話や手紙などで交流したりすることをいいます。

親子交流の方法やルールについて、話し合いが難しい場合は、家庭裁判所に調停を申し立てることができます。

▶ 離婚等の相談をしたいとき

仙台弁護士会

弁護士が、様々な法律上のトラブルについて、予防や解決のための相談や依頼に応じます。

●●●法律相談(面接)●●●

相談時間 月～金曜日 10:00～16:00（祝日を除く）

- 相談時間 1件30分以内 ●有料 5,000円+消費税
- 予約制

※条件に該当する方は、法律相談援助を利用した無料相談を受けることができます。

●●●夜間法律相談(面接)●●●

相談時間 月・木曜日 18:00～20:00（祝日を除く）

- 相談時間 1件30分以内 ●有料 5,000円+消費税
- 予約制

※条件に該当する方は、法律相談援助を利用した無料相談を受けることができます。

●●●土曜法律相談(面接)●●●

相談時間 土曜日 9:30～12:30（祝日を除く）

- 相談時間 1件30分以内 ●有料 5,000円+消費税
- 予約制

※条件に該当する方は、法律相談援助を利用した無料相談を受けることができます。

問合せ先 仙台弁護士会法律相談センター TEL 022-223-2383（平日 9:00～16:30）



日本司法支援センター宮城地方事務所(法テラス宮城)

法テラスは、法的トラブル解決のための総合案内所です。

ア 情報提供

法的トラブルの紛争解決に役立つ法制度情報や国、地方公共団体、各種相談機関、弁護士・司法書士等の各種士業団体の相談窓口の情報を無償で提供します。

- 問合せ先**
- サポートダイヤル TEL 0570-078374
月～金曜日 9:00～21:00, 土曜日 9:00～17:00 (祝日・年末年始を除く)
 - 宮城地方事務所 TEL 0503383-5537
月～金曜日 9:30～16:30 (祝日・年末年始を除く)

イ 民事法律扶助

経済的に困りの方が法的トラブルにあったときに、無料法律相談を行い、必要な場合、弁護士・司法書士費用の立替えを行います。(援助にあたっては資力などの審査があります。)

事前に予約が必要ですので、まずはお電話ください。

- 受付** 月～金曜日 9:00～17:00 (祝日・年末年始を除く)
- 問合せ先** TEL 0503383-5538

離婚に悩む女性のためのミニセミナー

離婚成立までの流れや、離婚後の生活に向けて決めておきたいこと等について女性相談員が説明します。

- 開催日時** 毎月1回原則第4金曜日 10:30～11:30
- 問合せ先** 仙台市男女共同参画推進センター エル・ソーラ仙台 TEL 022-268-8302

※要申込

※託児:6か月～小学1年生まで(託児料お子さん1人300円)

※開催日時・託児の詳細は申込時にご確認ください。

養育費・親子交流相談支援センター

養育費・親子交流等に関する相談を、電話やメールで受け付けています。また、ホームページのA1チャットボットがチャット形式で質問にお答えしています。

●●● 電話相談 ●●●

- 相談時間** 月～金曜日(水曜日を除く) 10:00～20:00
水曜日(祝日を除く) 12:00～22:00, 土・祝日 10:00～18:00
- 専用電話** TEL 03-3980-4108 (ご希望により当センターがかけ直して電話料金を負担しています)
TEL 0120-965-419 (携帯電話は使えませんので上記番号におかけください)

●●● メール相談 ●●●

- アドレス** info@youikuhi.or.jp
(迷惑メール拒否設定をされている方は、受信可能な設定にして送信してください。)

●●● AIチャットボット相談 ●●●

- ホームページ** <http://www.youikuhi-soudan.jp/>



公証制度

協議離婚で取り決めた内容(養育費・親子交流・慰謝料・財産分与など)を公正証書にしておけば、将来約束が守られない場合に強制的な取り立てなどが可能になります。公正証書は公証役場で作成してもらいます。

■ 仙台合同公証人役場 青葉区二日町 16-15 プライムゲート晩翠通 2 階

電話 鈴木桂子公証人 022-266-8398
菅野俊明公証人 022-221-6031
金沢和憲公証人 022-261-0377
小沢正明公証人 022-222-8105

■ 仙台一番町公証役場 青葉区一番町二丁目 2 番 13 号 仙建ビル 6 階

電話 山口 均公証人 022-224-6148

■ 仙台本町公証役場 青葉区本町二丁目 10 番 33 号 第二日本オフィスビル 3 階 1 号室

電話 潮見直之公証人 022-261-0744

離婚時の年金分割

■ 合意分割制度

離婚等をした場合に、以下の要件に該当したときお二人または当事者一方からの請求により、婚姻期間中の厚生年金記録を当事者間で分割することができる制度です。

- 婚姻期間中の厚生年金記録(標準報酬月額・標準賞与額)があること
- 当事者双方の合意または裁判手続きにより按分割合を定めたこと

■ 3号分割制度

以下の要件に該当したときに国民年金の第3号被保険者であった方からの請求により、平成20年4月1日以降の婚姻期間中の3号被保険者期間における相手方の厚生年金記録を2分の1ずつ当事者間で分割することができる制度です。

- 婚姻期間中に平成20年4月1日以後の国民年金の第3号被保険者期間中の厚生年金記録(標準報酬月額・標準賞与額)があること

請求期限は、原則離婚等をした日の翌日から起算して2年以内です。

問合せ先 お近くの年金事務所(P.26)

父母の離婚後の子の養育に関する見直しについて

令和6年5月17日に民法等の一部を改正する法律(令和6年法律第33号)が成立しました。この法律は、父母の離婚等に直面する子の利益を確保するため、子の養育に関する父母の責務を明確化するとともに、親権・監護、養育費、親子交流、養子縁組、財産分与等に関する民法等の規定を見直すものです。法律の改正内容や関連事業等の詳細は、右記ホームページからご覧ください。



▶ 養育費の取り決め・履行の確保支援

養育費の取り決めや履行の確保を支援します。

養育費相談窓口

仙台市母子家庭相談支援センター及び仙台市父子家庭相談支援センターにおいて、養育費に関する相談に応じます。

■ 仙台市母子家庭相談支援センター

受付時間 火曜日 11:00～19:00, 水～土曜日 9:00～17:00

(祝日・年末年始・休館日を除く)

面接相談 予約制。託児あり。

電話相談 受付時間内にお電話ください。

問合せ先 青葉区中央一丁目3-1 アエル29階(エル・ソーラ仙台内)

TEL 022-212-4322 (電話相談はこちら)

※法律に関する相談には弁護士が応じます。法律相談の詳しい日程についてはお問い合わせください。

■ 仙台市父子家庭相談支援センター

受付時間 電話:月～金曜日 18:00～20:00

メール:随時受け付けますが、返信はセンターの開所時間になります

(祝日・年末年始を除く)

専用電話 TEL 022-302-3663

メール kosodate@personal-support.org

問合せ先 青葉区二日町6-6 シャンボール青葉2階(パーソナルサポートセンター内)

同行支援

母子家庭の母の方、離婚を考えている子育て中の女性が対象です。養育費の取り決め方法についての説明を受けたり、申立の手続きなどをするために家庭裁判所や公証役場などへ行く際に、仙台市母子家庭相談支援センター職員が同行します。

※上記の仙台市母子家庭相談支援センターにおいて事前相談が必要です。



養育費に関する公正証書等作成促進補助

母 父

養育費取り決めのための公正証書等作成費用や家庭裁判所への調定申立て費用等を補助します。

ア 利用できる方

申し込み時にすべて当てはまる方が利用できます。

- 仙台市にお住まいの方
- 養育費の取り決め対象となる 20 歳未満の児童を現に扶養している方
- 過去 1 年以内に養育費の取り決めを行い、公正証書等を作成した方
- 過去に仙台市からこの補助を受けたことがない方

※この他にも条件があります。詳しくは仙台市ホームページをご確認ください。



イ 補助対象経費

養育費取り決めに係る費用のうち、公証人手数料、収入印紙代、郵便切手代、戸籍謄本等添付書類取得費用(上限 5 万円)

問合せ先 仙台市子ども若者局子ども支援給付課 TEL 022-214-8180

養育費保証契約保証料補助

母 父

保証会社と養育費保証契約を結んだときに支払った保証料を補助します。

ア 利用できる方

申し込む時に次のすべてに該当する方が利用できます。

- 仙台市にお住まいの方
- 養育費の取り決めの対象となる 20 歳未満の児童を現に扶養している方
- 児童扶養手当の支給を受けているか、又は同等の所得水準にある方
- 養育費の取り決め内容の債務名義(公正証書や調停調書などの公文書)を有している方
- 過去 1 年以内に、保証会社と 1 年以上の養育費保証契約を締結した方
- 過去に仙台市からこの補助を受けたことのない方

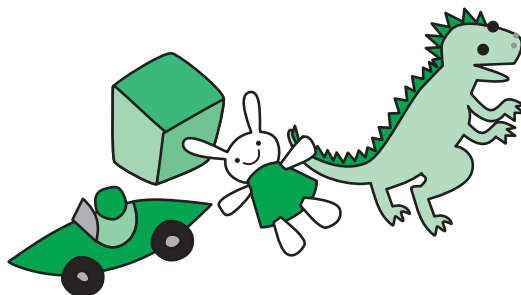
※この他にも条件があります。詳しくは仙台市ホームページをご確認ください。



イ 補助対象経費

保証会社と養育費保証契約を結んだときに支払った経費のうち、利用される方が初回保証料として負担した費用(上限 5 万円)

問合せ先 仙台市子ども若者局子ども支援給付課 TEL 022-214-8180



(3) 母子生活支援施設

母子生活支援施設 **母** **子**

母子生活支援施設は、18歳未満の子どもを養育している母子家庭、または何らかの事情で離婚の届出ができないなど、母子家庭に準じる家庭の女性が、様々な問題のために子どもの養育が十分できない場合に子どもと一緒に利用できる施設です。入所者に対しては生活指導及び就職指導等を行い、母子の自立促進を図ります。

※所得に応じて費用負担があります(月額0～1,000円)。

職員 各施設とも、母子支援員をはじめ、保育士や少年指導員、心理療法担当職員などが配置されています。

入所手続 お住まいの区の区役所家庭健康課又は宮城総合支所保健福祉課(P.71)へご相談ください。

施設名	経営主体	世帯	居室等
仙台むつみ荘	社会福祉法人 仙台市社会事業協会	20	和室(4.5畳) 和室(6畳) 台所、トイレ、浴室
仙台つばさ荘	社会福祉法人 仙台市社会事業協会	20	和室(8畳) 台所(6畳) トイレ、浴室(共同)



(4) 住居に関する支援

市営住宅

市営住宅は、「住まい」に困っている方が低家賃で入居できる賃貸住宅です。家賃は入居者の収入に応じて決まります。入居する世帯の所得金額は、公営住宅法により定められた制限があります。

ア 申込要件

次のすべてにあてはまる必要があります。

- ① 申込者本人の住所または勤務地が仙台市内にあること。
- ② 現在住宅に困っていること。
- ③ 申込み世帯の所得月額が基準の範囲内であること。
- ④ 過去に市営住宅を不正に使用したことがないこと。(家賃等の未納や迷惑行為により、明渡しを求められた方などを含みます。)
- ⑤ 世帯に市税(市民税・軽自動車税・固定資産税・都市計画税)を滞納している人がいないこと。
- ⑥ 申込者本人が成人であること。(結婚している方は成人とみなします。)
- ⑦ 公営住宅に入居していないこと。
- ⑧ 暴力団員でないこと。(同居予定者も含む。)

※福島復興再生特別措置法により居住を制限されている方、子ども・被災者支援法に基づく支援対象避難者の方は条件が異なりますのでお問い合わせください。

※離婚していない状態で母子または父子家庭として申し込みする場合は、離婚調停中または住民票上1年以上別居している確認ができて、復縁の意思がないこと。配偶者等からの暴力被害者の場合はお問い合わせください。

イ 募集

定期募集の時期は、6月・9月・12月・3月です。また、「ひとり親・子育て・多子世帯」を対象に別枠募集を行います。

詳細は募集月の「市政だより」でお知らせします。

申込用紙などは、募集期間中、各区役所案内窓口等で配布します。

ウ 優遇

定期募集では、申込者本人が20歳未満の子を扶養しているひとり親の場合や配偶者等からの暴力被害者の場合は、抽選玉を1つ増やし、当選確率を優遇します。

問合せ先 (公財)仙台市建設公社 募集課 TEL 022-399-7413

その他の公営住宅

県営住宅

定期募集の時期は、6月・9月・12月・3月です。このほかに、先着順受付の常時募集をしています。

問合せ先 青葉区上杉一丁目1-20 (ふるさとビル1階)
宮城県住宅供給公社 入居管理課 入居管理班 TEL 022-224-0014

■UR住宅(旧公団住宅)

先着順受付。※お申し込みについては、空き状況等を下記にお問い合わせください。

問合せ先 青葉区上杉一丁目1-20 (ふるさとビル2階)
宮城県住宅供給公社 賃貸管理グループ TEL 022-261-6164

■公社住宅(宮城県住宅供給公社住宅)

先着順受付。※お申し込みについては、空き状況等を下記にお問い合わせください。

問合せ先 青葉区上杉一丁目1-20 (ふるさとビル2階)
宮城県住宅供給公社 賃貸管理グループ TEL 022-261-6164

その他民間賃貸住宅

■住宅セーフティネット制度(情報提供)

住宅確保要配慮者(高齢者、低額所得者、障害者、子どもを養育する者、その他住宅の確保に特に配慮する者)に対して、その入居を拒まない賃貸住宅(セーフティネット住宅)の情報や、住まい探しのお手伝いや入居後の生活支援を行っている居住支援法人の情報を紹介します。

●セーフティネット住宅情報提供システム

住宅確保要配慮者の入居を拒まない賃貸住宅の情報を専用ホームページで紹介しています。

※住宅の条件(場所、家賃、入居対象者等)を入力し、検索することができます。

※入居については、その他の条件が付されている場合があります。各住宅の詳細については、専用ホームページ内の物件の問い合わせ先に直接お問い合わせください。

情報提供システム <https://www.safetynet-jutaku.jp/guest/index.php>

問合せ先 仙台市役所 住宅政策課 TEL 022-214-8330



●居住支援法人

居住支援法人は、住宅確保要配慮者の民間賃貸住宅への円滑な入居の促進を図るため、住宅情報の提供・相談、見守りなどの生活支援等を実施する法人として、宮城県が指定する法人です。

【法人の主な支援内容】

- 住宅確保要配慮者の方でも入居できる住宅を扱っている不動産業者の紹介
- 家賃債務の連帯保証人がいなくても入居できる住宅を扱っている不動産業者の紹介
- 不動産業者への同行

問合せ先 仙台市役所 住宅政策課 TEL 022-214-8330



2

移行期

自立をめざして

激変の時期が過ぎ、新しい生活環境にも慣れ、精神的に落ち着きを感じるようになりそののち、子育てをしながら自立をめざす時期に入ります。

様々な社会資源を上手に利用しながら、生活上の問題をひとつずつ解決し、自分らしく自分の人生を生きること(自己実現)をめざしましょう。

この章には、経済的支援、就業支援、子育てと生活の支援など、自立をめざす移行期に役立つ、支援制度の情報をまとめています。

(1) 経済的な支援

▶ 各種給付金・手当

手当は全般に、申請することによって初めて支給されます。

申請が遅れるとさかのぼっての支給はできませんので、ご注意ください。

妊婦支援給付金

産前産後の経済的負担の軽減のため、妊婦の方に妊娠届出後と赤ちゃん訪問後の2回支給します。

ア 対象

■ 1回目(妊娠届出後)

次の1～3の全てに該当する妊婦

- ① 申請時点で仙台市に住民票がある
- ② 妊娠の届出時に仙台市の面談を受けている
- ③ 対象となる妊娠について、他の市区町村から妊婦支援給付金(1回目)の支給を受けていない

■ 2回目(赤ちゃん訪問後)

次の1～3の全てに該当する母

- ① 申請時点で仙台市に住民票がある
- ② 赤ちゃん訪問時等に仙台市の面談を受けている
- ③ 対象となる妊娠について、他の市区町村から妊婦支援給付金(2回目)の支給を受けていない

※妊娠の届出にあたり、産科医療機関で妊娠の事実の確認が必要です。

※流産・死産・人工妊娠中絶の場合でも、1回目と2回目両方の支給対象となります。

イ 支給額

■ 1回目(妊娠届出後)

妊婦1人につき 5万円

■ 2回目(赤ちゃん訪問後)

お子さん1人につき 5万円

例) 双子の場合、支給額は10万円となります。

※妊婦支援給付金の申請方法や申請期限、支給日については仙台市ホームページをご確認ください。

問合せ先 仙台市子ども若者局子ども支援給付課 TEL 022-214-2134



出産育児支援金

健康保険から出産育児一時金の支給を受けた方を対象に、お子さん一人につき9万円を支給します。

ア 対象

次の1～3の全てに該当する方

- ① 令和7年10月1日以降に出産した
- ② 出産日及び申請時点で仙台市に住民票がある
- ③ 出産育児一時金の対象となっている(健康保険に加入しており、妊娠4か月(85日)以上での出産であること。)

