

西 東 京 市
福 祉 事 務 所

生活保護のしおり



西 東 京 市

目 次

はじめに	1
生活保護制度とは	1
生活保護を受ける前にしていただくこと	2
生活保護が決まるまでの流れ	3
生活保護の種類	4
生活保護費のしくみ	5
認められていること	6
守っていただくこと	6
医療機関にかかるとき	8
介護保険サービスと介護保険料	9
生活保護での支援	10
生活保護を受けたときに利用できる制度	11
福祉事務所(相談窓口)	12

はじめに

この「生活保護のしおり」は、生活保護の制度について知りたい方、または、生活保護を受けたい方などに制度の内容を理解していただくために作成したものです。

また、生活保護の制度は、複雑で難しい内容であるため、理解しやすいように簡単な内容にしてあります。詳しいことや、わからないことは、遠慮なく担当職員におたずねください。

生活保護制度とは

日本国憲法第25条で「すべて国民は、健康で文化的な最低限度の生活を営む権利を有する。」と定められています。

生活保護制度は、憲法の理念に基づき、国が生活に困窮するすべての国民に対し、その困窮の程度に応じ、必要な保護を行い、その最低限の生活を保障するとともに、自分の力で社会生活に適應した生活を営むことができるように援助する制度です。

生活保護の申請は国民の権利です。生活保護を必要とする可能性はどなたにもあるものですので、ためらわずにご相談ください。

※生活保護は原則として世帯単位（同居している方全員）で適用されます。

※生活保護は原則として本人、扶養義務者または同居親族が申請してください。

※面接内容については、次回以降の面接、保護申請後の支援などに活用するため、記録を取らせていただきますのでご了承ください。

生活保護を受ける前にしていただくこと

あなたと生活する世帯全員が協力して生活をささえる必要があるため、次のことをしていただく必要があります。

1. 働くことができる人は、労働能力に応じて働いて、収入を得る努力をしてください。

※労働能力に応じた働きとは、健康、身体の状態に応じて働くことです。傷病などによって働けない方については、保護決定後に医師の意見などにより判断する場合があります。

2. 資産である現金、預貯金、土地、家屋、貴金属（高価な宝石など）、生命保険・学資保険（解約返戻金など）、有価証券、自動車、オートバイなどを活用、あるいは処分することにより、生活を維持するよう努力をしてください。

※居住している住宅については、資産価値によっては保有が認められる場合があります。

※生命保険・学資保険、自動車など、事情によっては保有が認められる場合もあります。保有する資産については、個別にご相談ください。

3. 親族（親・子・兄弟姉妹など）から援助が受けられる場合には、生活の一部でも構わないので可能な限り援助を受けてください。

※親族が援助（扶養）しないことを理由に生活保護が受けられないということはありませんので、ためらわずにご相談ください。

4. 年金、手当、生命保険金などの給付やその他の制度で受けられる手当などがある場合には、すべて受け取れるように手続きをしてください。

※医療費が高額な場合は限度額適用認定証（医療）の手続きをしてください。

※資産処分や各種手続きに時間がかかるため、それまでの間、生活を支える方法がない場合は、保護を受けることができます。ただし、処分ができたとき・各種手続きが済み、その収入を得たときは、その間に支給した保護費（医療扶助費や介護扶助費も含め）をお返しいただくことになります。

生活保護が決まるまでの流れ

1. 相 談

まず、市役所の生活福祉課にお越しいただくか、電話にて連絡いただき、面接相談員に困っている状況・事情などをお聞かせください。

※面接相談時にお聞きした内容については、守秘義務があり、外部に漏れることはありませんので、安心してご相談ください。



2. 申 請

原則として、本人、扶養義務者または同居親族が申請してください。また、資産や収入などの状況を正確に知るために、その内容を確認できる書類とともに資産申告書、収入・無収入申告書などを保護決定までに提出していただきます。

※新規申請の際には、個人番号（マイナンバー）がわかる方は記入していただきます。（マイナンバーがわからない場合には、記入する必要はありません）



3. 調 査

地区担当員（ケースワーカー）がお宅にうかがい、資産、家族、親族、収入、今までの生活歴など詳しいお話をお聞きしますので、ご協力をお願いします。

世帯の方々が持っている資産について、金融機関（銀行、信用金庫など）および生命保険会社などに調査をします。

世帯の方々の親族（別世帯にて生計を営む方）の戸籍などを調査し、聞き取りなどから援助できそうな親族がいる場合には、ご本人の同意を得てから扶養照会を行います。



4. 決 定

資産調査、扶養照会の結果、国が定めた基準の最低生活費と世帯の収入・資産を比較して、最低生活費より収入・資産が少なければ、その不足分を生活保護費として受けることができます。（次ページ以降を参照）

