

せい かつ ほ ご 生 活 保 護 の し お り



せい かつ ほ ご に ほ ん こ く み ん だ れ し ん せ い
生活保護は日本国民であれば誰でも申請できます。

～ せい かつ ほ ご 生 活 保 護 と は ～

せい かつ ほ ご い か ほ ご
生活保護（以下「保護」という）は、に ほ ん こ く け ん ぽ う だ い じ ゅ う せい ぞ ん け ん ぽ
日本国憲法第25条の生存権保
障に規定する理念に基づき、せい かつ こ ま っ て い る す べ の こ く み ん たい けん こ う
生活に困っている全ての国民に対し、健康
で文化的な最低限度の生活を保障するとともに、その人が自立した生活
ぶん か て き さ い て い げ ん ど せい かつ し ゅ う じ ゅ う ひ と し り つ せい かつ
を送れるよう支援する制度です。

～ ほ ご 保 護 の 原 則 ～

- し ん せ い ほ ご げ ん そ く 申請保護の原則
ほ ご ほ ん に ん ふ よ う ぎ む し ゃ た だ ー の 同 居 の 親 族 の 申 請 に よ り 開 始
保護は本人、扶養義務者またはその他の同居の親族の申請により開始
されます。
- せ たい た ん 位 げ ん そ く 世帯単位の原則
ほ ご せ たい た ん 位 と し て お こ な
保護は、世帯を単位として行います。
- き じ ゅ ん て い ど げ ん そ く ひ つ よ う そ く お う げ ん そ く 基準・程度の原則、必要即応の原則
ほ ご き ん が く くに お い て 決 定 さ れ た 基 準 に よ り 決 め ら れ、 年 齢 ・ 世 帯
保護の金額は国において決定された基準により決められ、年齢・世帯
こう せい し ょ ざ い ち い き けん こ う じ ゅ う たい ひ つ よ う ほ ご ゆ う こ う
構成・所在地・健康状態などにより、それぞれに必要な保護を有効
かつ 適 切 に 行 い、 金 銭 又 は 物 品 で 満 た す こ と の で き な い 不 足 分 を 補 い
て き せ つ お こ な き ん せ ん ま た ぶ っ び ん み ふ そ く ぶ ん お ぎ な
ます。

く し ろ し ふ く し ぶ し ゃ か い え ん ご か
釧路市 福祉部 社会援護課

ね ん れ い わ ね ん が つ ほ っ こ う
2026年（令和8年）3月発行

ほごしんせい てつづ 保護申請の手続き

相

談

生活に困り保護について聞きたい場合は、まずは市役所の社会援護課に相談してください。
病院や施設に入院、入所されている方など、何らかの理由により社会援護課に来所できない場合にはお問い合わせください。



しんせい てつづ
申請手続き

生活保護申請書を提出してください。なお、調査にあたっては必要な書類（収入申告書・資産申告書・同意書・預金通帳など）を提出していただきますが、申請時に書類がなくても申請は可能です。後日、改めて提出をお願いします。



ちょう
調

さ
査

申請手続きが済みますと社会援護課の担当者（ケースワーカー）があなたのお宅にうかがって、生活に困っておられる状況や保護を利用するための要件が満たされているかを調査します。

※ 調査内容が他人に漏れることはありません。



けつ
決

てい
定

調査に基づき、国が定めている基準をもとに計算し、あなたの世帯の最低生活費と収入を比べ、保護が必要かどうか決定します。保護を利用できる場合は「保護決定通知書」を、保護を利用できない場合は「保護申請却下通知書」を交付します。

※ 保護を利用できるかどうかは、申請のあった翌日から14日以内（調査に時間を要したときは30日以内）に通知します。

ほごりよう 保護を利用するには

保護は、以下のような資産・能力・扶養や生活保護法以外の他法の制度など、利用できる全てを活用することが必要です。

○ 資産の活用について

- ・ 保有する現金や預貯金は活用してください。
- ・ 貴金属、有価証券などは処分して活用してください。
- ・ 土地、家屋などの不動産、自動車や二輪車、加入している生命保険、その他の資産についても、処分又は解約し活用することが前提ですが、一定の要件を満たせば認められる場合がありますので、ご不明な点があればお問い合わせください。