※流産・死産・人工妊娠中絶の場合でも、支給対象となります。

イ 支給額

お子さん1人につき 9万円

※支給時は、妊婦支援給付金(2回目)と合算してお振込みいたします。

※出産育児支援金の申請方法や申請期限、支給日については仙台市ホームページをご確認ください。

問合せ先 仙台市子ども若者局子ども支援給付課 TEL 022-214-2134



児童扶養手当 **母** **父**

ひとり親家庭等の生活の安定とお子さんの福祉のために支給される手当です。

ア 対象

次のいずれかにあてはまる18歳になった年の年度末までの児童(心身に障害のある場合は20歳未満)を育てている母または父、もしくは養育者(祖父母等)

- ① 父母が婚姻を解消した(内縁関係など事実上の婚姻関係の解消を含む)
- ② 父または母が死亡した
- ③ 父または母が重度の障害の状態にある
- ④ 父または母の生死が明らかでない(船舶・航空機事故や災害など)
- ⑤ 父または母から1年以上にわたり遺棄されている
(父または母が子と同居しないで扶養義務及び監護義務をまったく放棄している状態)
- ⑥ 父または母が1年以上にわたり拘禁されている
- ⑦ 未婚の母が出産した子である
- ⑧ 父または母がDV法(配偶者からの暴力の防止及び被害者の保護に関する法律)に基づき裁判所からの保護命令を受けている

ただし、次の場合は、手当は支給されません。

- ① 母または父(または養育者)や対象となる児童の住所が日本国内にない
- ② 対象となる児童が児童福祉施設(母子生活支援施設、保育所、通園施設を除く)や少年院等に入所している、または里親に委託されている。
- ③ 母または父が事実上の婚姻関係(内縁関係など)にある、または婚姻可能な異性と同居している

- ④ 児童が、父の配偶者(内縁関係を含む)または母の配偶者(内縁関係を含む)に養育されている
- ⑤ 児童が婚姻している など

1 手当額(令和8年4月分～)

区分	全部支給	一部支給
児童1人のとき	月額 48,050 円	所得に応じて月額 48,040 円～ 11,340 円(10円きざみの額)
児童2人以上のとき	児童1人増すごとに11,350円を加算	児童1人増すごとに所得に応じて11,340円～5,680円を加算

※手当を受給してから5年後等に働く意欲がない場合は、手当が1/2に減額される場合があります。

児童扶養手当の支給額は、手当を申請する方の前年(1月～9月に申請する場合は前々年)の年間の所得額によって決まります。

手当を申請する方、または同居の家族(扶養義務者、配偶者)のうちどなたかの年間の所得が下表の上限額を超える場合は、手当の一部または全部が支給停止となります(受給資格はなくなりません)。

● 手当を受給できる所得の上限額(令和6年11月分～)

扶養親族等の数	手当を申請する方			扶養義務者、 配偶者(重度障害) の所得上限額
	全部支給となる 所得上限額	一部支給となる 所得上限額	孤児等の養育者 の所得上限額 (全額支給のみ)	
0人	69万円	208万円	236万円	236万円
1人	107万円	246万円	274万円	274万円
2人	145万円	284万円	312万円	312万円
3人	183万円	322万円	350万円	350万円
4人目以上の加算額	1人につき38万円を加算			

※扶養親族等:原則、住民税における扶養親族

※扶養義務者:申請をする方からみて、直系血族、兄弟姉妹にあたる方で、申請者と同居している方

2 支給月

手当は、支給の申請手続きをした月の翌月分から支給されます。

支給は、年6回で、各奇数月の11日(当日が銀行休業日の場合は直前の営業日)に、前月までの2か月分がまとめて受給者の口座に振り込まれます。

3 現況届

支給停止の方も含め、受給資格のある方全員に、毎年8月に現況届を提出していただきます。その届けにより、改めて所得審査をし、その年の11月から翌年10月までの手当の額が決まります。なお、現況届を2年間提出しないと時効により受給資格が失われます。

才 申請手続き

次のものを持参のうえ、お住まいの区の区役所保育給付課、総合支所の区域にお住まいの方は総合支所保健福祉課の窓口で認定請求の手続きを行ってください。

- 年金手帳（加入状況が確認できるもの）
- 申請者名義の金融機関の預金通帳またはキャッシュカード
- 申請者の個人番号（マイナンバー）がわかるもの（通知カード、個人番号カードなど）

※対象児童と配偶者及び同居している 18 歳以上の扶養義務者全員分の個人番号も記載していただく必要があります。（通知カード、個人番号カードなどの提示は不要です。）

※その他、申請する方の状況によって戸籍の全部事項証明書や各種申立書等の様々な書類が必要になりますので、まずはご相談ください。

問合せ先 お住まいの区の区役所保育給付課・総合支所保健福祉課(P.71)

児童手当

18 歳になった年の年度末までの児童を養育している方に支給されます。

離婚などにより受給者が変更になる場合は、元の受給者の消滅届と新たな受給者の新規申請が必要になります。

児童扶養手当と重複して受給できます。

● 手当額

児童一人あたりの月額

第 1 子・第 2 子	3 歳未満（3 歳の誕生日まで）	15,000 円
	3 歳～ 18 歳の年度末まで	10,000 円
第 3 子以降	0 歳～ 18 歳の年度末まで	30,000 円

● 支給月

支給の申請手続きをした月の翌月分から支給されます。支給は年 6 回で、各偶数月の 15 日（当日が銀行休業日の場合は直前の営業日）に、前月までの 2 か月分がまとめて受給者の口座に振り込まれます。

問合せ先 お住まいの区の区役所保育給付課・総合支所保健福祉課(P.71)
公務員の方は、職場へお問い合わせください。

特別児童扶養手当

心身に中程度以上の障害がある 20 歳未満の児童を養育している父または母、父母にかわってその児童を養育している方に支給されます。所得制限があります。

児童扶養手当と重複して受給できます。

● 手当額(令和 8 年 4 月分～)

重度障害児(1 級)	1 人につき 月額 58,450 円
中程度障害児(2 級)	1 人につき 月額 38,930 円

ただし、次のような場合は、手当は支給されません。

- ① 児童が児童福祉施設等に入所しているとき
- ② 児童が障害を支給事由とする公的年金を受給できるとき

● 所得制限限度額表

扶養親族等の数	受給者本人	配偶者・扶養義務者
0人	4,596,000円	6,287,000円
1人	4,976,000円	6,536,000円
2人	5,356,000円	6,749,000円
3人	5,736,000円	6,962,000円
4人	6,116,000円	7,175,000円
5人	6,496,000円	7,388,000円
6人目以上の加算額	380,000円	213,000円

※扶養親族等:原則,住民税における扶養親族

※扶養義務者:受給者からみて,直系血族,兄弟姉妹にあたる方で,受給者と同居している方

● 支給月

支給の申請手続きをした月の翌月分から支給されます。支給は年3回で,4月・8月・11月の11日(当日が銀行休業日の場合は直前の営業日)に,前月まで(11月は当月分まで)の4か月分がまとめて受給者の口座に振り込まれます。

問合せ先 お住まいの区の区役所保育給付課・総合支所保健福祉課(P.71)

▶ 医療費助成等

こどもは急な発熱やケガがよくあります。

「かかりつけ」のお医者さんをつくり,気軽に相談できるようにしておくとう安心です。

こども医療費助成

市内に住み,各種健康保険に加入している0歳から18歳到達後の最初の3月31日までの児童の保険診療にかかる自己負担額を助成します。

助成を受けるためには,資格登録が必要です。生活保護を受けている方は対象となりません。

● 対象と範囲

年齢	0歳～18歳到達後の最初の3月31日まで
対象	入院・通院
対象となる費用	保険診療の自己負担額
助成内容	全額助成

※加入している健康保険から高額療養費等が支給される場合,その額を差し引いて助成します。

※入院中の食事にかかる負担金(食事療養費の標準負担額)は助成されません。

問合せ先 お住まいの区の区役所保育給付課・総合支所保健福祉課(P.71)

母子・父子家庭医療費助成 **母 父 子**

市内に住み、各種健康保険に加入している次の方が対象となります。

助成を受けるためには、資格登録が必要で、所得制限があります。生活保護を受けている方は対象となりません。

所得超過の場合でも、資格登録は可能です。資格登録された方には、毎年所得審査を行い結果の通知を送付します。

ア 対象

各種健康保険に加入している次の方

- ① 母子家庭、父子家庭の児童(18歳になった年の年度末まで)
- ② 母子家庭の母、父子家庭の父で、18歳になった年の年度末までの児童を扶養している方
- ③ 父母のない児童(18歳になった年の年度末まで)

※生活保護を受けている方や所得が一定額以上の方は、対象になりません。

※こども医療費助成を受けている場合は、そちらが優先になります。

イ 助成金額

保険診療により1人の対象者が1つの医療機関(医科・歯科・薬料別計算、公費の有無により別計算、調剤薬局の場合は処方箋医療機関ごと別計算となります。)で1か月に支払った額が、入院の場合は2,000円、通院の場合は1,000円を超えたとき、それぞれその超えた額が助成されます。

ウ 所得制限の限度額

1月～9月に助成を受け始める方はその年の前々年、10月～12月に助成を受け始める方はその年の前年の所得状況により判定されます。

扶養親族の数	0人	1人	2人	3人	4人以上
母子家庭の母 父子家庭の父	170万円	208万円	246万円	284万円	1人につき 38万円加算
父母のない児童を 扶養する者及び 扶養義務者	236万円	274万円	312万円	350万円	1人につき 38万円加算

※扶養親族等:原則、住民税における扶養親族

※扶養義務者:申請をする方からみて、直系血族、兄弟姉妹にあたる方で、申請者と同居している方、加入している健康保険の被保険者の方

エ 申請手続き

次の書類をお持ちのうえ、区役所保育給付課、総合支所保健福祉課(P.71)で資格登録の申請を行ってください。

- 加入している保険証情報が分かるもの(資格確認書、資格情報のお知らせ等)
(受給者及び対象児童)
- 受給者の口座の分かるもの
- 児童扶養手当証書・遺族基礎年金証書・遺族厚生年金証書等のうち受けているもの

※手当、年金を受けていない場合は、戸籍謄本の提出が必要です。また、家庭の状況に応じて申立書等が必要になることもありますので、あらかじめお問い合わせください。

問合せ先 お住まいの区の区役所保育給付課・総合支所保健福祉課(P.71)

高額療養費

同じ人が同じ月内に同じ医療機関に支払った医療費の一部負担金が、自己負担限度額を超えたときは、申請により超えた分が高額療養費として支給されます。ただし、入院時の食事代、差額ベッド代、保険外診療は対象にはなりません。仙台市の国民健康保険に加入している方が支給の対象となる場合は、受診後おおむね4か月後に支給します。原則として以前支給した口座に振り込みますが、初めて対象となる世帯等は、受診後おおむね3か月後にお知らせをお送りします。

なお、入院や高額な外来診療を受ける場合は、マイナンバーカードで受診できる医療機関・薬局では受診時に同意することにより(※)、それ以外の医療機関・薬局では限度額適用認定証を提示することにより、自己負担限度額までの支払いとなります(限度額適用認定証は、下記の問い合わせ先に申請し、交付を受けてください)。

※国保加入から概ね1か月以内の受診は、限度額適用認定証を提示してください。

- 問合せ先**
- 高額療養費について(仙台市国民健康保険に加入している方)
健康福祉局保険年金課保険係分室 TEL 022-214-8390
 - 限度額適用認定証の交付について(仙台市国民健康保険に加入している方)
お住まいの区の区役所保険年金課・宮城総合支所保険年金課・秋保総合支所保健福祉課(P.71)
 - 仙台市国民健康保険以外の健康保険に加入している方
勤務先または加入している健康保険組合などの保険者

その他の医療助成

心身障害者医療費助成

問合せ先 お住まいの区の区役所障害高齢課・宮城総合支所障害高齢課・秋保総合支所保健福祉課(P.71)

小児慢性特定疾病医療費助成 ■ 自立支援医療費(育成医療)支給

未熟児養育医療給付

問合せ先 お住まいの区の区役所保育給付課・宮城総合支所保健福祉課(P.71)

▶ 国民年金に加入していた夫または妻が死亡したとき

遺族基礎年金 母 父 子

国民年金の加入者が亡くなったとき、その方に生計維持されていた、子のある夫、子のある妻、または子に支給されます。(子のある夫、子のある妻に受給権がある場合等は、子に対する遺族基礎年金は支給停止になります。)

加入者が保険料を納めた期間(免除期間を含む)が、死亡した月の2か月前までの加入期間の3分の2以上あること、または死亡した月の2か月前までの1年間に未納がないこと等の要件があります。

ア 受給できる方

- ① 18歳到達後最初の3月31日までの子(心身に障害のある場合は20歳未満)のある夫または妻
- ② 18歳到達後最初の3月31日までの子(心身に障害のある場合は20歳未満)

1 年金額(令和8年度)

夫 または 妻	子1人の場合	年額 1,091,100 円
	子2人の場合	年額 1,334,900 円
	子3人以上の場合	年額 1,416,200 円に4人目以降は1人につき81,300円加算
子供	兄弟姉妹があるとき、1人当りの支給額は下記の額を人数で割った額 ● 1人の場合 年額 847,300 円 ● 2人の場合 年額 1,091,100 円 ● 3人の場合 年額 1,172,400 円	

※所得が一定額以下の方に対しては、年金生活者支援給付金が支給されます。

問合せ先 お住まいの区の区役所保険年金課・宮城総合支所保険年金課・秋保総合支所保健福祉課 (P.71)

寡婦年金 母 寡

国民年金第1号被保険者の期間が10年以上ある夫が年金を受けずに亡くなったとき、その夫に生計を維持され、かつ10年以上生活を共にしていた妻に、60歳から65歳になるまでの間支給されます。保険料を納めた期間(免除期間を含む)が10年以上必要です。

- **年金額** 夫が受けられるはずだった年金額の3/4の額

問合せ先 お住まいの区の区役所保険年金課・宮城総合支所保険年金課・秋保総合支所保健福祉課 (P.71)

▶ 厚生年金に加入中の方・加入していた方が死亡したとき

遺族厚生年金

厚生年金に加入中の方・加入していた方が亡くなったとき、その方に生計維持されていた遺族の方(※1)からの請求により支給(※2)されます。

(※1)遺族の範囲は、子のある配偶者・子・子のない配偶者・父母・孫・祖父母の順で、妻以外には年齢等の条件があります。子・子のある配偶者には、遺族基礎年金も併せて支給されることがあります。

(※2)亡くなった方のそれまでの年金の納付月数等が一定以上であること等、支給されるための条件があります。

問合せ先 日本年金機構:「ねんきんダイヤル」 TEL 0570-05-1165
TEL 03-6700-1165 (050から始まる電話でかける場合)

またはお近くの年金事務所(下表)

名 称	所 在 地		電話番号
仙台北年金事務所 (青葉区・泉区)	980-8421	青葉区宮町四丁目3-21	(代)022-224-0891
仙台東年金事務所 (宮城野区)	983-8558	宮城野区宮城野三丁目4-1	(代)022-257-6111
仙台南年金事務所 (若林区・太白区)	982-8531	太白区長町南一丁目3-1	(代)022-246-5111
街角の年金相談センター仙台	980-0803	青葉区国分町三丁目6-1 仙台パークビル2階	—

※年金事務所及び街角の年金相談センター仙台の窓口での手続き・ご相談は、「予約優先」で実施しております。予約は「予約受付専用電話(0570-05-4890)」で承ります。

※公務員等でお勤め中の方・お勤めだった方が死亡した場合は、共済組合が遺族厚生年金に関する問い合わせ先になることがあります。

▶ 小口の生活資金を緊急に必要とするとき

安心して利用できる公的貸付を上手に利用しましょう。

生活福祉資金

収入の少ない世帯、心身に障害のある方や高齢者が属している世帯に対し、低利子(年1.5%)または無利子で資金の貸付と必要な支援を行うことにより、世帯の経済的自立と生活の安定向上を目的とする制度です。

- 貸付には審査があります。
- 原則として、連帯保証人が必要です。
※連帯保証人を立てられない場合でも申し込むことができます。
- 他の貸付制度の利用が優先です。
※ひとり親家庭と寡婦の方は、「母子及び父子並びに寡婦福祉資金」(P.50 参照)が優先します。
- 総合支援資金と緊急小口資金の貸付にあたっては、原則として生活困窮者自立支援制度の自立相談支援事業のご利用が要件の一つとなります。
- 民生委員が援助活動を行います。

(令和8年4月現在)

