

令和3年度

ひとり親家庭の方  
これからひとり親家庭になるかもしれない方 のための弁護士無料相談  
ご案内

養育費の取り決め

面会交流

離婚

財産分与

認知

など

## 開催年間スケジュール

個別相談・完全予約制  
相談はお一人30分（無料）

開催日（毎月第4木曜日）	時間	会場
4月22日(木)	18:00~20:00	ひとり親家庭等就業・自立支援センター 新潟市中央区上所2-2-2 新潟ユニソンプラザ3階
5月27日(木)		
6月24日(木)		
7月21日(水)		
8月26日(木)		
9月22日(水)		
10月28日(木)		
11月25日(木)		
12月23日(木)		
1月27日(木)		
2月24日(木)		
3月24日(木)		



## ＜申込方法＞

- ① 開催日前日13時までに、お電話にてお申込みください。

ひとり親家庭等就業・  
自立支援センター

TEL 025-281-5546

〔受付時間〕月～金曜 9:30～16:30

希望する日及び時間、相談したいこと、お名前、連絡先をお聞かせください。

- ② 相談を調整の上、前日までにこちらからご連絡いたします。  
③ 当日は、裏面の相談申込書をご記入の上、ご持参ください。  
④ 変更・キャンセルの際は、必ずお電話ください。

## ■お問合せ

一般社団法人 新潟県母子寡婦福祉連合会  
新潟県・新潟市ひとり親家庭等就業・自立支援センター  
TEL 025-281-5546    E info@niiigatakenboren.jp

★養育費相談の情報は、新潟県母子寡婦福祉連合会  
ホームページからご覧いただけます。

ホームページはこちら→  
(<https://niiigatakenboren.jp>)



## 弁護士無料相談申込書

お 名 前	(フリガナ)
ご 住 所	
連絡先電話番号	
ご 相 談 内 容 (複数選択可)	<input type="checkbox"/> 離婚相談 <input type="checkbox"/> 養育費相談 <input type="checkbox"/> 取り決め方法 <input type="checkbox"/> 金額・相場 <input type="checkbox"/> 滞り・支払い督促・強制執行 <input type="checkbox"/> 調停・裁判対応 <input type="checkbox"/> 面会交流 <input type="checkbox"/> 婚外子の認知と養育費 <input type="checkbox"/> その他(内容: )

※ご記入いただいた個人情報、この弁護士無料相談以外に使用することはありません



令和3年度

# ひとり親家庭のための 巡回相談会のご案内

ひとり親家庭等就業・自立支援センターの相談窓口を、ハローワーク内に設置し、ひとり親家庭の親等の自立に向けた相談や支援制度等の情報提供を行います。生活や養育費等の経済的なお悩みを、専門の相談員にご相談ください。相談は無料、秘密は厳守いたします。

■対象：母子・父子家庭の親、寡婦の方  
(これからひとり親家庭になる  
かもしれない方も相談可)

■申込：前日13時までに電話で申込  
(個別相談・完全予約制)  
(申込方法は裏面をご覧ください。)

**ひとりで悩んでいませんか？まずは、ご相談ください。**

## 開催スケジュール (7・8・9月)

(個別相談・完全予約制  
相談はお一人45分(無料))

### <長岡地区> 毎月第2水曜日

7月14日（水）	ハローワーク長岡 （長岡市千歳1-3-88）  13:00～16:00
8月4日（水） ★第1水曜日に変更しました。	
9月8日（水）	

### <新潟地区> 毎月第2金曜日

7月9日（金）	ハローワーク新津 （新潟市秋葉区新津 本町4-18-8）
8月5日（木） ★第1木曜日に変更しました。	
9月10日（金）	
13:00～16:00	

### <三条地区> 毎月第3水曜日

7月21日（水）	ハローワーク三条 （三条市北入蔵1-3-10）  13:00～16:00
8月18日（水）	
9月15日（水）	

### <新発田地区> 毎月第3金曜日

7月16日（金）	ハローワーク新発田 （新発田市日渡96）  13:00～16:00
8月20日（金）	
9月17日（金）	

※予約がない場合は、上記開催日であっても相談員はおりませんので、ご承知おきください。

※上記以外に、電話、来所、出張相談もご利用ください。(詳しくは、裏面をご覧ください。)