※生活保護の申請を受けてから調査し、原則、14日以内に決定します。

生活保護の種類

保護には、8種類の扶助があります。国が定めた保護の基準により、保護を受けられる方の必要に応じて支給されます。

1. 生活扶助

- ① 衣食費、入院中の日用品費
- ② その他日常生活に必要な費用（光熱水費、携帯電話などの通信費、共益費など）

2. 住宅扶助

家賃や地代、契約更新料などの費用

3. 教育扶助

小・中学校の通学に伴って必要な学用品費・給食費・学級費やクラブ活動に必要な費用など

4. 介護扶助

要介護認定が行われ、要支援または要介護と認定された方への介護に必要な費用

5. 医療扶助

病気やケガの治療に必要な費用（10割分）及び通院などに必要な交通費

6. 出産扶助

「入院助産」の適用がない場合の出産に必要な費用

7. 生業扶助

- ① 専ら生計の維持を目的とした事業を営むために必要な費用（生業費）
- ② 手に職をつけるための費用（技能習得費）
- ③ 仕事につくために必要な費用（就職支度費）
- ④ 高校等進学・就学のための費用（高校就学費）

8. 葬祭扶助

葬祭に必要な費用

生活保護費のしくみ

保護費は、国が定めた保護の基準（最低生活費）とあなたと同居している世帯全員の収入を比べて、収入が最低生活費を下回る場合に、その不足分が支給されます。

〈保護の基準〉

最低生活費（月額）		保 護 費	
1. 生活扶助	（ 円）	<div> <div>差引きの不足分</div> <div>【(ア) - (イ)】</div> <div>(円)</div> </div>	
2. 住宅扶助	（ 円）		
3. 各種加算		収入（※1）	
児（ 円）		1. 就労収入（※2）	
母（ 円）		（ 円）	
障（ 円）		（ 円）	
冬（ 円）		2. 年金	
他（ 円）		（ 円）	
合計		3. 手当など	
（ 円）（ア）		（ 円）	
		（ 円）	
		合計	
		（ 円）（イ）	

- ※1 収入とは、就労収入、年金、手当、仕送りなどを合計したものをいいます。要否判定の際には手持金、預貯金も資産と見なされます。
- ※2 就労収入は、基礎控除や必要経費を差引いたものを収入額として認定します。
- ※ 高校生のアルバイト収入など、自立の助長と認められる場合には、申告により、収入額として認定しないものもあります。
- ※ この表は、保護の基準や補足性について、わかりやすく表示したものであり、保護の要否や程度を決めるものではありません。

認められていること(権利)

1. 正当な理由なく、保護をとめられたり、保護費が減らされたりすることはありません。

※ただし、生活保護法の法律改正に伴い、生活保護に関する基準額などが変更された場合は、保護費の増減が生じることがあります。

2. 保護費として受取るお金や品物、または保護を受ける権利が差し押さえられることはありません。
3. 保護費として受取るお金や品物には、税金がかかりません。

守っていただくこと(義務)

1. 働ける人は、その能力に応じて働いてください。
2. 計画的な暮らしに心がけ、生活費の節約を図り、生活の維持・向上に努めてください。
3. あなたの世帯や世帯員に次のような変動があったときには、すぐに届け出てください。必要な届出をしない、事実と異なった届出をして保護を受けた場合は、保護費を返還していただくことがあります。また、不正な届出であることを知りながら、届出をした場合は、法によって罰せられることがあります。

※生活保護法第 61 条

「被保護者は、収入、支出その他生計の状況について変動があったとき、又は居住地若しくは世帯の構成に異動があったときは、すみやかに、保護の実施機関又は福祉事務所長にその旨を届け出なければならない。」

※生活保護法第 85 条（抜粋）

「不実の申請その他不正な手段により保護を受け、又は他人をして受けさせた者は、3年以下の懲役又は 100 万円以下の罰金に処する。」

- ①働いて得た収入があるとき、年金・手当などの金額が変更されたとき、臨時的な収入があったとき。
- ②働きはじめたとき。やめたとき。
- ③住所・家賃が変わったとき。（※転居の場合は要相談）
- ④病気・ケガなどで入院したとき。退院したとき。
- ⑤世帯員に異動があったとき。（転入・転出・結婚・出生・死亡・進学・退学など）
- ⑥会社などの社会保険証が使えるようになったとき。またその後、やめるなどして使えなくなったとき。

4. お金の貸し借りはしないでください。

※借金をすると、そのお金は収入として扱われます。親族、知人などからの援助も収入として認定されます。

5. 福祉事務所の指導・指示にしたがってください。

例えば次のような場合に、指導・指示を受けることになります。また、正当な理由がなく、指導・指示にしたがわない場合には、保護の停止または廃止を行うことがあります。

- ①働ける状態にあるのに働かないとき。
- ②働いているが、十分に能力を活用していないとき。
- ③届出の義務を怠ったとき。
- ④生活の維持・向上に努力していないとき。
- ⑤その他

※以上の項目については、保護決定後『福祉事務所からの重要事項説明・確認書』にてあらためて説明します。

【 重 要 】

暴力団員は、原則として生活保護を受けることはできません。また、暴力団組織に所属していることなどが疑われる場合には、必要に応じて関係機関へ疑義照会をする場合があります。

