

ひとり親の方のためのティータイム・ブック

夢・お金・資格 第2弾

知らないなんてもったいない



岐阜市

この冊子は、ひとり親の方の元気を
少しでも応援するため作成したものです。

わくわくするような夢、
本当は手に入れたいと思っている未来はありますか？

でも、
日々の生活に追われているとついつい
将来のことまでは思い描けなくなることもあるかもしれません。

そんな時には情報や専門家のアドバイスが役に立つことがあります。
あなたの夢を実現するために、ぜひこの冊子をご活用ください。

冊子の内容について直接説明を聞きたい！
内容に関連した相談がしたい！・・・という方のご連絡をお待ち
しています（裏表紙をご覧ください）。

この冊子は選択理論心理学をベースに作成されています。

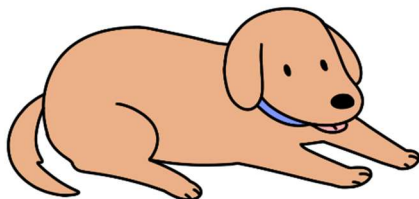
選択理論心理学は、人の行動のメカニズムを説明する心理学で、特にセルフコントロール、人間関係の改善に効果があるといわれています。

現在アメリカでは、選択理論を用いて学校運営や犯罪矯正が行われ、日本でも個人のモチベーションアップや会社のマネジメントに用いられています。学んだ方からは、生き方が楽になり、大切な人との人間関係改善に役立ち、子どもの問題行動が減った、という報告が寄せられています。

もくじ

1. 子育ての後の人生どうなったらよいですか？
2. 資格が手に入ったら
3. ひとり親のあなたに、すごい支援がある
4. 支援を使っている人に聞いてみよう
5. 生活費・授業料のこと
6. 1日の時間の使い方
7. 先輩たちからいろいろ
8. この支援も知らないなんてもったいない
9. 踏み出せば未来が変わる、今も変わる

