

離婚後の子の養育の在り方に関する 調査研究業務報告書

令和6年3月
日本加除出版株式会社

は し が き

令和6年3月、家族法制の見直しに関する民法等の一部を改正する法律案が閣議決定された。法制審議会家族法制部会を通じて、親の責務や親権、子の監護の費用、親子の交流等についての法制が様々議論されてきたが、我が国の離婚の約9割を占める協議離婚において、養育費や親子交流に係る父母間の協議や取決めをしないままに離婚してしまうケースが相当数あり、当事者は公的機関等から養育費や親子交流に関する情報の提供を受ける機会がなく、その重要性等について十分な認識のないまま離婚に至っている事情があることが指摘されている。今後、養育費や親子交流の取決めのほか、親権や監護者の指定、離婚が親子に及ぼす心理的な影響など、離婚を考えている父母等にとって、離婚後のこどもの健やかな育ちを確保していくための情報を提供していくことが必要であるといえよう。

本報告書では、法務省から受託した令和5年度委託事業「離婚後の子の養育の在り方に関する調査研究」を通じて、①離婚に関連する法的知識（法律分野）及び離婚が親子に及ぼす心理的な影響（心理分野）などの有用な情報を分かりやすく提供する「離婚後養育講座」の在り方について検討を行い、②作成された離婚後養育講座を用いて、複数の地方自治体と協働し、離婚を考えている父母等に離婚後養育講座を提供した上で、同講座が離婚後の子の養育の在り方についての適切な理解を促すものとして実効性の高い内容となっているかどうかの検証を行った。さらに、これらの効果検証を通じて、③我が国において実効性が高いと考えられる離婚後養育講座の在り方、また、その結果及び分析に基づき、地方自治体や関係団体が離婚後養育講座を自己で実施する際の参考となる同講座の実施指針を作成し、取りまとめている。

なお、本調査研究においては、地域性、人口規模等の諸条件を考慮し、全国より3つの自治体に、離婚後養育講座の周知・広報、当事者への具体的な講座の視聴の働きかけ及び効果検証へのご協力をいただいた。事業実施に当たっては、協力自治体の積極的な働きかけによって離婚後養育講座の実施ができたものであり、この場を借りて厚く御礼申上げたい。

また、離婚前後の差し迫った状況であるにもかかわらず、調査研究事業の効果検証にご協力いただいた当事者、支援する職員の皆様方、また、これらの講座の実施及び在り方について多数の協議・検討をいただいた協力研究者の諸氏に心より感謝を申し上げる次第である。

令和6年3月

日本加除出版株式会社

協力研究者（五十音順）

直 原 康 光（富山大学学術研究部人文科学系講師）
棚 村 政 行（早稲田大学法学学術院教授）
浜 田 真 樹（浜田・木村法律事務所弁護士）
福 丸 由 佳（白梅学園大学子ども学部教授）

協力自治体（五十音順）

大阪府八尾市
東京都江戸川区
三重県伊賀市

目 次

第 1	目的及び概要	1
1	目 的	1
2	本調査研究の概要	1
	(1) 本調査研究について	1
	(2) 本調査研究の体制	1
第 2	離婚後養育講座の実施計画案（原案）について	2
第 3	離婚後養育講座の作成	3
1	製作方針について	3
	(1) 動画作成	3
	(2) ワーク	3
2	効果検証の方法及び手段	4
第 4	協力自治体の選定	4
第 5	離婚後養育講座事業の実施	5
1	講座事業の実施までの流れ	5
	(1) 協力自治体における周知広報	5
	(2) 調査研究専用ページの作成	6
	(3) 協力自治体担当者との調整	7
2	離婚後養育講座の内容	7
3	離婚後養育講座の実施	7
第 6	調査研究事業の結果概要	8
1	離婚後養育講座視聴に関するアンケート	8
	(1) 実施手続・倫理的配慮	8
	(2) 質問項目	8
	(3) 分析方法	9

(4) 結 果	9
(5) アンケート結果の考察	21
2 協力自治体での取組状況	22
(1) 協力自治体における状況	22
(2) 協力自治体等の窓口対応者等からの感想	24
(3) 協力自治体等の窓口対応者等からの効果検証	25
(4) 協力自治体との意見交換会での議論など	26
3 支援団体関係者や研究者等からのヒアリング結果	28
4 小 括	29
(1) 離婚後養育講座の実施、形式、内容面	29
(2) 講座受講に当たっての自治体での取組	29
(3) 受講者の属性	29
第7 離婚後養育講座の実施指針（案）	29
1 取り上げる項目・離婚後養育講座の形式・内容について	30
2 望ましい提供方法	30
3 配慮すべき点	30
4 将来的な課題等	31
(1) 自治体職員間、部門を越えた連携等	31
(2) 他機関・土業との協力連携等	31
5 おわりに	32

第1 目的及び概要

1 目的

我が国の離婚の約9割を占める協議離婚において、養育費や親子交流に係る父母間の協議や決めをしないままに離婚してしまうケースが相当数ある。その背景には、当事者の合意及び届出のみで離婚をすることができるという協議離婚制度の性質上、当事者は公的機関等から養育費や親子交流に関する情報の提供を受ける機会がなく、その重要性等について十分な認識のないまま離婚に至っている事情があることが指摘されている。

法務省令和5年度委託事業「離婚後の子の養育の在り方に関する調査研究」（以下「本調査研究」という。）は、これら養育費や親子交流の取決めのほか、親権や監護者の指定、離婚が親子に及ぼす心理的な影響など、離婚を考えている父母等にとって、離婚後のこどもの健やかな育ちを確保していくために必要な情報を提供することが必要であるという考えの下、これらの離婚に関連する法的知識（法律分野）及び離婚が親子に及ぼす心理的な影響（心理分野）などの有用な情報を分かりやすく提供する「離婚後養育講座」の在り方について、対象、実施主体、提供方法、内容等についての法学、行動科学等の知見に基づく調査研究を行い、その結果及び分析に基づき、地方自治体や関係団体が離婚後養育講座を自己で実施する際の参考となる同講座の実施指針を作成して公表することを目的とするものである。

2 本調査研究の概要

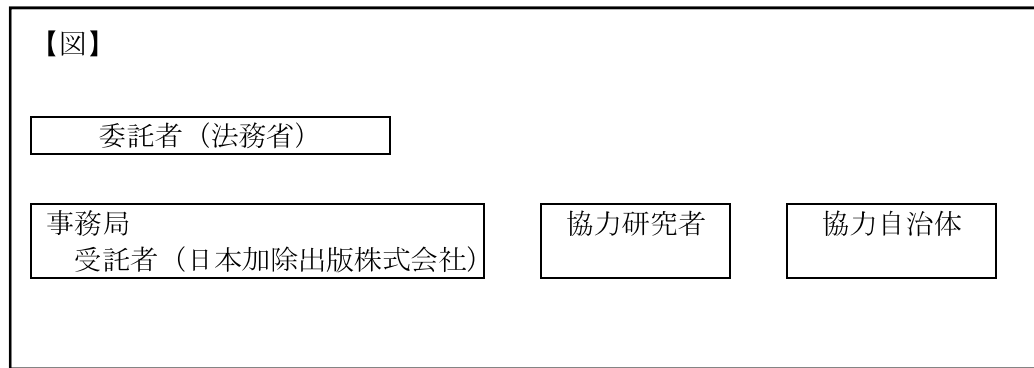
(1) 本調査研究について

本調査研究においては、①離婚後養育講座が効果的な内容となるよう、対象者、実施主体を勘案しながら、取り上げるべき項目、提供方法などについて比較検討を行い、具体的な実施計画案（原案）などを取りまとめ、②別途法務省及び研究協力者の監修の下で作成された離婚後養育講座を用いて、複数の地方自治体と協働し、離婚を考えている父母等に離婚後養育講座を提供した上で、同講座が離婚後の子の養育の在り方についての適切な理解を促すものとして実効性の高い内容となっているかどうか検証を行った。

また、③我が国において実効性が高いと考えられる離婚後養育講座の在り方（どのような情報をいかに国民が興味関心を持つように届けていくか）、また、その結果及び分析に基づき、地方自治体や関係団体が離婚後養育講座を自己で実施する際の参考となる同講座の実施指針を作成・検討し、本報告書として示した。

(2) 本調査研究の体制

本調査研究は、以下の体制にて行った。



ア 協力研究者

本調査研究の実施に当たっては、協力研究者として直原康光講師（富山大学）、棚村政行教授（早稲田大学）、浜田真樹弁護士（大阪弁護士会）、福丸由佳教授（白梅学園大学）の4名を選定の上、合議体により、離婚後養育講座の対象者、提供方法、形式、時間等の検討を複数回行いながら、具体的な講座の検討を進め、講座で用いるツールの内容、アンケート等の効果検証など、本調査研究の実施に必要な事項全般について協議の上、進めていった。

イ 協力自治体

協力自治体には、人口規模、地域等諸条件を考慮し、大阪府八尾市、東京都江戸川区、三重県伊賀市の計3自治体を選定した。

第2 離婚後養育講座の実施計画案（原案）について

離婚後養育講座の実施計画案（原案）については、「離婚後の子の養育の在り方に関する調査研究業務中間報告書」（以下「中間報告書」という。）に記載のとおり、対象者、提供方法の比較検討を重ねた上、法律面、心理面の基本的な内容を解説した30分程度の動画の作成を検討することとした。それとともに、双方向型の講座の利点も取り入れるべく、講座を受講した離婚を考えている父母等が、自分なりに考え、振り返りを行うことができるようにするための「ワーク」も併せて提供し、これらの効果を検証することを最適な方法として実施計画案を作成することとした。本調査研究の対象者については、協議離婚を考えている父母で未成年の子がいる当事者としてすることとした。

離婚後養育講座の具体的な内容として、親とこどもがそれぞれ抱えている問題、また抱えやすい問題について、法律面・心理面の基本的な情報を盛り込みつつ、別居親・同居親双方に十分配慮した情報を提供していくこととした。また、受講者の負担感も考慮して、動画の各項目をチャプターごとに区切り、法律面・心理面の両者を織り交ぜ、親の目線・こどもの目線という2つの軸で講座を作成する方針とした。

一方、DVや安心安全情報に関する支援情報は、非常に重要であり、同時に、DV等のあるケースについては、より専門的で個別の事案に応じた丁寧なケアや情報提供が必要である。本講座が、離婚に関する基本的な情報を広く一般に提供することを目的としていることに鑑みて、ここ

でのDV等の説明については、一般的、基本的な情報提供に留めるのがよいだろうという方向性が示された。

なお、離婚後養育講座において、講座受講とアンケート回答の実効性の観点から、なんらかのインセンティブ（謝礼）を必要とする意見があり、本調査研究で検討することとした。

（参考１）離婚後養育講座 実施計画案

- 0 講座全体の案内
- 1 別居・離婚の状況 ―情報を得る、相対化する
- 2 別居・離婚が親子それぞれに及ぼす影響
 - （１）親にとっての離婚
 - （２）子どもにとっての離婚
- 3 親ができる事、子どもに関連した情報や制度、子どもへの具体的な対処
 - （１）子どもの心理的側面に即して、親ができること
 - （２）親子交流の説明（離婚しても親に会えるということ）
 - （３）養育費の取り決め（※(3)と(4)の位置、要検討）
- 4 体験者（先輩）からのメッセージ
- 5 おわりに これからに向けて

