

ひとり親家庭・離婚を考えている お母さん・お父さんのための 相談窓口です

離婚について・また離婚後の生活に必要なことについて
知っておきませんか？



いたばし ひとり親家庭（離婚前含む）相談窓口



総合案内

ご相談内容に応じて必要とされる
様々な支援におつながります



家計相談

専門相談員が家計につながるお金に
関する全般のご相談を承ります
（オンライン相談対応可能）



法律相談
（弁護士）

離婚前後に必要な手続きなど
女性弁護士が相談を承ります
（オンライン相談対応可能）

開設
時間

〈総合案内・家計相談〉

月・水～金曜

9:00～17:00

火曜

9:00～19:00

第2日曜

9:00～17:00

（年末年始・祝日を除く）

〈法律相談〉

第2日曜

9:30～13:30

第2日曜の翌月曜

10:00～14:00

第4木曜

13:00～17:00

（年末年始・祝日を除く。第2日曜翌月曜が休日の場合は翌火曜となり、第4木曜は他の曜日に変更する場合がありますので、必ずご確認の上でご予約ください。）

電話・web サイトでご相談を受け付けています



03-6909-6205



いたばし ひとり親・離婚を考える
親のためのサポートナビ



webサイト内、各「相談予約フォーム」より
予約・お問合せください



窓口
住所

〒173-0015

東京都板橋区栄町36-1

板橋区立グリーンホール4階

（いたばし暮らしのサポートセンター板橋本部 併設）



ひとり親家庭（離婚前含む）相談窓口は、板橋区が労働者協同組合労協センター事業団に委託して運営しています。

いたばし ひとり親家庭（離婚前含む）相談窓口

チラシ表面の電話・WEB サイトからご相談予約を受け付けています

総合案内・総合相談

どこに相談すればいいかわからない・どういう支援があるか知りたいなど、生活全般にわたる様々なひとり親家庭の方・離婚を検討されている保護者の方の相談内容に応じて、区やその他公的な関係機関の窓口、また民間団体等の情報をお伝えし、あなたに合った適切な支援におつなぎします。

※マル親医療証をお持ちの方は、街かどフードパントリー（食糧支援）のお申込みもできます。



街かどフードパントリー
二次元コード

離婚前後で 考えること

- ✓ 養育費
- ✓ 親子交流
- ✓ 財産分与
- ✓ 相手との話し合いの方法について（調停・ADR など）
- ✓ その他離婚前後に必要な手続き

家計・お金のこと

- ✓ 子どもの進学費用・奨学金
- ✓ ライフプランに応じたお金のシミュレーション
- ✓ 将来の準備（資産運用・貯蓄）
- ✓ 保険・年金・税金など
- ✓ 確定申告で不明なこと

離婚後の 生活のこと

- ✓ ひとり親の制度について
- ✓ 仕事や資格、今後のキャリアについて
- ✓ 子どものこと（幼稚園・保育園・子どもの居場所・病児保育など）
- ✓ 住まい、くらしのことなど

セミナー情報

離婚のこと、ひとり親のライフプラン、教育資金等の情報についてセミナーを開催しています。 ※詳しくはチラシ表面、WEB サイトのご案内から確認ください。
（年5回程度開催予定）

区内の3か所の福祉課でも、ひとり親家庭の相談を行っています。

- ・ 近くの福祉課で相談したい
- ・ 家庭内の問題について相談したい
- ・ 福祉課で申込できるひとり親の支援制度や給付金、補助金の相談・手続きがしたい
- ・ 生活保護など福祉の相談・手続きがしたい

福祉課で申請・ 申込ができる制度

- ・ 自立支援教育訓練給付金
- ・ 養育費確保支援補助金
- ・ 高等職業訓練促進給付金
- ・ 母子及び父子福祉資金
- ・ ホームヘルプサービス
- ・ 休養ホーム etc.



あなたの地域の 福祉課

板橋福祉課：03-3579-2322
赤塚福祉課：03-3938-5126
志村福祉課：03-3968-2331