資金の種類	内 容	※貸付対象			貸付限度額	利率
		低	障	高		
総合支援資金	生活支援費	●			月額20万円以内 (単身世帯は15万円以内)※貸付期間は最大で12か月	連帯保証人を立てる場合は無利子 連帯保証人を立てられない場合は据置期間経過後年1.5%
	住宅入居費	●			40万円以内	
	一時生活再建費	●			60万円以内	
福祉資金	福祉費	●	●	●	各種の内容がありますので、詳しくはお問い合わせください。(P.71)	無利子
	緊急小口資金	●	●	●	10万円以内	
教育支援資金	教育支援費	●			就学先により異なります(詳しくはP.52)	無利子
	就学支度費	●			50万円以内	

※貸付対象

低=低所得世帯。(世帯の収入が一定基準以下の方。)

障=身体障害者手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳のいずれかの交付を受けた方がいる世帯。

高=日常生活上療養または介護を要する65歳以上の高齢者がいる世帯。

※このほか、不動産担保型生活資金等がございます。

問合せ先 お住まいの区の社会福祉協議会各区・支部事務所(P.71)

▶ 生活に関する減免制度等

市営住宅家賃の減免

失業等により所得が著しく低額になった場合や、病気により家賃の支払いが困難になった場合など、申請により市営住宅家賃の減免を受けられる場合があります。

問合せ先 (公財)仙台市建設公社収納課 TEL 022-399-7346

水道料金・下水道使用料・公設浄化槽使用料の減免

生活保護受給世帯、中国残留邦人等に対する支援給付受給世帯、非課税世帯(水道を使用する全員の市県民税が非課税で、現在も収入が少なく著しく生活に困窮し、他の世帯からの養育費または仕送り等の継続性がある経済的援助を受けていない世帯に限る)については、申請することにより水道料金・下水道使用料・公設浄化槽使用料の減免を受けられる場合があります。

問合せ先 (水道使用の方)

水道局南料金センター TEL 022-304-0020 FAX 022-304-0137

(井戸水での下水道使用の方、公設浄化槽使用の方)

建設局下水道経営部業務課 TEL 022-214-8337 FAX 022-268-4318

国民健康保険料の減免・一部負担金の減免

国民健康保険料の減免

- 失業等の理由により前年と比べて著しく所得が減少し、保険料が納められない場合に、申請し承認されると保険料が減免されます。前年度の所得などに応じて、保険料の減免割合が変わります。
- 18歳になった年の年度末までの国民健康保険加入者については、保険料のうち均等割額の最大10割相当の額が減免されます(申請は不要です)。
- 世帯の所得が基準未満のとき、保険料の均等割額と平等割額の2割相当の金額が減免されます(申請は不要です)。※保険料の7割・5割軽減などを受けている方は対象になりません。

国民健康保険の一部負担金の減免

- 失業等の理由により、病院を受診したときの医療費の支払いができない場合に、申請し承認されると医療費の支払いが減免されます。

いずれの制度も、申請には別途添付書類が必要です。詳しくは下記までお問い合わせください。

問合せ先 お住まいの区の区役所保険年金課・宮城総合支所保険年金課・秋保総合支所保健福祉課 (P.71)

国民年金保険料の免除

経済的な理由等で保険料が納められない場合に、申請し承認されると保険料が免除されます。前年の所得に応じて多段階の免除があります。失業・災害その他の理由の場合は、別途添付書類が必要です。詳しくは下記までお問い合わせください。

問合せ先 お住まいの区の区役所保険年金課・宮城総合支所保険年金課・秋保総合支所保健福祉課 (P.71)

産前産後期間の国民健康保険料及び国民年金保険料の免除

出産予定日または出産日が属する月の前月から4か月間(多胎の場合は3か月前から6か月間)の国民健康保険料及び国民年金保険料が免除されます。

出産予定日の6か月前から、お住まいの区役所に届出ができます。出産前にお届けいただく場合は、出産予定日を確認できる書類(母子健康手帳など)の添付が必要です。

- 対象** 国民健康保険の被保険者及び国民年金第1号被保険者の方
問合せ先 お住まいの区の区役所保険年金課・宮城総合支所保険年金課, 秋保総合支所保健福祉課 (P.71)

税の所得控除

所得税, 住民税では, 基礎控除や扶養控除のほかに, 要件を満たす場合「ひとり親控除」の適用を受けることができます。

- 問合せ先** (住民税に関すること)
 仙台市財政局市民税課 TEL 022-214-8637 (青葉区・泉区にお住まいの方)
 TEL 022-214-8638 (宮城野区・若林区・太白区にお住まいの方)
- (所得税に関すること)
 国税相談専用ダイヤル TEL 0570-00-5901
 仙台北税務署 TEL 022-222-8121 (青葉区・宮城野区の一部, 泉区にお住まいの方)
 仙台中税務署 TEL 022-783-7831 (青葉区・宮城野区の一部, 若林区にお住まいの方)
 仙台南税務署 TEL 022-306-8001 (太白区にお住まいの方)

JR通勤定期乗車券の割引 **母** **父**

児童扶養手当を受けている方や生活保護を受けている方は, JR通勤定期乗車券を3割引で購入できます。

- 問合せ先** お住まいの区の区役所保育給付課・総合支所保健福祉課, 区役所保護課(青葉区においては保護第一課及び保護第二課・宮城総合支所管理課, 太白区においては保護第一課及び保護第二課) (P.71)

少額貯蓄非課税制度 **母** **寡**

児童扶養手当, 遺族年金などを受けている母子家庭や寡婦の方は, マイナンバーカード等の一定の確認書類を添えて, 非課税貯蓄申告書等を金融機関経由で税務署長に提出すると, 銀行などの預貯金, 公債のそれぞれ元本等350万円までの利子等について課税されません。

- 問合せ先** 各金融機関の窓口へ

金利優遇定期預貯金 **母** **寡**

銀行などの金融機関では, 児童扶養手当や遺族基礎年金などを受けている母子家庭や寡婦の方などを対象に, 一般の定期預貯金よりも利回りのよい定期預貯金を取り扱っている場合があります。

- 問合せ先** 各金融機関の窓口へ

▶ 幼稚園／保育施設／小・中・高等学校等に関する助成や優遇制度

幼児教育・保育の無償化

<幼稚園・保育施設等>

■ 幼稚園, 保育所, 認定こども園, 地域型保育事業(小規模保育・家庭的保育・事業所内保育・居宅訪問型保育)等

● 3～5歳児クラスの全てのこどもの利用料が無償化

- 無償化の期間は、満3歳になった後の4月1日から小学校就学前までの3年間(幼稚園・認定こども園の幼稚園部分は満3歳から対象)
- 従来制度幼稚園は、月額25,700円まで無償(宮城教育大学附属幼稚園は月額8,700円まで)
- 実費として徴収されている費用(通園送迎費, 食材料費, 行事費等)は、無償化の対象外(年収360万円未満相当世帯のこどもと第3子以降のこどもは、副食(おかず・おやつ等)の費用が免除)

● 0～2歳児クラスでは、市町村民税非課税世帯等(*)のこどもの利用料が無償化

*生活保護世帯, 里親, 小規模住居型児童養育事業者(ファミリーホーム)を含みます。

■ 幼稚園・認定こども園の預かり保育

● 3～5歳児クラスで、施設等利用給付認定(新2号)を受けたこども及び、満3歳で施設等利用給付認定(新3号)を受けた市町村民税非課税世帯等のこどもの利用料が、利用日数に応じて1日あたり450円まで無償化

※1月あたり11,300円を超える場合は、月額11,300円まで無償化(満3歳児は月額16,300円まで)

■ 認可外保育施設, 一時預かり等(※)

● 3～5歳児クラスで、施設等利用給付認定(新2号)を受けたこどもの利用料が、月額37,000円まで無償化

● 0～2歳児クラスで、施設等利用給付認定(新3号)を受けた市町村民税非課税世帯等のこどもの利用料が、月額42,000円まで無償化

- 幼稚園(*), 認可保育所, 認定こども園等を利用できていない方が対象
 - *預かり保育の実施時間等が少ない幼稚園(平日の預かり保育提供時間数が8時間未満または年間開所日数が200日未満)の場合は、幼稚園の預かり保育のほか、認可外保育施設等の利用分も無償化の対象となります。

※一般的な認可外保育施設, ベビーシッター, 認可外の事業所内保育等のほか、一時預かり事業(のびすくを含む), 病児保育事業, 仙台すくすくサポート事業(ファミリー・サポート・センター事業)が対象です。(複数サービスの併用も可能)

※認可外保育施設については、仙台市等に届出がされ、国が定める指導監督基準を満たすもののうち、市が確認を行った施設が対象です。対象施設は市ホームページで確認できます。

https://www.city.sendai.jp/nintechosa/musyoyuka_sisetu.html

問合せ先 仙台市幼児教育無償化事務センター TEL 022-214-8978

保育施設等の利用者負担額の軽減

<保育施設等>

市町村民税額が一定額以下となるひとり親世帯に対し、保育所・認定こども園, 家庭的保育事業, 小規模保育事業, 事業所内保育事業, 居宅訪問型保育事業の利用者負担額(保育料)を軽減しています。

※平成28年度より、一定の市町村民税額以下のひとり親世帯については、第2子以降の保育料を無料としております。

問合せ先 区役所保育給付課・宮城総合支所保健福祉課(P.71)

多子減免制度

同一世帯に2人以上のお子さんがある場合、幼稚園、保育所、認定こども園、家庭的保育事業、小規模保育事業、事業所内保育事業、居宅訪問型保育事業を利用する際、2人目以降のお子さんの保育施設利用料が減免されます。利用する施設の組み合わせにより減免内容が異なりますので、詳しくはお問い合わせください。

※平成28年度より、一定の市町村民税所得割額以下の世帯については、多子減免に係る年齢制限を撤廃し、保育料を決定しております。

問合せ先 保育所、認定こども園、家庭的保育事業、小規模保育事業、事業所内保育事業、居宅訪問型保育事業の保育料については、保育施設等がある区の区役所保育給付課・宮城総合支所保健福祉課(P.71)

子ども・子育て支援新制度の幼稚園については、仙台市子ども若者局認定給付課 (TEL 022-214-8655)

就学援助制度

<仙台市立小・中学校>

経済的に困りの家庭のため、仙台市立の小・中学校・中等教育学校(前期課程のみ)の児童、生徒に対し、学用品費、給食費などの一部を援助しています。

援助内容(令和8年3月現在年額。金額は変更になることがあります。)

新入学学用品費	小学校入学 57,060円 中学校・中等教育学校(前期)入学 63,000円 ※小学校入学前, 中学校入学前(小学校6年次)に支給しています。その後の重複支給は行いません。
学用品費等	小学1年生 11,630円 2~6年生 13,900円 中学・中等教育学校1年生 22,730円 2~3年生 25,000円
体育実技用具費	実費(柔道 7,650円限度, 剣道 52,900円限度)。 ※中学校の体育(柔道・剣道)に必要な特定の用具で、授業を受ける生徒全員が個々に用意する必要があるものについて支給します。
校外活動費	交通費, 見学料, 宿泊費(宿泊を伴うものに限る。)
修学旅行費	交通費, 宿泊費, 見学料など
卒業アルバム代	実費(小学校6年生 11,000円限度, 中学校3年生 10,000円限度)。 ※卒業アルバムを購入した場合に支給します。
生徒会費	実費(中学生 5,550円限度)
通学費	実費(小学生は4km以上, 中学生は6km以上の通学距離の方が対象です。指定学校以外の学校に通学している場合は対象外です。)
学校給食費	実費
医療費	むし歯, 結膜炎(ウイルス性に限る), 中耳炎, 慢性副鼻腔炎, 寄生虫病など一部の疾病に限られますので, 詳しくは学校へご相談ください。

問合せ先 お子さんの通学する市立の各小・中学校・中等教育学校(担任の先生又は事務職員)

※仙台市に住所を有し, 国, 県または他市町村立の小・中学校へ通学している児童, 生徒に対しても, 内容は異なりますが, 学用品費などを援助しています。詳しくは, 仙台市教育委員会学事課(TEL 022-214-8861)へご相談ください。

高等学校等修学資金借入支援制度

<高等学校等>

高等学校等修学のため、日本政策金融公庫教育一般貸付(国の教育ローン)を借り入れた方で一定の要件を満たす場合に、在学期間中(※)に支払った利子を補給します。

※「在学期間中」とは、正規の修業年限内に限ります。

問合せ先 仙台市教育委員会学事課 TEL 022-214-8861

高等学校等就学支援金

<高等学校等>

国公立の高等学校等の授業料に充てるための支援金が支給されます。(平成26年度以降の入学者が対象です。)

問合せ先 在学中の高等学校等へ

高校生等奨学給付金

<高等学校等>

平成26年度以降に高等学校等に在学する高校生等がいる低所得世帯に対して、授業料以外の教育費の負担を軽減するため支給します。詳しくは在学中の高等学校等へお問い合わせください。

支給額(令和7年度の金額。金額は変更になることがあります。)

対象者	国公立(年額)	私立(年額)
①生活保護受給世帯(通信制も同じ)	32,300円	52,600円
②高校生等 (①を除く非課税世帯)	143,700円	152,000円
通信制の課程	50,500円	52,100円

問合せ先 在学中の高等学校等へ

高等教育の修学支援新制度

ア 支援対象となる学校種

大学・短期大学・高等専門学校(4・5年)・専修学校(専門課程)

イ 支援内容

- ① 給付型奨学金の支給
- ② 授業料・入学金の減免

ウ 支援対象となる学生

住民税非課税世帯及びそれに準ずる世帯の学生・子ども3人以上を扶養する世帯の学生等

※令和7年4月から、子どもを3人以上扶養する世帯の学生については、所得制限なく一定額まで授業料・入学金を減免することとなりました。詳細は、文部科学省ホームページ「学びたい気持ちを応援します 高等教育の修学支援新制度」をご参照ください。

<https://www.mext.go.jp/kyufu/index.htm>



■ 高等教育の修学支援新制度の対象機関リスト
(全機関要件確認者の公表情報とりまとめ)

https://www.mext.go.jp/a_menu/koutou/hutankeigen/1421838.htm



■ 宮城県知事が確認要件を満たすことを確認した大学・専門学校の一覧

<https://www.pref.miyagi.jp/site/shigaku/koutou-hutankeigen-kouhyou.html>



問合せ先 (進学前の予約申込) 在学中の高等学校等へ
(進学後の在学申込) 在学中の大学等へ

遺児等サポート奨学金

東日本大震災以外の要因で保護者を亡くした小・中学生が、安定した学校生活を送り希望する進路選択を実現できるよう、当該小・中学生に対し奨学金を給付しています。

ア 対象

次の①、②のいずれにも該当する方

- ① 県内の小学校、中学校、特別支援学校小学部若しくは中学部、義務教育学校又は中等教育学校の前期課程に在籍する方
- ② その保護者(親権を行う方、未成年後見人その他の方で、児童生徒を現に監護する方をいいます。)が、東日本大震災以外の要因(病気、事故など)により亡くなった方

※所得要件はありません。

ただし、保護者の再婚や事実婚、児童生徒が保護者以外の方と養子縁組をするなどにより、亡くなった保護者に代わり児童生徒を監護する方が2名(うち1名は親権を行う者)いる場合は、対象になりません。

イ 支給額

種類	月額金	一時金
小学生	1万円	小学校卒業時に15万円
中学生	1万円	中学校卒業時に20万円

対象者に該当する場合、月額金は申請のあった日の翌月分から給付します。

ただし、対象者に該当することとなった日から30日以内に申請があった場合は、対象者に該当することとなった日の属する月の翌月分から給付します。

一時金は、小学校又は中学校を卒業する年の1月から5月までの間に申請した方に給付します。

ホームページ <https://www.pref.miyagi.jp/site/kyouiku/support.html>

問合せ先 宮城県教育庁総務課 TEL 022-211-3613



▶ 少しでも早く生活を立て直すために

生活保護

何らかの事情により収入が途絶えたりして生活が困難となった場合、その程度に応じて必要な保護を行い、最低限度の生活を保障しながら、一日でも早くご自身で生活を支えられるようにするための手助けをする制度です。

ア 保護の要件

- 働ける人は能力に応じて働くこと
- 資産は生活維持のために活用すること
- 年金や手当など、他の制度で給付を受けることができる場合は、それらの制度を活用すること

これらの手立てをして、それでもなおかつ生活ができない場合で、厚生労働大臣の定める最低生活費の基準額に満たない場合に保護が適用されます。

なお、親・子・兄弟姉妹・前夫(子の父)・前妻(子の母)などから、援助を受けられるときは、援助してもらってください。

イ 保護のしくみと種類

年齢、世帯構成などによって計算される世帯の最低生活費と収入を比較して、収入が最低生活費に満たない場合に、不足分が保護費として支給されます。

生活扶助……衣食、光熱水費などの日常生活に必要な費用

住宅扶助……家賃、地代、借家の場合の更新手数料などの費用(一定の上限があります。)