※ 資産価値の高いものやローンのあるものについては、原則、保有や使用は認められません。

○ 稼働能力の活用について

- ・ 世帯主及び世帯員（15歳から64歳）で、働ける方は能力に応じて働いてください。

○ 扶養義務者の援助の活用について

- ・ 扶養義務者から援助を受けることができる方は援助を受けてください。扶養照会は扶養義務者からの金銭的、精神的な援助など、どの範囲で関わっていただけるかを確認させていただくものであり、扶養については法的な強制力はありません。
- ・ ご本人から事情を聞き扶養義務者との関係が、著しい関係不良と判断した場合には扶養照会を行いません。扶養義務者の援助は可能な範囲で行うものであり、援助可能な扶養義務者がいることによって、保護が利用できないということではありません。

○ 他法他施策の活用について

- ・ 年金や各種手当など、生活保護法以外の法律や制度で活用できるものがあれば、全て活用してください。

例： 公的年金、雇用保険、健康保険、児童手当、児童扶養手当

介護保険サービス、障害福祉サービス など

ほごりようちゆう げんがく めんじよ 保護利用中に減額・免除されるもの

次の料金などについて、保護利用中は申請によって減額または免除を受けることができます。担当者にご相談ください。

- ・ NHK放送受信料
- ・ 市道民税や固定資産税など
- ・ 国民年金保険料
- ・ 保育料
- ・ 住民票・戸籍謄本などの交付手数料

保護利用中に権利として保障されること

保護利用中は次のことが保障されます。

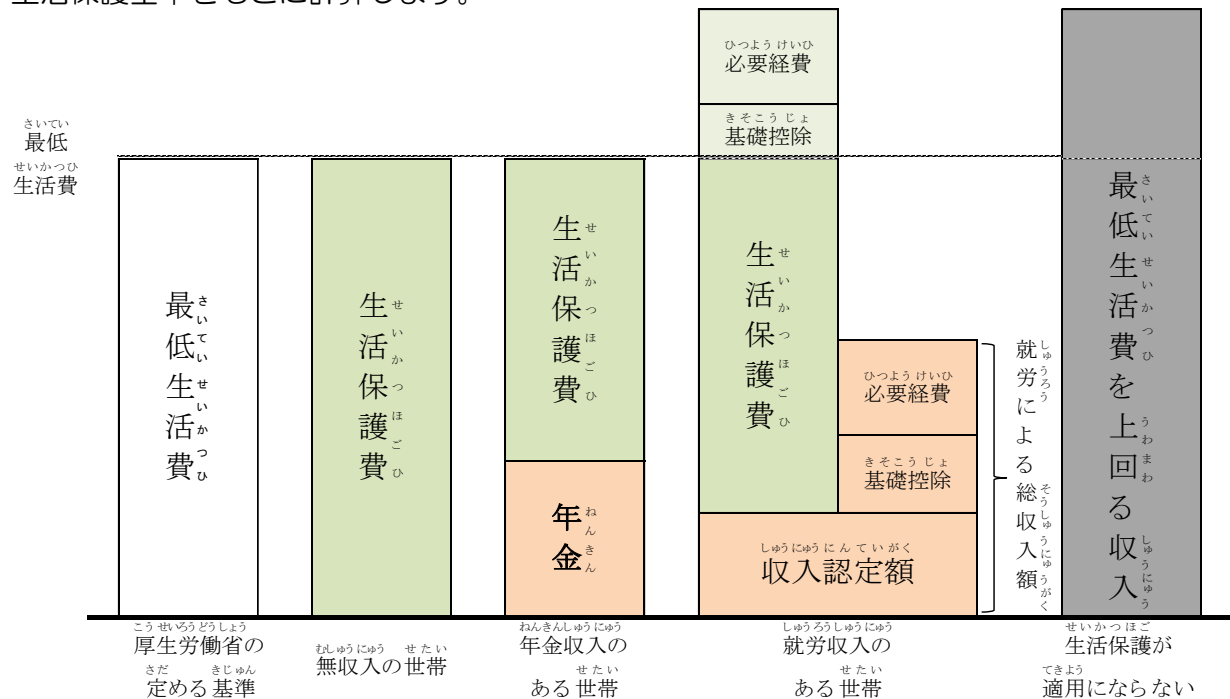
- ・ 正当な理由がなければ、すでに決定された保護の内容を不利益に変更されることはありません。
- ・ 保護費は、税金をかけられたり、差し押さえられたりすることはありません。
- ・ 決められた保護の内容について納得ができないときは、決定があったことを知った日の翌日から起算して3ヶ月以内に北海道知事に対して不服申し立てができます。

