

## 離婚前後

## 親支援講座

参加無料

オンライン

令和6年11月16日(土)  
10:00~12:30

講師 | 家族のためのADRセンター 小泉道子

離婚が子どもに与える影響、子どもの年代別の声掛けやメンタルケアの方法、また、離婚の渦中にある保護者の方ご自身のメンタルケアについてお話します。皆さんからの質問や疑問にもお答えします。

定員

50名  
(申込順)

～ ライブ参加と動画配信、選べる参加方法! ～

対象:練馬区在住で20歳未満のお子さんがあるひとり親家庭の保護者または、離婚を考えている方

## ライブ参加

講師に直接個別質問ができます。

日時

令和6年  
11月16日(土) 10:00~12:30

視聴方法

Zoom ※操作方法は後日連絡します。

申込期間

10月21日(月)~11月15日(金)

## 動画配信

ライブセミナーの録画を好きな時間に見られます。

配信期間

YouTube (限定公開)

後日メールにてお知らせします。

申込期間

10月21日(月)~

※視聴のための通信料については、参加者の負担となります。 ※申込者にはセミナーテキストを郵送します。  
※ライブと動画配信の両方に申し込むこともできます。

●電話またはWEBにてお申込みください。

練馬区運営事務局 0120-992-432

【受付時間】月~金 9:00~18:00 (祝休日除く)  
<https://nerima-hitorioya.jp/seminar-20241116/>

▼WEB申込▼



※本事業は株式会社エイジェックが練馬区より受託して実施します。

練馬区ひとり親家庭総合相談 (生活福祉課ひとり親家庭支援係)

出張相談・法律相談・家計相談も受け付けています。

03-5984-1319(月~金 8:30~17:15) 練馬区役所本庁舎10階(豊玉北6-12-1) <https://nerima-hitorioya.jp/>