この冊子で紹介した主な支援制度



1 子育ての後の人生どうなったらよいですか？

どんな生活？

どんな人に囲まれて？

どんな仕事を？

お子さんが18歳の時、・・・あなたはいくつ？

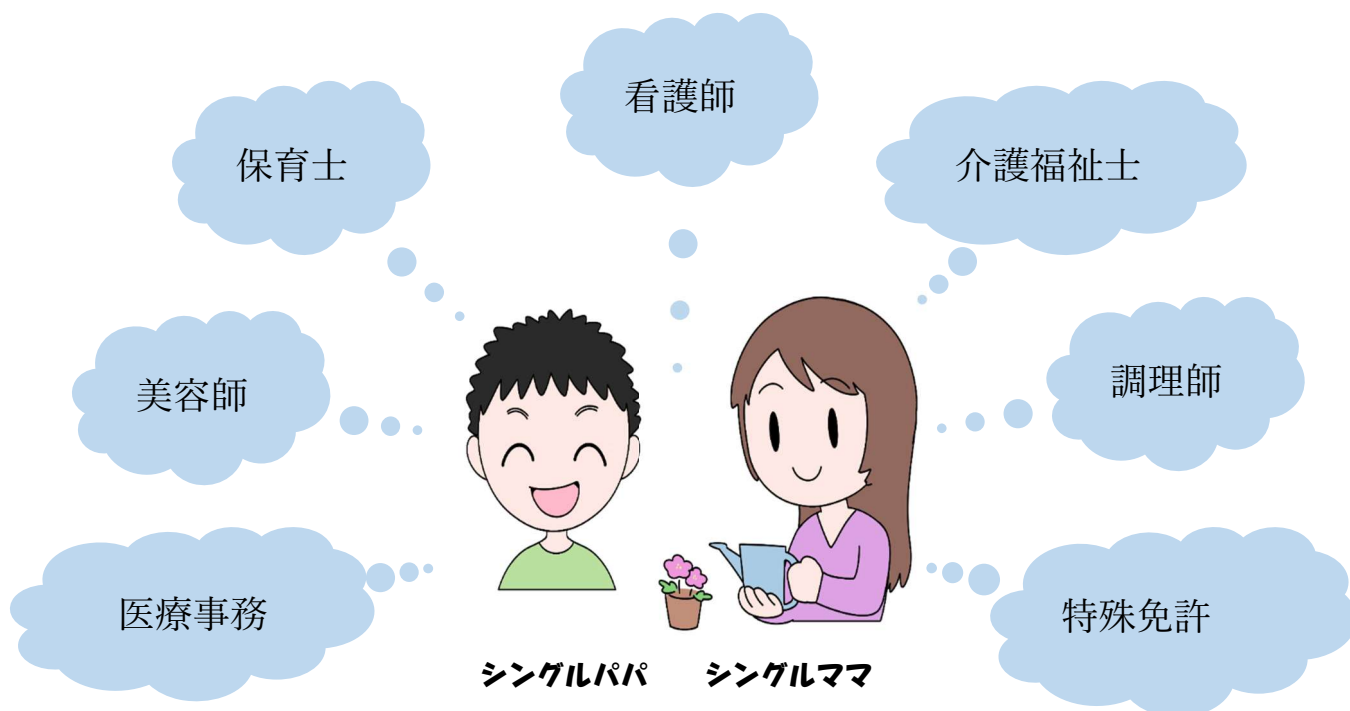
下の子が18歳の時、あなたの年齢は 才。

人間関係・・・ キャリア・・・

楽しいこと・・・ワクワクすること・・・

2 資格が手に入ったら

今からでも資格があったら、どんな人生になるかなあ・・・。



資格取っておけばよかったな。



でも、今さら
ムリムリ
時間もお金もない。



学校に入れば 働けなくなるし、授業料も心配。
講座を受ければ、受講費用も高いよね。

えっ！もしそう思っているのなら、
知らないなんてもったいない。



3 ひとり親のあなたに、すごい支援がある

国家資格や民間資格など、資格にも、いろいろあるけど、

まずは、【国家資格を取るなら（注１）】

コートーショクギョークンレンソクシンキュウフキーン （高等職業訓練促進給付金）

就学期間中、毎月１０万円（注２）支払われます。

じゃーん！！



それで、生活成り立つかな。
授業料もかかるよね。



子育てと両立できるのかな。
そもそも何歳まで使える支援？ 私の年齢で大丈夫？
たとえば、生活保護を受けている人はどうなの（注３）？

では、その辺のことを、
実際に制度を利用している人に聞いてみましょう。

注１：高等職業訓練促進給付金制度です。岐阜市在住。児童扶養手当受給もしくは同程度の所得水準の方が利用できます。お父さんでもお母さんでもＯＫです。下のお子さんが満２０歳の誕生月まで。親の年齢は関係ありません。詳しくはお問い合わせください。

注２：この金額は市町村民税非課税世帯です。課税世帯では 70,500 円です。

注３：生活保護の方は担当ケース・ワーカーにご相談ください。

4 高等職業訓練促進給付金制度を 使っている人に聞いてみよう

今、資格取得（注４）にチャレンジしている

Aさん、Bさん、Cさんです。

3人とも高等職業訓練促進給付金制度を利用して、
アルバイトはしていません。



Aさん（30代）
准看護学校
保育園児1人



Bさん（40代）
保育士の学校
小学生1人



Cさん（40代）
医療専門職の学校
小学生2人



し・つ・も・ん



生活費とかどうしてます？
授業料はどうやって払いましたか？
生活費のやりくりの工夫は？
子育ては？
勉強時間、家事の時間、
どのようにしてますか？

注４：たとえば、こんな資格が対象です。看護師・准看護師・保育士・介護福祉士・作業療法士
理学療法士・歯科衛生士・美容師・社会福祉士・調理師等。そのほかにも可能なものが
あります。お問い合わせください。

