離婚整理シート

項目	確認すること	あなたの状況
離婚理由	離婚したい理由は一時的な感情か、継続した問題か	
子ども	住まい、学校、生活費、親子交流をどうするか	
住まい	今の家に住むか、出るか、実家に戻るか	
収入	離婚後に毎月いくら入るか	
生活費	家賃、食費、学費、医療費を払えるか	
婚姻費用	別居中の生活費をどうするか	
養育費	金額、支払日、支払終期をどうするか	
財産分与	預貯金、不動産、保険、車、退職金をどう分けるか	
慰謝料	請求する理由と根拠があるか	
年金分割	年金分割をするか	
親子交流	子供に負担の少ない方法を決めるか	
公正証書	支払いが続く約束を書面にするか	