#### ■お問合せ

一般社団法人 新潟県母子寡婦福祉連合会  
新潟県・新潟市ひとり親家庭等就業・自立支援センター  
TEL 025-281-5587    E info@niigatakenboren.jp

★巡回相談の情報は、新潟県母子寡婦福祉連合会  
ホームページからご覧いただけます。

ホームページはこちら→  
(<https://niigatakenboren.jp>)







## 申込方法

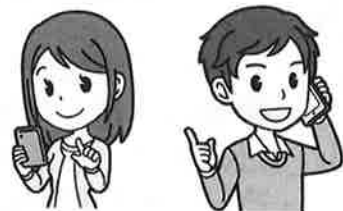
- ① 開催日前日13時までに、お電話にてお申込みください。

ひとり親家庭等就業・  
自立支援センター

TEL 025-281-5587  
〔受付時間〕月～金曜 9:30～16:30

- ② お申込みの際、下記の内容をお伝えください。

- 希望する日時と会場
- 当日相談したいこと
- 名前
- 連絡先（携帯電話など）



- ③ 当日、会場でお待ちしております。変更・キャンセルの際は、必ずお電話ください。

◎その他、ご不明点は、お気軽にお問合せください。

▼日程が合わない方や、会場に来ることのできない方は、下記の相談窓口をご利用ください。

### 出張(就業)相談窓口

相談員が県内各地へ出張し、就業相談（予約制・相談無料）に応じます。日中忙しい、こどもが小さい、会場から離れた場所に住んでいるなどの理由で来所が難しい方は、是非ご利用ください。

〔相談時間〕平日 9:00～21:30

※事前予約が必要です。

土日 9:00～20:00（年末年始を除く）

〔相談場所〕お近くの公共施設、喫茶店、ご自宅等へ相談員が出張いたします。

株式会社エム・エスオフィス  
（新潟県ひとり親家庭等就業支援事業委託先）

TEL 0258-30-1230  
〔受付時間〕平日 9:00～18:00

### 新潟県・新潟市ひとり親家庭等就業・自立支援センター

来所・電話で、生活・就業相談や養育費相談に応じます。（相談無料）

〔相談時間〕平日9:30～16:30（年末年始を除く）

〔相談場所〕新潟県新潟市中央区上所2-2-2 新潟ユニソンプラザ3階  
（一社）新潟県母子寡婦福祉連合会事務局内

生活・就業に関する相談

TEL 025-281-5587

養育費等に関する相談

TEL 025-281-5546



# 養育費

に関すること……

ご相談ください

- ひとり親家庭の方
- ひとり親家庭になるかもしれない方

お子さんのために  
養育費をもらって  
いますか。

お子さんは  
離れて暮らしている  
お父さんやお母さんと  
会っていますか。



ひとり親家庭等就業・自立支援センターでは  
養育費や面会交流に関する相談をお受けします。

ご相談は

電話 **025-281-5546** (平日 9:30~16:30)

来所 新潟県母子寡婦福祉連合会までお越し下さい。  
(新潟市中央区上所2-2-2 新潟ユニゾンプラザ3階)  
※事前に電話・メールで予約できます。

E-mail [info@niigatakenboren.jp](mailto:info@niigatakenboren.jp)



弁護士による「養育費などの法律相談 (要予約)」もお受けします。

◆ 毎月第4木曜日 18:00~20:00 ◆ 30分無料相談

**(一社) 新潟県母子寡婦福祉連合会**

● ホームページアドレス <https://niigatakenboren.jp>

〒950-0994 新潟市中央区上所2-2-2 新潟ユニゾンプラザ3階 TEL 025-281-5546



# 養育費とは

養育費とは、子どもが経済的・社会的に自立するまでに要する衣食住に必要な経費や教育費、医療費などです。親の養育費支払義務は、親の生活に余力がなくても自分と同じ水準の生活を保障しなければならぬ強い義務（生活保持義務）であるとされています。



## 面会交流とは

養育費は、父母が離婚する前にきちんと話し合っており、離婚後に決める必要がなかった場合、子どもを監護・養育している親は、離婚後、子どもが経済的・社会的に自立するまでは、子どもと離れて暮らしている親に対していつでも養育費を請求することができます。父母の話し合いで決めることができない場合は、家庭裁判所に調停を申し立てることができます。

養育費は、父母が話し合ってお互いに納得する金額を決めることが大切です。養育費の標準的な金額については、裁判官等の研究によって作成された「養育費の算定表」が参考になります。この「算定表」は裁判所や養育費相談支援センターのホームページ等で見ることができます。