医療機関にかかるとき

1. 生活保護開始日以降は、国民健康保険証、後期高齢者医療保険証に代わる資格確認書は使えません。会社の社会保険に加入している方は、資格確認証、医療券の併用になりますので、社会保険証に代わる資格確認証をそのまま使用できます。医療機関（病院、診療所など）に受診する場合は、「医療券」が必要です。また、薬局で薬を処方してもらう場合には、「調剤券」が必要です。

※マイナ保険証をご使用の方はお問合せください。

2. 「医療券」・「調剤券」は、生活福祉課の窓口で発行します。

※原則「医療券」と「調剤券」は医療機関・薬局に行く前に福祉事務所へ取りに来てください。

3. 「医療券」・「調剤券」は、生活保護の指定医療機関となっている医療機関（病院、診療所など）、調剤薬局でしか使えません。

※原則、薬局で受取る医薬品はジェネリック医薬品となります。ジェネリック医薬品を使用できない理由がある方は、医師または薬剤師に相談してください。

4. 病気が治った場合などで、受診の必要がなくなったときは生活福祉課へお知らせください。

5. 急病などで「医療券」を持たずに医療機関を受診したときは、すみやかに生活福祉課に連絡してください。

6. 通院に伴う交通費については、事前に申請が必要です。詳しくは地区担当員（ケースワーカー）に相談してください。

7. 交通事故などでケガをした場合には、必ず警察に届けるとともに、その場で示談交渉などせず、生活福祉課にも必ず連絡してください。

介護保険サービスと介護保険料

1. 介護保険サービスの利用について

65歳以上で介護サービスが必要となった方については、身体などの状態に応じて、介護保険制度による給付と生活保護における介護扶助をあわせて、介護サービスを受けることができます。本人負担分は、福祉事務所から介護サービス事業者などへ直接支払います。

40歳から64歳までの方でも、特定の疾病で、介護が必要な状態と認められる場合には、生活保護の介護扶助で対応することができます。

2. 介護保険料について

- ①介護保険料は、原則として生活保護費に加算されます。ただし、加算された介護保険料の納付は、福祉事務所が保護費の中から、代わりに納付することもあります。
- ②公的年金から自動的に差し引かれる介護保険料は、収入認定をするときに保護費から控除されます。

生活保護での支援

生活保護を受けるにあたり、必要に応じて各支援員が、あなたの世帯の自立に向けて支援します。

1. 就労支援

(ハローワークとも連携し就労に向けて支援をします)

2. 就労準備支援

(就労経験の少ない方に働くための準備支援をします)

3. 健康管理支援

(精神疾患を抱えている方や、精神的に不安定な方へ支援をします)

4. 家庭相談支援

(母子家庭、児童相談、進学などの相談支援をします)

5. 高齢者支援

(65 歳以上の高齢者の生活の安定のための支援をします)

生活保護を受けたときに利用できる制度

生活保護を受けると、次のような制度が利用できます。希望される方は、生活保護開始後に申し出てください。

1. 国民年金保険料の免除
2. 上・下水道料金（基本料金）の免除
（東京都水道局東久留米サービスステーション）
3. NHK放送受信料の免除 （NHK池袋営業センター）
4. JR通勤定期乗車券の割引
5. 都営交通の無料パスの交付
6. 納期限前の住民税などの減免
7. 市指定のゴミ袋の購入費用の一部減免、粗大ゴミ(一部回収できないものもあり)処理費用の減免
8. 就労自立給付金

※就労自立給付金は、保護脱却後の安定した生活・就労の維持を目的とした制度です。支給に当たっては、要件や上限額、就労期間などにより給付額が決まります。詳しくは、地区担当員（ケースワーカー）に相談してください。

9. 進学・就職準備給付金

※進学・就職準備給付金は、高校などを卒業して大学などに進学する方や、安定した職業に就くことが見込まれる方に対して一時金を支給する制度です。支給に当たっては、要件がありますので、詳しくは、地区担当員（ケースワーカー）に相談してください。

福祉事務所（相談窓口）

田無庁舎 （1階 3番窓口）

〒188-8666

西東京市南町5丁目6番13号



生活福祉課

援護第1係・援護第2係

- ・生活保護相談
- ・医療券・受給証明書の発行業務
- ・その他生活保護に関する業務全般

保谷庁舎

防災・保谷保健福祉総合センター
（1階 福祉の相談窓口）

〒202-8555

西東京市中町1丁目5番1号



生活福祉課

福祉の相談窓口

- ・生活保護相談
 - ・医療券・受給証明書の発行業務
- ※地区担当員は田無庁舎にいます。

西東京市福祉事務所 （西東京市健康福祉部生活福祉課） 電話 042-464-1311（代表）

◇田無庁舎

援護第1係 042-460-9836（直通）

援護第2係 042-420-2802（直通）

◇保谷庁舎（防災・保谷保健福祉総合センター）

相談窓口 042-439-4415（直通）

発行 令和 7 年 12 月（改訂）