

生活のための様々な手続き

どんな人	制度名	給付額・条件など	申請先(給付等までの期間)
① 会社に休業を命じられた人	休業手当	賃金日額の60%以上×休業日数 全労働者(パート、アルバイト含む)	申請の必要なし (1~2か月程度)
② 当面の生活費が必要	緊急小口資金	最大20万円の貸付※償還期限2年以内 新型コロナの影響で、収入が減少して生活維持のための貸付が必要な世帯	社会福祉協議会 (最短5日程度)
③ 生活に困っている人	総合支援資金	最大60万円の貸付※償還期限10年以内 新型コロナの影響で、収入の減少や失業等により、日常生活の維持が困難となっている世帯	社会福祉協議会 (最短20日程度)
④ 定年後、給料が減らされた人	高年齢雇用継続基本給付金	支給対象月の賃金額×低下率に応じた支給率 65歳未満の被保険者で60歳時点の賃金と比較して、60歳以後の賃金が75%未満となっている人	ハローワーク (支給開始決定から1週間程度)
⑤ 年金を減らされていた人	在職老齢年金の再計算	カットされていた年金が支給される 給料と年金の合計が一定額を超えると、超過額の半分が支給停止となる制度。休業手当で給料が下がると、カット額が減ることも	申請の必要なし (今年9月以降)
⑥ 業務上で病気やケガをした人	療養補償給付(労災保険)	治療費の全額 勤務中の事故などの療養にかかった費用が給付される	労働基準監督署 (約1か月)
⑦⑧ 病気やケガをして仕事を休んでいる人	傷病手当金(健康保険)	平均賃金日額×3分の2×最長1年6か月 病気やケガで連続する3日間を含み4日以上仕事に就けず、医師の証明がある人	加入している 健保組合、協会けんぽの窓口 (約1か月)
 どちらか一方のみ 休業補償給付(労災保険)	平均賃金日額×80%×休業日数 勤務中の事故、または通勤中の事故などの療養により、業務を行なうことができない人	労働基準監督署 (約1か月)
⑨ 子供の世話で有給を取得した	小学校休業等対応助成金	平均賃金日額×休業日数 会社員が臨時休校や感染等により小学生以下の子供の世話をするために有給を取得した場合、事業者へ助成	勤め先の企業など (審査後、速やかに支給)
⑩ 業務上の病気やケガが長引いている人	傷病補償年金(労災保険)	給付基礎額×245~313日(障害等級による) 療養後1年6か月を経過しても傷病が治癒せず、障害の程度が傷病等級表に該当する場合	労働基準監督署 (約1か月)

生活のための様々な手続き

どんな人	制度名	給付額・条件など	申請先(給付等までの期間)
① 求職中の人 (~64歳)	失業給付	基本手当(賃金日額×45~80%)×所定給付日数 退職前2年間に雇用保険加入期間が通算12か月以上ある人※解雇、倒産などによる特定受給資格者は退職前1年間に6か月以上	ハローワーク (約1か月)
② 求職中の人 (65歳以上)	高年齢求職者 給付金	基本手当×30日or50日 失業した日(退職日)直前の1年間に、雇用保険の加入期間が6か月以上ある人	ハローワーク (約1か月)
③ 求職中に病気や ケガをした人	傷病手当 (雇用保険)	基本手当×所定給付日数 基本手当の受給資格を得た後に、15日以上病気やケガで求職活動ができない人	ハローワーク (1~3か月程度)
④ 家賃の支払いが 厳しい人	住居確保給付金	家賃相当額(上限あり)×最長9か月 65歳未満かつ、離職から2年以内、世帯収入と資産が一定以下であるなどの条件を満たす人	自治体の福祉部署 (約1か月)
⑤ 就職のために 資格を取りたい人	教育訓練給付金	最大40万円(年額。資格により上限が異なる) 雇用保険に一定期間加入している人に、教育訓練施設に支払った額の20~50%が支給される	ハローワーク (1週間程度)
⑥ 再就職先を 見つけた人	再就職手当	基本手当×支給残日数×60or70% 失業給付を受給していて、所定給付日数を1/3以上残して就職した場合、その日数に応じた額が支給される	ハローワーク (約1か月)
⑦ 期間が定められた 仕事に就いた人	就業手当	基本手当×30%×働いた日数 失業給付の受給日数を一定以上残し、1年未満の雇用契約の仕事に就業した場合など	ハローワーク (1週間程度)
⑧ 雇用保険未加入の人が 仕事を探す時	求職者支援制度 (職業訓練受講給付金)	月額10万円 ハローワークの指示で職業訓練を受ける場合、世帯全体の収入が月25万円以下など条件を満たせば支給される	ハローワーク (1週間程度)
⑨ 雇用保険未加入の人が 求職活動中にお金に困った時	求職者支援資金融資 (労働金庫)	10万円(同居配偶者がいる場合)×訓練受講月数 職業訓練受講給付金を受給している求職者で、生活費が不足する場合に融資が受けられる	ハローワーク (1週間程度)
⑩ 倒産した会社から 賃金の未払いがある人	未払賃金 立替払制度	未払い賃金×80%(上限額あり) 倒産前半年~倒産後1年半に退職して、2万円以上の未払い賃金がある人	労働基準監督署、独立行政 法人労働者健康安全機構 (約1か月)

