

# 生活の不安や悩みを ご相談ください

ひとり親家庭や生活にお困りの方の  
相談窓口を紹介



## ひとり親家庭の方へ

**相談窓口** ひとり親家庭支援係（区役所本庁舎10階）  
☎5984-1319 FAX 3993-1181

20歳未満のお子さんがあるひとり親家庭のさまざまな相談を受け付け、自立を支援します。離婚を考えている方などご相談ください。

### 事業数23区No.1 ひとり親家庭自立応援プロジェクトをさらに充実!

#### 相談窓口を充実!

- Zoomによるオンライン相談を開始
- 土曜の法律相談を開始

対面・電話・オンラインで相談できます **要予約**

	相談内容	日時
総合相談	キャリアコンサルタントに相談できます	平日8:30~20:00 第2・4土曜10:00~16:00
出張相談	専門相談員がご自宅に伺います	平日10:00~16:00の間の1時間程度
法律相談	弁護士に養育費などの相談ができます	平日…月4回、 土曜…年4回 <b>充実</b>
家計相談	ファイナンシャルプランナーに家計などの相談ができます	平日…月2回



#### 助成を充実!

- 養育費を取り決めるADR(※)費用の助成を開始

**助成額** 上限5万円

※裁判ではなく民間機関が調停を行い、話し合いで解決する方法。

- 高等職業訓練促進給付金を増額

資格取得のために修業する期間の生活費を支援します。管轄の総合福祉事務所やひとり親家庭支援係へお問い合わせください。

**助成額** 月16万円 **区独自に加算**

第2子以降は子ども1人当たり2万円加算

#### 他の支援サービスはコチラから | リニューアル!

- ひとり親家庭サポートブック  
▶配布場所:総合福祉事務所、ひとり親家庭支援係など
- 練馬区ひとり親家庭支援ナビ  
相談窓口の予約もできます



## 生活にお困りの方へ

**相談窓口** 生活サポートセンター（区役所西庁舎3階）  
☎3993-9963 FAX 3993-1180

経済的に困りの方の相談に応じ、関係機関と連携しながら一緒に解決策を考えます。

#### 住居確保給付金の相談を受け付けています

失業などで住居を失った、または失う恐れのある方を対象に、家賃相当額を給付し就職などに向けて支援します。

相談日時	相談場所
平日8:30~17:15	生活サポートセンター
第1・2木曜14:00~16:00	石神井障害者地域生活支援センターういんぐ <b>要予約</b>
第3・4木曜14:00~16:00	石神井総合福祉事務所 <b>要予約</b>

## 不安や悩みを抱えている方へ

ひきこもり状態にある方など、不安や悩みを抱え、どこに相談してよいかわからない方はご相談ください。地域福祉コーディネーターが相談に応じるほか、状況に応じて個別訪問を行うなど適切な支援につなげます。

**相談窓口** 練馬ボランティア・地域福祉推進センター（豊玉北5-14-6 新練馬ビル5階）  
☎3994-0208 FAX 3994-1224

### 総合福祉事務所は福祉の総合相談窓口です

生活保護の相談をはじめ、高齢者・障害のある方・ひとり親家庭の方などを支援します。▶問合せ:総合福祉事務所相談係【〒176の地域…練馬☎5984-4742、〒179の地域…光が丘☎5997-7714、〒177の地域…石神井☎5393-2802、〒178の地域…大泉☎5905-5263】