

生活の不安や悩みを ご相談ください



ひとり親家庭の方へ

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。

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

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	専門相談員に相談できます	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	弁護士に共同親権や養育費などの相談ができます	平日…月4回 土曜…年4回
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3回
NEW メンタルヘルス相談	心理職に心の不調などの相談ができます	平日…月4回
NEW ピア相談	ひとり親の経験を持つ相談員に相談できます	平日8:30~20:00 第2・4土曜10:00~16:00

ひとり親家庭自立応援プロジェクトがさらに充実!

事業数
23区
No.1

メンタルヘルス相談の開始 **NEW**

相談窓口心理職を配置し、精神的に悩みを抱える家庭に対して、専門的なアドバイスを行います(上表参照)。

ピア相談の開始 **NEW**

ひとり親家庭の経験を持つ相談員が、その経験を生かし、ひとり親家庭の悩み事などに寄り添った相談支援を行います(上表参照)。

学びなおし支援の充実

高卒認定試験対策講座の受講費用の一部助成に加え、新たに大学授業料なども一部助成します。

詳しくはコチラ!

●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。



●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



生活にお困りの方へ

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解決策を一緒に考えます。

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
石神井地区での相談(月4回)も実施しています。詳しくは、お問い合わせください。

※生活保護に関する相談は、総合福祉事務所にご相談ください。

不安や悩みを抱えている方へ

ひきこもり状態にある方やその家族など、不安や悩みを抱え、どこに相談してよいか分からない方はご相談ください。改善に向けて一緒に考え、ご希望に応じて区内の支援機関や居場所などをご案内します。



相談窓口 ボランティア・地域福祉推進センター(コーナー)
練馬(豊玉北5-14-6 新練馬ビル5階)
☎3994-0208 FAX 3994-1224
光が丘(光が丘区民センター6階)
☎5997-7721 FAX 5997-7721
関町(関町リサイクルセンター内)
☎3929-1467 FAX 3929-1497
大泉(東大泉1-28-1 リズモ大泉学園2階)
☎3922-2422 FAX 3922-2412

※担当地域はありません。いずれの窓口でも相談を受け付けます。



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、高齢者や障害のある方、ひとり親家庭の方などを支援します。

相談窓口 総合福祉事務所相談係
〒176の地域…練馬(区役所西庁舎2階)
☎5984-4742 FAX 5984-1213
〒179の地域…光が丘(光が丘区民センター2階)
☎5997-7714 FAX 5997-9701
〒177の地域…石神井(石神井庁舎3階)
☎5393-2802 FAX 3995-1137
〒178の地域…大泉(東大泉1-29-1 ゆめりあ1(4階))
☎5905-5263 FAX 5905-5277