養育費は、いったん取り決めても、その後、父母の収入が変化したりとき、再婚して扶養家族が増えたときなど、[事情の変更]があれば、地額又は減額について双方が話し合って取り決めなおすことができます。

養育費・面会交流の手続の流れ

**公正証書の作成**

話し合いの結果は、「公正証書」にするのが望ましいでしょう。

話し合いの結果は、「公正証書」にするのが望ましいでしょう。

話合いで納得いく結論に至るのが一番です。  
親権者を決めるのと平行して、養育者の金額、  
支払期間、面会交流の回数・場所など細かい点ま  
で詰め、口約束だけでなく、書面にしましょう。

話合いで納得いく結論に至るのが一番です。  
親権者を決めるのと平行して、養育者の金額、  
支払期間、面会交流の回数・場所など細かい点ま  
で詰め、口約束だけでなく、書面にしましょう。

離婚調停の中で、財産分与、慰謝料、親権者に  
対して、養育費・面会交流の取り決めをします。  
調停の申立てについては、裁判所ウエブサイ  
トを参照してください。

離婚調停の中で、財産分与、慰謝料、親権者に併せて、養育費・面会交流の取り決めをします。調停の申立てについては、裁判所ウエブサイトを参照してください。

裁判により、離婚、財産分与、慰謝料、親権者に併せて養育費、面会交流の決定をします。

裁判により、離婚、財産分与、慰謝料、養育費、面会交流の決定をします。

公正証書

養育や面会交流についての約束が守られた場合

養育や面会交  
かつた場合は、養  
請求の調停申立て  
調停での話し合い

増減してほしい  
減額してほしい

事情変更に応じて、養育費の額を決めます。調停での話し合いがまとまらない  
家庭裁判所が審判で決めます。

**の調停の申立て**

の  
増強してほしい  
凝願してほしい

判決どおりの履行がされない

判決どおりの履行がされない

面会交流の方法には、父母が話し合って決めた場所に子どもが出かける(連れて行く)方法、別居親が迎えに来る(訪問する)方法、宿泊を伴う方法などがあります。いずれの場合も、子どもの年齢、健康状態、生活状況等を考慮して無理のないように決めることが大切です。

面会交流を行う際に取り決めておく必要があるのは、面会の時期、方法、回数、親同士が守らなければならないルールなどです。また、送り迎えについて誰が、どこで、どのようにするかについてもできるだけ具体的に決めておいたほうがよいでしょう。取決め内容は、父母が話し合って決めるのが一番ですが、それができない場合は、家庭裁判所に調停を申し立てることができます。

面会交流の際に子どもがのびのびと過ごせるように、子どもの気持ちや日常生活のスケジュールや生活リズムを尊重して、会いたい方や面会時の過ごし方を考えましょう。どちらの親も、相手の悪口を言わない、約束を守るなどのルールを守ることが大切です。

家庭裁判所に  
履行勧告の申し出

家庭裁判所に  
履行勧告の申し出

めた金額が支払われない場合、給与や銀行口座などを差し押さえるために強制執行を申し

めた金額が支払われない場合、給与や銀行口座などを差し押さえるために強制執行を申し

とができます。

取決めをした家庭裁判  
申し出をしてください。

みられない

がもう一度調停で話し合うことも大切です。

100

[illegible][illegible]



新しい朝 一歩踏み出す  
「自分らしく働く！」

# ひとり親 ジョブマッチ にいがた

お母さん・お父さんのための  
お仕事マッチングサポート

ひとり親ジョブマッチにいがたって何？

ひとり親の方を  
対象にした  
就職・転職支援



ご希望の条件に  
近い求人・求職  
をマッチング



登録・相談  
情報提供・職業紹介  
全て無料



ホームページと  
公式LINEで  
情報配信

## 求人検索・ご登録

新潟県母子連・  
センターホームページ  
「ジョブマッチにいがた」

はこちら！



## 公式LINE友だち登録

新着求人・支援制度・  
イベント・その他  
お役立ち情報を配信中！

はこちら！



企業とひとり親の お仕事マッチング  
ひとり親  
ジョブマッチにいがた



NIIGATA  
PREFECTURE



Niigata  
City

# ジョブマッチにいがた ご利用方法

ホームページで  
簡単登録

①登録

②ヒアリング  
(登録完了)