保護費の支給

原則、保護は世帯ごとに適用し、国が定めている最低生活費の額に対して、世帯の収入が不足している場合に、その不足分の金額を生活保護費として支給します。

最低生活費とは

世帯の人数や世帯員の年齢及び傷病や障害の有無等の状況に応じて国が定めている生活保護基準をもとに計算します。



収入認定額 = 就労収入 - 基礎控除 - 必要経費 (社会保険料などの実費分)

※ 稼働による収入がある場合、必要経費 (社会保険料や交通費など) の実費控除の他に基礎控除 (収入金額により控除金額が異なる) 分が手元に残るため、結果的に世帯で生活費として使えるお金が多くなります。控除についての詳細は6ページ「収入認定の控除」をご参照ください。

ほごひ しはら 保護費の支払い

保護費は原則として毎月5日を支給日とし、支給日が土日祝日の場合は、金融機関の直前営業日となります。

- ※ 1月分保護費のみ12月末に支給されます。
- ※ 原則保護費は、同意書により指定された金融機関の口座へ振込みます。
- ※ 諸事情により窓口での支給となる場合は、印鑑を持参してください。

しゅうにゆう しんこく 収入の申告

保護を利用している方は、社会援護課に収入を申告しなければならない義務があり、届出が遅れると保護費が支給できなくなる場合があります。

したがって、いかなる収入でも速やかに社会援護課に申告してください。

事実と違う申請をしたり、収入申告をしないなど、不正な方法で保護を受けた時は保護費を返還していただくほか、刑法などにより処罰される事があります。

申告対象となる収入は、一部の例として以下のようなものが挙げられますが、金額の多少や、現金手渡しや口座振込み及び電子マネー等の入金方法を問わず、最終的に金銭と同等に扱えるもの全てを含みます。

尚、申告する事により、収入認定から除外される収入もありますので、担当者にご相談してください。

- 給与収入 … パートやアルバイト就労による給与、又は自営による収入等。
- 年金収入 … 老齢年金、障害年金、遺族年金、企業年金、共済年金等。
- 手当収入 … 児童手当、児童扶養手当、雇用保険、傷病手当金、恩給等。
- 仕送収入 … 親族や知人からの仕送り（米、食品等の現物含む）等。
- その他の収入 … 生命保険給付金や解約返戻金、補償金、土地家屋賃貸料、国や市町村及びその他の機関から支給された給付金及び助成金、メルカリ等のインターネットオークションにより得た譲渡所得、ユーチューブのインターネット動画配信等により得た所得等。

- ※ 原則、借金は認められませんが、借入金も収入として取り扱います。
- ※ 収入の適正な申告を確認するため、定期的に税金を取り扱う部所へ照会しています。

しゅうにゆうにんてい こうじよ

収入認定の控除

収入の申告を適正に行えば、次のような控除（収入から差し引かれ、手元に残ること）や、収入として認定しない取り扱いができることがあります。

就労収入に対する控除	
① 基礎控除	就労収入がある場合は、給与総額にに応じて、一定の金額が控除されます。
② 20歳未満控除	世帯主以外の20歳未満の方が就労した場合、基礎控除のほかに一定の金額が控除されます。
③ その他必要経費	社会保険料、所得税、通勤交通費などの必要経費が控除されます。

高校生のアルバイト収入	
高校生のアルバイト収入のうち、授業料の不足分や修学旅行費、学習塾代、大学、専門学校等の入学金、高校卒業後の就職に伴う転居費用等、早期自立に充てられると認められるものは、収入として認定しない取り扱いとなります。	