（中間報告書３より）

第３ 離婚後養育講座の作成

1 製作方針について

本調査研究における離婚後養育講座の作成に当たっては、中間報告書第３（参考１）の実施指針を元に、法務省において別途業者を選定の上、動画の作成を行った。その後、受講環境を整えるため、当該動画を視聴するための導線として、簡単なウェブサイトの構築を行い、振り返りのためのワークを講座内に設けることで、これらを総合した内容を、本調査研究においては「離婚後養育講座」と称することとした。

（１）動画作成

離婚後養育講座においては、中間報告書第３に記載のとおり、主に「別居・離婚の状況（はじめに）」「離婚によって親子が受ける影響」「こどものためにできること」「離婚を経験した方々の声」の大項目を軸に３０分程度の動画の作成を行った。

まず、大項目及び中項目ごとに時間配分を定め、ナレーション案の文字量を勘案の上、必要なキャプション、イラストの枚数等を検討して絵コンテの作製を行った。完成した絵コンテを基に、ナレーションを収録し、ナレーションに合わせた絵柄、キャプションの調整を図り、動画の全体像を作成していった（【別紙１】参照）。

（２）ワーク

講座を受講した離婚当事者が、より情報を得たい場合や、自分なりに考え、振り返りを行うこ

とができるようにするためのワークを併せて作成することとした。ワークについては受講者が任意に受けられる形とし、各チャプターの区切りに Google フォームを土台とした、心理編 3 つ、法律編 2 つの計 5 つのワークを作成した¹（【別紙 2】参照）。

2 効果検証の方法及び手段

報告書第 2 で触れたとおり、効果検証の方法が検討され、協力研究者との合議の結果、離婚後養育講座を受講した離婚当事者及び支援者を対象としたウェブアンケートと協力自治体の担当者に意見を聴取する方法によって、その効果や情報提供の在り方を検証することとした。

第 4 協力自治体の選定

前記第 1 の 2（2）イのとおり、本調査研究の協力自治体の選定を行った。選定においては、自治体の地域性、人口規模等の諸条件を考慮し、最終的に以下の 3 自治体を協力自治体として選定した（五十音順）。

① 大阪府八尾市

- ・人 口 約 2 6 万 5 0 0 人（令和 6 年 1 月時点）
- ・婚姻件数 9 8 4 件（令和 4 年）
- ・離婚件数 4 3 0 件（令和 4 年）
- ・部 署 こども若者部こども若者政策課

② 東京都江戸川区

- ・人 口 約 6 8 万 9 9 0 0 人（令和 6 年 1 月時点）
- ・婚姻件数 4 8 3 5 件（令和 4 年）
- ・離婚件数 1 4 4 3 件（令和 4 年）
- ・部 署 区民課戸籍管理係

③ 三重県伊賀市

- ・人 口 約 8 万 5 8 0 0 人（令和 6 年 1 月時点）
- ・婚姻件数 2 6 7 件（令和 4 年）
- ・離婚件数 1 3 5 件（令和 4 年）
- ・部 署 こども未来課

¹ 心理編のワークについては、以下のプログラム等を参考にして、協力研究者で協議し作成した。

- ・e ラーニングで学ぶ 15 分でわかるセルフケア（厚生労働省）
- ・ビデオ「子どもにとって望ましい話し合いとなるために」（最高裁判所）
- ・FAIT（Families In Transition）プログラムテキスト（FAIT・Japan 研究会）

(参考 3) 自治体ウェブサイト（伊賀市、江戸川区の例）

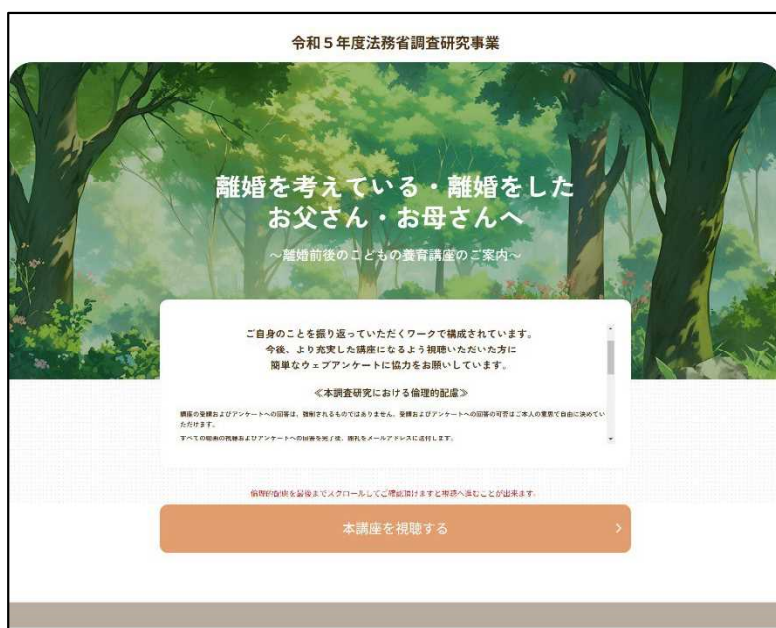


(2) 調査研究専用ページの作成

講座案内ちらし・自治体ウェブサイトでの講座の案内方針を各自治体において検討後、受託者において講座案内ちらしや自治体ウェブサイトの講座案内ページと、離婚後養育講座をつなぐ媒介として、調査研究専用ページの作成を行った。

調査研究専用ページは、本調査研究における留意事項（倫理的配慮）を各当事者が閲覧・承諾後、別ページにて動画を視聴してもらう形式を取っている。講座受講ページにおいては、当該動画（YouTube）のほか、視聴時間が長時間連続となることを避けるため、項目（チャプター）ごとに講座項目（ワーク含む）へのアクセスが可能な形式を取っている。また、受講後にウェブアンケートへのアクセス先を案内している。

(参考 4) 調査研究専用ページ



（注）＜調査研究における倫理的配慮＞の内容について、承諾のち「本講座を受講する」をクリックすると、次頁の受講画面に遷移します。



(注) 受講画面では、
①動画
②講座内容（項目）
③アンケートボタン
に分かれており、
それぞれ視聴したいパート
から講座を受講することが
できます。
また、講座の合間に「ワー
ク」が適宜挿入されていま
す。

(3) 協力自治体担当者との調整

調査研究専用ページが具体的に確定した後、①動画の内容や視聴方法等、②離婚当事者による調査研究専用ページへのアクセス方法、③ウェブアンケート回答までの流れを、協力自治体の担当者に対して周知・説明を行った。

その他、講座案内ちらしの配布、自治体ウェブサイトでの紹介に加え、有効であると思われる情報提供手段を個別に考えている協力自治体においては、取組の実施状況・方針についてのヒアリングも行った。

2 離婚後養育講座の内容

【別紙1】参照（34頁以降）。

3 離婚後養育講座の実施

協力自治体における離婚後養育講座事業の案内は、令和5年11月30日から令和6年2月29日までの約3か月、順次行われた。

第6 調査研究事業の結果概要

1 離婚後養育講座視聴に関するアンケート

(1) 実施手続・倫理的配慮

事業開始日の令和5年11月30日から事業終了日の令和6年2月29日までの期間、各協力自治体の案内を受けて離婚後養育講座を受講した離婚当事者を主な対象に、ウェブアンケート形式で意見を収集した。協力自治体ごとに取り組まれた講座案内方法は一律ではなく、また、調査研究事業の担当部署や窓口におけるこれまでの相談実績、人口規模の違いなどの理由もあり、単純に比較することはできないが、各協力自治体のちらしの作成配布枚数は概ね以下のとおりであった。また、事業開始日前後から、各協力自治体のウェブサイトにおいても講座案内の周知をいただいた。

①大阪府八尾市	900 部
②東京都江戸川区	3,000 部
③三重県伊賀市	200 部

なお、チラシを配布する対象者の置かれた状況は様々であることに配慮し、アンケートへの回答は任意とした。動画をすべて視聴し、アンケートに最後まで回答した調査協力者には、謝礼（ギフト券 500 円分）を送付した。アンケート調査の実施にあたっては、富山大学の研究倫理委員会の承認を受け実施した（承認番号：027）。

(2) 質問項目

ア 講座の感想等

講座全体の感想等を把握するため、①講座内容の分かりやすさを4件法（4：とても分かりやすい、3：分かりやすい、2：分かりづらい、1：とても分かりづらい）、②講座全体の時間を5件法（2：とても長い、1：やや長い、0：ちょうどよい、-1：やや短い、-2：とても短い）、③この講座は別居や離婚を考えている親にとって、役立つと思うかを4件法（4：とても役に立つ、3：役に立つ、2：役に立たない、1：まったく役に立たない）、④別居や離婚を考えている親は、できるだけこの講座を受講するとよいと思うかを4件法（4：とてもそう思う、3：そう思う、2：そう思わない、1：まったくそう思わない）で回答を求めた。

イ 受講前後の理解度

講座の受講前後で、調査協力者の理解度がどの程度変化したかを把握するため、調査協力者には、講座受講後に、現在（受講後）の理解度および受講前の理解度を振り返ってもらい、回答を求めた²。具体的には、①別居や離婚によりこどもに様々な気持ちが生じること、②こどもを親

² プログラムによる介入前に事前テストはあえて行わず、介入後に事後テストに回答してもらうと同時に、介入前の自分の状況を振り返ってもらい、回答を求める回顧的事前テストデザイン（retrospective pretest design）という手法を用いた（安田、2011）。事前・事後の2時点で測定した場合、事前の測定においてプログラム参加者が事前テストで理解度や知識を高く評価していたものの、プログラム受講後に自分が思っていたほど知らなかったことに気付くことがあり、その場合にプログラムの効果を正確に測定できないというバイ

の争いに巻き込まないことの大切さ、③養育費、④親子交流（面会交流）について話し合うことや取り決めることの重要性の4項目について、講座を受ける前（受講前）のあなたのお考えと、講座を受けた後（受講後）のあなたのお考えをうかがいますと教示し、受講前に理解していたか、受講後に理解しているかを4件法（4：とてもあてはまる、3：ややあてはまる、2：あまりあてはまらない、1：まったくあてはまらない）でそれぞれ回答を求めた。

ウ 受講後の意識

受講後に、以下の7つの行動を取ろうと思うかについて、4件法（4：とてもあてはまる、3：ややあてはまる、2：あまりあてはまらない、1：まったくあてはまらない）で回答を求めた。

- ① 自分自身をいたわったり、ケアしようと思う
- ② こどもの気持ちに耳を傾けようと思う
- ③ 別居や離婚をこどもに説明しようと思う
- ④ 親の争いにこどもを巻き込まないように、ふるまおうと思う
- ⑤ 親子交流（面会交流）について、取り決めようと思う
- ⑥ 養育費について、取り決めようと思う
- ⑦ 別居や離婚に関することで、必要に応じて、専門家（弁護士、カウンセラー、自治体の窓口など）に相談しようと思う

エ 基本属性

基本属性として、調査協力者の年齢、立場（母親、父親、その他）、学歴、居住自治体等の個人の属性と、別居・離婚の状況、（元）パートナーの暴力的な言動、こどもの年齢等の調査協力者の状況を尋ねた。