③求人の紹介

④面接

⑤内定

## よくある質問

資格がない  
のですが…



資格取得の際に利用できる支援制度の情報提供も行っています。安心してご相談ください。

まだ転職するか検討中です。  
情報収集だけでも構いませんか？



相談や情報収集だけでも大歓迎です！  
転職するかどうかの判断材料として「ひとり親  
ジョブマッチにいがた」をご活用ください！



blankがあるので不安です。  
仕事は見つかるでしょうか？



不安なことは何でもご相談ください。  
一緒に自分にとってベストな働き方を探して行  
きましょう！



新潟県・新潟市ひとり親家庭等就業・自立支援センター  
新潟県ひとり親家庭等無料職業紹介所

無料職業紹介事業 許可番号 15ーム-300001

TEL 025-281-5587



info@niigatakenboren.jp



https://niigatakenboren.jp



相談時間：平日 9:30 ~ 16:30(土日祝、年末年始を除く)

運営団体：一般社団法人 新潟県母子寡婦福祉連合会

相談  
場所

〒950-0994

新潟市中央区上所2-2-2

新潟ユニゾンプラザ3階

新潟県母子寡婦福祉連合会事務局内



## 養育費等について お困りではありませんか？

養育費をどのように取り決めたらよいのか  
養育費の額について折り合いがつかない  
養育費が支払われなくなり困っている  
今からでも養育費を請求したい  
子どもが進学したので増額してほしい  
面会交流について知りたい

など



専門相談員が相談(来所/電話/メール)に応じます。

●相談時間：平日 9:30～16:30  
(土日祝・年末年始を除く)

来所

電話・メールで予約の上、  
相談会場へお越しください。

電話

025-281-5546

E-mail

info@niigatakenboren.jp  
相談員が数日中に回答を返信します。

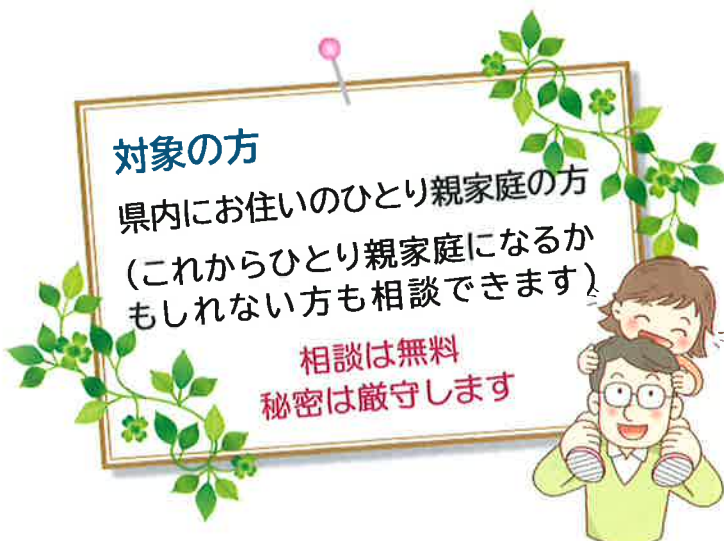
弁護士の無料法律相談(要予約・1人30分)

※毎月第4木曜日 18:00～20:00(要予約)に  
弁護士による離婚前・離婚後の養育費取得のため  
の取り決めや支払いの履行・強制執行等に関する  
法律相談(来所または電話)を実施しています。

### 対象の方

県内にお住いのひとり親家庭の方  
(これからひとり親家庭になるか  
もしれない方も相談できます)

相談は無料  
秘密は厳守します



### 支援センターについて

新潟県内のひとり親家庭等の親の自立促進・子どもの  
健全な育成を図るため、(一社)新潟県母子寡婦  
福祉連合会が新潟県並びに新潟市から業務を受託し  
ひとり親家庭等の親の生活・就業相談、無料職業  
紹介、養育費相談等を実施しています。

### 相談会場の所在地

新潟県 / 新潟市

ひとり親家庭等就業・自立支援センター

〒950-0994 新潟市中央区上所 2-2-2(新潟ユニゾンプラザ3階)



運営団体：一般社団法人新潟県母子寡婦福祉連合会  
電話：025-281-5546/FAX：025-281-5547  
E-mail：info@niigatakenboren.jp  
ホームページ：https://niigatakenboren.jp