保護費の返還

以下のような事が発生した場合は、支給した保護費の返還の対象となります。

- 活用できる資産がありながら、保護を利用したとき
 - ・ 本来活用できる資産があるにもかかわらず保護を利用したとき、先に支給された保護費を後から返していただきます。
例えば、不動産（土地・家屋）が売れたときや生命保険を解約し、返戻金を受け取った場合などです。
 - 不正な方法で保護を利用したとき
 - ・ 働いて得た収入や年金収入などは、申告の義務がありますが、これを怠ったり、不正な方法で保護を利用したときは、この間に受けた保護費を返していただきます。
- ※ 収入申告及び資産申告については、最低年1回申告しなければなりません。

ほご しゅるい 保護の種類

ほごには 次の 8 種類の扶助があり、その世帯の状況に応じて国が定める基準によって支給されます。

- 生活扶助 … 食べるもの、着るもの、電気、ガス、水道などの日常の暮らしのための費用
- 住宅扶助 … 家賃、地代や住宅の補修などの費用
- 教育扶助 … 学用品、教材費、給食費、学級費などの義務教育のための費用
- 医療扶助 … 病気やケガのため、病院受診にかかる費用（現物給付）
- 介護扶助 … 居宅・施設介護を受けるための費用（現物給付）
- 出産扶助 … お産するための費用（事情により「入院助産制度」を活用できない場合）
- 生業扶助 … 仕事に就くための費用、技能や技術を身に付けるための費用、高校生の学用品や通学費用
- 葬祭扶助 … 保護を受けている方が葬儀を執り行う費用

いちじふじよ 一時扶助について

ほごには、衣食住の経常的に毎月必要となる最低生活費のほか、臨時的な支出に応じた一時扶助（臨時的最低生活費）があります。

皆さんに毎月支給される保護費には、最低生活費として必要なものは全て含まれていますが、入学費用など保護費のやり繰りではまかないきれない場合があるときは条件や上限の範囲内で、以下の一時扶助が支給できますので、社会援護課の担当者へ事前に相談した上で、申請を行ってください。

- ・ 通院移送費（バス・JR、医師が必要と認めた場合はタクシーなども可）
 - ・ 被服費（紙おむつなど）
 - ・ 給付が必要と認められた治療材料（メガネ、コルセットなど）
 - ・ 引っ越しの際の家具運搬費、敷金、仲介手数料など
 - ・ 賃貸住宅の火災保険料、保証料、契約更新料
 - ・ 保護開始時において、不足している必要な家具什器（炊事用具や食器など）
 - ・ 住宅維持費（水道凍結時の修理費など）
 - ・ 入学準備金（小学校、中学校、高校の入学準備に必要な費用）
 - ・ 小中学校の宿泊研修費（修学旅行は除く）
 - ・ 小中学校の授業で使用するスケート用具、スキー用具、柔道着、剣道用具
 - ・ 学習支援費（小学校、中学校、高校の部活動やクラブ活動等に必要費用）
- ※ それぞれの支給には一定の条件や上限額がありますので、これらの項目が全て支給されるとは限りません。

また、上記以外の項目でも支給対象となることがありますので、まずは担当者へご相談ください。

※ 支給にあたっては、見積書や領収書などの書類が必要になることもあります。

いりょうふじよ 医療扶助について

○ 通院について

- ・ 病気やケガなどをして病院を受診するときは、受診する病院が保護の指定を受けていなければ支給の対象とならないため、担当者へ事前に電話連絡をしてから受診してください。担当者から病院へ連絡をします。
- ・ 歯科の場合には予約を取った後に担当者へ電話連絡をしてください。
- ・ 担当者への連絡なしに受診したり、指定外病院を受診した場合には、医療費を請求されることもありますので、必ず担当者へ連絡をしてください。
- ・ 各種健康保険（国民健康保険以外）に加入の方は保護利用中もその保険証で受診します。マイナ保険証をお持ちの方は「資格情報のお知らせ」をお持ちでない方は「資格確認書」の写しを担当者へ提出してください。
- ・ 病気やケガが治って通院を終えた場合は、担当者へ連絡をしてください。