教育扶助……義務教育に必要な学用品代、給食費などの費用

介護扶助……介護保険などの給付対象となるサービスを受けるために必要な費用

医療扶助……病院にかかるのに必要な費用

出産扶助……出産の費用

生業扶助……就労に必要な技能を修得するための費用、高校などの就学に必要な費用

葬祭扶助……葬式を執り行うための費用

※このほか、生活扶助を行う救護施設への入所等があります。

問合せ先 お住まいの区の区役所保護課(青葉区においては保護第一課・宮城総合支所管理課、太白区においては保護第一課)(P.71)にご相談ください。



(2) 就業・自立支援

▶ 就職や自立について相談したい

安定した収入を得ることができ、自立した生活をするように支援します。

仙台市ひとり親家庭等相談支援センター **母 父 寡**

母子家庭の母や父子家庭の父、寡婦の方を対象に、相談員が生活の自立に向けた支援を行います。

■ 仙台市母子家庭相談支援センター

●●● 就業・自立相談(面接・電話) ●●●

就職・再就職、家計管理等、自立に伴う悩みや困りごとの相談に応じます。面接相談は予約制です。電話相談は受付時間内にお電話ください。

託児があります(予約制, 無料, 0か月～小学1年生)。

●●● 就業情報の提供 ●●●

就労経験や適性、キャリアに応じた効果的な職業選択とキャリアアップができるようサポートし、就業に関する情報を提供します。

●●● 就業支援講習会・セミナー ●●●

就労・自立に向けて必要な知識・技能等を学ぶための講習会を開催します。募集は市政だより等で行います。

対象 母子家庭の母、寡婦の方、離婚を考えている子育て中の女性

受付時間 火曜日 11:00～19:00、水～土曜日 9:00～17:00
(祝日・年末年始・休館日を除く)

青葉区中央一丁目3-1 アエル29階(エル・ソーラ仙台内)

TEL 022-212-4322 (電話相談はこちら)

ホームページ <https://www.sendai-l.jp/soudan/boshi/>



■ 仙台市父子家庭相談支援センター

●●● 電話・電子メール相談 ●●●

① 就業相談事業

家庭の状況、職業の適性、就業・転職への希望、職業訓練の必要性等に応じ、求人等情報の提供や事業を営むうえでの問題などについて助言を行い、各種支援につなげます。

② 一般生活相談

父子家庭における子育て、生活相談や必要な制度の活用方法などの情報提供を行います。

受付時間 電話:月～金曜日 18:00～20:00

メール:随時受け付けますが、返信はセンターの開所時間になります
(祝日・年末年始を除く)

専用電話 TEL 022-302-3663

メール kosodate@personal-support.org

問合せ先 青葉区二日町6-6 シャンボール青葉2階(パーソナルサポートセンター内)

仙台市生活自立・仕事相談センター わんすてっぷ

生活に困窮している方のさまざまな悩みに対して、スタッフが一人一人に合った支援プランを一緒に考え、課題の解決を目指します。

受付時間 月～金曜日 9:00～18:00（祝日・年末年始を除く）

メール info-cw@personal-support.org

予約・問合せ先 青葉区二日町6-6 シャンボール青葉2階（パーソナルサポートセンター内）
TEL 022-395-8865

宮城県母子・父子福祉センター **母 父 寡**

●●●就業相談・就業支援講習会・情報提供●●●

母子家庭の母や父子家庭の父、寡婦の方を対象に、就業に関する相談から情報の無料提供を行います。

相談時間 日・月・水・木・金 9:00～17:00（祝日・年末年始を除く）

- 事業内容**
1. 就業相談 | 就職・転職に向けて相談員がアドバイスします。
 2. 就業支援講習会 | 就職・転職活動に役立つ講習会・セミナーを開催しています。
(母子家庭の母、父子家庭の父及び寡婦の方が対象となります。)
 3. 就業情報の提供 | 登録者にはハローワークと提携した就業情報を提供し、お仕事を紹介します。

●●●就業支援講習会・セミナー●●●

母子家庭の母、父子家庭の父、寡婦の方を対象に、就労に必要な知識・技能・資格を習得するための講習会を開催しています。

1. 講習科目は介護（介護職員初任者研修）、パソコン（ワード、エクセル）を予定しております。
2. セミナーは、コミュニケーション能力の自己分析により自分自身を見つめ直し就職・転職に関する知識を習得します。

問合せ先 宮城県母子・父子福祉センター
青葉区堤通雨宮町4-17 宮城県仙台合同庁舎1階
TEL 022-706-2648 FAX 022-706-2649
※詳細は右記二次元コードからご確認ください。



仙台市若者自立・就労支援事業 ユース PASSO

就労等に不安を持つ若者を対象に、相談対応や各種講座の実施、就労体験による、自立・就労に向けた支援を行っています。

ア 対象

- ① 仙台市内に在住または通勤・通学している方
- ② 概ね義務教育終了後から39歳までの方で働くこと、学ぶことに不安や困難、一歩踏み出せない気持ちを感じている方

※①、②どちらにも該当する方が利用対象です。

※発達障害の特性のある方や、こころの不調を抱えている方のご相談も承ります。

イ 受付時間

月～金曜日の 10:00～16:00 及び毎週水曜日の 17:00～20:00（祝日・年末年始を除く）

ウ 支援内容

- 個別相談・個別面談（必要に応じて訪問も行います）
- フリースペース
- 就労サポート
- リハビリプログラム
- 復学・進路サポート
- オンラインでの相談・交流

問合せ先 宮城野区榴岡 1-6-3 東口鳳月ビル 602 TEL:022-253-7701

e-mail:youth-passo@npo-switch.org

ホームページ <https://switch-sendai.org/youth-passo>



▶ 職業訓練を受けたい方への経済的支援

就職や資格取得を目指す職業訓練を受けたい方に経済的支援を行います。

ひとり親家庭自立支援教育訓練給付金事業 **母** **父**

ひとり親家庭の母または父が、就業に必要な技術を身につけるため厚生労働省指定の教育訓練講座を受講し、修了した場合、経費の一部または6割（上限あり）を給付する制度です。

※申請手続きが完了するまでに最低1か月程かかります。お早めの相談・申請をお願いします。

ア 利用できる方

仙台市内にお住まいのひとり親家庭の母または父（配偶者が精神または身体の障害により長期間働くことができない方を含む）で、次の全てに該当する方が利用できます。

- ◎ 20歳未満の子を養育している方
※子が20歳に到達した場合も、受講修了までは対象となる場合があります。
- ◎ 母子・父子自立支援プログラムの策定を受けている方
- ◎ 当該教育訓練を受けることが適職に就くために必要であると認められる方
- ◎ 過去に自立支援教育訓練給付金の支給を受けたことが無い方
- ◎ 仙台市の市税を滞納していない方

イ 対象講座

雇用保険制度の教育訓練給付の指定教育訓練講座です。介護技術、医療事務、パソコン資格、電気工事関係技術等の多彩な講座があります。

対象講座の一覧は、お近くのハローワークで閲覧できるほか、インターネットでも検索できます。

※「教育訓練給付制度 検索システム」

ウ 支給額

講座終了後に受講料の6割相当額(一般教育訓練講座及び特定一般教育訓練講座は上限20万円。専門実践教育訓練講座の上限は修学年数×上限40万円(上限160万円))を支給します。

※1万2千円を超えない場合は支給されません。

※雇用保険制度による教育訓練給付金受給資格がある方は、差額を支給します。

※専門実践教育訓練講座を受講される方は、6か月ごとに分けて支給を受けることができます(条件あり)。

※上記6割相当額に加えて、受講料の2.5割相当額が追加支給される場合があります。

エ 手続き

- ① ハローワークにて雇用保険法による教育訓練給付の受給資格の有無を確認し「教育訓練給付金支給要件回答書」をもらう。
- ② 講座を申し込む前に、母子・父子センターでプログラム策定員と面接をし、事前相談および自立支援プログラムの策定を受ける。
- ③ 講座開始2週間前までに申請をし、講座の指定を受ける。
※講座開始後は申請できませんのでご注意ください。
- ④ 講座修了後、30日以内(雇用保険制度の専門実践教育訓練給付金の支給を受けることができる方は、専門実践教育訓練給付金の支給額が確定した日から30日以内)に申請をする。

問合せ先 お住まいの区の区役所家庭健康課・宮城総合支所保健福祉課(P.71)

ひとり親家庭高等職業訓練促進給付金等事業

ひとり親家庭の母または父が、資格を取得する場合に、自立の促進と生活の負担軽減のため、高等職業訓練促進給付金や高等職業訓練修了支援給付金を支給します。

- 高等職業訓練促進給付金…対象資格を取得するために6か月以上養成機関で修業する場合、支給申請をした月から48か月を上限に、毎月定額を支給します。支給期間は修業資格によって異なります。

※准看護師から看護師の養成機関に引き続き進学する場合は、支給期間の上限が60か月になります。

- 高等職業訓練修了支援給付金…養成期間修了後に一時金を支給します。

ア 対象資格

- 看護師, 准看護師, 保育士, 介護福祉士, 理学療法士, 作業療法士, 調理師, 製菓衛生師等の国家資格
- 雇用保険制度の「専門実践教育訓練」の指定講座
- 雇用保険制度の「特定一般教育訓練」の指定講座
- 雇用保険制度の「一般教育訓練」の「情報関係」に分類される指定講座

イ 利用できる方

仙台市内にお住まいのひとり親家庭の母または父(配偶者が精神または身体の障害により長期間働くことができない方を含む)で、次の全てに該当する方が利用できます。要件に該当するかについては、まずご相談ください。

◎ 20歳未満の子を養育している方

◎ 児童扶養手当の支給を受けている方と同等の所得水準にある方

※児童扶養手当と同等の所得水準を超えた場合であっても、その後1年間に限り、引き続き利用対象となる場合があります。

◎ 養成機関において、カリキュラムを終了後に対象資格の取得が見込まれる方

- ◎ 就業または育児と修業の両立が困難であると認められる方
- ◎ 過去に高等職業訓練促進給付金等の支給を受けたことが無い方
- ◎ 高等職業訓練促進給付金又は高等職業訓練修了支援給付金と趣旨を同じくする制度の給付を受けていない方

📌 支給額(令和8年4月現在)

	市民税非課税世帯	市民税課税世帯
高等職業訓練促進給付金	月額 100,000 円	月額 70,500 円
高等職業訓練促進給付金 (最後の12か月)	月額 140,000 円	月額 110,500 円
高等職業訓練修了支援給付金	50,000 円	25,000 円

※金額は申請者本人及び同居の家族全員の課税状況によって決定します。

🔧 事前相談

これから資格取得を目指している方も、すでに学校等に在学中の方もご相談ください。事前相談では資格取得への意欲、資格の取得見込み、また、現在の生活状況などをお伺いし、支給の必要性について審査します。事前相談の結果によっては、受給の希望に添えない場合もありますので、予めご了承願います。

問合せ先 お住まいの区の区役所家庭健康課・宮城総合支所保健福祉課(P.71)

ひとり親家庭高等職業訓練促進資金貸付事業 母 父

■ 訓練促進資金貸付

高等職業訓練促進給付金を活用して、養成機関に修学し、就職に有利な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る制度です。

📌 貸付額

入学準備金	上限額 50 万円	養成機関へ入学するとき
就職準備金	上限額 20 万円	養成機関を修了かつ資格を取得したとき

📌 利息

連帯保証人を立てる場合は無利子となります。連帯保証人を立てない場合は、返還の債務の履行猶予期間中は無利子とし、履行猶予期間経過後の利率は年 1%となります。

📌 返還免除

養成機関の課程を修了し、資格取得した日から 1 年以内に就職し、宮城県内において、取得した資格が必要な業務に 5 年間従事したときは貸付金の返還が免除されます。

■ 住宅支援資金貸付

児童扶養手当を受給している(同等の所得水準の方を含む)ひとり親家庭で、母子・父子自立支援プログラムの策定を受け、就労に向けて意欲的に取り組んでいる方に家賃等の実費額を貸し付ける制度です。

ア 貸付額

1 か月あたり上限 7 万円, 原則 12 か月に限る。

イ 利息

無利子

ウ 返還免除

貸し付けを受けた日から 1 年以内に母子・父子自立支援プログラムで定めた目標に合致した就職をすること, 就労を 1 年間継続することで返還が免除されます。

問合せ先 仙台市社会福祉協議会 地域福祉課 TEL 022-223-2142

▶ 学び直しをしたい方への支援

ひとり親家庭学び直し支援事業 **母** **父** **子**

ひとり親家庭の母または父及び児童が, 高等学校卒業程度認定試験の合格を目指す場合に, 民間事業者などが実施する対策講座の受講費用の軽減を図るため, 受講開始時給付金, 受講修了時給付金, 合格時給付金を支給します。

※申請手続きが完了するまでに最低 1 か月程かかります。お早めの相談・申請をお願いします。

ア 利用できる方

仙台市内にお住まいの 20 歳未満の子を養育するひとり親家庭の母, または父(配偶者が精神または身体の障害により長期間働くことができない方を含む), 及び 20 歳未満の子で, 次のすべてに該当する方が利用できます。

- ◎ 母子・父子自立支援プログラムの策定を受けている方
- ◎ 高等学校卒業程度認定試験に合格することが適職に就くために必要であると認められる方
- ◎ 過去に高等学校卒業程度認定試験合格支援事業の給付金を受給していない方
- ◎ 大学入学資格を取得していない方
- ◎ 仙台市の市税を滞納していない方

イ 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です。通信制講座も含まれます。

ウ 支給額(令和 8 年 4 月現在)

通信制の場合と通学または通学と通信併用の場合で支給上限額が異なります。

① 受講開始時給付金(対象講座の受講を開始したときに支給します)

※支給額が 4 千円を超えない場合は支給されません。

② 受講修了時給付金(対象講座の受講を修了したときに支給します)

※支給額が 4 千円を超えない場合は支給されません。

③ 合格時給付金(試験の全科目に合格したときに支給します)

受講修了時給付金を受給した方が, 対象講座の受講修了から 2 年以内に試験の全科目に合格した場合に支給します。

【通信制】の場合

給付金の種類	受講料	上限額
① 受講開始時給付金	40%	10万円
② 受講修了時給付金	10%	12万5千円 ①+②の上限
③ 合格時給付金	10%	15万円 ①+②+③の上限

【通学】または【通学と通信併用】の場合

給付金の種類	受講料	上限額
① 受講開始時給付金	40%	20万円
② 受講修了時給付金	10%	25万円 ①+②の上限
③ 合格時給付金	10%	30万円 ①+②+③の上限

Ⅰ 手続き

- ① 講座を申し込む前に、母子・父子センターでプログラム策定員と面接をし、事前相談および自立支援プログラムの策定を受ける。
- ② 講座開始2週間前までに申請をし、講座の指定を受ける。
- ③ 受講開始時給付金の支給申請をして、給付を受ける。
※受講開始後、30日以内に申請してください。
- ④ 受講修了時給付金の支給申請をして、給付を受ける。
※講座修了後、30日以内に申請してください。
- ⑤ 試験受験をし、全科目合格したら、合格時給付金の申請をして、給付を受ける。
※試験合格後、40日以内に申請してください。

問合せ先 お住まいの区の区役所家庭健康課・宮城総合支所保健福祉課(P.71)



自立を目指す女性のための“学び直し”を通じたキャリア支援

「資格を取りたいけれど勉強の仕方が分からない」「働きたいけれど自信がない」などの働くことに関する悩みや将来のことを一緒に考えながら、あなたが一歩前に進むためのサポートをします。

対象 10代の頃などに十分な学びの経験が得られず、学び直したいと考えている、就業・転職を目指す女性

内容 ●キャリアカウンセリング…仕事や将来のことについて、女性相談員と一緒に考えます。
(何度でも相談できます)

●個別学習…女性講師と一対一で学習します。(一回あたり110分、おおむね6回)
自立に向けた目標や学びたいことに合わせて、あなたのペースで進めます。
学習内容:日常生活や仕事に役立つ計算や敬語などの言葉の使い方、パソコン操作の基礎、気持ちを言葉にして伝える練習、高等学校卒業程度認定試験受験など

●託児あり(無料、0か月～小学1年生)

参加費 無料

問合せ先 仙台市男女共同参画推進センター エル・ソーラ仙台 TEL 022-268-8302
仙台市母子家庭相談支援センター TEL 022-212-4322

▶ 仕事を探したい

ハローワーク仙台(仙台公共職業安定所)

職業相談・紹介、パソコンによる求人情報の提供を行っています。また、職業適性診断、キャリアカウンセリング、職業訓練の受講案内、雇用保険(失業給付)業務などを行っています。

また、母子家庭の母や父子家庭の父を対象に、専門相談員による予約相談を行っています。

相談時間 月～金曜日 8:30～17:15(祝日・年末年始を除く)
宮城野区榴岡四丁目2-3(仙台MTビル3階・4階・5階・6階)
TEL 022-299-8811