(3) 分析方法

アンケートの回答については、まず、回答数や割合などを図表にまとめた。つぎに、統計的な分析手法を用いて、受講前後の理解度（前記(2)イ）に変化が見られるかを検討した³。また、講座の感想等や受講後の意識（前記(2)アおよびウ）については、性別、離婚や別居の有無、学歴、暴力の有無などのグループに分け、これらのグループ間で得点に違いがみられるかを検討した⁴。

(4) 結果

ア 調査協力者の属性等

合計、141名の回答が得られた。そのうち、①対象自治体に居住し、②母親または父親からの回答は、113名⁵であった。そこから、③重複回答が認められたもの（2件）を除外し、111名を

アスに対応するための方法で、欧米の短時間の介入研究において同様の研究デザインが用いられている（Choi et al., 2017; Schramm & McCaulley, 2012）。

³ 受講前後の理解度得点を用いて、対応のある t 検定を行った。分析には、JASP (Version 0.17.3)を用い、有意水準は5%に設定した（以下同じ）。

⁴ 性別、離婚の有無、別居の有無、学歴、暴力の有無などを2値に分割したものを独立変数、講座の感想等や受講後の意識を従属変数として、独立したサンプルの t 検定を行った。

⁵ 対象自治体外からの回答が20件、父母以外（祖父母等）の回答が7件あった。

本調査研究の分析対象者とした。分析対象者の基本属性を表 1 に示す。

受講者の属性については、母親 59.5%、父親 40.5%、配偶者との同居・別居の別は同居 47.7%、別居 38.7%、離婚を既に行っている当事者が 13.5%であった。未成年のこどもとの同居の有無については、同居が 67.6%、別居が 26.1%、その他 6.3%であった。

回答からは、ひとり親家庭の実態調査等と比較しても父親の受講割合が高いことが挙げられる。また、離婚前の当事者に講座内容を届けることができたのは、昨年度調査研究（令和 4 年度）時の課題の一つでもあった、離婚前の当事者へのアクセスの問題解消にも繋がった面がある。

（参考 5）分析対象者の基本属性

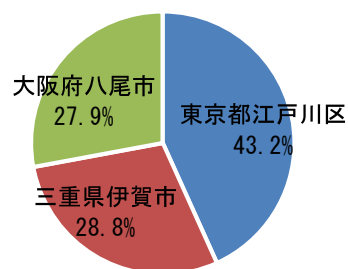
表 1 <分析対象者の基本属性>

※数値は四捨五入しており、100%に満たないものがある。

<居住地域>

全体 (n)	東京都江戸川区	三重県伊賀市	大阪府八尾市
111	48	32	31
100.0%	43.2%	28.8%	27.9%

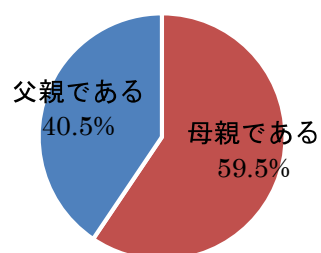
あなたのお住まいの地域について教えてください。



<父・母の数とその割合>

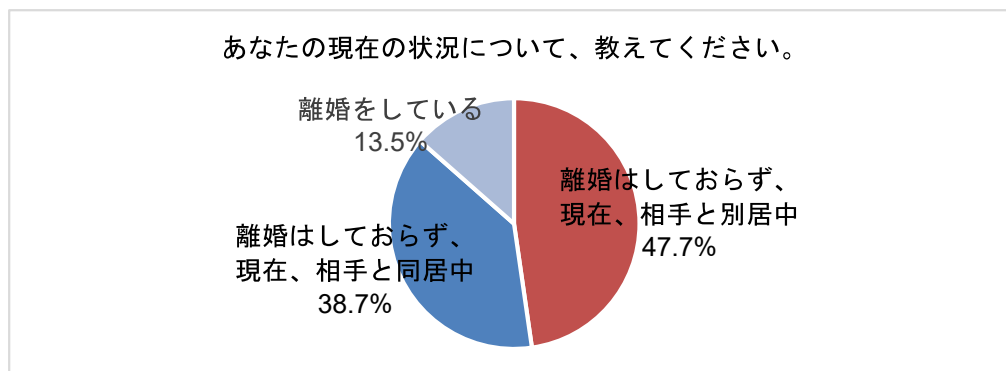
全体 (n)	母親である	父親である
111	66	45
100.0%	59.5%	40.5%

お子さんから見て、あなたはどのようなお立場ですか。



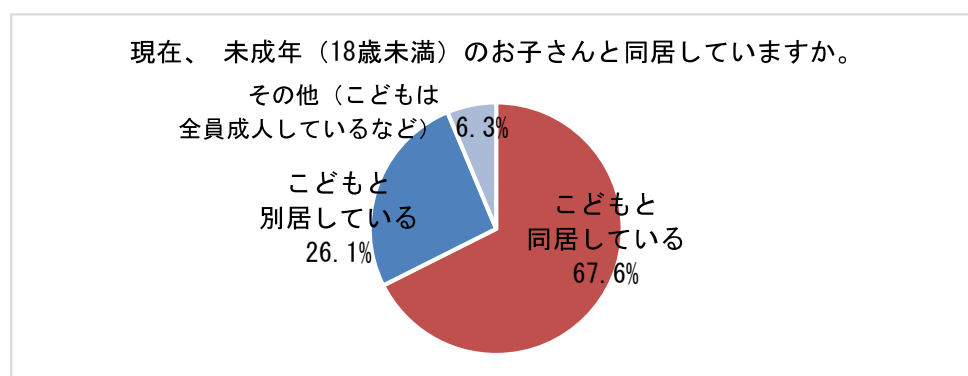
<現在の状況（離婚前同居、離婚前別居、離婚後）>

全体(n)	離婚はしておらず、 現在、相手と別居中	離婚はしておらず、 現在、相手と同居中	離婚をしている
111	53	43	15
100.0%	47.7%	38.7%	13.5%



<子どもとの同居の有無>

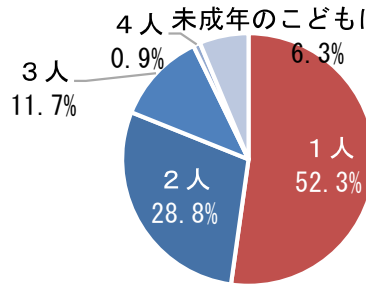
全体(n)	子どもと 同居している	子どもと 別居している	その他（子どもは 全員成人しているなど）
111	75	29	7
100.0%	67.6%	26.1%	6.3%



<子どもの人数と年齢区分（複数選択可）>

全体(n)	1人	2人	3人	4人	未成年の子どもはいない
111	58	32	13	1	7
100.0%	52.3%	28.8%	11.7%	0.9%	6.3%

未成年（18歳未満）のお子さんの人数について、教えてください。



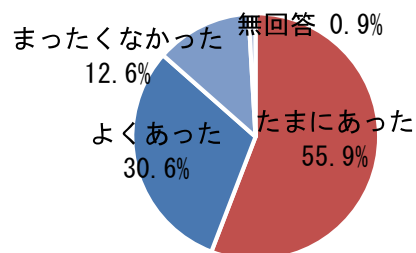
全体(n)	中学生以上	中学生以上と小学生	小学生	小学生と未就学(3歳～小学校入学前)	
111	19	12	24	3	
100.0%	17.1%	10.8%	21.6%	2.7%	
	小学生と未就学(0～2歳)	未就学(3歳～小学校入学前と0～2歳)	未就学(3歳～小学校入学前)	未就学(0～2歳)	未成年のこどもはいない
	1	4	22	18	8
	0.9%	3.6%	19.8%	16.2%	7.2%

(数字は複数回答数)

< 暴力的な言動の割合 >

全体(n)	たまにあった	よくあった	まったくなかった	無回答
111	62	34	14	1
100.0%	55.9%	30.6%	12.6%	0.9%

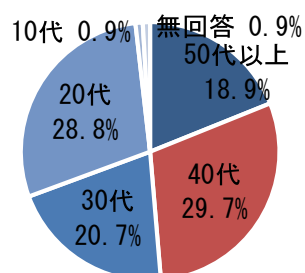
あなたの（元）パートナーは、暴力的な言動がありましたか。



< 年齢区分 >

全体(n)	50代以上	40代	30代	20代	10代	無回答
111	21	33	23	32	1	1
100.0%	18.9%	29.7%	20.7%	28.8%	0.9%	0.9%

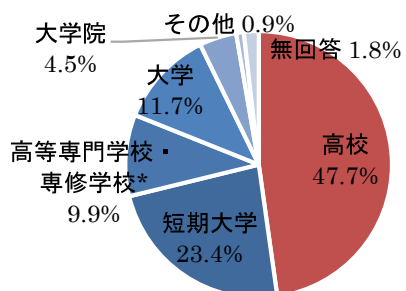
あなたの年齢について、教えてください。



<最終学歴>

全体(n)	高校	短期大学	高等専門学校・ 専修学校	大学	大学院	その他	無回答
111	53	26	11	13	5	1	2
100.0%	47.7%	23.4%	9.9%	11.7%	4.5%	0.9%	1.8%

あなたの最終学歴について、教えてください。



イ 講座の感想等、受講前後の理解度および受講後の意識の回答数や割合など
講座の感想等、受講前後の理解度および受講後の意識の回答数や割合などを表 2 に示す。

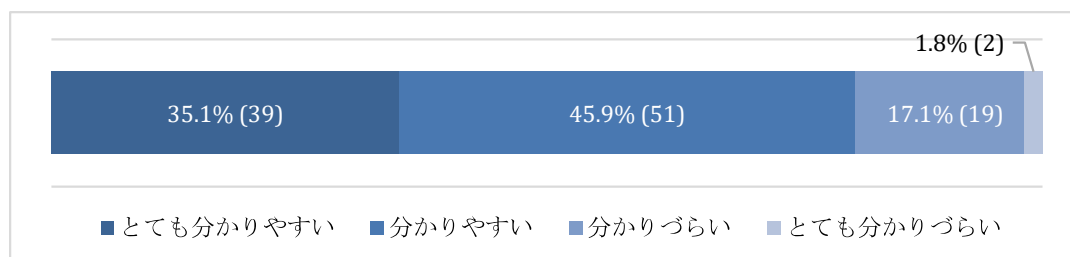
(参考 6) 回答数や割合など

表 2 <回答数や割合など>

1 今回の講座はいかがでしたか。以下の質問にお答えください。

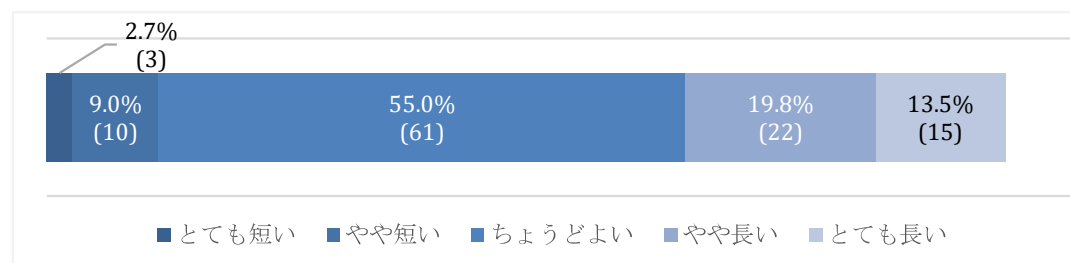
① 講座内容の分かりやすさについて

全体 (n)	とても分かりやすい	分かりやすい	分かりづらい	とても分かりづらい
111	39	51	19	2
100.0%	35.1%	45.9%	17.1%	1.8%