○ 入院について

- ・ 手術などで入院する場合は保護費が変わることもありますので、入院及び退院した場合は速やかに担当者へ連絡してください。

○ 診療依頼書について

- ・ 急病により夜間や休日に受診する場合は、「診療依頼書」で受診することができますが、受診後には必ず担当者へ連絡をしてください。
- ・ 旅行や修学旅行などで釧路市を離れるときは、お持ちの「診療依頼書」は使えませんので、事前に担当者へ連絡をしてください。

○ 治療材料や施術について

- ・ メガネやコルセットなどの装具が治療に必要なときには、購入前に担当者へ相談してください。
- ・ はり、きゅう、マッサージなどの治療を受けるときは、手続きが必要なので、事前に担当者へ相談してください。

○ ジェネリック医薬品について

医師が後発医薬品（ジェネリック医薬品）の使用可能と判断した場合は、原則、後発医薬品を使用してください。

○ お薬手帳について

薬局で薬の処方を受ける場合、お薬手帳を持参することで医師や薬剤師に飲み合わせや服用状況の確認ができることから、重複処方を避けるためにも受診の際には必ず「お薬手帳」を持参してください。

救急搬送された場合などに、自分の服用しているお薬の情報を正確に伝えることができるため、持病のある方は「お薬手帳」を常時所持することを勧めます。

○ がん検診について

健康管理のためがん検診を無料で受けることができます。担当者へ連絡して受給証明書の交付を受け、受診を希望する医療機関が指定・対象の医療機関であるか確認してください。

- 胃がん検診（バリウム検査）・肺がん検診（X線・喀痰検査）
対象者：40歳以上の方（1年に1回受診できます）
- 大腸がん検診（便潜血検査）
対象者：40歳以上の方（1年に1回受診できます）
- 子宮頸がん検診（頸部細胞診）
対象者：20歳以上の方で、偶数年齢の女性（2年に1回偶数年齢時に受診できます）
- 乳がん検診（マンモグラフィ）
対象者：40歳以上の方で、偶数年齢の女性（2年に1回偶数年齢時に受診できます）

○健康診査について

対象者：40歳以上の方（1年に1回受診できます※詳細は担当者へ確認してください）

他法サービスの活用

○介護保険サービス

65歳以上の高齢者、または40歳以上65歳未満の人で「脳血管疾患」などの病気（特定疾病）が原因で、自力で生活を維持することが困難な場合は、介護保険サービスを利用することができる可能性がありますので、担当者に相談してください。

○障害福祉サービス

身体障害、知的障害、発達障害、精神疾患、難病などにより日常生活に制限が生じ、介護や就労支援を必要とする方々を主な支援対象としており、障害等により自力で生活を維持することが困難な場合は、障害福祉サービスを利用することができる可能性がありますので、担当者に相談してください。

○高齢者福祉サービス

災害時などの避難経路を確保するための最小限の除雪を巡回して行う単身高齢者等除雪事業（条件及び対象制限有り）など、高齢者の方に向けた様々なサービスを利用することができる可能性がありますので、担当者に相談してください。

しゃかいえんごか とど で 社会援護課への届け出

ほご りよう かた い か せいかつじょうきよう へんか ばあい しゃかいえんご
保護を利用している方が以下のような生活状況に変化があった場合、社会援護
課へ報告する必要があるため、速やかに届け出てください。

- ・ 給料（パート収入、高校生のアルバイト収入などを含む）やボーナス（賞与）、
その他臨時的な収入があったとき。
- ・ 年金・恩給・各種手当・仕送りなどを受け始めたとき、または額が変わったとき。
- ・ 新たに就職したとき、または退職したとき。
- ・ 会社などで社会保険に加入したとき、または脱退したとき。
（健康保険が使えるようになったとき、または使えなくなったとき。）
- ・ 病気やケガなどで病院を受診するとき、または受診の必要がなくなったとき。
（入院したとき、または退院したとき。）
- ・ 家族の方の転入・転出・就職・転職などがあるとき。
- ・ 引っ越しなどで住所・家賃・地代などが変わるとき。
（引っ越しには事前相談が必要です。）
- ・ 交通事故にあったとき。
- ・ その他、社会援護課で把握している生活状況に変化があったとき。

じりつしえん 自立支援プログラム

くしろし ほご りよう かたがた ここ のうりよく おう い か だんかい
釧路市では保護を利用している方々の個々の能力に応じ、以下の3つの段階に
応じた自立支援プログラムを用意し、自立に向けてのお手伝いをしています。

