



制度・助成

※制度の内容によっては、申請が必要な場合があります。詳しくは、担当課へお問い合わせください。

働きながら子育てしている方へ

制 度	内 容	窓 口
産前、産後の健康管理	妊産婦は、事業主に申し出ることにより、勤務時間中でも男女雇用機会均等法に基づき必要な保健指導または健康診査を受けることができます。また、妊娠中または出産後1年以内の期間に医師などから、妊娠中の通勤緩和・休憩時間の延長、つわりやむくみなど症状に対応して勤務時間の短縮や作業の制限、休業などの指導を受けた場合は、男女雇用機会均等法に基づき事業主に申し出て措置を講じてもらうことができます。その際は下記の母性健康管理指導事項連絡カードを利用しましょう。	
母性健康管理指導事項連絡カード	医師などの指導事項(妊産婦の母体の健康保持のために事業主がとるべき措置)を事業主に的確に伝達するためのカードです。診断書と同様の意味があります。医師などが現在の症状や診断結果、休業や作業軽減などの必要な指導事項を記入し、妊産婦本人が職場に提出します。カードの様式は、母子健康手帳に記載されています。	青森労働局 雇用環境・均等室 ☎017-734-4211
育児休業、育児短時間勤務	育児・介護休業法に基づき、労働者が書面等で事業主に申し出ることにより、一定期間父親、母親のいずれでも育児休業をとることができます。また、事業主に制度化が義務づけられている、3歳未満の子を養育する労働者を対象とする短時間勤務(1日の所定労働時間を6時間とする措置等)を利用できます。さらに、子の看護休暇、所定外労働・時間外労働・深夜労働を制限する制度が利用できます。	
産前・産後の勤務、育児時間の取得	事業主は、妊産婦を重量物を取り扱う業務などの危険・有害な業務に就かせてはならず、妊産婦から請求された場合は、時間外・休日・深夜労働をさせてはならないことになっています。妊娠中は、請求することにより他の軽易な業務に変わることができます。1歳未満の子を育てる女性は、請求することにより哺乳のための育児時間をとることができます。	青森労働基準監督署(青森) ☎017-734-4444 弘前労働基準監督署(浪岡) ☎0172-33-6411
産前・産後休業	労働基準法第65条に基づき、請求によって出産予定日の6週間(多胎妊娠の場合は14週間)前から産前休業をとることができます。出産日の翌日から8週間は就業することができません。ただし、産後6週経過後に本人が請求し、医師が認めた場合に就業することができます。	



制 度	内 容	窓 口
育児休業給付金	雇用保険に加入している方で育児休業を取得した時は、一定の条件を満たした場合、育児休業給付が支給されます。男女は、問いません。	ハローワーク青森 (雇用保険適用課) ☎017-776-1561 21# ※浪岡地区は、 ハローワーク黒石 ☎0172-53-8609
育児休業期間中の 社会保険料の免除	出産後、育児休業を取得している間に、事業所を経由して管轄の年金事務所・健康保険組合に申請することによって、事業主、被保険者共に保険料が免除されます。	事業所より管轄の年金事務所、または、健康保険組合
産前産後休業期間中の 社会保険料の免除	産前産後休業を取得している間に、事業所を経由して管轄の年金事務所・健康保険組合に申請することによって、事業主、被保険者共に保険料が免除されます。	
産前産後期間の国民 年金保険料の免除	第1号被保険者が出産された際、届出により、出産(予定)日が属する月(出産(予定)月)の前月(多胎妊娠の場合は3か月前)から出産(予定)月の翌々月までの国民年金保険料が免除されます。出産予定日の6か月前から届出ができます。手続きには、出産予定日のわかる資料(母子手帳など)が必要です。	国保医療年金課 ☎017-734-5352 健康福祉課(浪岡庁舎) ☎0172-62-1153 青森年金事務所 ☎017-734-7495 音声案内2→2
出産手当金	被保険者本人が出産のため会社を休み、事業主から報酬を受けられないときは、出産(予定)日以前42日(多胎妊娠の場合は98日)から出産後56日までの期間について支給されます。一部報酬を受けていても出産手当金の額よりも少ないときは、その差額が支給されます。継続して1年以上被保険者であった方が退職し、退職時に出産手当金を受給中または受給できる条件を満たしている、退職日に出勤していなかった場合に限っては、退職後も引き続き出産手当金が支給されます。	全国健康保険協会青森支部 (協会けんぽ) ☎017-721-2799
出産育児一時金	被保険者本人またはその被扶養者が出産したときは、1児につき50万円が支給されます。(産科医療補償制度に加入していない医療機関で出産した場合や妊娠12週以上22週未満の死産・流産の場合は48.8万円(★1)となります) 直接支払制度を利用した場合は、協会けんぽが本人に代わって出産育児一時金の支給額を限度に出産費用を医療機関へ支払い、その差額が本人に支給されます。(出産費用が出産育児一時金の支給額を超える場合には支給されず、その超えた額を本人が医療機関へお支払いいただくこととなります) 継続して1年以上被保険者であった方が退職し、その翌日から6か月以内に産まれた場合にも支給の対象となります。 ※国民健康保険に加入している方は、P9をご覧ください。 (★1)令和5年4月1日以降の出産の場合	