5 生活費・授業料のこと（Aさん、Bさんに聞く）

（准看護師になるために頑張っているAさんの場合）



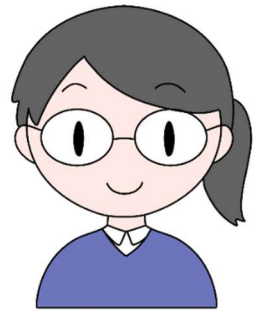
生活費は・・・？

Aさん「高等職業訓練促進給付金の10万円（注5）。

児童手当1万円。

児童扶養手当4万3千円（注6）。

合計15万3千円で、1か月生活しました」



アルバイトは？

Aさん「勉強が忙しいからアルバイトはできないわね。でも、今年
は最終学年なので、高等職業訓練促進給付金が4万円アップ
（注7）して、月14万円に。生活が楽になったわ」



授業料はどうやって払ったのですか？

Aさん「合格発表後、入学前に、入学金、前期授業料、教科書代
等々を納入しなければなりません。それを支払ったら貯金が
無くなり、社協からの貸し付け（注8）を受けて生活費を補
いました。ただ、この社協の貸し付けは、卒業後、取った資
格を生かして准看護師として5年間働くと返済不要なの。頑
張るつもり」



後期の授業料や、次の学年の授業料は？

Aさん「家計を月11万円台に抑えて、残りを後期の授業料等とし
て貯金して備えました」

（保育士になるために頑張っているBさんの場合）

「お金をかけなくても生活いろいろ工夫してます」とBさん。



例えばどんな工夫ですか？

Bさん「携帯電話を見直したわ。格安にすると、
月980円くらいで済むわよ」

「食事は、経済的で栄養のある、納豆や、豆腐、
卵などをふんだんに使って、栄養を
しっかり摂れるようにしているの。

それを基本に、子どもの好きな物一品付けてあげて、