職業相談 職業紹介サービスは6階にて下記のとおり開庁
平日夜間 17:15～18:30, 土曜日 10:00～17:00

ホームページ <https://jsite.mhlw.go.jp/miyagi-roudoukyoku/1/160/161.html>

■ マザーズハローワーク青葉

職業相談・紹介、パソコンによる求人情報の提供を行っています。

マザーズハローワークでは、子育てしながら働きたい方の就職支援を行っています。

相談時間 月～金曜日 8:30～17:15

問合せ先 宮城野区榴岡四丁目2-3(仙台MTビル6階)
マザーズハローワーク青葉 TEL 022-206-0141

ホームページ <https://jsite.mhlw.go.jp/miyagi-mother/>

■ ハローワークプラザ泉

職業相談・紹介、パソコンによる求人情報の提供を行っています。

相談時間 月～金曜日 8:30～17:00(祝日・年末年始を除く)

問合せ先 泉区泉中央一丁目7-1(地下鉄泉中央駅ビル4階) TEL 022-771-1217

宮城県福祉人材センター(福祉人材無料職業紹介事業)

「福祉の仕事」をお探しの方と「福祉の人材」をお探しの施設・事業所との橋渡しをしています。求職・求人登録、求人情報の閲覧など、お気軽にご利用ください。求人情報は『福祉のお仕事』ホームページ(<https://www.fukushi-work.jp/>)でも公開しています。

- 対象となる職種 介護職員、ホームヘルパー、相談員・指導員・支援員、保育士
介護支援専門員、事務職、栄養士、調理員、看護職、理学療法士、作業療法士
サービス提供責任者、福祉活動専門員(社会福祉協議会職員)など

※看護師等の医療職については、高齢者や障害者、児童等の福祉施設(一般病院等の医療施設は対象外)の求人を取り扱っています。

- 開館時間** 平日 9:00 ~ 17:00 (祝日・年末年始を除く)
問合せ先 宮城県福祉人材センター (宮城県社会福祉協議会)
青葉区上杉三丁目3-1 (みやぎハートフルセンター3階)
TEL 022-262-9777 FAX 022-261-9555
ホームページ <https://fukushi.miyagi-sfk.net/job/>

公益財団法人仙台市産業振興事業団

● キャリアコンサルティング(おしごと相談窓口「キャリアコン仙台」)

就職や転職、今の働き方や将来のキャリアなどに関して、キャリアコンサルタントが個別相談に対応します。

- 対象** 求職中の方(18歳以上)、在職中の方 6名/日 ※予約制、無料
スケジュール 原則週1回実施(詳しい日程はホームページでご確認ください。)
ホームページ <https://sendaidehatarakitai.jp/careerconsulting>
申込・問合せ先 公益財団法人仙台市産業振興事業団
仙台市青葉区中央一丁目3-1 アエル5階
TEL 022-748-6877
e-mail:careersupport@siip.city.sendai.jp



▶ 失業したとき

雇用保険

雇用保険は、労働者が失業した場合や雇用の継続が困難になった場合に、求職活動をする間の生活の安定、雇用の安定と就職の促進をはかるための給付を行う制度です。受給期間は離職した日の翌日から原則1年間です。

労働者を雇用する事業所は、その業種、規模を問わず、農林水産業の一部を除きすべて雇用保険の適用事業所となり、労働者は下記1、2のいずれにも該当する場合は雇用保険の被保険者となります。

保険料は、労働者の賃金総額等をもとに計算され雇用主と労働者本人で負担します。

1. 1週間の所定労働時間が20時間以上であること
2. 31日以上雇用見込みがあること

ア 失業時などの給付の種類

求職者給付	基本手当, 高年齢求職者給付金など	教育訓練給付	教育訓練給付金
就職促進給付	再就職手当, 求職活動関係役務利用費		

イ 雇用保険基本手当の受給要件

次の要件を全て満たすことが必要です。

- ① 離職の日以前2年間に12か月以上被保険者期間があること。
倒産、解雇、一定の要件を満たす雇止め、その他やむを得ない理由による離職の場合は、離職の日以前1年間に6か月以上被保険者期間があること
(被保険者期間とは、雇用保険の被保険者であった期間のうち、離職日から1か月ごとに区切っていった期間に賃金支払いの基礎となった日数が11日以上ある月を1か月と計算します。)
- ② ハローワークに求職の申し込みをしていること
- ③ 失業の状態にあること
(「積極的に就職しようとする気持ち」と「いつでも就職できる能力」があり、「積極的に就職活動を行っているにもかかわらず就職できない状態」にある場合)

※次の場合は、基本手当を受けることができません。

- すでに就職が決定(内定)している方
- 農業や商業などの家業に従事するため就職を希望しない方
- 結婚して家事に従事するため就職を希望しない方
- 病気、けが、妊娠、出産、育児、親族の病気看護などのため就職できない方
- そのほかすぐには就職を希望しない方

ウ 受給の流れ

① 離職

適用事業所は、「離職票」を安定所に提出し確認を受けた後、ご本人に交付します。

② 求職申込・受給手続き

提出書類	<ul style="list-style-type: none">● 離職票-1と2● 預金通帳またはキャッシュカード● マイナンバーカードまたはマイナンバー通知カード● 運転免許証またはマイナンバーカード等写真付きの書類 (ない場合は、官公署発行の書類2種類)
------	---

※マイナンバーカードをご提示いただけない方は写真が2枚必要となります。

③ 雇用保険説明会

雇用保険の受給手続きの進め方や就職活動について説明します。

④ 職業相談・職業紹介など

⑤ 失業の認定

原則 4 週間に 1 回、ハローワークに出向いて失業の認定を受けます。

なお、4 週間に原則 2 回以上の求職活動実績が必要となります。

⑥ 受給(指定口座への振込)

支給対象

受給資格決定の日から失業状態の日が通算して 7 日間(待期間)は、支給の対象になりません。待期間が終了した日の翌日からが支給対象期間となります。

自己都合退職の場合には、待期間(7 日間)経過後、給付制限期間(1 ~ 3 か月間)があり、給付制限の期間が終了した日の翌日からが支給対象期間となります。

給付日数

次の日数を限度として支給されます。

① 契約期間満了、定年退職、自己の意思で離職した方(②および③以外の全ての離職者)

被保険者であった期間 離職時の年齢	10年未満	10年以上 20年未満	20年以上
65歳未満	90日	120日	150日

② 倒産、解雇、一定の要件を満たす雇止めで離職された方(③を除く)

被保険者であった期間 離職時の年齢	1年未満	1年以上 5年未満	5年以上 10年未満	10年以上 20年未満	20年以上
30歳未満	90日	90日	120日	180日	—
30歳以上 35歳未満		120日	180日	210日	240日
35歳以上 45歳未満		150日		240日	270日
45歳以上 60歳未満		180日	240日	270日	330日
60歳以上 65歳未満		150日	180日	210日	240日

※一定の要件を満たす雇止めにより離職された方に②の表が適用されるのは暫定措置です。(令和9年3月31日までの間に離職された方が対象)

③ 障害者等の就職が困難な方(ご本人からの申し出が必要となります)

被保険者であった期間 離職時の年齢	1年未満※	1年以上
45歳未満	150日	300日
45歳以上 65歳未満		360日

※「1年未満」欄は、②に該当する理由または、その他やむを得ない理由により離職された方にのみ適用されます。

問合せ先 ハローワーク仙台(仙台公共職業安定所) TEL 022-299-8811

▶ 融資を受けたいとき

仙台市勤労者融資制度

仙台市内に住所または勤務地がある中小企業にお勤めの方の生活を支援するために、仙台市が資金を金融機関に預託し、低利での融資を行っています。

担保・保証料は不要です(原則として金融機関指定の保証機関を利用いただきます)。なお本融資制度利用者に対する(一社)宮城県労働者福祉資産協会による利子補給制度もあります。

融資にあたっては、制度を運用する金融機関の所定の審査があります。利子補給制度含め、詳しくは東北労働金庫へお問い合わせください。

名称	融資限度額	融資金利 (固定金利)	使 途	返済期間
生活資金	300万円	適用金利① 年 3.00% 適用金利② 年 3.25%	○結婚・葬祭の費用 ○住居移転費用 ○公租公課に要する費用 ○住宅の修理, 付帯設備設置に要する費用 ○上記使途借入金の借り換え費用	15年以内
教育資金	300万円	適用金利① 年 1.70% 適用金利② 年 1.95%	○高校, 大学, 各種学校等の教育資金 ○授業料等納付金の他, 下宿代, 書籍代等の費用 ○上記使途借入金の借り換え費用	15年以内
福祉資金	300万円	適用金利① 年 1.50% 適用金利② 年 1.75%	○育児休業または介護休業期間中の生活資金(1か月以上の休業日がある方) ○出産・育児に係る費用 ○療養・介護に係る費用 ○災害復旧に係る費用 ○上記使途借入金の借り換え費用(育児または介護休業期間中の生活資金を除く)	15年以内
自動車資金	300万円	適用金利① 年 1.90% 適用金利② 年 2.15%	○通勤用自家用自動車の購入費用 ○上記使途借入金の借り換え費用	15年以内
移住定住支援資金	300万円	適用金利① 年 1.50% 適用金利② 年 1.75%	○仙台市内に住宅を購入するために要する費用 ○仙台市に定住するために要する費用	15年以内
空き家対策支援資金	300万円	適用金利① 年 1.50% 適用金利② 年 1.75%	○空き家の改築, 修繕, 解体または樹木若しくは家財の処分に要する費用	15年以内

※融資金利(固定金利)は令和8年4月1日現在です。

◎適用金利①の対象となる方:以下のいずれかに当てはまる方

雇用形態が契約社員等の方, お申込時に18歳未満の子どもを養育するひとり親世帯の方,
申込時年齢が30歳以下の方, 前年税込年収が500万円未満の方

◎適用金利②の対象となる方:上記「適用金利①の対象となる方」以外の方
 ※金利は市場動向によって変更となる場合があります。最新の金利は最寄りの営業店へご確認ください。
 ※金利はお申込時点ではなく、お借入れ時点の金利が適用されます。予めご了承ください。

問合せ先 東北労働金庫 お客さまサービスセンター フリーダイヤル 0120-1919-62

(3) 子育て・生活の支援

ひとり親家庭等日常生活支援 **母 父 寡**

ひとり親家庭等において、病気、出張、冠婚葬祭、学校行事などで一時的に家事や育児に困るとき、日常生活の世話や保育を行う家庭生活支援員を派遣します(事業者の都合により、利用できない場合があります)。なお、小学生以下のこどもがいるひとり親家庭においては、就業上の理由により帰宅時間が遅くなる場合等に定期的な利用ができるようになります(所得等の要件があります)。

こんなときにご相談ください。

- 病気などのためにこどもの世話や家事ができないので手助けがほしい
- こどもの看病のために買い物に行くことができないので代わりに行ってほしい
- 学校行事へ参加している間、未就学のこどもの面倒をみてほしい
- 冠婚葬祭のときなどにこどもの面倒をみてほしい
- 母子・父子家庭となつて間もないため、家事・育児の手助けがほしい
- 仕事で帰宅時間が遅くなるので、こどもの面倒をみてほしい

(注意)病気のこどもの看病はお受けできません。

ほかに「病児・病後児保育」などのサービス(P.60)がありますのでご相談ください。

ア 利用内容

支援内容	保育, 食事の世話, 住居の掃除, 買い物等
期 間	原則として, 月 20 時間以内, かつ年 240 時間以内
時 間	9:00 ~ 18:00 (1 時間単位) ※この時間帯以外の場合は, ご相談ください。
費 用	<ul style="list-style-type: none"> ○ 1 時間あたりの利用料金 <ul style="list-style-type: none"> ・一般 300 円 ・児童扶養手当受給水準世帯 150 円 ・生活保護受給世帯・市民税非課税世帯 無料 ● 利用料金は, 直接, 訪問した支援員にお支払いください。 ● 利用予定日前日 17 時以降にキャンセルした場合, 一律 1,000 円をお支払いいただきます。

イ 手続き

① 登録申請

サービス利用開始の 2 週間前までにお住まいの区の区役所家庭健康課・宮城総合支所保健福祉課窓口で, 利用登録の申請をしてください(登録は毎年度必要です。)

② 派遣申請

家庭生活支援員の派遣を希望するときは, お住まいの区の区役所家庭健康課窓口・宮城総合支所保健福祉課にお申し込みください。

※緊急に派遣が必要な場合は, 申請手続き前であってもご相談ください。

問合せ先 お住まいの区の区役所家庭健康課・宮城総合支所保健福祉課(P.71)

子育て世帯訪問支援事業(育児ヘルパー派遣)

体調不良などのため、家事や育児が困難な家庭及び小児慢性特定疾病の認定を受けている児童がいる家庭に、育児ヘルパーを派遣して、生活のお手伝いをします。

利用方法 原則としてサービスの初回利用希望日の2週間前までにお申し込みください。

利用期間 妊娠中から出産後1年以内(小児慢性特定疾病の認定を受けている児童がいる家庭の場合は初回の利用日から1年以内)。最大20回(多胎児の場合は30回)まで。原則1日1回まで、1回につき2時間以内です。

(利用できる時間帯は午前9時～午後6時。この時間帯以外は要相談)

費用 1時間あたり600円(所得の状況に応じて減額があります)

申込・問合せ先 お住まいの区の区役所家庭健康課、各総合支所保健福祉課(P.71)



産後ケア事業

産後12か月未満の産婦を対象に、宿泊や日帰り、訪問によるサービスを行い、安心して子育てができるようにサポートします。

利用できる方 利用時に仙台市に住所のある、産後12か月未満の産婦とその乳児で、産後ケア事業の利用を希望する方

※以下に該当する場合は、利用できません。

① 母子のいずれかが感染症にかかっている

② 母親に入院治療が必要

③ 母親に心身の不調や疾患があり、治療が必要

(医師により産後ケアの利用が可能と判断された場合にはこの限りではない)

利用方法 利用希望日の1週間前までにお申し込みください。(妊娠32週から申請可能)

サービスの内容・費用

宿泊型：1日あたり5,500円(1泊2日は2日間と数える)

デイサービス型：2時間まで1,000円

6時間まで3,200円

訪問型：2時間まで2,000円

4時間まで3,800円

※非課税世帯・生活保護世帯は利用料金が免除されます。

利用できる日数 宿泊型、デイサービス型、訪問型それぞれ最大7日まで

(多胎産婦の場合はそれぞれ最大10日まで)

申込・問合せ先 お住まいの区の区役所家庭健康課、各総合支所保健福祉課(P.71)

※事業内容は変更する可能性があります。詳しくは、仙台市ホームページをご覧ください。



保育所等の一時預かり

■非定型的保育サービス

保護者の就労や職業訓練、就学などにより家庭での保育ができないお子さんを、月64時間未満を限度として、日中保育所等で保育します。

■緊急保育サービス

保護者が病気、介護などのため、緊急・一時的に家庭での保育ができないお子さんを、2週間を限度として、日中保育所等で保育します。

■私的理由による保育サービス

子育て家庭における保護者の心理的・肉体的な負担を解消するため一時的に保育が必要となるお子さんを、週3日を限度として、日中保育所等で保育します。

■継続的利用保育サービス

保護者の就労や職業訓練等により月64時間以上家庭での保育ができないお子さんを、日中保育所等で保育します。

対 象	仙台市に在住する、保育所等に入所していない健康な就学前のお子さん
保 育 時 間	おおむね7:30～18:00（日曜・祝日・年末年始を除く）
利 用 料	<p>3歳未満 日額2,400円（半日利用1,200円） 3歳以上 日額1,200円（半日利用600円）</p> <p>※ただし、生活保護世帯等及び市民税非課税世帯については無料 （非課税世帯の確認対象期間は各施設へご確認ください。） ※給食を摂った場合、別途食費300円 ※そのほか幼児教育・保育の無償化(P.30)の対象として給付を受けられる場合があります。 ※緊急保育サービス及び私的理由による保育サービスを3歳未満の多胎児のお子さんが同時にご利用の場合、多胎児支援施設(実施施設一覧参照)においては、1名分の料金で利用可能となっています。</p>

- 申 込** 直接、実施保育所等へ
- 施設一覧** <https://www.city.sendai.jp/kodomo-kankyosebi/kurashi/kenkotofukushi/kosodate/azukari/azukari/hoikujonado.html>
- 問合せ先** 仙台市こども若者局幼保企画課 TEL 022-214-8753



健やかで安心な生活を

生活が落ち着き、日々の生活やご自身とお子さんの将来など、健やかで安心なライフスタイルを確立する時期です。

この章には、日常生活においての不意のできごとやこどもの進学などに対応するため、活用することができる社会資源をまとめています。

(1) 貸付

母子及び父子並びに寡婦福祉資金貸付 **母 父 寡 子**

母子家庭及び父子家庭並びに寡婦の経済的自立と生活の安定、こどもの福祉の向上を図るために、各種資金の貸付を行っています。

なお、貸付に際しては、貸付審査会において申請者の状況、今後の見通し、償還能力の有無などを総合的に判断し、貸付の可否を決定します。審査会の結果によっては、貸付の希望に添えない場合もありますので、予めご了承ください。