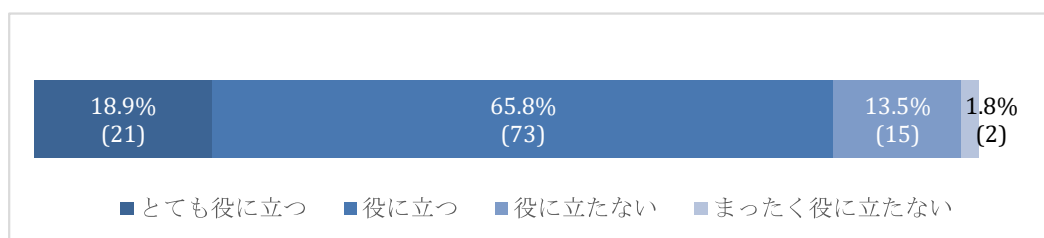
② 講座全体の時間について

全体 (n)	とても短い	やや短い	ちょうどよい	やや長い	とても長い
111	3	10	61	22	15
100.0%	2.7%	9.0%	55.0%	19.8%	13.5%



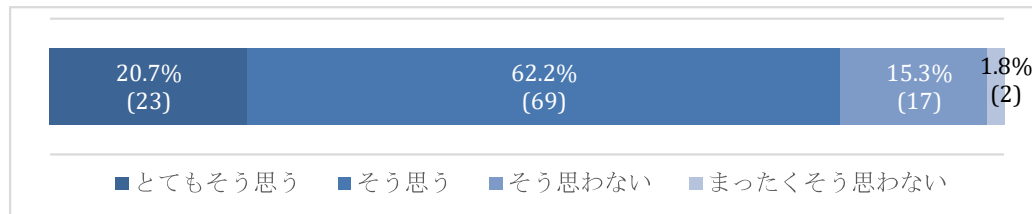
③ この講座は別居や離婚を考えている親にとって、役立つと思いますか。

全体 (n)	とても役に立つ	役に立つ	役に立たない	まったく役に立たない
111	21	73	15	2
100.0%	18.9%	65.8%	13.5%	1.8%



④ 別居や離婚を考えている親は、できるだけこの講座を受講するとよいと思いますか。

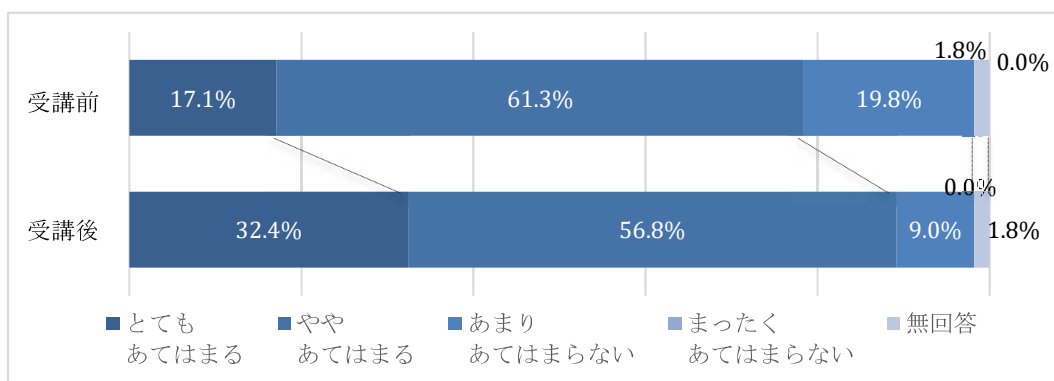
全体(n)	とてもそう思う	そう思う	そう思わない	まったくそう思わない
111	23	69	17	2
100.0%	20.7%	62.2%	15.3%	1.8%



2 以下の質問は、講座を受ける前（受講前）のあなたのお考えと、講座を受けた後（受講後）のあなたのお考えをうかがいます。受講前と受講後のあなたのお考えについて、あてはまるものを1つ選んで回答してください。

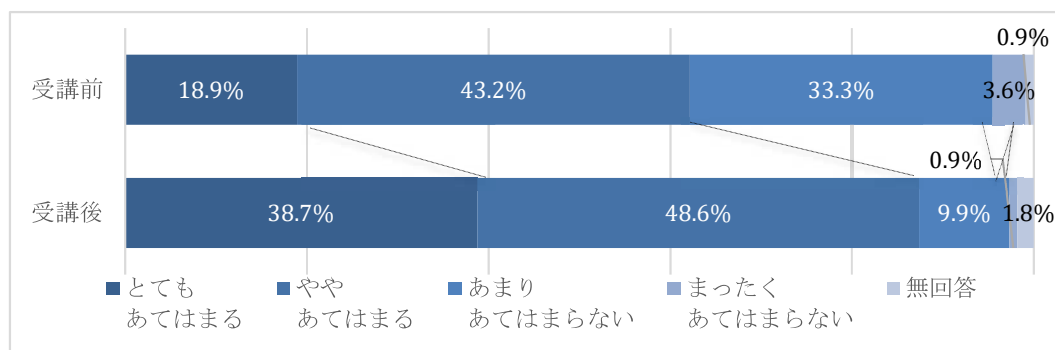
① 別居や離婚により、こどもにもさまざまな気持ちが生じうること

全体(n)		とてもあてはまる	ややあてはまる	あまりあてはまらない	まったくあてはまらない	無回答
111	受講前に理解していた	19	68	22	2	0
100.0%		17.1%	61.3%	19.8%	1.8%	0.0%
111	受講後に理解している	36	63	10	0	2
100.0%		32.4%	56.8%	9.0%	0.0%	1.8%



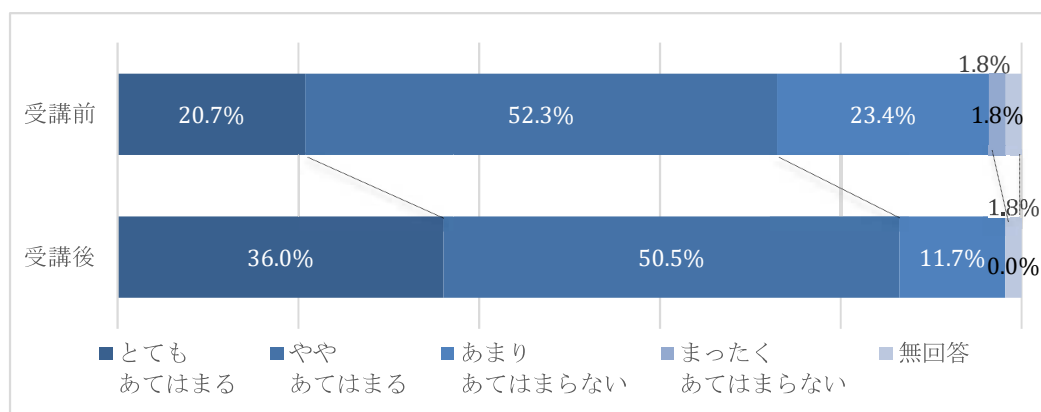
② 親の争いにこどもを巻き込まないことの大切さ

全体(n)		とてもあてはまる	ややあてはまる	あまりあてはまらない	まったくあてはまらない	無回答
111	受講前に理解していた	21	48	37	4	1
100.0%		18.9%	43.2%	33.3%	3.6%	0.9%
111	受講後に理解している	43	54	11	1	2
100.0%		38.7%	48.6%	9.9%	0.9%	1.8%



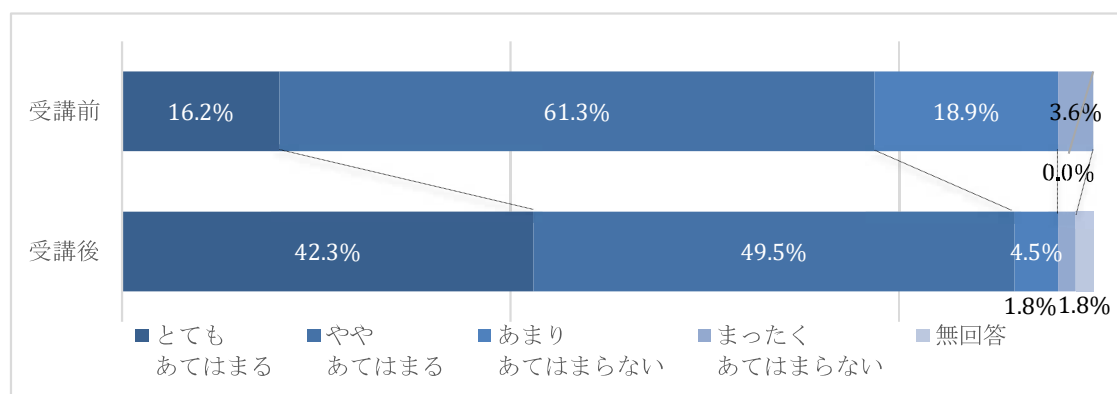
③ 養育費について話し合うことや取り決めることの重要性

全体 (n)		とてもあてはまる	ややあてはまる	あまりあてはまらない	まったくあてはまらない	無回答
111	受講前に理解していた	23	58	26	2	2
100.0%		20.7%	52.3%	23.4%	1.8%	1.8%
111	受講後に理解している	40	56	13	0	2
100.0%		36.0%	50.5%	11.7%	0.0%	1.8%



④ 親子交流（面会交流）について話し合うことや取り決めることの重要性

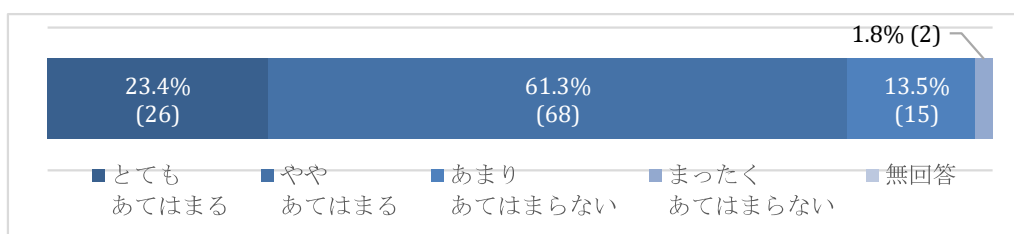
全体 (n)		とてもあてはまる	ややあてはまる	あまりあてはまらない	まったくあてはまらない	無回答
111	受講前に理解していた	18	68	21	4	0
100.0%		16.2%	61.3%	18.9%	3.6%	0.0%
111	受講後に理解している	47	55	5	2	2
100.0%		42.3%	49.5%	4.5%	1.8%	1.8%



