하자마자 인쇄용 양식

# 이혼하게 됐을 때

절차와 기한, 물어볼 곳까지

한 번에 다 하지 않아도 됩니다. 오늘 할 수 있는 칸부터 채우세요.

이 문서는 무료입니다. 최신 내용과 날짜 계산은 hzmzapp.com/events/divorce 에서 볼 수 있어요.

2026-11-11 기준입니다. 절차와 기한은 기관에서 바뀔 수 있으니 확정 전에 기관에서 확인하세요.

## 체크리스트

### 지금은 이것만 · 안전과 상담

- [ ] 폭력이나 위협이 있으면 혼자 만나 협의하지 않기
  112나 여성긴급전화 1366에 먼저 알리세요. 상담과 보호시설 연계를 받을 수 있어요
- [ ] 법률 판단은 공공 법률 상담 창구에 먼저 묻기
  재산분할, 위자료, 친권과 양육자 결정이 어느 쪽에 유리한지는 대한법률구조공단 132나 변호사에게 물어보세요
- [ ] 협의로 할지, 재판으로 갈지 알아보기
  합의가 되면 협의이혼, 상대방이 응하지 않으면 재판상 이혼을 알아봐요. 재판상 이혼은 조정을 먼저 거쳐요
- [ ] 재산, 빚, 자녀 문제를 적어 두기
  예금, 부동산, 대출, 보험, 연금을 목록으로 만들어 두면 상담할 때 빨라요. 아래 인쇄용 양식에 재산·빚 목록표가 있어요

### 협의이혼 · 가정법원

- [ ] 부부가 함께 관할 가정법원에 협의이혼의사확인 신청
  등록기준지나 주소지를 관할하는 가정법원에 둘이 같이 가서 신청해요. 서류와 방법은 법원 안내로 확인하세요
- [ ] 가정법원의 이혼 안내 받기
  협의이혼을 하려면 법원이 제공하는 이혼에 관한 안내를 받아야 해요. 신청 다음 날부터 3개월 안에 안내를 받지 않으면 신청을 취하한 것으로 봐요. 법원이 상담을 권할 수도 있어요
- [ ] 미성년 자녀가 있으면 양육과 친권자 결정 협의서 준비
  양육자, 양육비, 면접교섭, 친권자를 정한 협의서나 가정법원의 심판정본을 신청할 때나 확인 기일까지 내야 해요. 정하기 어려우면 법률 상담 창구에 물어보세요
- [ ] 숙려기간 지내기: 양육할 자녀가 있으면 3개월, 없으면 1개월
  안내를 받은 날부터 세요. 폭력처럼 급박한 사정이 있으면 법원이 줄이거나 면제할 수 있어요
- [ ] 확인 기일에 둘이 함께 출석
  출석 통지를 받고 두 번 나가지 않으면 신청을 취하한 것으로 봐요
- [ ] 확인서 등본을 받은 날부터 3개월 안에 이혼신고
  협의이혼은 신고해야 효력이 생겨요. 등록기준지나 주소지 관할 시청, 구청, 읍·면사무소에 내요. 확인서 등본을 붙이면 부부 중 한쪽이 낼 수 있어요. 기간이 지나면 법원의 확인이 효력을 잃어요

### 재판상 이혼이라면

- [ ] 가정법원에 조정을 먼저 신청
  재판상 이혼은 조정을 먼저 거치고, 조정이 성립하지 않으면 소송으로 넘어가요. 진행은 변호사나 대한법률구조공단에 물어보세요

- [ ] **조정 성립일이나 재판 확정일부터 1개월 안에 이혼신고**
  소를 제기한 사람이 조정조서나 판결서 등본과 확정증명서를 붙여 신고해요. 늦으면 과태료가 있어요

## 신고 뒤 · 주소와 보험

- [ ] **따로 살게 되면 전입신고 14일 안에 정부24 또는 주민센터에서**
  세대를 나누거나 세대주가 바뀌는 일도 주민센터에서 함께 확인해요
- [ ] **가족관계증명서와 혼인관계증명서에 반영됐는지 확인**
  신고가 처리되면 대법원 전자가족관계등록시스템에서 발급해 볼 수 있어요
- [ ] **배우자의 건강보험 피부양자였다면 자격 확인**
  피부양자는 직장가입자의 배우자로 인정된 것이라 이혼하면 요건을 잃어요. 그 뒤 내 자격은 건강보험공단에 물어보세요
- [ ] **은행, 보험, 통신, 카드에서 배우자와 묶인 것 정리**
  보험 수익자, 자동이체, 가족 결합 할인, 가족카드처럼 배우자와 연결된 것을 목록으로 만들어 바꿔요
- [ ] **연말정산 배우자 공제 확인**
  공제 대상은 그해 마지막 날 기준으로 봐요. 그해에 이혼했다면 배우자 기본공제를 받을 수 없어요. 회사나 홈택스에서 확인하세요