- 日常生活自立の支援
自分で健康や生活の管理を行うなど、日常生活において自立生活を送るための支援。
- 社会生活自立の支援
社会的なつながりを作る・保つなど、社会生活にて自立生活を送るための支援。
- 就労自立に向けた支援
仕事に就く、増収するなど、状況に応じた経済的な自立生活に向けた支援。

また、日常生活上の課題の解消や社会とのつながりを回復し、地域社会の一員
として生活していくための支援を行います。

「社会生活自立」と「就労自立」の間に位置する「中間的就労」を設け、状況
に応じた、以下のような多様な働き方を支援します。

- 各種ボランティア
生活リズムの改善、就労へ向けた身体慣らし、あるいは様々な事情で就労が困難な方
の社会参加の場としてボランティア活動を用意しています。バスなど公共交通機関を
利用して通う際は、交通費を支給できる場合がありますので、担当者に相談してくだ
さい。プログラム参加にあたっては、自立生活支援員があなたをサポートします。

【実際に行っているプログラムの一例】

<ul style="list-style-type: none"> 動物園環境整備 	花壇整備、園内清掃など
<ul style="list-style-type: none"> 公園管理 	公園の除草、落ち葉回収など
<ul style="list-style-type: none"> 病院、介護施設 	入院患者や利用者のお話し相手や補助業務など
<ul style="list-style-type: none"> インターンシップ（中間的就労） 	整網作業、農作業、産廃選別作業など

○ 就労支援員への相談

社会援護課には2名の就労支援員がおり、履歴書の書き方や面接試験対策、求人情報の提供などを行っています。また、あなたの就職にあたっての希望や不安を聞き、担当者と連携して就職に向けたお手伝いをしています。

○ 釧路市就労支援コーナー

社会援護課横に設置しています。ここにはハローワークの職員2名が常駐しており、就職に向けたお手伝いをしています。ハローワークと社会援護課で個人情報に関して共有することに同意をしていただき、支援内容を情報交換し、連携して就職に向けたお手伝いをします。利用にあたっては最初に就労支援員と面接を行います。

○ 無料職業紹介所（就労自立に向けた支援）

社会援護課が独自に求人を開拓し、求人情報を提供しています。無料職業紹介所の担当職員や就労支援員、担当者が職場見学や面接にも同行します。

○ 子ども学習支援

小学生から高校生（高校中退者を含む）までを対象に勉強の基礎づくりと仲間づくりを目的とした支援を、市内の拠点で実施しています。参加・見学を希望される方は、担当者に相談してください。

ほごりようちゆう まも 保護利用中に守っていただくこと

あなたの生活の維持、向上その他の目的で、社会援護課（担当者）が行う指導

- ・指示は守ってください。
正当な理由なく社会援護課からの指導・指示を守っていただけない時は、保護の変更、停止、廃止をすることがあります。

- ・自身の生活の維持向上と自立のため、できる限り次の努力をしなければなりません。
（働ける方は能力に応じて働き、収入の増加を図るよう努力してください。）
（病気の方は医師の指示に従って早く治すようにしてください。）
- ・保護を利用する権利を他人にゆずることはできません。
- ・生活費はむだ遣いをせず、自分の生活に役立つよう、目的にそって計画的に遣わなければなりません。
- ・保護を受給している期間は、借金をすることはできません。
- ・暴力団員に対しては、保護の要件を満たさないものとして、申請を却下するなど、厳正に対応します。

そうだん さまざまな相談のときは

担当者は、家庭訪問などをして生活状況をお聞きしたり、保護の決定に必要な調査を行ったり、あなたが自分の力で生活できるよう助言や援助指導を行う社会援護課の職員です。

保護が開始されると、担当者が定期的に家庭訪問をして、あなたの家庭の生活状況を伺ったり、各種問題等に応じますので、遠慮なく相談してください。

また、市内各地区には地域社会の見守り役として、地域の方の相談援助を行う民生委員がいます。困りごとや悩みごとを抱えた方々の良き相談相手として、必要な助言を行ってくれます。

秘密は厳守されますので、何か困ったことや分からないことがありましたら相談してください。