3 以下の質問は、講座を受けた後のあなたのお考えをうかがいます。それぞれの項目について、あてはまるものを1つ選んで回答してください。

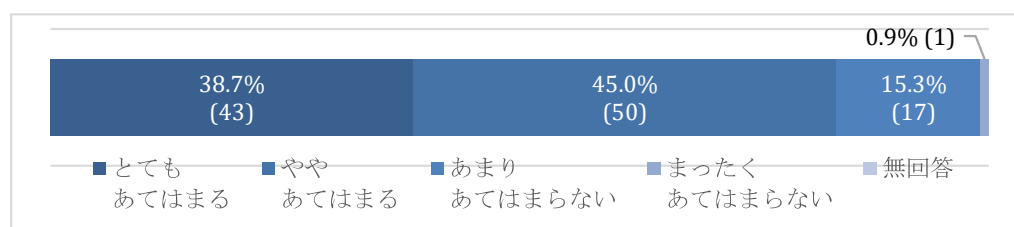
① 自分自身をいたわったり、ケアしようと思う

全体(n)	とてもあてはまる	ややあてはまる	あまりあてはまらない	まったくあてはまらない	無回答
111	26	68	15	2	0
100.0%	23.4%	61.3%	13.5%	1.8%	0.0%



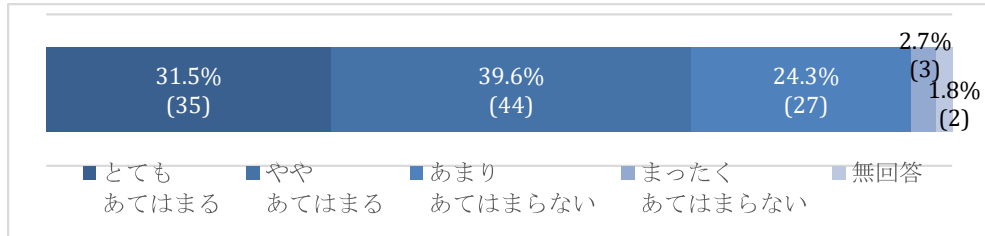
② こどもの気持ちに耳を傾けようと思う

全体(n)	とてもあてはまる	ややあてはまる	あまりあてはまらない	まったくあてはまらない	無回答
111	43	50	17	1	0
100.0%	38.7%	45.0%	15.3%	0.9%	0.0%



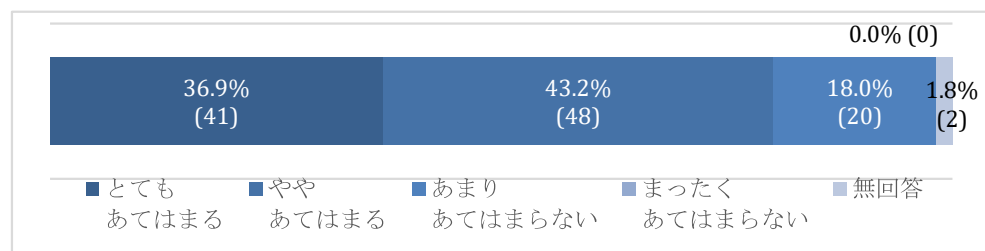
③ 別居や離婚をこどもに説明しようと思う

全体 (n)	とても あてはまる	やや あてはまる	あまり あてはまらない	まったく あてはまらない	無回答
111	35	44	27	3	2
100.0%	31.5%	39.6%	24.3%	2.7%	1.8%



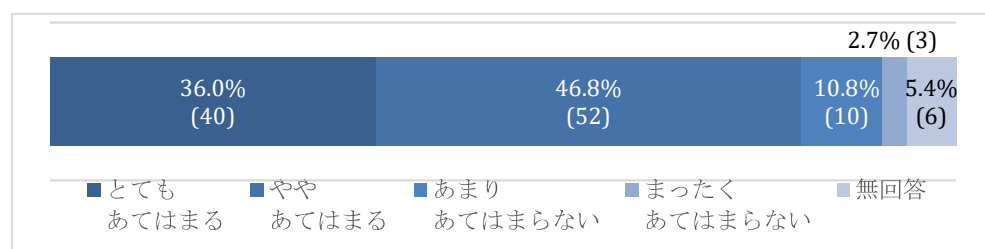
④ 親の争いにこどもを巻き込まないように、ふるまおうと思う

全体(n)	とても あてはまる	やや あてはまる	あまり あてはまらない	まったく あてはまらない	無回答
111	41	48	20	0	2
100.0%	36.9%	43.2%	18.0%	0.0%	1.8%



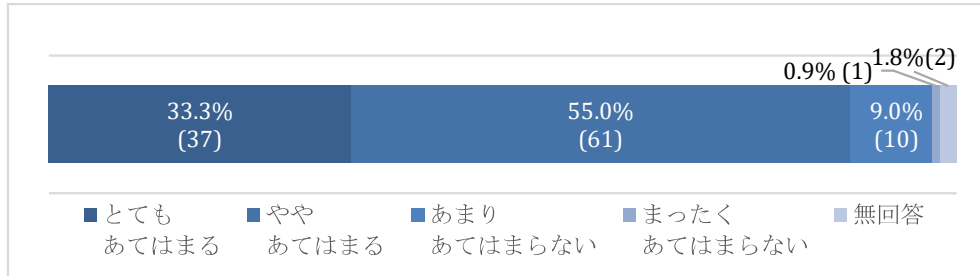
⑤ 親子交流（面会交流）について、取り決めようと思う

全体(n)	とても あてはまる	やや あてはまる	あまり あてはまらない	まったく あてはまらない	無回答
111	40	52	10	3	6
100.0%	36.0%	46.8%	9.0%	2.7%	5.4%



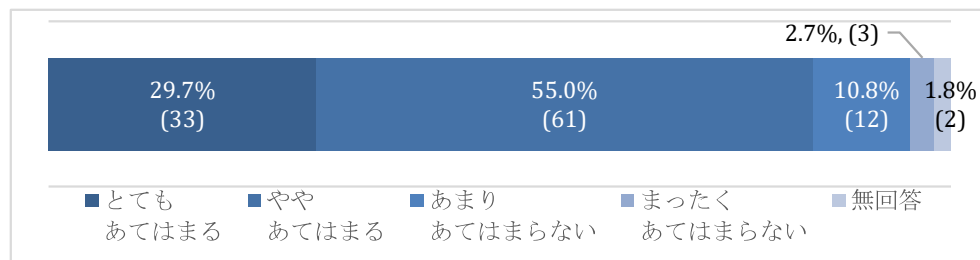
⑥ 養育費について、取り決めようと思う

全体(n)	とても あてはまる	やや あてはまる	あまり あてはまらない	まったく あてはまらない	無回答
111	37	61	10	1	2
100.0%	33.3%	55.0%	9.0%	0.9%	1.8%



⑦ 別居や離婚に関することで、必要に応じて、専門家（弁護士、カウンセラー、自治体の窓口など）に相談しようと思う

全体(n)	とても あてはまる	やや あてはまる	あまり あてはまらない	まったく あてはまらない	無回答
111	33	61	12	3	2
100.0%	29.7%	55.0%	10.8%	2.7%	1.8%



ウ 受講前後の理解度の変化

講座の受講前後で、調査協力者の理解度に変化が認められるかを検討した結果、図 1 および表 3 のとおり、①—④のすべての項目で、受講後の理解度得点が受講前の理解度得点と比べて、概ね中程度の大きさに上昇した。

図 1 受講前後の理解度得点の平均値⁶

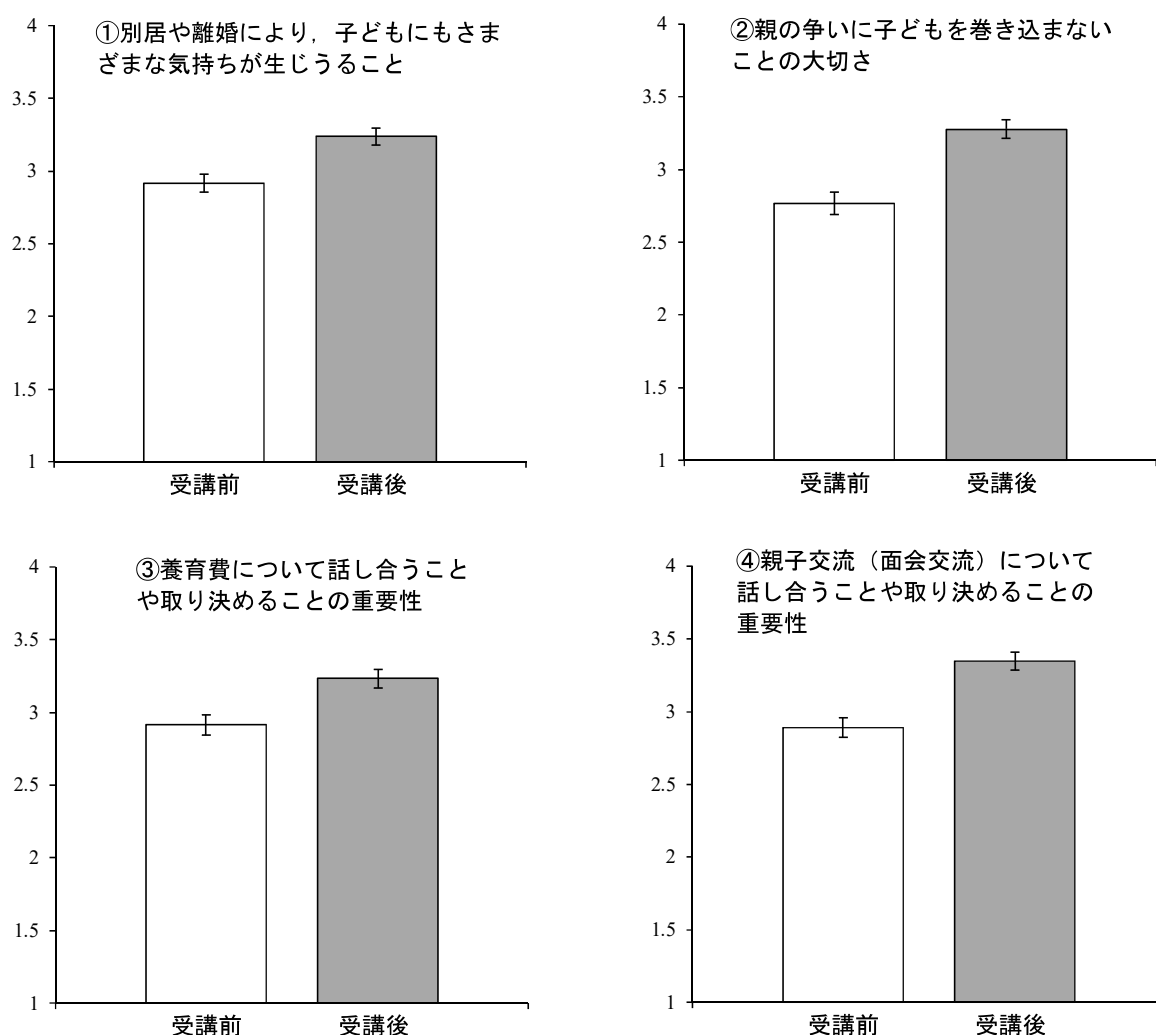


表 3 受講前後の理解度得点の平均値、標準偏差、統計的な検定の結果^{7 8}

	有効 回答	受講前		受講後		<i>t</i>	<i>p</i>	効果量 Cohenの <i>d</i>
		平均値	標準偏差	平均値	標準偏差			
①別居や離婚により、子どもにもさまざまな気持ちが生じること	109	2.92	0.65	3.24	0.61	4.94	< .001	0.47
②親の争いに子どもを巻き込まないことの大切さ	108	2.78	0.79	3.28	0.68	6.79	< .001	0.65
③養育費について話し合うことや取り決めることの重要性	107	2.92	0.72	3.23	0.65	5.87	< .001	0.57
④親子交流（面会交流）について話し合うことや取り決めることの重要性	109	2.89	0.70	3.35	0.66	6.71	< .001	0.64