## 연금과 자녀

- [ ] **국민연금 분할연금 알아 두기**
  혼인 기간이 5년 이상이고 요건을 갖추면 받을 수 있어요. 수급권이 생긴 날부터 5년 안에 청구하고, 이혼 효력 발생일부터 3년 안에 미리 청구할 수도 있어요
- [ ] **양육비를 받지 못하면 양육비이행관리원에 상담**
  상담, 이행 확보 지원, 추심과 법률 지원을 받을 수 있어요
- [ ] **양육비 선지급제 요건 확인**
  양육비부담조서나 판결문 같은 집행권원이 있는데도 받지 못하는 경우, 요건을 모두 갖추면 자녀 1인당 월 20만원까지 18세까지 국가가 먼저 지급해요
- [ ] **한부모가족 아동양육비 확인**
  기준 중위소득 65% 이하 한부모가족의 18세 미만 자녀 1인당 월 23만원의 아동양육비를 지급해요(정부24 안내 기준). 읍·면·동 주민센터나 온라인으로 신청해요
- [ ] **자녀 학교와 어린이집에 보호자 연락처 정리**
  법적인 결정이 아니라 연락받을 보호자와 하원 보호자를 정리하는 일이에요
- [ ] **마음이 많이 힘들면 상담 받기**
  정신건강 상담전화는 24시간이에요. 상담은 전문기관에서 받아요

## 놓치기 쉬운 것

- [ ] **재산분할을 정하지 못했다면 이혼한 날부터 2년 안에 청구**
  2년이 지나면 재산분할을 청구할 권리가 사라져요. 법률 판단은 대한법률구조공단이나 변호사에게 물어보세요
- [ ] **가정폭력 피해자라면 주민등록 열람 제한 신청**
  가해자를 지정해 신청하면 그 사람이 내 주민등록표를 열람하거나 등·초본을 떼지 못하게 막을 수 있어요. 신청은 주민센터에서 하고 여성긴급전화에서도 도움을 받을 수 있어요
- [ ] **배우자가 공무원이었다면 공무원연금 분할연금 확인**
  전 배우자의 공무원 재직 기간 중 혼인 기간이 5년 이상이고, 전 배우자가 퇴직연금을 받고, 내가 65세가 되는 등 요건을 모두 갖추면 받을 수 있어요. 요건을 모두 갖춘 때부터 3년 안에 청구해요. 공무원연금공단에서 확인하세요

## 기한표

이혼한 날: ____년 ____월 ____일. 내 날짜는 페이지의 기한 계산으로 구해 옮겨 적으세요.

| 할 일 | 안내 | 구분 | 내 날짜 |
|---|---|---|---|
| 이혼신고(재판상 이혼일 때) | 조정이 성립한 날이나 재판이 확정된 날부터 1개월. 협의이혼이면 해당 없어요 | 법정 | |
| 재산분할 청구 | 민법 기준 이혼한 날부터 2년. 지나면 청구할 수 없어요. 판단은 132나 변호사 | 법정 | |
| 위자료 청구 | 이혼한 날부터 3년. 판단은 132나 변호사 | 법정 | |
| 분할연금 미리 청구 | 국민연금법 기준 이혼 효력 발생일부터 3년 안에 미리 청구할 수 있어요. 국민연금공단 확인 | 법정 | |

# 기록 양식

## 재산·빚 목록표

상담받을 때 가져가세요. 나누는 방법의 판단은 법률 상담 창구나 변호사와 하세요.

| 구분 | 명의 | 기관 | 확인한 날 | 메모 |
|---|---|---|---|---|
| 예금 | | | | |
| 보험 | | | | |
| 부동산 | | | | |
| 자동차 | | | | |
| 연금 | | | | |
| 대출 | | | | |
| 카드 | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |

## 기관별 정리 체크표

| 기관 | 바꿀 내용 | 바꾼 날 | 메모 |
|---|---|---|---|
| 주민센터 | | | |
| 건강보험공단 | | | |
| 국민연금공단 | | | |
| 은행 | | | |
| 보험 | | | |
| 통신사 | | | |
| 학교·어린이집 | | | |
| | | | |
| | | | |

## 상담 메모지

상담한 날, 담당자, 들은 내용을 적어 두세요.

| 날짜 | 담당자 | 들은 내용 | 다음 할 일 |
|---|---|---|---|
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |

## 서류 폴더 목차

| 서류 | 받은 날 | 둔 곳 | 메모 |
|---|---|---|---|
| 협의이혼의사확인 신청서 사본 | | | |
| 확인서 등본 | | | |
| 이혼신고 접수증 | | | |
| 가족관계증명서 | | | |
| 혼인관계증명서 | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |

## 공식 연락처

| 기관 | 전화 | 홈페이지 |
|---|---|---|
| 여성긴급전화 1366 | 1366 | women1366.kr |
| 대한법률구조공단 | 132 | klac.or.kr |
| 생활법령 협의이혼 절차 | | easylaw.go.kr |
| 정부24 | 1588-2188 | gov.kr |
| 전자가족관계등록 | | efamily.scourt.go.kr |
| 건강보험공단 | 1577-1000 | nhis.or.kr |
| 홈택스 | 126 | hometax.go.kr |
| 국민연금공단 | 1355 | nps.or.kr |
| 양육비이행관리원 | 1644-6621 | childsupport.or.kr |
| 정부24 한부모 아동양육비 | | gov.kr |
| 가족상담전화 | 1577-4206 | mogef.go.kr |
| 자살예방 상담 | 109 | 129.go.kr |
| 정신건강 상담 | 1577-0199 | 129.go.kr |
| 공무원연금공단 | 1588-4321 | geps.or.kr |

하자마자는 법률, 세무, 의료 판단과 서류 대행을 하지 않습니다. 이 양식은 기록을 돕는 용도입니다.
최신 내용과 공식 창구: hzmzapp.com/events/divorce
틀린 내용을 알려 주세요: sofar@hzmzapp.com · 카카오톡 채널 @hzmz
피알티디 · 서비스명 하자마자 · 사업자등록번호 706-01-04019