食卓を彩りあるものにしているわ。

また、月に一回は外食の日を設けて、子どもとその日を
楽しみにしているの。生活のメリハリね」



子育てはどんな工夫を？

Bさん「休日は、子どもと一緒に、子どもの好きなことを一緒に楽しんでいるのよ。広い公園で思いっきり遊んだり、お金をかけなくても結構楽しめるものよ」



ママと、僕の大好きな電車に
乗りに行ったりしているよ。

注5：この支給額は、市町村民税非課税世帯。課税世帯では70,500円です。

注6：この児童扶養手当額は、Aさんからお話をうかがった当時の支給額です。

注7：最終学年は12か月間4万円が上乗せされます。

注8：社会福祉協議会のひとり親家庭高等職業訓練促進資金貸付といいます。

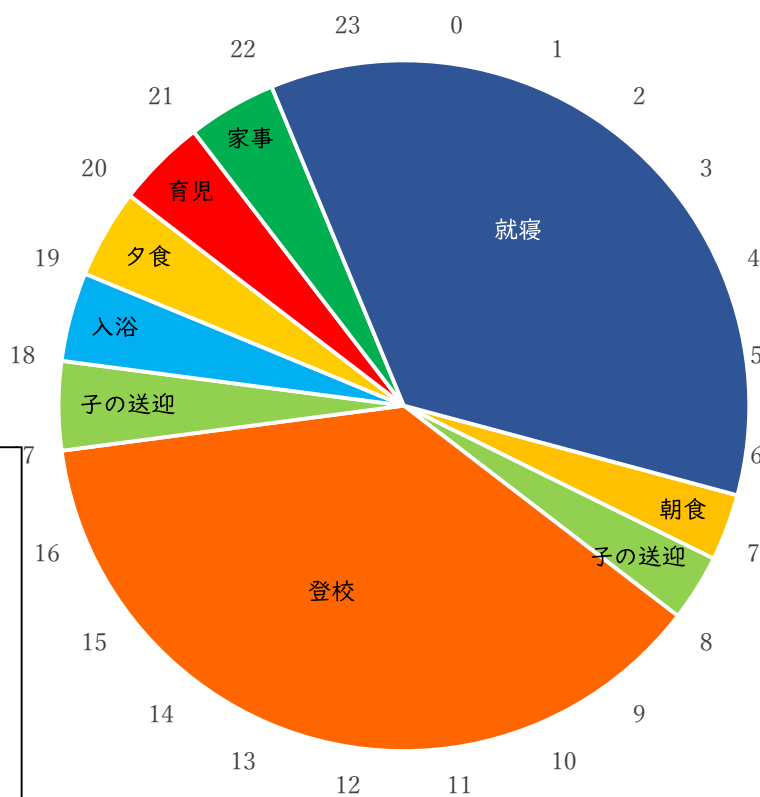
高等職業訓練促進給付金の支給が決定した人が借りられます。入学準備金として50万円借りられます。5年間その業務に従事すると返済が免除されます。ただし、入学金納付締め切り期日までには間に合うように支払われませんので、注意が必要です。

6 1日の時間の使い方（Aさん、Bさん、Cさんの一日）

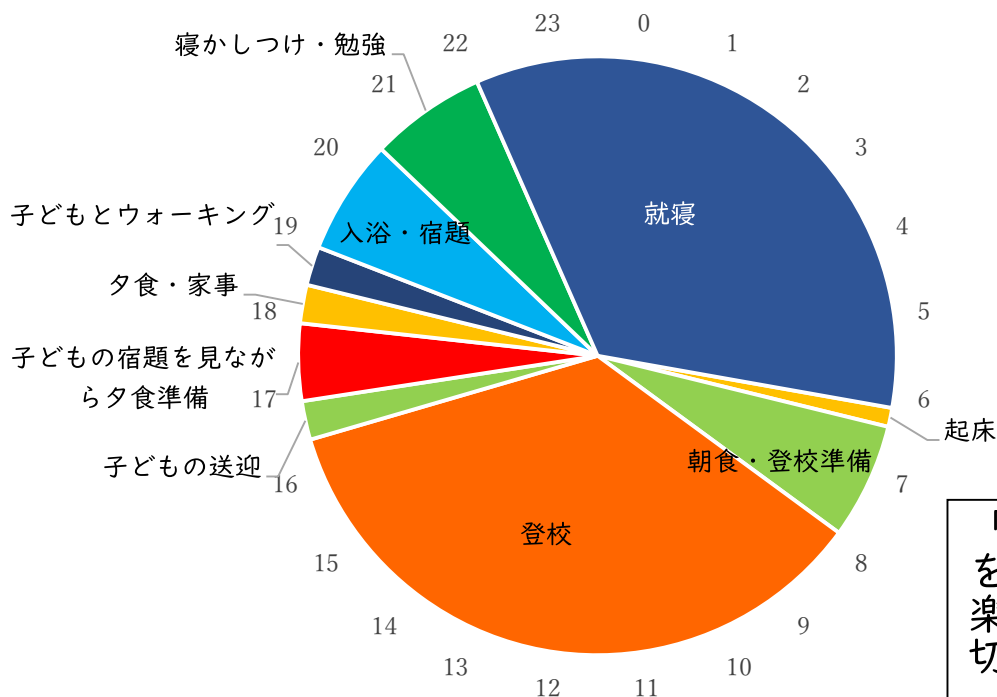
Aさんの1日



「子どもの世話や家事で時間がないから、私は授業でしっかり覚え、自宅では勉強しなくてよいようにしているの。テスト前はバスの中で勉強したり、わからないことは授業の空き時間にスマホで調べたりします」「しっかり睡眠をとるようにして授業集中よ」