生活のための様々な手続き

どんな人	制度名	給付額・条件など	申請先(給付等までの期間)
21 年金が少ない人	年金生活者支援給付金	最大で月額5030円 住民税非課税世帯の年金受給者で年金を含めた収入の合計額が87万9300円以下(遺族、障害年金の場合は基準が異なる)	年金事務所 (1~2か月程度)
22 手術などで1か月の医療費が高額になった人	高額療養費制度	自己負担上限額が月3万5400円に(70歳未満で住民税非課税世帯の場合) 同じ月の医療費の自己負担額が、定められた上限を超えた場合、超過分が払い戻される。所得や年齢により自己負担の上限が変わる	加入している健康保険 (3~4か月程度)
23 医療費の支払いが難しい人	限度額適用認定	窓口での支払い上限が月3万5400円に(70歳未満で住民税非課税世帯の場合) 「健康保険限度額適用認定申請書」に記入して申請する。最長1年間有効	加入している健康保険 (認定証発行まで1週間程度)
24 入院した人	入院時生活療養費	入院時の食費が1食210円、居住費が1日370円に(住民税非課税世帯の場合) 65歳以上の被保険者が医療療養病床に入院するなどの条件を満たした場合。収入により負担額が変わる	医療機関の窓口 (即適用となる)
25 自宅で長期の療養をしている人	訪問看護療養費	訪問看護・介護サービスの利用料の自己負担が2~3割に 負担額は年齢や加入保険により異なる	医療機関の窓口 (即適用となる)
26 コルセットなど治療用装具を作った人	療養費	治療用装具の基準額×70~80% 医師の指示にもとづき、療養のための義手・義足・義眼・コルセットなど治療用装具を装着した人。年齢と収入により割合が変わる	加入している健康保険 (約2か月)
27 年間の医療費がかさんだ人	医療費控除	最大200万円が控除 1年間に世帯で支払った医療費が一定額を超えた場合、保険金などで補填される金額などを差し引いた額が課税所得から控除される	税務署 (確定申告後、1~2か月程度で還付)
28 ドラッグストアでの薬代がかさんだ人	セルフメディケーション税制	最大8万8000円の控除 OTC医薬品の購入額が一定の額を超えた時に、超過分が課税所得から差し引かれる	税務署 (確定申告後、1~2か月程度で還付)