申請には事前相談が必要です。また、振込まで一定の期間を要しますので、貸付をご検討される方はお早めにご相談ください。

A 利用できる方

次のいずれかに該当する方

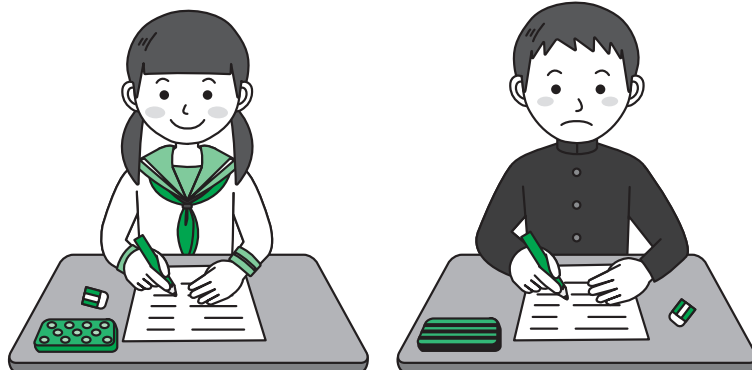
- ① 母子家庭の母または父子家庭の父(20歳未満の児童を扶養している方)
- ② 母子家庭の母または父子家庭の父が扶養する20歳未満の児童
- ③ 父母のいない20歳未満の児童
- ④ 寡婦(配偶者のいない女子であって、かつて母子家庭の母であった方)または離婚等で配偶者のいない40歳以上の女性
- ⑤ 寡婦が扶養する子

※①については配偶者が精神または身体の障害により長期間働くことができない方を含む

※本制度の資金及び他制度の貸付金の償還、税、公共料金等の支払を滞納していない方

I 注意点

- ◎ 連帯保証人(一部貸付金を除く)が必要な場合があります。
- ◎ 貸付には審査があります。審査によって返済が困難であると判断された場合には、貸付できないことがあります。
- ◎ 予定された返済が滞った場合は、延滞元利金額につき年3.0%の違約金が発生します。
- ◎ 転宅資金は、転居予定先の自治体(仙台市内であれば転居予定先の区役所家庭健康課・宮城総合支所保健福祉課)へご相談ください。



母子・父子・寡婦福祉資金貸付金一覧

資金種別	対 象	内 容
事業開始	母子家庭の母, 父子家庭の父, 寡婦	事業を始めるために必要な設備などの購入資金
事業継続	母子家庭の母, 父子家庭の父, 寡婦	現在営んでいる事業を続けるために必要な運転資金
技能習得	母子家庭の母, 父子家庭の父, 寡婦	就職や事業を始めるために必要な知識技能を習得するのに必要な資金
修 業	母子家庭の母が扶養する児童, 父子家庭の父が扶養する児童, 父母のいない児童, 寡婦が扶養する子	就職や事業を始めるために必要な知識技能を習得するのに必要な資金
就職支度	母子家庭の母または児童, 父子家庭の父または児童, 父母のいない児童, 寡婦	就職に直接必要な被服等及び通勤用自動車等を購入する資金
医療介護	母子家庭の母または児童(介護の場合は児童を除く), 父子家庭の父または児童(介護の場合は児童を除く), 寡婦	医療または介護(1年以内)を受けるのに必要な資金
生 活	母子家庭の母, 父子家庭の父, 寡婦	次の期間中の生活を継続するのに必要な資金
		① 就職等のための知識技能習得期間(5年以内)
		② 医療若しくは介護を受けている期間(1年以内)
		③ 配偶者のない女子または男子となって7年未満の期間
	④ 失業期間(離職日の翌日から1年以内)	
母子家庭の母, 父子家庭の父	⑤ 家計が急変し, 児童扶養手当が支給開始されるまでの期間(原則3か月, 最長1年)	
住 宅	母子家庭の母, 父子家庭の父, 寡婦	住宅の補修・保全・改築・増築または建設に必要な資金
転 宅	母子家庭の母, 父子家庭の父, 寡婦	移転に伴う住宅賃借に必要な資金
結 婚	母子家庭の母, 父子家庭の父, 寡婦	こどもの結婚に必要な資金
修 学	母子家庭の母が扶養する児童, 父子家庭の父が扶養する児童, 父母のいない児童, 寡婦が扶養する子	高等学校以上への進学のための授業料・書籍代・交通費などに必要な資金
就学支度	母子家庭の母が扶養する児童, 父子家庭の父が扶養する児童, 父母のいない児童, 寡婦が扶養する子	入学に必要な資金

なお, 資金種別によって貸付限度額が異なりますので, 詳細は仙台市ホームページをご覧ください。

問合せ先 お住まいの区の区役所家庭健康課・宮城総合支所保健福祉課(P.71)



生活福祉資金(教育支援費・就学支度費)

入学費用や月々の学費などの貸付を行っています。

※日本学生支援機構奨学金や母子及び父子並びに寡婦福祉資金等の他の貸付制度が優先します。

● 月々の学費など

教育支援費貸付限度額(月額) (令和8年4月現在)

区 分	貸 付 限 度 額
高 等 学 校	35,000 円
高等専門学校	60,000 円
短 期 大 学	60,000 円
大 学	65,000 円

※高校には専修学校高等課程を, 短大には専修学校専門課程を含みます。

● 入学費用

就学支度費貸付限度額 (令和8年4月現在)

区 分	貸 付 限 度 額
高 等 学 校	500,000 円
高等専門学校	
短 期 大 学	
大 学	

問合せ先 お住まいの区の社会福祉協議会各区・支部事務所(P.71)へ

入学準備金貸付

市内に6か月以上お住まいの方で児童・生徒を養育し, 経済的理由で入学準備金に困っている世帯に無利子で貸付をします。貸付の可否は審査委員会等の審査のうえで決定されます。

申込みには市内在住の保証人が必要です。

償還期間 貸付の日から2か月据置き後, 20か月以内
(ただし, 15万円貸付の場合は30か月以内)

〈貸付限度額〉 (令和8年4月現在)

区 分	貸 付 限 度 額	
小学校・中学校	50,000 円	
高等学校	公立	100,000 円
	私立	150,000 円

問合せ先 お住まいの区の社会福祉協議会各区・支部事務所(P.71)へ

高等学校等育英奨学資金(宮城県)

経済的理由で高等学校(中等教育学校(後期課程)及び特別支援学校(高等部)を含みます。)・専修学校(高等課程)への修学に困難がある優れた生徒に学資を無利子で貸付けする制度です。

〈貸付額(月額)〉

区分	自宅通学者	自宅外通学者
国・公立	18,000円	23,000円
私立	30,000円	35,000円

問合せ先 在学中の学校へ

日本学生支援機構奨学金

大学・短期大学・高等専門学校・専修学校(専門課程)および大学院で学ぶ人を対象とした、国が実施する奨学金です。経済的理由で修学が困難な優れた学生に対し、学資の給付(P.32 高等教育の修学支援新制度にて実施)または貸与(無利子または有利子)を行います。その他、予期できない事由により家計が急変した方向けに、申請期間外でも随時申請を受け付けておりますので、詳しくは在学中の学校の奨学金担当者へお問い合わせください。

最新の情報については、下記のホームページをご確認ください。

申込み先 在学中の学校へ

問合せ先 日本学生支援機構 奨学金相談センター

TEL 0570-666-301

月～金曜日 9:00～20:00(土日祝日・年末年始を除く)

※手続きスケジュールや、個別の提出資料に関する相談窓口は各学校になります。

ホームページ <https://www.jasso.go.jp/shogakukin/index.html>



(2) 労働に関する相談

総合労働相談

労働者・事業主の方の労働に関する相談に応じています。

■ 宮城労働局総合労働相談コーナー

相談時間 月～金曜日 9:00～16:30（祝日・年末年始を除く）

問合せ先 宮城野区鉄砲町1（仙台第4合同庁舎8階 宮城労働局雇用環境・均等室内）
TEL 022-299-8834

■ 仙台総合労働相談コーナー

相談時間 月～金曜日 9:00～16:30（祝日・年末年始を除く）

問合せ先 宮城野区鉄砲町1（仙台第4合同庁舎1階 仙台労働基準監督署内）
TEL 022-299-9075

職場における男女差別、育児・介護休業等に関する相談（宮城労働局雇用環境・均等室）

職場における男女の均等な処遇・セクシュアルハラスメント・妊娠・出産・育児・介護等ハラスメント、パワーハラスメント、育児・介護休業、パートタイム・有期雇用労働法などに関する相談に応じています。

相談時間 月～金曜日 8:30～17:15（祝日・年末年始を除く）

問合せ先 宮城野区鉄砲町1（仙台第4合同庁舎8階） TEL 022-299-8844

総合労働相談室（宮城県社会保険労務士会）

労働者、事業主の方の労働問題全般について相談に応じます。（対面相談）

なお、個々の労働者と事業主との間の紛争について「あっせん」する機関も併設しています。

相談時間 毎週水曜日 13:00～17:00（電話予約が必要）

問合せ先 青葉区本町一丁目9-5（五城ビル4階） TEL 022-223-0573

仙台市労働相談室

職場や仕事でのトラブルについて、解決へのアドバイスを行っています。

相談時間 毎週火曜日 10:00～12:00, 13:00～16:00（祝日・年末年始を除く）

問合せ先 青葉区国分町三丁目7-1（仙台市役所本庁舎1階） TEL 022-214-6144

宮城パートダイヤル相談

パートやアルバイト、派遣労働者などの皆さんの労働相談に応じています。

相談時間 月～金曜日 10:00～17:00（祝日・年末年始を除く）

問合せ先 宮城野区小田原山本丁101-6（金剛院丁SSビル4階） TEL 022-256-8110

(3) 子育て支援

▶ 保育サービス

保育所

保護者が働いている場合、病気により家庭での保育が難しい場合などに、お子さんを保護者にかわって保育します。

こどもにとっては、友だちと一緒に楽しい集団生活を送る場です。

対 象	生後4か月から就学前のお子さん(保育所によって多少異なります)
保 育 時 間	公立保育所 7:15～19:15 (有料の延長保育時間を含む) 私立保育所 おおむね7:00～19:00 (有料の延長保育時間を含む) ※保育所によって保育時間が多少異なります。一部の保育所で、19時以降の長時間延長保育を実施しているところもあります。
保 育 料	保護者の市町村民税額などに応じて決められています。 ※延長保育を利用する場合は、別途費用負担があります。 ※2019年10月より、幼児教育・保育の無償化(P.30)を実施しています。
入 所 手 続	第1希望の保育施設等(保育所、認定こども園(保育所部分)、小規模保育事業、家庭的保育事業及び事業所内保育事業(地域枠))がある区の区役所保育給付課・宮城総合支所保健福祉課で受け付けます。受付は随時行っていますが、年度始めの4月から入所する場合は、別に仙台市ホームページや市政だより等で手続についてお知らせします。

問合せ先 区役所保育給付課・宮城総合支所保健福祉課(P.71)

保育所一覧 <https://www.city.sendai.jp/nintechosa/kurashi/kenkotofukushi/kosodate/hoikujo/annai/hoikushisetsu.html#sisetu>



■ 休日保育

日曜日・祝日・年末年始に、保護者の就労等により家庭での保育ができないお子さんを、日中保育所等で保育します。実施施設にあらかじめ利用の登録をし、直接利用の予約をします。

対 象	日曜日・祝日・年末年始に保護者の就労等により家庭での保育ができないお子さん
保 育 時 間	おおむね7:00～18:00
利 用 料	①2号または3号の保育認定を受けて保育所・認定こども園・家庭的保育事業・小規模保育事業・事業所内保育事業を利用するお子さんで、休日保育を利用する代わりに、平日入所している施設で利用しない日を設ける場合 無料 ②①以外の場合 3歳未満 日額3,200円(半日利用1,600円) 3歳以上 日額1,600円(半日利用800円) ※ただし、生活保護世帯等及び市民税非課税世帯については無料 ※そのほか、幼児教育・保育の無償化(P.30)の対象として給付を受けられる場合があります。 間食費 日額200円 ※①②とも、昼食については各実施施設へお問い合わせください。

申 込 直接、実施施設へ

施設一覧 <https://www.city.sendai.jp/kodomo-kankyosebi/kurashi/kenkotofukushi/kosodate/hoikujo/hoikujo/kyujitsu.html>

問合せ先 仙台市子ども若者局幼保企画課 TEL 022-214-8753



■特別支援保育(プラス支援保育)

認可保育所、認定こども園等では、保護者の就労等により家庭で保育ができない心身に障害等があるお子さんを保育しています。

対象 保育施設等での集団保育が可能で、集団保育による心身の負担が過重でなく、安全が確保できると認定された生後5か月以上のお子さん

問合せ先 区役所保育給付課・宮城総合支所保健福祉課(P.71)

■認定こども園

幼稚園と保育所の機能をあわせ持つ施設で、0歳児から小学校就学前までの児童を対象に、3歳未満児には保育を、3歳以上児には教育・保育を提供します。1つの園の中に幼稚園部分と保育所部分があり、どちらを利用できるかは保護者の就労状況などによって異なります。

■幼稚園部分を利用する場合

(満3歳以上の就学前のお子さん／幼稚園と同様に保護者の就労等の条件なし)

申込 各認定こども園に直接申込

問合せ先 各認定こども園

<https://www.city.sendai.jp/nintechosa/kurashi/kenkotofukushi/kosodate/hoikujo/annai/hoikushisetsu.html#sisetu>



■保育所部分を利用する場合

(就学前のお子さん／保育所入所条件と同様に保護者の就労等により保育を必要としている方)

申込 第1希望の施設がある区役所保育給付課・宮城総合支所保健福祉課へ申込

保育時間 おおむね7:00～19:00(有料の延長保育時間を含む)

※施設によって保育時間が多少異なります。一部の施設で、19時以降の長時間延長保育を実施しているところもあります。

問合せ先 区役所保育給付課・宮城総合支所保健福祉課(P.71)

■小規模保育事業A型・B型

仙台市の認可事業として、保育の必要性のある3歳未満の乳幼児を対象に、定員6人から19人までの比較的小規模な集団できめ細かな保育サービスを提供します。

対象 生後8週間から3歳に達する年度末まで利用できます
(受入開始月齢は施設によって異なります)

保育時間 おおむね7:30～18:30(施設によって異なります)

申込 第1希望の保育施設等がある区の保育給付課・宮城総合支所保健福祉課

問合せ先 区役所保育給付課・宮城総合支所保健福祉課(P.71)

施設一覧 <https://www.city.sendai.jp/nintechosa/kurashi/kenkotofukushi/kosodate/hoikujo/annai/hoikushisetsu.html#sisetu>



■家庭的保育事業・小規模保育事業C型

仙台市の認可事業として、保育の必要性のある3歳未満の乳幼児を対象に、家庭的保育者の自宅等で預かる保育サービスを提供します。家庭的保育事業は定員5名まで、小規模保育事業C型は定員10名までとなっています。

- 対象** 生後8週間から3歳に達する年度末まで利用できます
(受入開始月齢は事業者によって異なります)
- 保育時間** おおむね 7:30 ~ 18:00 (事業者によって異なります)
- 申込** 第1希望の保育施設等がある区の保育給付課・宮城総合支所保健福祉課
- 問合せ先** 区役所保育給付課・宮城総合支所保健福祉課(P.71)
- 施設一覧** <https://www.city.sendai.jp/kodomo-kankyosebi/kurashi/kenkotofukushi/kosodate/hoikujo/jigyo/hoikumama/index.html>



事業所内保育事業

企業が設けている従業員のお子さんのための保育施設には、保育を必要とする地域のお子さんを受け入れている施設もあります。保育所型(定員20人以上)と、小規模型(定員19人以下)があります。対象年齢は施設ごとに異なり、地域のお子さんは3歳未満の乳幼児が対象となります。

- 対象** 地域のお子さんは生後8週間から3歳に達する年度末まで利用できます。(受入開始月齢は施設によって異なります)
- 保育時間** おおむね 7:30 ~ 18:30の間(施設によって異なります)
- 申込** 第1希望の保育施設等がある区の保育給付課・宮城総合支所保健福祉課
- 問合せ先** 区役所保育給付課・宮城総合支所保健福祉課(P.71)
- 施設一覧** <https://www.city.sendai.jp/nintechosa/kurashi/kenkotofukushi/kosodate/hoikujo/annai/hoikushisetsu.html#sisetu>



居宅訪問型保育事業

障害や疾病等により個別のケアが必要なため、集団保育が著しく困難と認められるお子さんを、保護者の自宅において1対1で保育します。

利用対象児童等が他の保育施設と異なりますので、詳細は仙台市ホームページをご覧ください。

- 問合せ先** 仙台市子ども若者局幼保企画課 TEL 022-214-8753
- 施設一覧** <https://www.city.sendai.jp/nintechosa/kurashi/kenkotofukushi/kosodate/hoikujo/annai/hoikushisetsu.html#sisetu>



幼稚園

幼稚園は、満3歳児から小学校就学前までの児童が、さまざまな遊びを中心とした教育を受け、小学校以降の学習の基盤を培うことができる「学校」です。従来の制度のままの園(従来制度幼稚園)と、子ども・子育て支援新制度へ移行した園(新制度幼稚園)があります。利用にあたり、保護者の就労等の条件はありません。

