

受講無料

Zoom開催

離婚前後のオンライン

親 支 援 講 座

お子さんがいるご夫婦が離婚される場合、知っておいた方がいいことや、決めておいた方がいいことがあります。この講座では、以下のような内容をお伝えします。

第1部 メンタルケア編

- ・親の離婚と子どもの気持ち（年齢別）
- ・離婚（別居）に関する子どもへの説明
- ・子どものメンタルケア
- ・あなた自身のメンタルケア

第2部 離婚条件編

- ・親権、養育費、親子交流、財産分与等、離婚条件の話し合い方、民法改正の内容

第3部 三鷹市の養育費確保支援制度等

- ・三鷹市の養育費確保に向けた支援等ひとり親支援策の紹介

開催日時

令和8年11月9日(月)10時～12時

定 員

20名程度（先着順）

対 象

三鷹市在住のひとり親家庭の親
または、20歳未満のお子さんがいて離婚を考えている方

講 師

家族のためのADRセンター 小泉道子 他

申込期間

11月6日(金)13時まで

申込方法

右の2次元コードからお申し込みください

主 催

三鷹市

お問合せ

子育て支援課相談支援係(0422-45-1151 内線 2754)



* 本事業は、三鷹市が家族のためのADRセンターに委託して運営しています。