生活のための様々な手続き

どんな人	制度名	給付額・条件など	申請先(給付等までの期間)
29 介護費がかさんだ人	高額介護サービス費制度	自己負担上限額が月2万4600円に(住民税非課税世帯の場合)1か月の介護サービスの利用料が一定額を超えると超過分が払い戻される。上限は収入で変わる	市区町村の窓口 (約1か月)
30 介護費の支払いが難しい人	介護保険負担限度額の認定	介護保険施設などの食費・居住費負担が軽減 住民税非課税世帯で、預貯金などの資産が夫婦で2000万円以下(単身者は1000万円以下)。自己負担上限は所得などで異なる	市区町村の窓口 (認定証発行まで1週間程度)
31 医療費と介護費がかさんだ人	高額医療・高額介護合算療養費制度	自己負担上限額が年31万円に(70歳以上の住民税非課税世帯の場合)1年間に支払った医療費と介護費の合計が一定額を超えると超過分が払い戻される。上限は年齢と収入で変わる	加入している健康保険 (3~4か月程度)
32 訪問介護サービスを依頼している人	医療費控除(介護保険)	最大200万円が控除 入浴、排せつ、食事などの訪問介護サービスの自己負担額から保険などで補填される金額などを差し引いた額が控除される	税務署 (確定申告後、1~2か月程度で還付)
33 介護のために仕事を休んだ人	介護休業給付金(雇用保険)	平均日額賃金×67%×支給日数 2週間以上にわたり、常時の介護を必要とする状態にある家族を、介護するために休業した人。介護休業開始前の2年間に12か月以上の被保険者期間が必要	ハローワーク (支給決定日から1週間程度)
34 介護のために自宅をリフォームした人	高齢者住宅改修費用助成制度(介護保険)	自宅改修費×90%(最大18万円) 手すりの取り付けや、玄関、住宅内の段差の解消などの自宅改修工事を行なう場合、補助金がでる。要支援・要介護認定を受けている必要がある	市区町村の窓口 (1~2か月程度)
35 住宅ローンを組んでバリアフリー工事をした人	特定増改築等住宅借入金等特別控除	所得税が最大62.5万円控除 50歳以上の人に住む住居で、5年以上のローンを組むなどの条件を満たすと、所得税が最大5年間控除される	税務署 (確定申告後、1~2か月程度で還付)
36 自宅介護のために介護用具を購入した人	特定福祉用具販売(介護保険)	1割負担で購入可能に(上限年10万円) 要支援・要介護認定を受けた人を自宅で介護するために必要な用具を購入した場合	市区町村の窓口 (1~2か月程度)
37 紙おむつなど消耗品の負担が大きい人	自治体の助成金	自己負担が1割に(月8400円まで、東京・千代田区の場合) 要支援・要介護認定を受けた人を介護するための消耗品の購入に補助がでる。尿取りパッドや使い捨て手袋など対象は自治体によって異なる	市区町村の窓口 (申請した翌月)

生活のための様々な手続き

どんな人	制度名	給付額・条件など	申請先(給付等までの期間)
38 中学校卒業前の子がいる	児童手当	最大で月額1万5000円(児童1人)+1万円(新型コロナ経済対策) 中学校卒業までの児童を養育している人。児童の年齢、世帯年収などで額が変わる	市区町村役場 (次回分は6月)
39 ひとり親で子を育てている	児童扶養手当	最大で月額4万3160円(児童1人) 離婚、死亡などで父又は母と生計を同じくしていない児童を育てるひとり親の人	市区町村役場 (手続き後の奇数月)
40 給食費、修学旅行費を払うお金がない	就学援助	給食費、修学旅行費など 生活保護受給者又はそれに準ずる程度に困窮すると各自治体が規定する人(※)	市区町村役場 (項目によって異なる)
41 42 43 44 子が生まれた人	出産育児一時金	42万円 公的健康保険の被保険者	出産する医療機関 (出産時の費用を自治体が立て替える)
	出産手当金	標準報酬日額×2/3×最大98日分 出産日以前42日から出産の翌日以後56日までの範囲で会社を休み、給与の支払いがなかった健康保険加入者	出産した人の勤務先、 加入する健康保険など (3~4か月後)
	出産祝い金	1人目5万円、2人目20万円、3人目100万円 (北海道・福島町のケース)町内に定住し、住民税の滞納がないなどの条件を満たしている人(※)	市区町村役場 (1か月後 =福島町の場合)
	産休・育休期間中の 社会保険料免除	最長3年間、健康保険料・ 厚生年金保険料が全額免除 産休・育休中であり給料が支払われていない場合など	産休・育休を取得 している人の勤務先 (申請後、速やかに)
45 子が病院にかかった	乳幼児・子ども 医療費助成	保険診療の自己負担分(東京都港区のケース) 中学3年生までの子どもが医療機関で健康保険による診療や調剤を受けた場合(※)	市区町村役場 (受診時)
46 育児休暇を取得した人	育児休業給付金	休業開始時賃金月額×67%(育休取得から6か月以内) 雇用保険に加入しており、育児休業開始前の2年間に、11日以上就業している月が12か月以上あるなどの条件を満たした人	休業を取得している 人の勤務先 (出産の4~5か月後)