- 申込** 各幼稚園に直接申込
- 問合せ先** 各幼稚園
- <https://www.city.sendai.jp/kyufu/kurashi/kenkotofukushi/kosodate/hoikujo/yochien/ichiran.html>



▶ 幼稚園及び認定こども園の預かり保育

私立幼稚園及び認定こども園(幼稚園部分利用(1号認定)の方が対象)では、園児を対象に、保護者の仕事や病気、その他の事情で保育を必要とする場合に、通常の教育時間の前・後や休業日(春夏冬休み等)にお子さんの預かり保育を実施しています。

また、利用料金について、幼児教育・保育の無償化(P.30)として給付を受けられる場合があります。

預かり保育の実施時間や利用料金などは、各園によって異なりますので、それぞれお問い合わせください。

対 象 預かり保育を実施する幼稚園等に通園しているお子さん

問合せ先 各幼稚園, 認定こども園(P.56 ~ P.57)へ

▶ 児童館・児童センター等

児童に健全な遊びを与えて、その健康を増進し又は情操を豊かにすることを目的とした施設です。

施設数 113館

対象児童 0～18歳未満の児童(乳幼児は保護者の付添いが必要)

開館時間 月～金曜日 9:00～18:00 土曜日 9:00～17:00 (日曜・祝日・年末年始を除く)

問合せ先 各児童館・児童センター等

<https://www.city.sendai.jp/kodomo-suishin/kurashi/kenkotofukushi/kosodate/ibasho/ichiran/index.html>



放課後児童健全育成事業(児童クラブ)

就労等により放課後等に保護者が家庭にいない小学生の児童を対象に、児童館等において適切な遊びや生活の場を提供し、児童の健全育成を図ることを目的として実施しています。

		基本利用	延長利用
開設時間	平日	放課後～18:00	18:00～19:15
	土曜日	9:00～17:00	—
	学校長期休業日(土曜日を除く)	8:00～18:00	18:00～19:15
保護者負担金(登録児童一人あたり)		月3,000円	月1,000円

※上記負担金のほか、おやつ代や保険料、行事参加料など、実費分をご負担いただく場合があります。

※生活保護世帯、市民税非課税世帯等には、基本利用分の負担金について減免制度があります。

対 象 小学1年生から6年生までの児童

● 民間の事業者が実施する放課後児童健全育成事業

児童館等で実施する児童クラブのほか、民間事業者が児童クラブを実施しています。

下記事業者は、令和8年1月1日時点で児童福祉法に基づく放課後児童健全育成事業開始届を本市に提出している事業者です(休止中及び休止予定の事業者を除く)。

問合せ先 直接実施施設へ

<https://www.city.sendai.jp/kodomo-suishin/kurashi/kenkotofukushi/kosodate/ibasho/ikuse.html>





▶ 一時預かり事業と子育て支援施設

仙台すくすくサポート事業(ファミリー・サポート・センター事業)

お子さんを預かってほしい方(利用会員)とお子さんを預かることができる方(協力会員)が、相互の信頼関係のもとに行う子育て支援活動です。

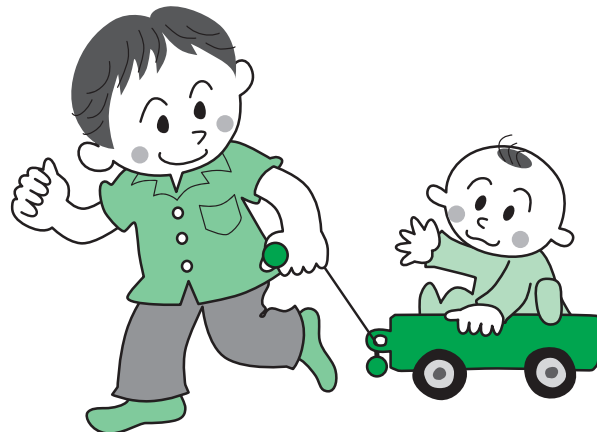
会員資格	<p>利用会員 おおむね生後2か月から小学6年生までのこどものいる、仙台市内にお住まいの方</p> <p>協力会員 仙台市内にお住まいの、健康で安全にこどもを預かることができる、20歳以上の方</p> <p>※協力会員は講習会の受講が必要です。</p>				
利用料金	<p>活動終了の都度、利用会員は協力会員に報酬を支払います。</p> <table border="1" style="width: 100%;"> <tr> <td>月～金 7:00～20:00</td> <td>1時間 700円</td> </tr> <tr> <td>上記以外の時間帯及び土・日・祝日・年末年始</td> <td>1時間 800円</td> </tr> </table> <p>※お子さんの送迎等にかかる交通費や、事前打ち合わせにもとづいて協力会員が用意したおやつ・食事等の実費は、別途利用会員の負担となります。</p> <p>※ひとり親家庭等が利用する場合、利用料を一部助成する制度があります。</p>	月～金 7:00～20:00	1時間 700円	上記以外の時間帯及び土・日・祝日・年末年始	1時間 800円
月～金 7:00～20:00	1時間 700円				
上記以外の時間帯及び土・日・祝日・年末年始	1時間 800円				

問合せ先 仙台すくすくサポート事業事務局 TEL 022-214-5001

子ども誰でも通園制度(乳児等通園支援事業)

保護者の就労要件等を問わず、お子さんを保育施設等に通わせることができる制度です。実施施設及び詳細については、仙台市ホームページをご覧ください。

問合せ先 仙台市子ども若者局幼保企画課 TEL 022-214-8185
<https://www.city.sendai.jp/kodomo-kankyosebi/kodomodaredemo/tsuen.html>



病児・病後児保育

病気(当面病状の急変が認められない場合)または病気の回復期にあり、集団保育が困難なお子さんで、保護者の勤務の都合、傷病、事故、出産、冠婚葬祭などで家庭での保育が難しいお子さんを、日中施設でお預かりします。

利用を希望する方は実施施設に事前登録が必要です。また、利用時には、かかりつけの医師からの「家庭医連絡票」が必要です。

〈実施施設〉

施設名	所在地	電話番号	定休日	開設時間
てらさわ小児科 (杉の子ルーム)	青葉区中山二丁目 26-20	022-303-1519	日・祝日	8:00～18:00
わくわくモリモリ保育所	青葉区五橋一丁目 6-2 KJビル 3階	022-797-3981	日・祝日	8:00～18:00
幼保連携型認定こども園 仙台保育園 (病児・病後児保育室ぱんだ)	若林区南鍛冶町 96-8	022-395-7201	土・日・祝日	8:00～18:00
すずき整形外科・小児科内科	太白区長町南三丁目 35-1	022-248-1665	土・日・祝日	8:00～18:00
こん小児科クリニック (komorebi 保育室)	泉区八乙女中央二丁目 4-25	022-725-7566	土・日・祝日	8:00～18:00

※お盆期間、年末年始は休業となります。また、施設により臨時休業等があります。

対 象 おおむね生後 6 か月から小学校 6 年生まで

利用料金 1 日 2,000 円 (生活保護受給世帯及び市民税非課税世帯(父母及び同居の祖父母等が全員非課税の場合)に属するお子さんが利用される場合は、事前の申請により利用料金が減免されます。)

※キャンセル料あり。給食費・医療費・移送費などは利用に応じ別途かかります。

申し込み 直接実施施設へ

登録受付時間等は、施設により異なりますので事前に電話にて実施施設にお問い合わせください。わくわくモリモリ保育所及びこん小児科クリニックは、オンラインで登録及び予約ができます。詳しくは各施設のホームページをご覧ください。

問合せ先 仙台市こども若者局幼保企画課 TEL 022-214-8753

※市の実施施設以外にも病児・病後児保育を実施している民間施設があります。詳細は仙台市ホームページをご参照ください。



のびすく(子育てふれあいプラザ等)

乳幼児とその家族を対象とした子育て支援施設です。

利用方法 施設窓口で会員登録(無料)が必要です。

ホームページ <https://www.nobisuku-sendai.jp/>



●●●ひろば●●● (無料)

乳幼児親子の交流の場です。遊び場、飲食スペース、授乳室、情報コーナーなどがあり、保育士などのスタッフや、専門の相談員「のびすく子育てコーディネーター (NoKoCo)」が、子育てに関する悩みごとや困りごとについての相談をお受けしています。

●●●乳幼児一時預かり●●● (有料・予約制)

買い物やリフレッシュなど預ける理由を問わずご利用できます。

対象年齢 生後6か月～就学前

利用料金 お子さん1人につき1時間600円 以後30分ごとに300円

施設名	所在地・申込み/問い合わせ先	利用時間	休館日
のびすく 仙台	青葉区中央二丁目 10-24 仙台市ガス局ショールーム 3階 TEL 022-726-6181	【ひろば】 9:30～17:00 【乳幼児一時預かり】 9:30～16:30	月曜日 祝日の翌日 (土・日・祝日は開館) 年未年始
のびすく 若林	若林区保春院前丁 3-1 仙台市若林区中央市民センター 別棟等複合施設 2階 TEL 022-282-1516	【ひろば】 9:00～17:00 【乳幼児一時預かり】 9:00～16:30	
のびすく 長町南	太白区長町七丁目 20-5 ララガーデン長町 5階 TEL 022-399-7705	【ひろば】 9:30～17:00 【乳幼児一時預かり】 9:30～16:30	
のびすく 泉中央	泉区泉中央一丁目 8-6 仙台市泉図書館・のびすく泉中央 3・4階 TEL 022-772-7341	【ひろば】 9:30～17:00 【乳幼児一時預かり】 9:30～16:30	
のびすく 宮城野	宮城野区五輪二丁目 12-70 仙台市原町児童館内 (仙台市宮城野区文化センター等複合施設 1階) TEL 022-352-9813	【ひろば】 9:00～18:00 (土曜日は17:00まで) 【乳幼児一時預かり】 9:00～17:30 (土曜日は16:30まで)	日曜日 祝日 年未年始

※のびすく宮城野については、仙台市原町児童館内での事業となるため、他ののびすくと開館日が異なりますのでご注意ください。

※のびすく泉中央4階では、中高生や子育て支援団体の活動支援などを行っています。

●●●のびすく子育てコーディネーター (NoKoCo) ●●●

各のびすくでは、子育て支援に関する豊富な知識と経験を持った専門の相談員「のびすく子育てコーディネーター (NoKoCo)」が、子育てに関する悩みごとや困りごとについて、乳幼児の保護者(プレママ・パパ・祖父母も可)からの相談をお受けしています。相談者のニーズに応じて、子育てに関する情報を提供したり、関係機関・事業とのつながりを支援します。

相談は無料、秘密は厳守します。ひろばでお子さんを遊ばせながらの相談もできますので、お気軽にお声がけください。

子育て支援ショートステイ

保護者が病気や育児疲れなどで、一時的に家庭でみられなくなったお子さん(小学校6年生まで)を、施設や里親のもとで一定期間預かり、お世話します。(施設や里親の状況により、利用できない場合もございます。)

- こんなときに**
- 保護者が病気やケガで入院するとき
 - 保護者が家族の看護を行うとき
 - 風水害、火災、地震にあったとき
 - 保護者が仕事で出張、超過勤務をするとき
 - 保護者が他のきょうだいの学校、保育所、幼稚園などの行事に参加するとき
 - 保護者の育児不安や育児疲れなどによる身体的・精神的負担の軽減が必要なとき
 - 保護者が出産するとき
 - 保護者が事故にあったとき
 - 冠婚葬祭
 - 転勤、引越しをするとき

利用期間 1回につき7日間まで

対象 0歳から小学校6年生まで



● 利用料金(日額)

	2歳未満児	2歳以上児
一般	5,350円	2,750円
ひとり親家庭等(市民税課税世帯) 一般(市民税非課税世帯)	1,100円	1,000円
生活保護世帯 ひとり親家庭等(市民税非課税世帯)	0円	0円

〈実施先〉

下記の施設または里親

施設名		所在地	対象児童
乳児院	丘の家乳幼児ホーム	青葉区小松島新堤 7-1	2歳未満
	宮城県済生会みやぎ乳児院	富谷市成田八丁目 4-6	
児童養護施設	丘の家子どもホーム	青葉区小松島新堤 7-1	2歳以上 ～小学校 6年生まで
	仙台天使園	太白区茂庭台四丁目 1-30	
	ラ・サール・ホーム	宮城野区東仙台六丁目 12-2	
	小百合園	宮城野区枅江 1-2	

利用手続 お住まいの区の区役所家庭健康課・宮城総合支所保健福祉課(P.71)へご連絡ください。



乳児院・児童養護施設

家庭の事情で長期にわたってこどもを育てられないとき、保護者に代わってこどもの養育をする施設です。

問合せ先 仙台市児童相談所(P.64)またはお住まいの区の区役所家庭健康課・宮城総合支所保健福祉課(P.71)にご相談ください。

こども食堂

社会福祉法人仙台市社会福祉協議会(仙台市ボランティアセンター)で把握している仙台市内のこども食堂一覧をホームページに掲載しています。

下記の URL に直接アクセスするか、右の二次元コードを読み取ってください。



ホームページ <https://www.ssvc.ne.jp/kodomoshokudou/>

問合せ先 社会福祉法人仙台市社会福祉協議会(仙台市ボランティアセンター)
青葉区上杉一丁目6-10 EARTH BLUE 仙台勾当台ビル6階
TEL 022-262-7294 FAX 022-216-0140

(4) こどもについての相談

不安や悩みは人に話すと気持ちが楽になったり気づかなかった解決法が見つかったりします。

▶ こどもについての心配は

区役所・宮城総合支所のこども家庭総合相談窓口

こどもや家庭の保健と福祉に関する相談に総合的に応じます。

- **こどもについて**

子育てに関する福祉サービスを利用したい、子育てに悩んでいる など

- **こどもの健康について**

乳幼児の育て方について、こどもの発達について など

- **ひとり親家庭への支援について**

離婚後の生活について、福祉資金の貸付 など

- **家庭内の暴力について**

こどもへの虐待、パートナーからの暴力について など

相談時間 月～金曜日 8:30～17:00(祝日・年末年始を除く)

相談方法 電話または来所による相談(予約がなくとも可)

問合せ先 お住まいの区の区役所家庭健康課・宮城総合支所保健福祉課(P.71)

仙台市児童相談所

18歳未満の児童(こども)の相談を受けています。
(※発達障害に関することは、アーチル(P.67)にご相談ください)

●養育について

保護者の病気などでこどもの養育ができない、こどもが虐待されている など

●学校生活について

登校したがない、集団になじめない など

●非行について

夜遊び、盗み など

虐待かもと思ったら…

児童相談所虐待対応ダイヤル

いちはやく

「189」(無料)

相談時間 月～金曜日 8:30～17:00(祝日・年末年始を除く)

相談方法 電話と来所(予約制)による相談です。

はじめての相談の方は、TEL 022-718-2580(相談受付専用)にお電話ください。

問合せ先 青葉区東照宮一丁目18-1 TEL 022-219-5111(代)

●●●親子こころの相談室●●●

子育てやこどもの行動面の心配事について児童心理司等が相談をお受けします。また必要に応じてこどもや家庭の状況に合った専門機関をご案内します。

相談方法 相談は予約制です。あらかじめお電話ください。

相談時間 月～金曜日 8:30～17:00(祝日・年末年始を除く)

問合せ先 青葉区東照宮一丁目18-1 TEL 022-219-5220

地域子育て支援センター・子育て支援室

●●●保育所・認定こども園●●●

保育所及び認定こども園の地域子育て支援センター・子育て支援室は、子育て家庭同士が交流できるように、部屋や園庭を開放しています。親子でいつでも気軽に利用できます。

育児についての悩みや相談に応じたり、子育てに関する講話等を開催しています。

サービス内容は、施設によって異なりますので、詳しくはお近くの実施設にお問い合わせください。

実施施設 <https://www.city.sendai.jp/une/kurashi/kenkotofukushi/kosodate/azukari/shien/homon/index.html>



●●●児童館・児童センター●●●

児童館・児童センターの子育て支援室は、おもちゃで遊んだり、絵本を読んだり、親同士の情報交換の場として自由に楽しむことができる施設です。乳幼児を持つ親子のための専用スペースなので、心配なくゆっくり過ごすことができます。

利用時間 月～金曜日 9:00～18:00, 土曜日 9:00～17:00(日曜・祝日・年末年始を除く)

実施施設 児童館・児童センター

※子育て支援室を設置している児童館・児童センター以外でも、乳幼児連れの方が利用しやすいよう、スペースの確保や時間帯を工夫するなどしている児童館・児童センターがありますので、お近くの児童館・児童センターにお問い合わせください。

保育所の訪問型子育て支援事業

下記の保育所では、保育士がご家庭に訪問して育児相談などの支援事業を無料で行っています。外出が困難な方など、子育てに関することであれば気軽に相談できます。

- だっこやおんぶの仕方、おむつの替え方、食事の与え方、授乳の仕方、あそび方などの紹介
- 親子の関わり、夜泣き、おむつはずし、食事、反抗期、卒乳などに関する育児相談
- 親子で楽しめる遊びの場や集いの場、育児に関する公共サービスなどの紹介

