

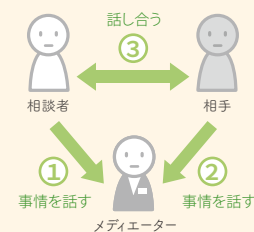
「進行役(メディエーター)」が入ることで  
冷静に話がしやすくなります。

「進行役(メディエーター)」が入ることで…

- 自分の言いたいことを最後まで伝えられます
- 相手の話を納得するまで聞くことができます
- 納得のいく結論を出すことができます

「メディエーション」とは  
mediation (自主交渉援助型調停)

裁判によらない紛争解決方法の1つで、欧米では一般的に広く行なわれ、公的な機関でも活用されています。



これまでの紛争解決の多くは、権威を持つ者や専門家に判断を仰ぎ、決定された判決を当事者達が受け入れるというものでした。

「メディエーション」はそれらとは違い、中立な第三者「メディエーター」の進行により、当事者同士がお互いの意見や事情を聞き合い、希望をすり合わせることで解決をはかります。

お互いが納得できる解決を得られるので、  
その後も関係が続く家族のもめごとに適しています

<お約束>

- 話し合い内容の秘密を守ります。
- 常に中立な立場でいます。
- 安全に話し合いができるようにします。

<ご注意事項>

お取り扱い範囲

✕ 対応できない内容

法律事務に関わること

(例)・慰謝料を払って欲しい

自分の要求を相手に飲ませる目的 など

※もしご相談の内容がお取り扱い範囲外の場合は、他の相談先をご紹介します場合もあります。

出張範囲：東京近郊

お申し込み・お問い合わせ



一般社団法人

東京メディエーションセンター

Tokyo Mediation Center



info@mediationcenter.jp



070-1479-1777 (10時~17時)

<http://tokyo.mediationcenter.jp/>

※ご相談内容の秘密は厳守いたします。



子育て中の

すれ違い 家事の分担 価値観の相違  
etc...のときに

## 「家族会議」 の すすめ



夫婦げんか 増えてませんか？

話し合えない、

話し合っても上手くいかない時は

「メディエーター」を入れて

確実な話し合いを



一般社団法人

東京メディエーションセンター  
Tokyo Mediation Center

## 子どもが生まれると、 夫婦の生活は一変します。

子どもを育てることは、誰にとっても初めての経験。

一つ一つ、手探りでやっていく中で、時間や手間もかかります。

相手は、赤ちゃん、こちらの思う通りにもいきません。

ミルク、オムツ、寝かしつけ・・・

どうして泣いているかわからなかったり、泣き止まなかったり。

寝不足になって、イライラする。

やらなきゃいけないが増える。できないことも増える。

予定通りに進まない。そもそも予定が立てられない。

これまでと違う生活に、ストレスが溜まります。

そのストレスは、家族でもなかなかうまく共有できなかったりします。

ちょっと大きくなっても、お迎え、洗濯、掃除、ごはんづくり・・・

やることはいっぱい。

遊ばせ方、食事の内容、進路・・・気になることもいっぱい。

仕事との両立、プライベートの時間の確保・・・一人の大人

としての葛藤も。

役割の分担、子どもの成長に関する  
価値観のすり合わせ。

家族とは、話しておきたいけどなかなか時間が取れないのではないで  
しょうか。



話したい、話さなきゃと思って、  
「え？今？ちょっと疲れてるんだけど  
・・・今度じゃダメ？」

「そんなことで時間使わなきゃ  
いけないの？」

なんて反応が返ってきたりして、  
うまく話す機会が作れません。

話し合いができて

実は分担、量の配分の問題も当然あるけれど、

一言労ってくれば、気持ちよくやれるのに

なぜか感情的になり、話がうまく進まずに、逆にイライラだけ  
が残る。



そんな日々が続いていくと、そのうちに爆発して、

負の感情のやりとりだけが残って

コミュニケーションがどんどんなくなっていってしまうことも  
あります。

離婚に至ったりしてしまうこともあります。

そうなる前、

## 「家族会議」をしてみませんか？

メディエーターが入ることで、感情的な角のある言葉を、

伝わりやすく、受け止めやすい言葉にしたり

気持ちを丁寧に扱いながら、議題が整理され、

話し合いの機会を作れ、話し合いも有意義に進ませることが  
できます。

1回行うことで、話し合いの大切さにお互いに気付けたり

お互いの話し合いのポイントがわかり

次回以降は、家族の中でできるようになります。

ぜひ、お気軽に、一度試してみてください。

日々の家族の感情がわかることで、素直に感謝できたり、

謝れたり、協力できたりすることが増えてきます。

専門の研修を受けた者が「進行役」をいたします。

## 受付から「家族会議」までの流れ



### 1. 受付

WEBサイト、メール、またはお電話にて  
ご連絡ください。

ご希望やご事情をお聞かせください。

※今後の流れを詳しくご説明いたします。



### 2. お申し込み (料金のお支払い)

日時、場所の設定をします。

原則、場所は東京メディエーションセンター  
で準備いたします。

※子どもの預け先が必要な場合はご相談ください。



### 3. 家族会議 オンラインも可能です

当日、進行役(メディエーター)が同席し、  
家族会議を行います。

それぞれの思いを伺い、議題を整理する  
ところからはじめます。

話し合いの結果、決まったことを書面に  
残し、終了です。

※必要に応じて、再度ご相談、家族会議を行います。

※子ども、夫婦の親、その他のご家族の参加もできます。  
できるだけご事情にあわせて対応いたします。ご相談ください。

## 費用

1件につき 20,000円 (税込 22,000円・交通費別途)  
(話し合い1回につき4時間以内×2回分)

※費用はお申し込み時にお支払いいただきます。

※参加者への声かけ・交渉を必要に応じて行います。(追加 10,000円)

※話し合いが終わらなかった場合、継続的に家族会議を行います。  
(10,000円/回)