

ひとりで悩まない 離婚前後の 親支援プログラム



離婚を考えたとき、こんな不安はありませんか？

「子どもにどう話せばいいんだろう」「これからの生活はどうなるの？」「養育費のこと、きちんと決められるかな…」
ひとりで抱え込まなくて大丈夫です。まずは、知ることからはじめてみませんか。（参加費無料）

対象者

区内在住で離婚を考えている方
離婚後お子さんと別居されている方
ひとり親の方など

前に進むための 2 STEP

STEP 1 学ぶ

離婚前後の親支援講座

【開催方法】 オンライン

「子どもに離婚のことをどう伝えよう」「離婚条件はどのように取り決めるの？」などお子さんのいるご家庭等が離婚を考えたときに知っておきたいこととお話します。

STEP 2 相談する

子どものための養育費等個別相談会

【開催方法】 オンライン or 対面

養育費をはじめとする、離婚に関するあらゆる悩みを抱える方のための個別相談会です。

開催日

第1回

講座

2026.5.16(土)
14:00 - 16:00

相談会

[対面希望の方]
2026.5.30(土)
14:00 - 16:00
@子ども・子育て総合センター

[オンライン希望の方]
2026.5.23(土)
▶2026.6.22(月)

第2回

講座

2026.9.11(金)
10:00 - 12:00

相談会

[対面希望の方]
2026.9.27(日)
10:00 - 12:00
@烏山区民センター

[オンライン希望の方]
2026.9.18(金)
▶2026.10.17(土)

第3回

講座

2027.1.17(日)
10:00 - 12:00

相談会

[対面希望の方]
2027.1.30(土)
10:00 - 12:00
@三茶しゃれなあどホール

[オンライン希望の方]
2027.1.24(日)
▶2027.2.23(火)

申込にあたって

講座と相談会それぞれの申込が必要



- ❗ どちらかみの参加も可能
- ❗ 講座受講時のアンケートからも相談会の申込が可能

相談会[対面]は託児可能



- ❗ 対象：生後5ヶ月～小学校入学前までのお子さん
- ❗ 託児依頼をする場合は、申込期間が短くなっています

相談会[オンライン]は希望日制

開催期間約1ヶ月の内、
希望する日時に個別で相談可能
相談可能時間帯：10:00-20:00 (1枠50分)

申込はオンラインフォームから

▼講座



▼相談会



問合せ

講座・相談会[対面]
に関すること

世田谷区 子ども・若者部 子ども家庭課
TEL / 03-5432-2569

相談会[オンライン]
に関すること

家族のためのADRセンター
TEL / 03-6883-6177