長野県　子ども・若者政策ガイド

概要版｜2026年10月

あなたの今と、これからを社会みんなで。

安心して育つ。自分らしく学ぶ。つながる。挑戦する。



数字で見る主な支援

0〜2歳の保育料
第2子 **半額**
第3子以降 **無償**
所得制限なし

医療費の助成
月0〜500円
18歳年度末まで・保険診療の自己負担（市町村で異なる）

信州やまほいく
324園
認定園
2026年10月現在

大学生等への給付型奨学金
月3万／5万円
国公立／私立の例。
返済不要・選考あり

信州こどもカフェ
242か所
2026年3月時点

ライフステージごとの主な取組

妊娠・出産／乳幼児	育児の不安・費用の負担を軽く	妊活・子育て情報、保育料の軽減、子どもの医療費助成、産前・産後ケア
幼児・小学生・中学生	自分に合う学びと居場所	信州やまほいく、学びの改革（TOCO-TON）、フリースクール、信州こどもカフェ、給食費の支援
高校生・大学等	学ぶ希望を家計で閉ざさない	高校の特色化、奨学給付金、通信制サポート校への就学支援、大学等への給付型奨学金
困りごとを抱えたとき	一人にしない・安全を守る	ヤングケアラー、障がい・医療的ケア、ひとり親、権利救済、社会的養育
若者・社会への一歩	働く・つながる・提案する	就職支援、総合相談、信州若者みらい会議、信州若者議会、ユースセンター
地域・企業のみなさん	社会・企業みんなで支える	信州こどもカフェの応援、働きやすい職場環境づくり、奨学金返還支援制度

困ったら、ここから（本人も家族も相談できます）

学校・友だち・家庭の悩み
0800-800-8035
子ども支援センター（子ども専用）月〜土10〜18時

子育て・子どものことで悩む
026-225-9330
子ども支援センター（大人専用）月〜土10〜18時

学校生活の悩み
0120-0-78310
学校生活相談センター　毎日24時間

虐待・DVを受けた／見つけた
026-219-2413
児童虐待・DV24時間ホットライン　毎日24時間

子どもの急な病気・けが
#8000
小児救急電話相談　平日19〜翌8時／土日祝等8〜翌8時

相談先が分からないとき
子ども・若者総合相談センター
（北信・東信・中信・南信）
※祝日・年末年始等の休止や利用条件は各窓口で確認してください。

命の危険・救急は 119　／　児童相談所への虐待の通告は 189