

東京都の里親さん体験談

一番の応援団として

里親歴：5年

実子の大学受験が終わり、夫婦2人で社会に貢献できるようなことを考えている中で、子供が大好きなので里親をやろうと決めました。学校の机からししゃもが出てきたり、半年前悩んでいたことがもうできていたり、やっぱり子供ってすごく楽しいなと思います。子供のことを信じてそのまますを受け入れて、励ましながら、どこまでも支えていく、一番の応援団として寄り添っていきたいと思っています。

こういう家族っていいな

里親歴：17年

里親制度との出会いは、里親体験発表会でした。先輩里親の話を聞いてこういう家族っていいなと思ったのが始まりです。初めて預かった3歳の女の子は、食べられるものがエビフライとウインナーだけでしたが、私と夫がご飯を食べているのを見て、段々食べられるようになりました。家族や里親仲間の励ましもあり、ここまで育てることができました。今は成人になりましたが、困ったときはとにかく1人で悩まないで支援を受けながら進んでほしいと思っています。

Tokyo 里親ナビ

—子どもと里親の暮らしを知るサイト—

<https://tokyo-satooyanavi.com/>

里親とそこで暮らす子供の様子を紹介するホームページです。

都の里親さんのインタビューを掲載しているほか、里親制度の詳細やイベント情報なども掲載していますので、ぜひご覧ください。

Tokyo 里親ナビ



里親ナビ



都の児童相談所一覧

お住まいの地域を管轄する児童相談所が担当になります（東京都以外も同様です）。

令和8年9月1日時点

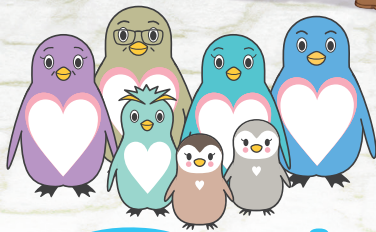
お住まいの地域	児童相談所名	所在地	電話番号
千代田区、中央区、新宿区、台東区、渋谷区、目黒区、島しょ	児童相談センター	新宿区北新宿 4-6-1	03(5937)2316
北区	北児童相談所	北区王子 6-1-12	03(3913)5421
大田区	大田児童相談所	大田区大森西 2-3-22	03(5763)5364
立川市、青梅市、昭島市、国立市、福生市、あきる野市、羽村市、瑞穂町、日の出町、檜原村、奥多摩町	立川児童相談所	立川市柴崎町 2-21-19	042(523)1321
武蔵野市、三鷹市、杉並区（令和8年10月31日まで）	杉並児童相談所	杉並区南荻窪 4-23-6	03(5370)6001
墨田区、江東区	江東児童相談所	江東区枝川 3-6-9	03(3640)5432
小平市、小金井市、東村山市、国分寺市、西東京市、東大和市、清瀬市、東久留米市、武蔵村山市	小平児童相談所	小平市花小金井 1-31-24	042(467)3711
八王子市、日野市	八王子児童相談所	八王子市台町 3-17-30	042(624)1141
町田市	町田児童相談所	町田市山崎 1-2-17	042(851)9357
足立区	足立児童相談所	足立区西新井本町 3-8-4	03(3854)1181
多摩市、府中市、調布市、稲城市、狛江市	多摩児童相談所	多摩市諏訪 2-6	042(372)5600
練馬区	練馬児童相談所	練馬区豊玉北 5-28-3	03(6915)8253

児童相談所を設置した下記の特別区については、区の児童相談所が該当区を管轄します。

また、今後、杉並区が令和8年11月1日に児童相談所を設置する予定です。

●港区児童相談所	港区南青山 5-7-11	03-5962-6500	●荒川区子ども家庭総合センター	荒川区荒川 1-50-17	03-3802-3765
●世田谷区児童相談所	世田谷区松原 6-41-7	03-6379-0697	●板橋区子ども家庭総合支援センター（児童相談所）	板橋区本町 24-17	03-5944-2374
●中野区児童相談所	中野区中央 1-41-2	03-5937-3289	●葛飾区児童相談所	葛飾区立石 2-30-1	03-5698-0303
●豊島区児童相談所	豊島区長崎 3-6-24	03-6758-7910	●江戸川区児童相談所	江戸川区中央 3-4-18	03-5678-1810
●品川区児童相談所	品川区北品川 3-10-9	03-6712-8261	●文京区児童相談所	文京区小石川 3-14-7	03-3811-5241