⁶ 図中のエラーバーは標準誤差である。

⁷ 対応のある *t* 検定の結果である。効果量（effect size）とは、効果の大きさを表す統計的な指標で、独立変数（今回の分析では受講前後の時点）が従属変数（今回の分析では前後それぞれの得点）に影響を及ぼしている程度を表す（大久保・岡田、2012）。Cohen の *d* は、平均値の差を比較する際に一般的に用いられる効果量で、目安は、0.1（小）、0.5（中）、0.8（大）とされている（水本・竹内、2008）。

⁸ 基本属性が前後の変化に影響を与えている可能性を検討するため、前後の 2 時点という要因に加え、基本属

エ 基本属性による各項目得点の差異

最後に、基本属性の違いによって、講座の感想等の4項目および受講後の意識の7項目の得点に違いがみられるかを検討した。基本属性として、性別（母親または父親）、離婚の有無、別居の有無（未離婚群のみ）、学歴（高校・専門学校等卒または短大・四年制大学等卒）、頻繁な暴力の有無（よくあったを有、たまにあった・まったくなかったを無と整理した）の2グループに分け、それぞれの得点に違いがみられるかを検討した結果、講座内容のわかりやすさについてのみ、母親の得点が父親と比べて高かった⁹。しかし、その他の基本属性では、いずれの項目にも違いはみられなかった。この結果は、講座の感想等や受講後の意識の得点は、今回検討した基本属性による違いがほとんどないことを意味している。

オ 感想など（自由記述を抜粋、要約したものである。）

動画視聴を通して感じたことや気づきとして、親だけでなく子どもにも影響が出ることを改めて実感した、離婚が子どもの負担にならないように配慮すべきだと感じた、子どもを第一に考えていきたいという感想がみられた一方で、親が離婚等を巡って争っている中で、子どもに配慮することは現実的には難しいという意見もあった。また、親自身のセルフケアに言及したものとして、自分をねぎらうことができていなかったと感じた、周囲に助けてもらったり、ほどよく頼れることが子どものために大切なことだと気づいたという感想がみられた。

動画内容や講座自体の感想については、短い時間で離婚による子どもへの影響や親の心構えがまとまっていたという意見がみられた一方で、動画に強弱がなく、話が入りにくかったという意見もあった。

さらに、離婚後の調査協力者からは、離婚届を提出する前に受講できていれば、養育費や親子交流の話し合いができていたかもしれない、離婚届を出したときにこの内容を知れていたら、今の状況がよくなっていたかもしれないので残念、といった感想も見られた。

(5) アンケート結果の考察

ア 講座全般の感想

講座全般の感想（動画の分かりやすさ、時間、役立ち具合、離婚当事者への受講をすすめたいか）については、いずれも8割以上の受講者から「別居や離婚を考えている親にとって役立つ」「わかりやすい」「できるだけこの講座を受講するとよい」という回答が得られ、離婚後養育講座について、これらの内容が離婚を考えている親にとって役立ち、講座を受講するとよいという肯定的な感想が多く聞かれた。

長さについては「ちょうどよい」が5割以上（54%）、「やや短い」「短い」が約1割（12%）、「やや長い」「長い」が約3割（34%）であった。長いという意見の背景には、内容が多岐にわたることや、自由記述にもみられるような、家事育児で慌ただしい親の日常といった

性（性別（母または父）、離婚の有無、別居の有無（未離婚群のみ）学歴、頻繁な暴力の有無）のいずれかを要因とした2要因分散分析を追加で行った。その結果、時点と基本属性の交互作用項はいずれも有意ではなかった。この結果は、これらの基本属性にかかわらず、受講前後で有意な変化が生じていることを意味する。

⁹ 違いが見られた講座内容のわかりやすさは、母親の平均値 3.27（標準偏差 0.78）、父親の平均値 2.96（標準偏差 0.71）であった（ $t(109) = 2.19; p = .030; d = 0.42$ ）。

実態も関係していると考えられる。個別意見にもあったとおり、家事育児に従事しながら多様な内容の動画を一定の時間視聴することが難しいという実態も考えられ得る。

イ 講座受講前後の理解度の変化

こどもの心情や、こどもを巻き込まないことへの大切さ、養育費・親子交流について話し合うことや取り決めの必要性への理解度に関して、受講前の理解度と比べて、受講後の理解度が中程度の大きさで高まっていた。こども視点を盛り込んだ心理面の講座内容に対する一定の効果のみならず、養育費・親子交流について話し合うことや取り決めの必要性についての理解度が高まったことが確認できた。今回の調査協力者は、受講前の理解度の平均値が3：ややあてはまるに近い値を示していること、任意に受講をしていることなど、元々理解度や意欲が高い傾向があったグループであると考えられるが、それでも、受講後の得点は上昇していることから、元々高かった理解度をさらに高める効果があったものと考えられる。

ウ 講座受講後の意識

受講後に、講座で学んだ行動を取ろうとするか、すなわち受講後の意識については、「自分自身へのいたわりやケア」への認識、「こどもの心情に耳を傾けること」、「親の争いにこどもを巻き込まないようにふるまうこと」、「親子交流・養育費についての取決め」に8割を超える肯定的な回答がみられた中、別居や離婚のこどもへの説明は「あまりあてはまらない」「あてはまらない」が25%を超えており、この問題の難しさがうかがえる結果となった。

エ 基本属性による差異

講座全般の感想および講座受講後の意識については、ほとんどの項目で、基本属性による差は認められなかった。全体的に肯定的な評価が多いことを踏まえると、本講座が属性や置かれた状況にかかわらず、一定の理解を促す効果が認められる可能性を示唆するといえる。また、追加分析の結果、講座受講前後の理解度についても、基本属性にかかわらず、受講前後で変化が生じていた。前述のとおり、今回の調査協力者が任意に講座を受講する等、離婚後の子育てに関心があり、受講前から一定の理解度を有していたグループであることがうかがわれ、一般化可能性には留意する必要があるものの、離婚を考えている多くの人にとって、個人の状況や属性にかかわらず、一定の効果のある講座内容であった可能性を示唆する結果といえる。

2 協力自治体での取組状況

協力自治体における離婚後養育講座事業の案内は、令和5年11月30日から令和6年2月29日までの約3か月、順次行われた。また、事業実施中に各協力自治体と意見交換会を行った。事前に、講座実施状況や実際に講座を受講した離婚当事者の反応等のフィードバックや、各協力自治体間での実施状況や、提供方法などについて活発な意見交換がなされた。

以下は、事前に提出してもらった各協力自治体のヒアリング概要をまとめたものである。

(1) 協力自治体における状況

① 大阪府八尾市

調査研究事業担当課	こども若者部こども若者政策課
ちらし配布場所	下記のとおり

ウェブサイト掲載情報	八尾市HPのひとり親「相談・その他支援」に掲載
その他取り組んだ周知広報等の方法	母子家庭等就業自立支援センター、近隣自治体のひとり親相談担当課、市内母子生活支援施設、母子父子福祉推進委員へ支援者としての受講を案内
ちらし作成枚数	900部（700部+追加200部）

配布先	
市民課	八尾市議会文教委員
各出張所（各11か所）	社会福祉協議会
こども総合支援課	八尾市母子父子福祉推進委員※
生活福祉課	母子生活支援施設（ルフレ八尾）※
コミュニティ政策推進課	大阪府母子寡婦福祉連合会※
人権政策課	河内ブロックひとり親相談担当課※
地域共生推進課	
保健センター	

※＝支援者向け

② 東京都江戸川区

調査研究事業担当課	江戸川区区民課
ちらし配布場所	・本庁舎及び区内5事務所の窓口にて交付（戸籍担当にて離婚届に挟み込み） ・児童相談所、児童扶養手当等の申請窓口、福祉事務所、人権・男女共同参画推進センターにて配布
ウェブサイト掲載情報	・区ホームページに掲載（閲覧数1,706件、ダウンロード数98件（12月1日から1月27日までの集計）） ・区SNS（X(旧Twitter)、LINE、YAHOO ぐらし）に掲載
その他取り組んだ周知広報等の方法	・ひとり親家庭向けメールマガジンに掲載
ちらし作成枚数	3,000枚

③ 三重県伊賀市

調査研究事業担当課	伊賀市こども未来課
ちらし配布場所	本庁及び各支所窓口へのちらし配架
ウェブサイト掲載情報	伊賀市ホームページへの掲載 https://www.city.iga.lg.jp/igakids/0000011662.html
その他取り組んだ周知広報等の方法	・出前講座参加者への配布（3件概ね50名程度） ・窓口相談者への配布
ちらし作成枚数	200部

(2) 協力自治体等の窓口対応者等からの感想

事前に、以下の4点につきヒアリングを行った。

Q 1 窓口における負担感、現場での反応・感想などがございましたらご教示ください。

(八尾市)

- ・ 児童扶養手当の申請や相談の際に手渡ししてもらった。
- ・ 窓口や相談員の負担感は特になかった。
- ・ 講座の案内としては、市民からすると当課での離婚相談をした後は、情報量が多く、この動画を見ることで、再確認と頭の整理ができると思う。
- ・ 相談に来る方は離婚や養育費について、どのような手続、制度になっているかわからない方も多いので、「法務省が作成された動画で、わかりやすく説明をされています」と説明すると、食いつきが良かった。

(江戸川区)

- ・ 特に負担があるという意見はなかった。
- ・ ただ、本区では離婚届に挟み込んでお渡ししていたため、その作業が手間と捉える部署があった。配布方法を検討する必要があるかもしれない。

Q 2 当事者・来庁者の反応などがありましたらぜひご教示ください。

(八尾市)

- ・ 「講座」＝勉強のイメージがあるからか、チラシをお渡しして説明をしても、講座に興味を強く持たれたり、追加で事業についての質問を受けたりすることはなかった。
- ・ アンケート後の謝礼も含めて案内したが、謝礼がきっかけで興味を持たれた印象もなかった。
- ・ 一方で、紙で案内を読むのは難しいが、動画であれば見ると思うと話される方や、アンケートに答えることで謝礼があることを喜んでいる方もいた。

(江戸川区)

- ・ 窓口においては深い説明をしていないため、特にない。
- ・ その場でQRコード等を確認する人はいなかった。
- ・ ギフト券のことを伝えたら良い反応が感じられたことがあった。
- ・ 福祉事務所においては、相談を受けるであろうCW向けに配布を行ったが、特に反応はなかった。受付のブースにも置いているが、持ち帰った形跡はない。
- ・ 児童相談所においても今のところ対象者がいないため、渡していない状況とのこと。

(伊賀市)