Bさんの1日

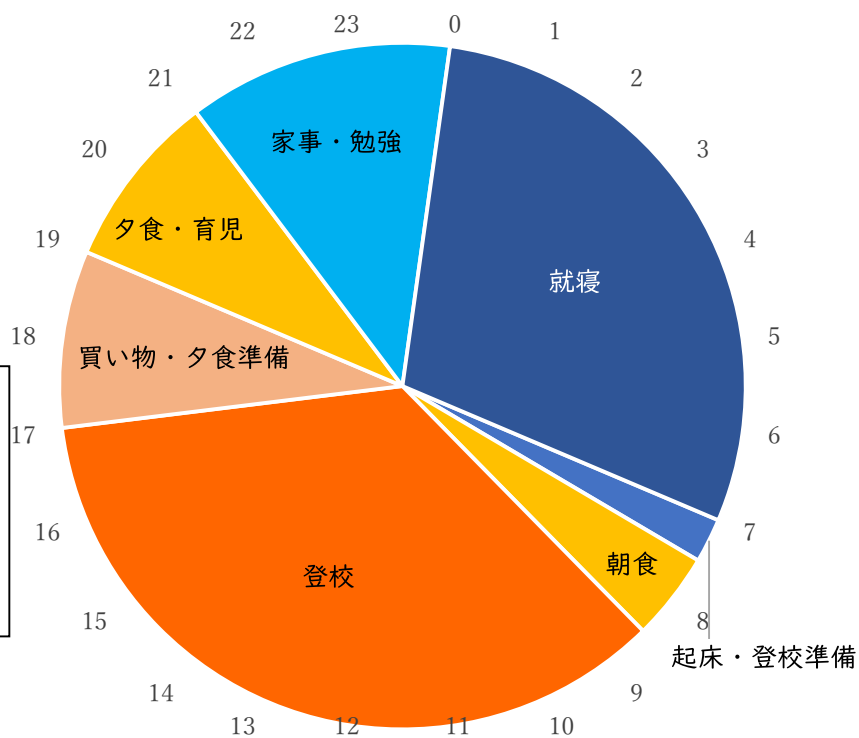


「私の楽しみは楽器を弾くこと。自分の楽しみの時間も、大切にしています」

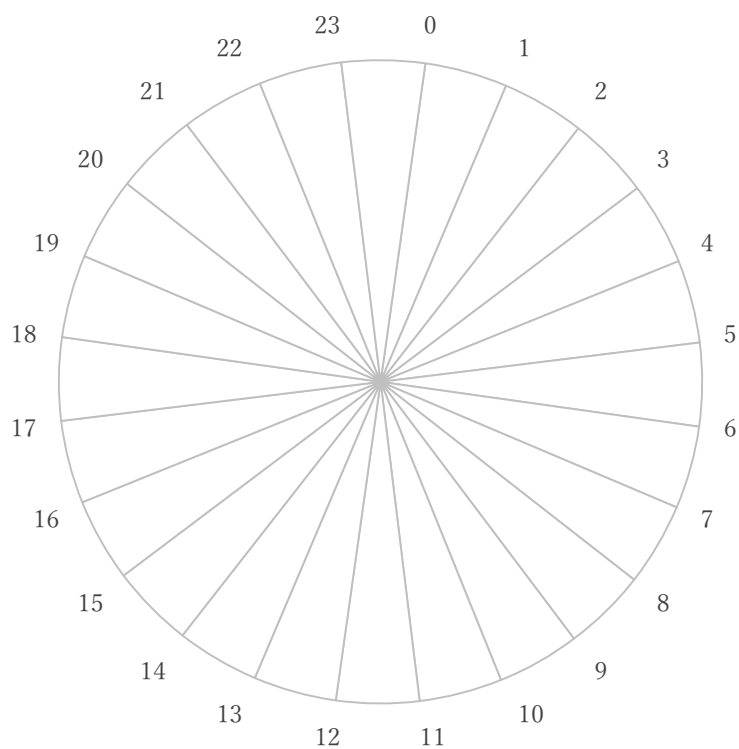
Cさんの1日



「子どもの話は、時間がなくてもじっくり聞いてあげているの。子どもと向き合う時間は、少ないからこそ大切にしているわ。」



あなたの一日も書いてみよう



7 先輩たちからいろいろ



Aさん：准看護師の授業は命にかかわることだから、真剣よ。1回でも授業を休めば試験が受けられないという厳しい先生もいる。子どもがいるからといって特別な配慮はしてもらえない。子どもの病気の際は病児保育（注9）に連れていく必要があったわ。頼める人を作っておくのも大切ね。ひとり親の人も多く学んでいるから、ひとり親同士で励ましあっているわ。



Bさん：やりたいと思った時が、やるときよ。やらないと後悔する。この母の姿を見て子どもも自立して行くと思う。私は幸せだよ、と言える人生を自分で作っていきたいの。



Cさん：若い人は体力があるからなるべく早く挑戦した方がいいと思う（注10）。単位取得のために授業や実習とか休めないこともあるから、学校の授業参観とか、PTA活動とかできないこともある。周囲に理解してもらうことが大切ね。私の通っている学校の入学試験は社会人枠だから、作文と面接だけ（注11）だった。学校は若い学生と上手くやれるか心配したけど、案外大丈夫。若い学生がいろいろ情報を教えてくれたりして、楽しくやっています。それに社会人学生も結構いるのよ。

注9：病児・病後児保育事業。そのほか、保育園の送迎や親に代わっての医療機関受診などの制度もあります（ぎふファミリー・サポート・センター事業）。

注10：高等職業訓練促進給付金は、最長4年間受けられますが、下の子が満20才未満の支給なので、子どもさんが20歳になった次の月から支援が受けられなくなります。子どもさんが20歳になるまでに卒業できるかを確認することが大事です。

