養育費とは

養育費とは、子どもが経済的・社会的に自立するまでに要する衣食住に必要な経費や教育費、医療費などです。親の養育費支払義務は、親の生活に余力がなくても自分と同じ水準の生活を保障しなければならない強い義務（生活保持義務）であるとされています。

取決めの方法

養育費は、離婚後の子どもの養育のために、父母が離婚する前にきちんと話し合って決めておくことが大切です。離婚する際に取り決めることができなかった場合、子どもを監護養育している親は、離婚後、子どもが経済的・社会的に自立するまでは、子どもと離れて暮らしている親に対していつでも養育費を請求することができます。父母の話合いで決めることができない場合は、家庭裁判所の調停を利用できます。

金額の決め方

養育費は、離婚後の子どもの養育のために、父母が話し合ってお互いに納得する金額を決めることが大切です。養育費の標準的な金額については、裁判官等の研究によって作成された「養育費の算定表」が参考になります。この「算定表」は裁判所や養育費等相談支援センターのホームページ等でも見ることができます。

金額の変更

養育費は、いったん取り決めても、その後、父母の収入が変化したとき、再婚して扶養家族が増えたときなど、「事情の変更」があれば、増額又は減額について双方が話し合って取り決め直すことができます。

親子交流とは

子どもと離れて暮らしているお父さんやお母さんが子どもと定期的又は継続的に会って話をしたり一緒に遊んだりして交流することです。たとえ両親が離婚しても、子どもは父母のどちらからも愛されていると実感できることによって深い安心感と自尊心を育むことができます。

親子交流の方法

親子交流の方法には、父母が話し合って決めた場所に子どもが出かける（連れて行く）方法、子どもと離れて暮らしている親が迎えに来る（訪問する）方法、宿泊を伴う方法などがあります。いずれの場合も、子どもの年齢、健康状態、生活状況等を考慮して無理のないように決めることが大切です。

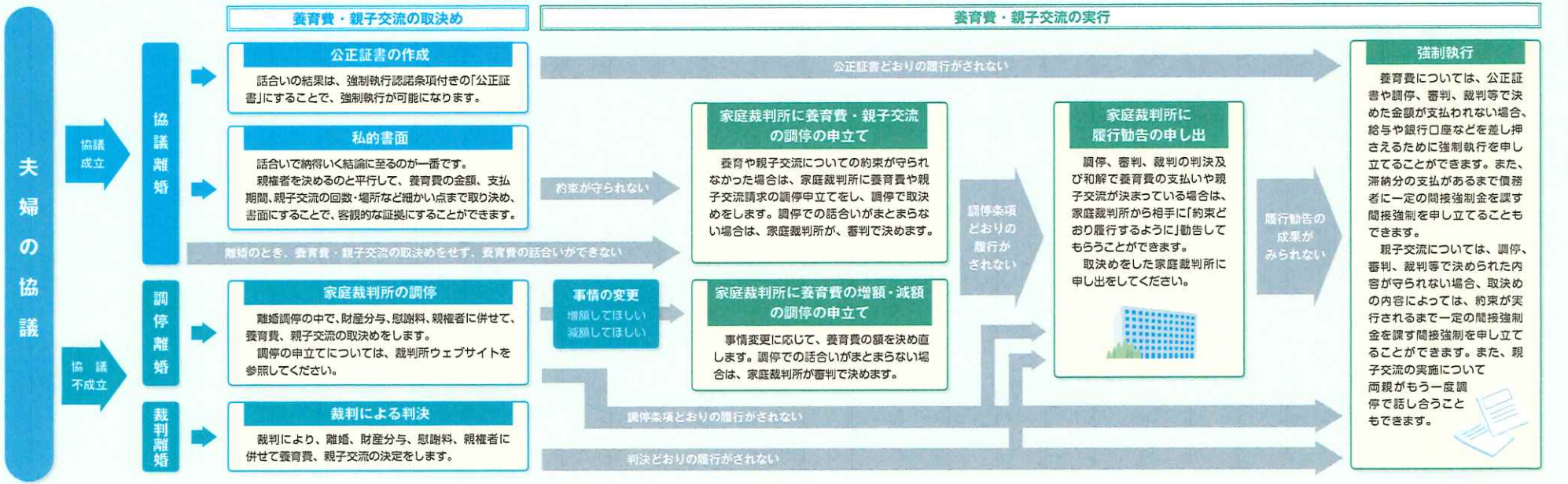
取決めの方法

親子交流を行う際には、子どもが安心して交流できるよう、親子交流の頻度、方法、時間、送り迎えの方法、親同士が守らなければならないルールなどを具体的に決めておくことが大切です。取決め内容は、父母が話し合って決めるのが一番ですが、話合いで決めることができない場合は、家庭裁判所の調停を利用できます。

父母が心がけること

親子交流の際に子どもがのびのびと過ごせるように、子どもの気持ちや日常生活のスケジュール、生活リズムなどを尊重して、会い方や親子交流時の過ごし方を考えましょう。どちらの親も、相手の悪口を言わない、約束を守るなどのルールを守ることが大切です。

養育費・親子交流の手続の流れ



※平成23年の民法の一部改正で、協議離婚の際に父母が協議で定めるべき事項として「面会交流」注（現在親子交流と読みかえる）と「養育費の分担」があること、これらの取決めをするときは子の利益をもっとも優先して考慮しなければならないことが民法に明記されました。民法（明治29年法律第89号）（平成23年の一部改正後のもの）（離婚後の子の監護に関する事項の定め等）
第766条　父母が協議上の離婚をするときは、子の監護をすべきや、父又は母と子との面会及びその他の交流、子の監護に要する費用の分担その他の子の監護について必要な事項は、その協議で定める。この場合においては、子の利益を最も優先して考慮しなければならない。2～4（略）

※養育費や親子交流に関する相談は、養育費等相談支援センターや母子家庭等就業・自立支援センターのほか、法テラス、弁護士会等で行っています。詳しくは養育費等相談支援センターのホームページの「相談機関一覧」をご覧ください。

出典　養育費・親子交流相談支援センター