

離婚・離縁相談の初動チェックリスト

1. 基本情報の確認

- 本人の氏名・年齢・職業
 - 配偶者（または養親・養子）の氏名・年齢・職業
 - 婚姻・養子縁組の年月日
 - 現在の同居・別居の状況
 - 未成年の子どもの有無と人数
-

2. 現在の状況

- 離婚・離縁を考え始めたきっかけ（暴力・不和・経済問題・相続・介護など）
 - 現在の生活状況（同居／別居／実家戻りなど）
 - 配偶者・養親子との関係性（協議可能か、断絶状態か）
 - 離婚／離縁の意思は固いか、それとも迷っている段階か
-

3. 子ども・親権・養育

- 未成年の子どもの親権をどちらが持つか
 - 養育費を取り決めたいか（希望額・支払方法）
 - 面会交流の希望有無・具体的条件
 - 学校・生活への影響に配慮が必要か
-

4. 財産・生活基盤

- 財産分与の対象（預貯金、不動産、年金、保険など）
 - 借金・ローンの有無（住宅ローン・消費者金融等）
 - 年金分割の必要性（熟年離婚／養子縁組による影響）
 - 別居後または離婚後の住居確保のめど
 - 離縁の場合：扶養義務や相続権をどう整理するか
-

5. 法的・手続き的準備

- 離婚届・離縁届提出の可否（協議／調停／裁判手続きの選択肢）
- 公正証書や調停調書などの書面化の希望有無

- DV や虐待など保護命令・一時保護の必要性有無
 - 代理人・支援者（弁護士、行政書士、親族など）の存在
-

6. 今後の生活設計

- 生活費・家計収入の見通し（就労、生活保護、年金、養育費）
 - 子どもの進学・就学の見通し
 - 高齢の場合：介護や医療の支援体制
 - 外国籍の場合：在留資格への影響（配偶者ビザ、定住者ビザ等）
 - 新しい生活への不安・希望の整理
-

7. 相談者の意思確認

- 今もっとも優先したいことは何か（安全、生活費、子ども、財産整理）
- 相談に来た目的は「決断」か「情報収集」か
- 第三者の仲介や専門家の関与を希望するか