注11：入学試験に備え、准看・看護学校受験対策個別支援（無料）の制度が利用できます。

8 この支援も知らないなんてもったいない

【資格】をとるのに、他にどんな支援がありますか？

ジッパシエンキョウイクケンレンキュウフキーン (自立支援教育訓練給付金)

じゃーん！！

講座（注 12）を受講したとき、その費用の 6 割相当額を受講修了後返金してくれるという制度です（注 13）（上限があります）。

ただし、下記に注意！！

- 受けたい講座が厚生労働省の指定を受けているかどうか。
- 市役所から、受けたい講座の指定を受ける必要があるので、必ず講座申し込みの前に、事前の相談が必要！！

こんな時に利用を。

スキルアップ、転職したい時等。

たとえば、

大型二種やフォークリフトなどの免許。

パソコンの専門技術。

医療事務。

インテリアコーディネーター。

介護職員初任者研修など（注 12）。



注 12：対象講座は、厚労省の教育訓練給付金制度の指定講座です。詳しくは窓口へ。

注 13：詳細は巻末参照。

9 踏み出せば未来が変わる、今も変わる

目的地に向けてちょっとだけでもハンドルを切れば
生活の景色が変わってきます。

未来の生活が変わる

取り組んでいる今の生活が変わる

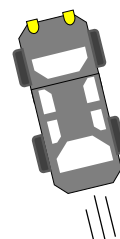


シングルママ



シングルパパ

ようし、パパも勉強だ！
パパと一緒に宿題しないか？



親が踏み出すことは、子どもの生活にも良い影響が。



お子さんの将来にも進学費用などお金が必要な場面が出てきます。
お子さんの就学支援として、2020年4月から国の就学支援新制度
が始まり、ぐっと進学しやすくなりました。ぜひ子ども支援課の
「進学をあきらめないで！！中高生のための進学応援BOOK」も
ご覧ください！！いずれも早めの挑戦をお勧めします。お子さんと
一緒に、なりたい未来を手に入れてください。