生活のための様々な手続き

どんな人	制度名	給付額・条件など	申請先(給付等までの期間)
47 48 マイホームを 購入した人	住宅借入金等 特別控除	最大40万円×最長13年(税額控除) マイホームをローンで購入した人。年末のローン 残高などで控除額が決まる	税務署 (確定申告後、1~2 か月程度で還付)
	すまい給付金	最大50万円 購入した住宅の床面積が50平米以上であることなどが条 件。年収775万円以下の人を対象で、額は年収により異なる	すまい給付金 事務局 (1.5~2か月程度)
49 マイホームを買う 資金が足りない人	住宅取得等資金に 係る贈与税の非課税	最大1500万円まで贈与税非課税 住宅等の取得資金として、父母や祖父母など直系尊属から の贈与を受けた場合。契約締結日などで非課税枠が変わる	税務署 (贈与を受けた翌年 に手続き)
50 災害の影響で ローンが払えなくなった人	被災ローン 減免制度	払いきれないローンの免除 災害救助法が適用される自然災害で住宅ローン、 事業性ローンの返済が滞る人	借り入れ先の 金融機関 (3か月以上)
51 自宅を 改修した人	住宅特定改修 特別税額控除	最大20万円(税額控除) 省エネなどのリフォームをした人	税務署 (確定申告後、1~2 か月程度で還付)
52 53 家賃を 安く抑えたい人	民間賃貸住宅 家賃補助	月額3万円×最長5年間 (東京・新宿区の子育て世帯の場合) 学生や勤労単身者、子育てしている家族世帯(所得要件あり)など(※)	市区町村役場 (自治体により 異なる)
	特定優良賃貸住宅	世帯の所得に応じた家賃補助など 2人以上の家族世帯であることなど。 所得基準あり(※)	都道府県の住宅供 給公社など (入居開始時から)
54 子育て中に 引っ越しした世帯	子育て世帯の転居 支援	引っ越し代(最大10万円)+転居前後の家賃差額(月 額最大3万5000円)×最長2年間(東京・新宿区の場合) 申請時点で15歳以下の児童1人以上と扶養する人 が同居する世帯であることなど。所得要件あり(※)	市区町村役場 (自治体、制度により 異なる)

※実施の有無や金額は自治体によって異なる場合がある。

生活のための様々な手続き

税・保険料などの種類	支払いの猶予・免除の内容	条件など	申請先
55 所得税	原則1年の納税猶予	納税により生活の維持が困難になる恐れがあるなどの場合	税務署
56 住民税	1年以内の分割納付が可能に	本人や家族が新型コロナウイルスにかかったり、事業に著しい損失があったりした場合	市区町村役場
57 国民健康保険料	6か月～1年の納税猶予 (自治体により異なる)	失業、事業の廃止または休止など、保険料納付が困難な場合	市区町村役場
58 後期高齢者医療保険料	一定期間の猶予が認められる (自治体により異なる)	新型コロナウイルス感染症に納付者(家族を含む)が罹患した場合のほか、休業などで著しい損害を被った場合	市区町村役場
59 介護保険料	一定期間の猶予が認められる (自治体により異なる)	新型コロナウイルス感染症に納付者(家族を含む)が罹患した場合のほか、休業などで著しい損害を被った場合	市区町村役場
60 国民年金保険料	6月分までの保険料の免除または猶予	前年所得が所定の基準以下の場合、失業した場合など	市区町村役場または年金事務所
61 電気代	2020年3～5月分の電気料金について、1か月の支払い猶予	各都道府県社会福祉協議会から「緊急小口資金・総合支援資金の貸付」を受けている人など	電力会社
62 ガス代	2020年3～5月分のガス料金について、1か月の支払い猶予	各都道府県社会福祉協議会から「緊急小口資金・総合支援資金の貸付」を受けている人など	ガス会社
63 水道・下水道料金	最大4か月の支払い猶予	収入が減少している場合など、一時的に水道料金・下水道料金の支払いが困難になった人	水道局および下水道局
64 携帯電話料金	5月末まで支払い猶予	料金等の支払いが期限までに困難な場合	通信会社
65 インターネット料金	5月末まで支払い猶予	料金等の支払いが期限までに困難な場合	通信会社