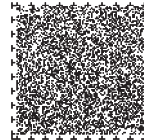
家族の
新しい形が
あります



大切なひとが集まって、ひとつの家族になる

もっと
知ろう!
東京都の里親制度

東京都福祉局



里親制度をご存じですか？

都内には、親の病気や虐待などの様々な理由により、

親と一緒に暮らすことのできない子供が約4,000人います。

このような子供たちを自らの家庭に迎え入れ、家庭的な環境で育てているのが「里親」です。ご家庭の状況に応じた受け入れ方があります。

養育家庭（里親）

一定期間子供を預かり育てる里親です。

赤ちゃんから中高生まで、子供の年齢は様々です。
親の状況により、途中で元の家庭に戻ることもあります。

短期間のみ子供を預かるご家庭もあります。

養育家庭（里親）の愛称



専門養育家庭

専門的ケアを必要とする子供を一定期間預かり育てる里親です。一定の要件を満たし、定められた研修を受ける必要があります。

親族里親

両親が死亡、行方不明、長期入院などにより子供を養育できない場合に、祖父母等の親族が里親となりその子供を育てる家庭のことをいいます。

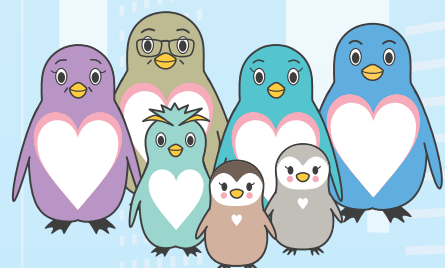
養子縁組里親

養子縁組によって養親となることを希望する家庭です。特別養子縁組が成立するまでの間、里親として子供を育てます。生後28日未満の新生児を委託する事業もあります。

※新生児を委託する養子縁組里親は年齢等の要件があります。

キャラクターに込められた思い

ペンギンは子煩悩な動物で、オスとメス、群れで協力してヒナを守り、子育てをします。ペンギンのコミュニティがヒナを守り育てるように、里親制度においても、里親や社会が手を取り合いながら子育てをしていくこと、里親がごく普通のこととして受け入れられるような社会になるようにという願いを込めています。



東京都里親制度普及啓発キャラクター

「さとペン・ファミリー」

里親になるには資格が必要ですか？

一定の要件（家庭の状況、収入の状況、住居の環境など）を満たしていれば、特別な資格は必要ありません。里親になるにあたって、子供の養育に必要な心構えや知識を研修で学ぶことができます。大切なことは、里親が子供のための制度であることを理解していただいていることです。

子供を育てることに不安があります。支援はありますか？

里親として子供を育てる期間、児童相談所や関係機関が、定期的に里親さん宅を訪問し、子供の養育の相談に乗り、里親と一緒に子供の支援にあたります。また養育費や医療費等が公費で支払われます（養子縁組里親は、養子縁組が成立するまでの間の支給になります）。

共働きや実子がいる場合でも里親になることはできますか？

共働き家庭でも里親になることができます。必要に応じて、保育園などを利用している里親もいます。また、実の子供がいる場合でも、ご家族の理解と協力を得ながら里親として活動している家庭も多くあります。

里親としての子育てはどのようなものですか？

里親には、関係機関との連携、子供の健康管理、自立支援計画に沿った養育や秘密保持など、守らなければならない決まりがあります。大切なことは、子供に寄り添い、温かい愛情をもって育てることです。

里親になるためにはどのような手続きが必要ですか？

児童相談所における申請要件の確認を経て、研修の受講、申請、家庭調査、児童福祉審議会里親部会での審議を踏まえ東京都知事が登録をします。

里親について詳しく知りたい方は、お住まいの地域にある児童相談所に、お気軽にお問い合わせください。申請要件などの詳細は、都のホームページでもご確認いただけます。

東京都 里親制度 検索