この冊子でご紹介した主な支援制度➡いずれも問い合わせは、岐阜市子ども支援課まで

（注１）【高等職業訓練促進給付金】

ひとり親家庭のお父さん、お母さんが、就職に有利な資格を取得するために養成機関で6ヶ月以上のカリキュラムを修業する場合、最長4年間経済的な支援を行います。

対象者：次の要件をすべて満たす方。

- ・ 岐阜市内に在住。
- ・ 児童扶養手当を受給している又は受給はしていないが同等の所得水準。
- ・ 6ヶ月以上のカリキュラムを有する養成機関で修業を開始し、対象資格の取得が見込まれる。
- ・ 就業または育児との修業の両立が困難と認められる。

対象資格：看護師、准看護師、保育士、介護福祉士、作業療法士、理学療法士、歯科衛生士、美容師、社会福祉士、製菓衛生士、調理師等

給付金：

給付の種類	支給額 市町村民税非課税世帯	支給額 市町村民税課税世帯	支給対象期間
高等職業訓練促進給付金	月額 100,000 円	月額 70,500 円	修業期間の全期間（上限4年間）
高等職業訓練修了 支援給付金	50,000 円	25,000 円	修了後に支給

（注８）【ひとり親家庭高等職業訓練促進資金貸付制度】

「高等職業訓練促進給付金」を活用して養成機関に在学し、就職に有利な資格の取得を目指すひとり親家庭のお父さん、お母さんに対して、「入学準備金」「就職準備金」を貸し付けます。

対象者：市内に居住し、高等職業訓練促進給付金を受給している方。

貸付額

入学準備金	貸付対象者	高等職業訓練促進給付金の受給者
	貸付金額	50万円以内
就職準備金	貸付対象者	高等職業訓練促進給付金を受給し養成機関の課程を修了し資格を取得した方。
	貸付金額	20万円以内

利子1.0%/年。連帯保証人がいる場合は無利子。

下記の条件をすべて満たすと全額返済免除になります。

- ・ 養成機関を終了して資格取得した日から1年以内に就職すること。
- ・ 原則として岐阜県内で、取得した資格が必要な業務に従事すること。
- ・ 5年間その業務に従事すること。

（注13）【自立支援教育訓練給付金】

ひとり親家庭のお父さん、お母さんが、就業に必要な対象講座を受講し、修了した場合、受講料の一部を助成します。受講前に講座の指定を受ける必要がありますので、必ず講座申し込みより前にご相談ください。

対象者：次の要件をすべて満たす方。

- ・ 岐阜市内に在住。
- ・ 自立支援プログラムを策定し、支援を受けている方。
- ・ 当該教育訓練が適職につくために必要であると認められる、または収入の増加が見込まれる方。

対象講座：雇用保険教育訓練給付金制度の指定講座

支給額：受講費用の6割相当額（※上限があります。）

あなたの元気を応援

- 冊子内容について、もっと知りたい、相談したい、自分のことを話したい。聞きたいことがある。
- 家計相談したい（見直しから、お金に強くなるテクニックも）。
- 資格取得の相談がしたい（今から看護師など。専門職に）。

お気軽に、下記までご相談ください。



連絡先：岐阜市子ども支援課

電話番号： 058-214-2396

ティータイム・ブックはシリーズとして

【私らしさを大切に】（あなたらしさを大切にして元気が出てくる）

【解決！子育ての悩み】（子どもの気持ちが分かり子どもがぐんぐん伸びる）

【なりたい自分を手にいれよう】（将来の夢、お金や資格のこと）

【知らないなんてもったいない】（シングルパパ、ママの学びを支える）

の4冊があります。



岐阜市 子ども未来部 子ども支援課

〒500-8701 岐阜市司町40番地1

TEL 058-214-2396

令和4年 8月 発行

令和6年12月 改訂