実施保育所

実施施設名	専用電話番号
支倉保育所	090-2270-5190
落合保育所	090-9531-4818
高砂保育所	080-1845-5190

実施施設名	専用電話番号
蒲町保育所	080-1810-1920
向山保育所	090-7065-1920
長命ヶ丘保育所	080-1676-5190

訪問時間 平日の10時から15時までの時間帯に訪問します。

申込 直接、実施保育所へ 電話受付 平日の9:30～15:00

幼稚園及び認定こども園の地域子育て支援事業

「子育ての情報が欲しい、同じくらいのこどもと一緒に遊ばせたい…」様々な悩みを抱える子育て中の親子に幼稚園及び認定こども園を活用したふれあいの場を提供します。

問合せ先 直接、地域の幼稚園及び認定こども園へ



幼稚園



認定こども園

事業内容

- ① 概ね3歳未満の親子が気軽に集い、相互に交流を図ることのできる場を開設します。
- ② 子育てに関する簡単な相談や情報の提供など、援助活動を実施します。
- ③ 子育て及び子育て支援に関する講習・親子で参加できるイベントを開催します。

基本事業

市内の多くの幼稚園及び認定こども園において、年に10回程度、子育て支援事業を実施しています。

広場事業

次の幼稚園及び認定こども園においては、月60時間以上、乳幼児とその保護者が交流できる場を提供し、子育て相談や情報の提供を行う「広場事業」を行っています。

実施幼稚園・認定こども園

(令和7年度現在)

実施施設名	所在地	電話番号
緑ヶ丘第二幼稚園	青葉区旭ヶ丘四丁目 8-17	022-234-3030
幼保連携型認定こども園みどりの森	青葉区柏木一丁目 7-45	022-234-3769
ふくむる幼稚園	宮城野区福室五丁目 11-30	022-258-0026
新田すいせんこども園	宮城野区新田四丁目 13-5	022-232-5181
聖和幼稚園	若林区木ノ下四丁目 3-14	022-256-0762
認定ろりぽっぷこども園	若林区沖野字高野南 197-1	022-285-5212
学校法人七郷学園蒲町こども園	若林区蒲町 42-10	022-285-7015
認定向山こども園	太白区八木山緑町 21-10	022-229-0169
幼保連携型認定こども園やかまし村	泉区野村字東原屋敷 3-2	022-739-7456
寺岡すいせんこども園	泉区寺岡三丁目 1-4	022-772-0670
ねのしろいし幼稚園	泉区根白石字新坂上 29	022-379-2376

問合せ先 実施幼稚園、認定こども園へ

仙台市子ども若者相談支援センター

子どもの発育・発達、しつけ、友人関係などの子育てに関する相談、学校生活や進路、友人、就労関係などの子ども、若者自身の悩みについての相談にも応じます。

●●●面接相談●●●

子育て中の保護者や子ども、若者が抱える悩みや不安などの相談に応じます。
電話で相談時間を予約してからおいでください。

相談時間 月～金曜日 8:30～17:00（祝日・年末年始を除く）

電話 TEL 022-214-8602

●●●子育て何でも電話相談(メール相談)●●●

子育ての悩みについての相談に応じます。

相談時間 月～金曜日 8:30～17:00（祝日・年末年始を除く）

専用電話 TEL 022-216-1152

※メール相談は右記二次元コードを読み取り、又はインターネットで
「仙台市 メール相談」で検索

●●●子ども若者電話相談(メール相談)●●●

子ども、若者の悩みに電話で相談に応じます。

相談時間 24時間、年中無休

専用電話 TEL 0120-783-017

※メール相談は右記二次元コードを読み取り、又はインターネットで
「仙台市 メール相談」で検索

メール相談



●●●ヤングケアラー相談(メール相談)●●●

ヤングケアラーの方の悩みに電話で相談に応じます。

相談時間 24時間、年中無休

専用電話 TEL 0120-783-017

※メール相談は右記二次元コードを読み取り、又はインターネットで
「仙台市 メール相談」で検索

仙台市子ども若者SNS相談

学校や家庭、人間関係や就労などの様々な不安や悩みについて、気軽に相談できるよう、LINEを活用した相談窓口を開設しています。

対象 仙台市にお住まいの小学校高学年児童から39歳までの子ども・若者、およびその家族

受付時間 毎日 17:00～22:00（祝日や年末年始も含む）

登録方法 右記に記載されている二次元コードをLINEアプリで読み取り、
「仙台市子ども若者SNS相談」を友だち追加してください。



仙台市教育相談室

児童生徒の学校生活における悩みや保護者の養育上の悩み、特別支援教育・生徒指導についての相談を、来室相談・電話相談で受けています。

相談時間 月～金曜日 9:00～17:00（祝日・年末年始を除く）

問合せ先 青葉区上杉一丁目5-12 上杉分庁舎13階 TEL 022-214-0002

スクールカウンセラー

小学校・中学校・高等学校・中等教育学校・特別支援学校にスクールカウンセラーを配置しています。臨床心理士等の心の専門家であるスクールカウンセラーが、児童生徒に係る相談を受け、支援を行います。

問合せ先 仙台市教育局教育相談課 TEL 022-214-0004

スクールソーシャルワーカー

小学校・中学校・高等学校・中等教育学校・特別支援学校にスクールソーシャルワーカーを配置しています。

社会福祉士または精神保健福祉士の資格を持ったスクールソーシャルワーカーが、福祉的な視点から児童生徒を取り巻く環境に働き掛け、関係機関と連携しながら支援・援助を行います。

問合せ先 仙台市教育局教育相談課 TEL 022-214-0004

仙台市発達相談支援センター(アーチル)

乳幼児から児童・成人までのあらゆる発達障害の相談を受けています。

●発達についての相談

ことばが遅い、運動発達が遅い など

●幼稚園や保育所生活についての相談

友達とうまく関われない、集団行動ができない など

●就学・学校生活についての相談

学習面に心配がある、授業に集中できない、仲間関係が作れない など

●就労についての相談

職場の人間関係がうまくいかない、仕事が長続きしない など

●福祉サービスに関する相談

療育手帳の取得(更新)や福祉制度 など

相談時間 月～金曜日 8:30～17:00(祝日・年末年始を除く)

相談方法 相談は予約制です。あらかじめお電話ください。

※市内2箇所、北部と南部にセンターがあります。

相談内容は同じですが、お住まいの地域によって、利用できるセンターが異なります。

■仙台市北部発達相談支援センター(北部アーチル)

対象 青葉区・宮城野区・泉区にお住まいの方

問合せ先 泉区泉中央二丁目24-1 TEL 022-375-0110(代)

■仙台市南部発達相談支援センター(南部アーチル)

対象 若林区・太白区にお住まいの方

問合せ先 太白区長町南三丁目1-30 TEL 022-247-3801(代)

せんだいみやぎ こども・子育て相談

「面談では相談しにくい。」「友だちや家族には相談できない。」など、子育て・家庭・親子関係などの悩みを持つ方が気軽に相談できるよう、LINE を活用した相談窓口を開設しています。

- 対象** 仙台市内にお住まいのこども及びその保護者など
- 受付期間** 月～土曜日 9:00～20:00（年末年始を除く）
- 登録方法** 右記に記載されている二次元コードを LINE アプリで読み取り、または LINE 公式アカウント「@345fcnuv」を検索し、「せんだいみやぎこども・子育て相談」を友だち追加してください。



仙台市自閉症児者相談センター

自閉症、アスペルガー症候群などの発達障害児者を対象に、訪問等による各種相談、交流の場の提供など、地域生活に密着した支援を行います。

- 相談方法** 相談は予約制です。（アーチルでの相談を通してお受けしています。）あらかじめお電話ください。

仙台市自閉症児者相談センター「ここねっと」

- 問合せ先** 若林区遠見塚東 8-1（若林障害者福祉センター内） TEL 022-294-0452
- 相談時間** 火～日曜日 10:00～18:30（祝日・年末年始を除く。月曜日、祝日の翌日はセンターの休館日）

仙台市第二自閉症児者相談センター「なないろ」

- 問合せ先** 泉区泉中央二丁目 24-1（北部発達相談支援センター内） TEL 022-343-7485
- 相談時間** 月～金曜日 8:30～17:15（祝日・年末年始を除く）

「すくすく子育て」電話相談(丘の家乳幼児ホーム)

はじめての妊娠・出産で不安をお持ちの方、乳幼児の子育てで悩みのある方のご相談に、看護師、保育士がお答えします。

- 相談時間** 年中無休 9:00～17:30
※時間内でも対応できないときがあります。予めご了承ください。
- 専用電話** TEL 022-234-6310



▶ いじめや非行についての心配は

24 時間いじめ相談専用電話(仙台市教育委員会)

児童生徒のいじめに関する悩みについて、24 時間 365 日いつでも相談できます。また、仙台市教育相談室(P.66)でも相談を受けています。

相談時間 24 時間 年中無休
専用電話 フリーダイヤル 0120 - 81 - 2455

仙台市いじめ等相談支援室 S-KET (エスケット)

法律や心の専門家などが、いじめ等の悩みの解決に向けて相談員と一緒にお手伝いします。学校とは違う立場で、必要に応じて学校と連携しながら相談対応します。

開設時間 月・水・木・土曜日 10:00 ~ 17:00
 火・金曜日 12:00 ~ 19:00 (祝日・年末年始を除く)
問合せ先 青葉区国分町二丁目 14-18 定禅寺パークビル 3 階 フリーダイヤル 0120 - 303 - 836
メール s-ket@city.sendai.jp
ホームページ <https://sendai-ijimetaisaku.jp/parents/s-ket/>



少年相談電話(宮城県警察本部少年課)

少年(20 歳未満)の非行や問題行動についての相談電話です。

相談時間 月~金曜日 8:30 ~ 17:15 (祝日・年末年始を除く)
専用電話 TEL 022 - 222 - 4970

いじめ 110 番(宮城県警察本部少年課)

少年(20 歳未満)のいじめに関する相談電話です。

相談時間 月~金曜日 8:30 ~ 17:15 (祝日・年末年始を除く)
専用電話 TEL 022 - 221 - 7867

こどもの人権 110 番(仙台法務局人権擁護部, 人権擁護委員)

「いじめ」「虐待」など、こどもの人権問題についての電話相談です。LINE でも相談できます。

相談時間 月~金曜日 8:30 ~ 17:15 (祝日・年末年始を除く)
専用電話 フリーダイヤル TEL 0120 - 007 - 110
LINE https://www.moj.go.jp/JINKEN/jinken03_00034.html
 (法務省 HP に利用案内があります。)



▶ つい、こどもに辛くあたってしまうとき

子ども虐待防止ネットワーク・みやぎ(キャプネット・みやぎ)電話相談

子育てに疲れてこどもの世話をする気になれない、イライラしてこどもについ暴力を振るってしまう…。そんなときは、一人で悩まず相談してください。
プライバシーは守られます。

相談時間 火・木・金・土 10:00～13:00 (祝日・お盆・年末年始を除く)

専用電話 TEL 022-265-8866

(5) 当事者団体

(公財)宮城県母子福祉連合会 **母** **父** **寡**

宮城県内の母子寡婦福祉会が連合して組織する団体です。
母子父子家庭と寡婦の福祉の向上をはかることを目的とし、各種の母子父子・寡婦福祉活動を行っています。

相談時間 日・月・水・木・金 9:00～17:00 (祝日・年末年始を除く)

問合せ先 お問い合わせの際は右記二次元コードから連絡先等をご確認ください。

ホームページ <http://miyagiboren.fem.jp/>



4

サポート機関一覧

市役所・区役所・総合支所

名 称	所 在 地	電話番号
仙台市役所	980-8671 青葉区国分町三丁目 7-1	(代)022-261-1111
青葉区役所	980-8701 青葉区上杉一丁目 5-1	(代)022-225-7211
宮城総合支所	989-3125 青葉区下愛子字観音堂 5	(代)022-392-2111
宮城野区役所	983-8601 宮城野区五輪二丁目 12-35	(代)022-291-2111
若林区役所	984-8601 若林区保春院前丁 3-1	(代)022-282-1111
太白区役所	982-8601 太白区長町南三丁目 1-15	(代)022-247-1111
秋保総合支所	982-0243 太白区秋保町長袋字大原 45-1	(代)022-399-2111
泉区役所	981-3189 泉区泉中央二丁目 1-1	(代)022-372-3111

社会福祉協議会

名 称	所 在 地	電話番号
仙台市社会福祉協議会	980-0011 青葉区上杉一丁目 6-10 (EARTH BLUE 仙台勾当台ビル 7 階)	(代)022-223-2010
市社会福祉協議会 青葉区事務所	980-0802 青葉区二日町 4-3 (仙台市役所二日町分庁舎 1 階)	(代)022-265-5260
市社会福祉協議会 青葉区宮城支部事務所	989-3125 青葉区下愛子字観音堂 27-1 (宮城社会福祉センター内)	(代)022-392-7868
市社会福祉協議会 宮城野区事務所	983-0841 宮城野区原町三丁目 5-20 (メゾン坂下 1 階)	(代)022-256-3650
市社会福祉協議会 若林区事務所	984-0811 若林区保春院前丁 3-1 (若林区中央市民センター別棟 1 階)	(代)022-282-7971
市社会福祉協議会 太白区事務所	982-0012 太白区長町南三丁目 1-30 (仙台市南部発達相談支援センター内)	(代)022-248-8188
市社会福祉協議会 泉区事務所	981-3131 泉区七北田字道 48-12 (泉社会福祉センター内)	(代)022-372-1581



索引

あ	アーチル（仙台市発達相談支援センター）	67	た	多重債務・消費者金融等の相談	7
い	いじめや非行について	69	と	特別児童扶養手当	22
え	エル・ソーラ仙台（仙台市男女共同参画推進センター）	5	に	乳児院・児童養護施設 妊婦支援給付金	63 19
き	教育相談	66	ね	年金	25
け	減免	28	の	のびすく（子育てふれあいプラザ等）	61
こ	高額療養費	25	は	ハーティ仙台 はあとぼーと仙台（仙台市精神保健福祉総合センター） ハローワーク仙台	3 6 42
	高校生等奨学給付金	32	ひ	ひとり親家庭学び直し支援事業 ひとり親家庭高等職業訓練促進給付金等事業 ひとり親家庭自立支援教育訓練給付金事業 ひとり親家庭等日常生活支援 病児・病後児保育	40 38 37 47 60
	高等学校等就学支援金	32	ふ	福祉資金	27
	子育て支援ショートステイ	62	ほ	保育施設等の利用者負担額の軽減 保育所 母子及び父子並びに寡婦福祉資金貸付 母子生活支援施設 母子・父子家庭医療費助成	30 55 50 16 24
	子育て世帯訪問支援事業	48	み	宮城県女性相談支援センター（宮城県配偶者暴力相談支援センター） 宮城県母子・父子福祉センター 民生委員児童委員	3 36 1
	子ども医療費助成	23	め	免除	28
	子ども家庭総合相談	63	よ	養育費・親子交流相談支援センター 養育費に関する公正証書等作成促進補助 養育費保証契約保証料補助	12 15 15
	子ども食堂	63	り	離婚相談	11
	雇用保険	44	ろ	労働相談	54
し	市営住宅・公営住宅	17	わ	わんすてつぷ（仙台市生活自立・仕事相談センター）	36
	児童館・児童センター	58			
	児童クラブ	58			
	児童手当	22			
	児童扶養手当	20			
	就学援助制度	31			
	出産育児支援金	20			
	奨学金	53			
	消費生活相談	7			
	人権相談	4			
す	スクールカウンセラー	67			
	スクールソーシャルワーカー	67			
せ	生活保護	34			
	税の所得控除	29			
	仙台いのちの電話	6			
	仙台市こころの絆センター（仙台市自殺対策推進センター）	6			
	仙台市こども若者SNS相談	66			
	仙台市こども若者相談支援センター	66			
	仙台市児童相談所	64			
	仙台市「女性への暴力相談電話」（仙台市配偶者暴力相談支援センター）	3			
	仙台市父子家庭相談支援センター	35			
	仙台市母子家庭相談支援センター	35			
	仙台すくすくサポート事業（ファミリー・サポート・センター事業）	59			

お困りのことがあれば、まずは区家庭健康課・支所保健福祉課までご相談ください。

■ 青葉区役所	(代) 022-225-7211	■ 太白区役所	(代) 022-247-1111
■ 青葉区宮城総合支所	(代) 022-392-2111	■ 秋保総合支所	(代) 022-399-2111
■ 宮城野区役所	(代) 022-291-2111	■ 泉区役所	(代) 022-372-3111
■ 若林区役所	(代) 022-282-1111		

うえるびい

ひとり親サポートブック

令和8年4月

仙台市子ども若者局子育て支援推進部子ども支援給付課

TEL 022-214-8180

〒980-0011 仙台市青葉区上杉一丁目5番12号

データでもご覧になれます。▶