## ひとり親家庭の みなさんへ



ひとり親家庭等  
就業・自立支援センター

新潟県・新潟市  
委託事業

一般社団法人新潟県母子寡婦福祉連合会



# 生活・就業に関することで 悩んでいませんか？

離婚後の生活に不安を感じている  
子育てと両立した働き方をしたい  
なかなか次の就職先が決まらない  
応募書類の作り方を教えてほしい  
資格やスキルを身に付けたい  
ひとり親家庭が利用できる  
支援制度について知りたい  
など



専門相談員が相談(来所/電話/メール)に応じます。

- 相談時間：平日 9:30～16:30  
(土日祝・年末年始を除く)

来所

電話・メールで予約の上、  
相談会場へお越しください。

★個室・おもちゃあります★



電話

025-281-5587

E-mail

info@niigatakenboren.jp

相談員が数日中に回答を返信します。

## 相談・支援の流れ

まずはお相談ください。※相談のみも可



## 支援の内容

それぞれの方に応じたきめ細かな  
就業支援をおこないます。

### 生活・就業相談

- 生活や子育ての悩み
- 就業(再就職・転職・キャリアアップなど)

### 求人等の情報提供

- 求人情報・職業訓練などの情報
- 利用出来る制度・相談窓口などの情報

### 無料職業紹介

- 職業の紹介・斡旋
- 応募書類(履歴書・職務経歴書)の作成指導
- 面接のアドバイス



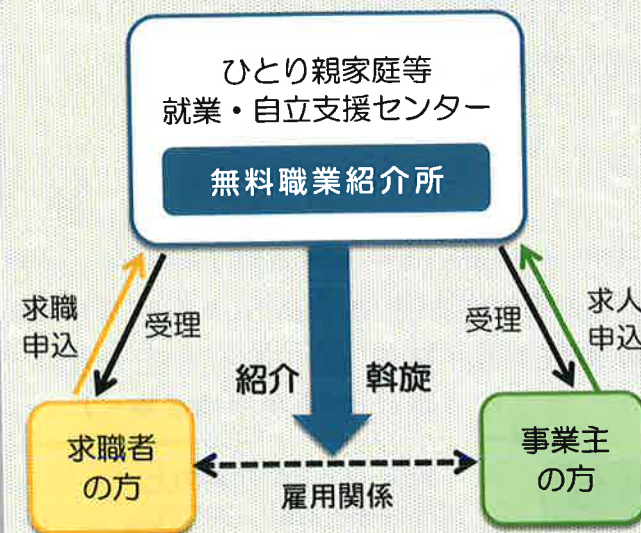
## 無料職業紹介について

### 求職者の方へ

お申込みいただいた求職の条件に  
合った求人をご紹介します。

### 事業主の方

お申込みいただいた求人の条件に  
合った求職者をご紹介します。



◎ご不明な点はお問合せください。

新潟県 / 新潟市

ひとり親家庭等就業・自立支援センター  
(新潟県ひとり親家庭等無料職業紹介所)

無料職業紹介事業 許可番号 15-ム-300001

運営団体：一般社団法人新潟県母子寡婦福祉連合会  
〒950-0994 新潟市中央区上所 2-2-2  
(新潟ユニソンプラザ 3 階)

電話:025-281-5587/FAX:025-281-5547  
E-mail:info@niigatakenboren.jp  
ホームページ:https://niigatakenboren.jp

●受付時間:平日 9:30～16:30  
(土日祝・年末年始を除く)





## 刈羽村母子寡婦福祉会（ひまわり会）



ひまわり会へようこそ！！

刈羽村母子寡婦福祉会（ひまわり会）をご存じですか？

わたしたちひまわり会は人数は少ないですが、創立 60 年もの長い歴史がある会です。

ひとりで働きながら子育てをしてきた仲間同士、お互い助け合いながら楽しく活動しています。

○どんな会なの・・・

茶話会を通じて、母子の方、寡婦の方と悩みを相談したり、気ままにおしゃべりをしたり♪♪

ひとり親母子、父子の方が気軽に参加できるような会づくりを心がけています。

○おもな活動内容は・・・

- ・新潟県母子寡婦福祉大会参加
- ・中越ブロック研修会参加
- ・茶話会 年 3～4 回（バスハイクなど）

ひとり親の母子の方、父子の方。みんなで仲間づくりをしませんか？

ご連絡お待ちしております。