- ・ 親子交流の取決めをしている真っ只中で、精神的にしんどい時がある（離婚後の方）。
- ・ この動画は強要する訳でもなく落ち着いて話してくれるので見やすかった。
- ・ 離婚するのかを迷っている時に相談員と一緒に視聴した。分かりやすかった。
- ・ 考えなければならないことの問題提起が的確であると感じた。
- ・ 出前講座で問題提起した時に空気感が変化したのを感じた。当事者世代ではなかったが、こどもの貧困問題と絡めて養育費や面会交流を話させてもらったので、気づきがあったのではないかと期待している。

Q 3 離婚後養育講座の内容面について、ご担当者が見られての感想や改善点がございましたらご教示ください。

(八尾市)

- ・ 普段業務に携わる中で、「ひとり親の支援」を中心に考えてしまい、離婚することによる子への影響や、心の変化について考える機会がなかったので支援する立場としても勉強になった。
- ・ 細かな点になるが、動画でも説明されていたように、離婚に伴うこどもへの申し訳ない

という気持ちを相談者は強く持っている。そのため、動画の中で、こどもの声で離婚への思いが紹介されており、相談者の方には、そこで少し辛い思いをされるのではないかと感じた。ナレーターの方の読み上げで良いと思われる。

(江戸川区)

- ・ とてもわかりやすい。
- ・ 詳しく説明されているが、動画が長いと感じた。ワークの場所がわかりづらい。

(伊賀市)

- ・ 出前講座前に視聴したところ、分かりやすく理解が深まった。
- ・ この動画を見ることでこどものことに向き合い、離婚を思いとどまることもあるように感じた。
- ・ 相談者の方と一緒に見たときに、分かりやすいと感じたし、相談者もそのように言っていた。
- ・ 日本語を話せる外国の方とも視聴したが、難しくないで視聴可能であった。
- ・ 離婚相談があったときに、導入でこの動画を活用できると考えが整理できて有効であると感じた。

Q 4 本事業における課題・改善点など現段階で見えるところがありましたらご教示ください。

(八尾市)

- ・ 離婚を検討されている方にこの動画を見てもらうための周知方法が課題と感じた。
- ・ 受講内容は離婚を考えている方や離婚された方にとって必要な情報が盛り込まれているので、窓口等で受講を促す方法を相談員が工夫するなど、周知方法が課題だと思った。
- ・ 養育費の取り決めや親子交流などをせず、感情的に離婚届を提出される方が多くいる。離婚を検討されている方がこの動画を見つけ、視聴していただけるような仕掛けができれば、離婚を検討する方が養育費やこどもの気持ちに対する準備ができるのではないかな。

(江戸川区)

- ・ SNS での周知は効果が大きいと感じた。

(伊賀市)

- ・ 本アンケートを作成しながら意見交換をしたところ、母子保健担当も巻き込んで実施すれば良かったとの意見があった。特に幼い子どもや妊婦で離婚となれば、慎重に将来を決めて頂きたいと思っているので有効だっただろうと思われる。

(3) 協力自治体等の窓口対応者等からの効果検証

前記 1 同様、協力自治体職員並びに支援者からの効果検証を実施し、5 件の回答が得られた。

効果検証内容については、前記 1 (2) のア、イで示した講座の感想等及び受講前後の理解度の回答を求め、最後に基本属性を回答してもらった。

講座の感想等については、①講座内容の分かりやすさ（とてもわかりやすい 4、とてもわかりにくい 1）、②講座全体の時間¹⁰（やや長い 3、やや短い 1、とても短い 1）、③この講座は別居や離婚を考えている親にとって、役立つと思うか（とてもあてはまる 4、まったくあてはまらない 1）、④別居や離婚を考えている親は、できるだけこの講座を受講するとよいと思うか（とてもあてはまる 4、まったくあてはまらない 1）の回答があった。

講座の受講前後で、調査協力者の理解度がどの程度変化したか、については、講座を受ける前（受講前）の考えと、講座を受けた後（受講後）の考えをうかがいますと教示し、受講前に理解していたか、受講後に理解しているかを尋ねたところ、①別居や離婚によりこどもに様々な気持

¹⁰ 当選択肢のみ、前記 1 と異なり 4 件法となっている。

ちが生じること（とてもあてはまる 4 [受講前]→5 [受講後]、ややあてはまる 1 [受講前]→0 [受講後]）、②子どもを親の争いに巻き込まないことの大切さ（とてもあてはまる 4 [受講前]→5 [受講後]、ややあてはまる 1 [受講前]→0 [受講後]）、③養育費（とてもあてはまる 5 [受講前、受講後]）、④親子交流（面会交流）について話し合うことや取り決めることの重要性（とてもあてはまる 4 [受講前]→5 [受講後]、ややあてはまる 1 [受講前]→0 [受講後]）の回答があった。

職員、支援者の属性については、東京都 2（うち江戸川区 1）、大阪府 2（うち八尾市 1）、伊賀市 1 であり、子育て支援、こども福祉、母子関係支援関係（市町村）など子ども福祉関係者が 3、その他（弁護士、大学）が 2 であった。

（4）協力自治体との意見交換会での議論など

令和 6 年 2 月 13 日に、離婚後養育講座を実施した 3 つの協力自治体と協力研究者との意見交換会を行った。その概要は以下のとおりである。

ア 講座全般の長さ

講座の長さについて、30 分程度の動画を通して見るのは長いという意見がみられた一方で、チャプターごとに区切って受講できるようにしたことで冗長になるのを解消できたのではないといった意見や、これ以上時間を短くすると離婚時に提供すべき情報としては不十分になってしまいうため望ましくないという指摘があった。

動画をチャプターで区切るという点については、離婚について漠然と相談する人が多く、また、仕事・家庭で忙しい人も多いため、情報を整理するという意味合いからも良いという意見が多かった。なお、各チャプターでは 3 分から 5 分という時間が適切ではないかという意見が多かった。

また、動画の長さから視聴をためらう人もいると考えられることから、冒頭にもう少し丁寧に全体構成・チャプターの案内をしてもらい、気になるところから受講してもらうのがよいのではという意見が聞かれた。

イ こども視点

離婚当事者は自分自身の気持ちや生活のことで手一杯であることが多いため、講座がこどものことに目を向ける内容となっている点が良かったという意見や、離婚に際して、こどもへの思いや接し方についての気づきが多い動画であったという意見があった。

一方で、相談者はこどもに対して申し訳ないという気持ちを強く持っている場合もあるため、こどもの声を紹介する場面が辛いと感じる人もいるのではないかという意見もあった。

養育費等については継続的な支援が重要であり、子育てでお金がかかる時期などにも、情報案内があることが望ましく、離婚前後だけでなく、離婚後一定期間が経過した後にもこのような講座が受講できるとよいという意見が多かった。

ウ 離婚前の情報提供など

離婚前後の親子の移行期についての対応の大切さが指摘された一方で、離婚について、若年への情報提供や、家庭科等の教育、乳幼児健診時などでの離婚前の予防的な情報提供が必要である旨の意見があった。離婚前後においても、できるだけ葛藤が低いうちに問題に取り組むことが重要であるという意見があった。

また、相談にあたっている自治体職員の実感としても、相談に来る来庁者は、情報の案内をする頃には離婚まで整っていることも多く、取り決めをせずに感情的に届出を提出する人もいるとのことで、その前の段階で、講座のような内容を知っておいてもらえるとよい、という意見があった。

エ 視聴のフレキシビリティ

動画視聴に際し、状況に応じて必要な情報を届けるために、内容の全体像を最初に示し、必要な情報を選択して視聴できるような仕組みも重要であるとの意見があった。これを受けて、どのような対象者に、どのような内容で、どのようなタイミングで情報提供するかを検討することが重要であるとの指摘があった。

相談のために来庁する前に、講座による情報提供を受けていた方が相談もスムーズになるため望ましいという意見や、来庁しなくても誰もが情報にアクセスできることが望ましいという意見もあった。また、離婚届にチラシを挟み込むことも周知の方法として有用であるが、離婚当事者双方に情報が届くとは限らないという課題も挙げられた。

オ 周知広報

講座の実施に当たり、情報発信の課題が指摘された。特に、行政（自治体）HPは、それほど閲覧数が多いという事情や、自治体による SNS の情報発信も、これからの問題であることが示された。

また、当事者への周知だけでなく、教育現場等における若年層への教育、普及も重要となるという意見もあった。

カ 配慮すべき要素

配慮すべき事項として、DV等の被害者にとってはまずは被害から逃れることが第一であって、やはり養育費等の話を落ち着いてするのは難しいため、講座の受講に加えて更なるフォローが必要であるとの意見があった。また、離婚当事者一方のみが講座を受講することでは不十分であり、当事者双方への講座受講を進めていく必要があるという意見や、家庭で受講するに当たって周囲の環境（他の家族の視線）へ配慮する方策も必要であるという意見があった。

また、外国人当事者も講座を受講したところ、ナレーションがゆっくりとした口調であったため聞き取りやすかったとの感想があった。

キ ワークについて

ワークについては、時間的制約から動画には盛り込めないが、離婚時に役立つ情報等を届けるための工夫という意味もあった。ただ、その方法としては、スマホで回答する場合に選択肢が煩雑である、また、動画とワークの場所がわかりにくいとの意見があり、動画中でワークの存在に触れてもらうか、WEB サイトの画面上で、ワークと分かるような表示があればよかったという意見が聞かれた。また、ワークの紙媒体があってもよいかもしれないとの意見も聞かれた。

ク 離婚後養育講座受講後のフォローや個別支援

講座受講後、より情報がほしい方へのフォローとして、チラシに動画案内とともに、個別相談の窓口を記載したり、弁護士による無料法律相談前後に、個別にヒアリングを進めて、行政的な問題や手続の問題があれば、情報提供を行っているとの回答があった。

将来的には、離婚届の中に養育費取決めの今あるチェック欄だけでなく、講座を受講したかのチェック欄を設け、講座の受講を促すことが望ましいのではないかと意見もあった。

その一方で、個別対応の限界を感じているとの意見もあり、受講に法的な拘束力がなければ案内が難しいとの指摘や、希望していない方に受講を強要しているかのように誤解されないか不安であるとの指摘もあった。

ケ まとめ

各自治体からの報告に対し、協力研究者からは、人口規模や状況に応じて、自治体において適切な対応・働きかけをしていただいていることを実感することができたとの感想があった。このような講座をきっかけとして、個別の相談やフォローにつなげていくことが重要であり、市民への行政サービスにもつながると考えられる。小規模自治体が一から講座等を作成するのは難しいため、国・広域・自治体と役割分担し、連携をしていくことや、必要な情報を網の目のように広げていくことが重要である。

また、講座の内容・意味や位置づけが固まってくれば、全国的な取組の拡大や、その結果、悩んでいる当事者への情報提供や、個別フォローにもつながるといえることができるという指摘がなされた。全国共通で、基礎・一般的な情報提供を行うことで、自治体では、より専門的な相談にリソースが割けることになるとも考えられる。

さらに、自治体の働きを国がバックアップしていく体制や、離婚時の情報提供や行政サービスがしやすいような仕組みを構築することが重要であるとの指摘もあった。離婚後の子の養育について法制度の見直しが検討されていることもあり、今後より行政側でのフォローや支援が重要となってくることも予測される。

一方で、今回の調査研究では、任意で幅広く提供するという形となったが、諸外国では、義務化して情報を均一に広げていく取組をしており、今後、離婚前後に、このような講座の受講率を高めるためには、なんらかの制度化が必要ではないかという意見もあった。