制度・助成

ひとり親家庭等の方へ

制度	内容	窓口
ひとり親家庭等 医療費の助成	ひとり親家庭等の母または父およびその児童（未婚で18歳到達後の3月31日まで）の医療費（保険診療）の自己負担分を助成します。ただし、母または父は医療機関ごとに1か月につき、1,000円までの自己負担があります。所得制限等の要件があります。 対象者 ①ひとり親家庭の母または父および児童 ②父母のいない児童 ③母または父が重度心身障がい者の家庭の障がい者でない母または父および児童	国保医療年金課 （駅前庁舎） ☎017-734-5345 健康福祉課（浪岡庁舎） ☎0172-62-1153
ひとり親家庭等の 相談窓口	母子家庭の母、父子家庭の父および寡婦の方の自立に必要な情報提供や相談指導および就業支援を、母子・父子自立支援員が行っています。 受付日時 月～金 8:30～18:00（祝日、年末年始を除く）	ひとり親家庭等就業・自立支援センター （子育て支援課内） ☎017-734-5817
児童扶養手当	父母が離婚、父または母が死亡または政令に定める障がいの状態、父または母から遺棄されている、父または母が拘禁、または未婚等の場合において、児童の母、父または養育者の方に、児童が満18歳に達した年度末（児童に中度以上の障がいがあるときは、20歳に達した日の前日が属する月末）まで手当を支給します。 ※所得制限及び支給要件があります。	
母子父子寡婦 福祉資金	母子家庭、父子家庭および寡婦の経済的自立の助成と生活意欲の助長を図るために必要な資金の貸付をしています。 資金の種類によって、貸付限度額や返済期間が異なります。	子育て支援課（駅前庁舎） ☎017-734-5334 健康福祉課（浪岡庁舎） ☎0172-62-1113
母子生活支援施設 （すみれ寮）	18歳未満の児童を養育している母子家庭や何らかの事情で離婚できない家庭の母が、生活上のいろいろな問題のため児童の養育が十分にできない場合に、児童と一緒に入所できる施設です。世帯の自立を促進するため、母の生活の支援や児童の養育等の支援を行います。	
ひとり親家庭 自立支援教育訓練 給付金事業	母子家庭の母および父子家庭の父の就業を促進するため、事前の就業相談を通じて指定された講座を受講した場合、受講に要した経費の一部を支給します。	
ひとり親家庭 高等職業訓練促進 給付金等事業	母子家庭の母および父子家庭の父が、就職に有利な資格取得のため、2年以上養成機関で修業する場合、修業期間中の生活費負担軽減等のための訓練促進給付金等を支給します。	



制度	内容	窓口
ひとり親家庭 高等学校卒業程度 認定試験合格支援 事業	母子家庭の母、父子家庭の父ならびにその子どもの 学び直しを支援し、より良い条件での就職や転職に 結びつけるため、高等学校卒業程度認定試験対策講 座を受講した場合、受講に要した経費の一部を支給 します。	
ひとり親家庭等 就業支援講習会	母子家庭の母、父子家庭の父ならびに寡婦の方等を 対象に、就業に結びつく可能性の高い技能・資格を 習得するための講習会を開催します。	子育て支援課(駅前庁舎) ☎017-734-5334 健康福祉課(浪岡庁舎) ☎0172-62-1113
ひとり親家庭等 日常生活支援事業	母子家庭、父子家庭および寡婦の方が、自立のため の修学や疾病等の理由により、日常生活を営むこと に一時的な支障が生じている場合、生活の安定を図 るため、家庭生活支援員を派遣し、生活援助や保育 サービスを提供します。 ※料金:生活援助300円/時間 子育て支援150円/時間 (生活保護受給世帯、市民税非課税世帯、児 童扶養手当受給水準世帯は無料)	

障がいや病気のあるお子さんがいる方へ

制度	内容	窓口
重度心身障がい者 医療費の助成	身体障害者手帳1級、2級、3級(3級は心臓・腎臓・呼 吸器・膀胱・直腸・小腸の機能障がいに限る)ならび に愛護手帳(療育手帳)A、精神障害者保健福祉手帳 1級をお持ちの方に対し、医療費(保険診療)の自己 負担分を助成します。所得制限等の要件がありま す。	国保医療年金課 (駅前庁舎) ☎017-734-5345 健康福祉課(浪岡庁舎) ☎0172-62-1153
身体障害者手帳	身体に障がいのある児童は、身体障害者手帳の交付 を受けることにより様々な福祉サービスを利用す ることができます。なお、障がいの程度により、1級 から6級までの区分があります。	
愛護手帳 (療育手帳)	知的発達に障がいのある児童は、愛護手帳(療育手 帳)の交付を受けることにより様々な福祉サービス を利用することができます。なお、障がいの程度に より、AとBの区分があります。	障がい者支援課 (駅前庁舎) ☎017-734-5319 健康福祉課(浪岡庁舎) ☎0172-62-1113
精神障害者 保健福祉手帳	精神障がいのために長期にわたり日常生活に支障 のある児童は、精神障害者保健福祉手帳の交付を受 けることにより、様々な福祉サービスを利用するこ とができます。なお、障がいの程度により1級から3 級までの区分があります。	
小児慢性特定疾病 医療費支給	小児の慢性疾病で、その病気治療のために長期入院 や通院をしている児童等に、治療に必要な医療費が 支給されます。	市保健所 あおもり親子はぐくみプ ラザ(元氣プラザ) ☎017-718-2987