3 支援団体関係者や研究者等からのヒアリング結果

協力自治体での取組とは別に、実施指針の策定の参考とするため、家庭問題を扱うADRや親子交流支援団体の関係者、研究者、実務家等にヒアリングを行ったところ、分かりやすい構成で、ていねいに、穏やかに、お子さんのことを中心にして作成されていてとてもよかったという意見や、葛藤の程度が高くない父母には的確な情報提供であり、こどもや親の経験をそれぞれが語る部分は説得的であり、臨場感があるという意見、実際の講座に効果的であり、協議離婚を考えるすべての当事者に見てほしいという意見が聞かれた。

また、受講する立場に立ってみても抵抗感のない視聴しやすい語り口であり、講義する立場に立ってみても、具体的なエピソードを折りこみやすい使い勝手の良いプログラムと感じたという意見もあった。

その上で、親子交流がこどもの権利であることや、親を知ることが子のアイデンティティの確立に必要であることなども、視聴者に知ってほしいという意見や、「親子交流と養育費について考える」を独立させて構成してもよいのではという意見、親子交流の日時取り決めなどに、既製の面会交流取り決め用アプリなどの紹介があってもよいという意見が聞かれた。

4 小 括

以上のアンケート結果並びに自治体担当者との意見交換会の結果から、次のことが指摘できると思われる。

(1) 離婚後養育講座の実施、形式、内容面

前記1、2の内容からは、離婚後養育講座の方針や形式については概ね肯定的な評価が得られたところであり、講座の実施時間についても、なるべく受講者を飽きさせないようなテンポのよい作り方が期待されるところである。

親・こどもの心情面を中心とした構成についても肯定的な意見が多く、法律制度の解説に留まらない内容の大切さが求められているように感じられる。また、自治体担当者からも、多い情報量をコンパクトにまとめている、考えなければならないことの問題提起が的確であるという肯定的な意見があり、受講者に自分ごととして捉えてもらえる内容構成が求められていることが窺える。

また、講座の案内先として、母子保健担当にも実施すれば良かったという意見があった。特に若い子どもや妊婦で離婚となるケースが想定されるため、慎重に将来を決めたいと思っている受講者にとって有用ではないかという意見もあった。

(2) 講座受講に当たっての自治体での取組

どの自治体も、離婚に悩む当事者への寄り添いの姿勢が高く、支援員と一緒に受講したり、手厚く相談に乗ってもらいながら受講に進む当事者像が見えるところである。中でも今回、離婚前の当事者からのアクセスが一定数あったが、現場としては、養育費の取り決めや親子交流をせず、感情的に離婚届を提出する来庁者がいるという指摘を受け、離婚検討段階での動画の周知・受講方法が課題であるという指摘があった。

(3) 受講者の属性

本調査研究の講座内容検討の当初から、ジェンダーバランスや、父母双方の受講者を想定し、なるべく別居親・同居親双方に十分配慮した講座内容とすべく検討を行った結果、父親の受講者も4割を占めるに至った。父親・母親、また同居・別居など、さまざまな立場や状況の親を視野に入れながら、かつ、ジェンダーバイアスなどにも配慮した講座の作成を今後も模索する必要があると考えられる。

より父親及び母親双方に配慮した内容や、家事育児に対する性別役割分業、また、ジェンダーバイアスのない内容を講座作成にあたって模索する必要があると考えられる。

第7 離婚後養育講座の実施指針（案）

本調査研究におけるこれまでの調査研究事業の結果及び協力研究者による議論・検討を通じて、離婚後養育講座の実施指針の概要を示す。

1 取り上げる項目 - 離婚後養育講座の形式・内容について

これまでの検討により、本調査研究の離婚後養育講座における、当事者の心情に配慮し、こどもや当事者自身の離婚による影響面という心理的側面及び親子にとって必要な法律知識を中心に講座を展開しながら、離婚時における基本情報（当事者にとって必要な法的情報や支援情報等）を確実に提供していく方針は、一定の当事者の評価を得られたものと考えられる。

離婚当事者に対しては、身近な自治体において協議離婚時に養育費や親子交流についての取り決めを積極的に促すことが求められているが、これらの制度やその意義を説明し、伝える前提としての当事者への寄り添いという視点が重要であることが示されたといえよう。この点、当事者の心理的負担への懸念については、講座の構成や内容の作り方、情報提供の在り方等の工夫によっては相当低減できるという考え方もできるだろう。

また、家事育児等に追われる当事者からの感想も勘案し、よりコンパクトでテンポ感のある内容が期待されている面も窺える。本調査研究の離婚後養育講座においては30分程度という動画内容となったが、いかに短時間で無理なく、必要情報や基本情報を提供することができる全体構成としていくかという観点も求められよう。これらの観点から、必要な情報を不足なく盛り込みつつ、同時に、より効率的な情報提供を実現するための方策として、今回の動画のようにチャプター機能を用いる等の工夫で解消されるところもあるだろう。

2 望ましい提供方法

講座提供方法については、当事者の自宅等でインターネットを介して受講してもらう手法をベースに、協力自治体担当者による説明や働きかけの下に、自治体で一緒に受講してもらうなど、複数の受講方法が報告された。

講座実施に当たり自治体担当者から寄せられた懸念事項として、30分程度の長さの動画視聴に対し、当事者が各人で通信環境の整備や該当時間の受講を任意で行うことのハードルの高さが挙げられていたが、今後、このような離婚後養育講座を自治体において実施していくことを考えると、当事者の受講環境や通信料負担という問題は、継続して検討すべき課題の一つと考えられる。例えば、各自治体において、来庁時に無料 Wi-Fi が利用できる空間で当事者に講座を受講してもらったり、スマートフォン等での視聴が困難な当事者に対し、タブレット端末等を貸与していくこと等も考えられる。

また、今後の講座の在り方として、動画視聴には時間的制約がある一方で、離婚後の子育てなどにおいて役立つ知見や、さらなる情報を盛り込むためのワークについては、必要性はある程度考えられるものの、その提示方法における工夫が今後の課題として指摘できる。

3 配慮すべき点

本調査研究での検討の結果、離婚後養育講座における当事者の心情への配慮という観点からは、特にDV被害への配慮と内容の中立性、またこどもと別居する親への配慮の3点が挙げられよう。

DV等の暴力・精神的暴力・ハラスメント等の問題行動がみられる家庭においては、親子が受ける心身への有害な影響はより深刻なものとなり、非対称の関係性の下で本講座における「こど

ものためにできること」で示された内容の実施や協力は一層困難である場合がある。また、より広い協議離婚の当事者層に向けて講座を作成すると、個別具体的なケースに踏み込むことが困難になる点は従来からの課題であった。この点、自治体における働きかけの段階においては、一般的中立的な内容として広く受講してもらう目的での講座内容としつつ、上記のような家庭については、状況に応じた具体的な対応の必要性などについても追加で情報提供していくことが今後の課題として考えられる。

また、本調査研究において、別居親からの受講の感想も多く寄せられたところである。自治体に来庁する当事者は様々な事情から同居親の割合が高い面があるが、こどもと離れて暮らす別居親の心情への配慮や、父母双方の心情を思いやることのできる行政としての中立で公正な働きかけなどを含めた講座内容の検討が引き続き求められよう。

4 将来的な課題等

本調査研究を通じて、心理面での親子への影響や必要な法制度や支援情報等についてどのような形で当事者に離婚後養育講座を実施するかを検討してきたが、先に述べた点以外での将来的課題として、次の点が挙げられよう。

(1) 自治体職員間、部門を越えた連携等

今回、本調査研究にご協力いただいた協力自治体においても、所管の部局がさまざまあり、戸籍所管部局で対応いただいているところや、ひとり親支援にかかる福祉関連部局でご対応いただいているところなど、自治体の規模、地域性などの要素も加わり、担当部署の幅が広い。

離婚を考えている親やこどもに向けた支援の現場では、特定の部局だけが業務責任を負う形ではなく、親子交流や養育費にかかる施策においては、自治体の規模、地域性、特性等に応じて、自治体内で協力して横断的な子育て支援の連携ができるよう、いっそう細やかな制度設計が求められよう。

また、離婚後養育講座の提供に伴い、動画の視聴やリーフレットの配布などの過程で、自治体の現場での職員(支援者)からも、自らの支援の在り方や当事者への寄り添い方などを見直したり、自らの経験や知見を改めて整理する機会となったとの声も聞かれた。離婚後養育講座などの離婚時の情報提供の機会は、離婚の当事者のみならず、当事者の困難な個別課題に寄り添う自治体での支援者の気付きや士気の向上などにも役立つことが明らかになった。この点も、今後の自治体内での部署間連携や支援者の研修等でも配慮される必要があろう。

(2) 他機関・士業との協力連携等

最後に、今後、離婚後養育講座を実施していくに当たり、講座提供者、自治体担当者、当事者のほか、個別具体的なケースにおいて問題解決の手続や相談などができる専門機関（弁護士会、司法書士会、法テラス、裁判所、公証役場等）や他省庁（こども家庭庁、厚生労働省、内閣府、文部科学省等）との関係機関の連携や緊密なネットワーク作りが強く期待される。自治体関係者からも、身近な自治体が当事者に寄り添った支援を継続的に行っていくうえでも、国や中央からの地方へのバックアップ体制の強化を求める声が出されていた。

離婚後養育講座につき、不特定多数の当事者に対し、より広く受講してもらうことを検討する

と、個別具体的なケースに寄り添った情報提供が難しく、当事者の個々の課題に対する問題解消が図られないハードルが残ってしまう。そこで、例えば、講座実施と同時に弁護士会、司法書士会や裁判所、公証役場等と連携して無料相談会や個別専門相談・手続相談等を実施するなどの協力が得られると、当事者の不安感や今後の心配を解消できる一助となるのではないだろうか。また、離婚後養育講座による情報提供が、当事者の意識改革や気づきを促すとともに、個別に抱えている問題や課題の解決に向けた次のステップへの後押しやきっかけにもなることが期待できよう。

5 おわりに

以上のように、本調査研究では、限られた期間・事業予算内で離婚後養育講座事業の動画内容の検討から講座製作への助言・事業実施、効果検証までを行う必要があり、時間的な制約等から、盛り込むことがかなわなかった事項も多い。

本調査研究の経験からは、講座作成に当たり、離婚当事者の多様なニーズに対し、不安な気持ちを抱える離婚当事者への心理的負担を低減するための配慮や、家族の変容や近年の社会的事情を汲んだジェンダー観や中立公正性、また、内容監修に当たっての高い専門性・知見が変わらず広く求められよう。

最後に、本離婚後養育講座の位置づけは、あくまでも、離婚をしようとする当事者に、自分たちのおかれた状況やこどもの問題について考える機会を与えるとともに、「ひとりで抱え込まずに」自治体や関係機関への支援や相談ができることを知ってもらうためのものである。そのための一つの有効なツールになればということで、先行研究や国内外での取組等を参考にして、基本情報(心理面をベースに必要と思われる法的情報・支援情報)を盛り込み、比較的短時間の動画としてまとめたものである。したがって、今回の効果検証やアンケート結果の詳細な分析等を通じて、どのような対象者に、どのタイミングで、どの程度の長さのパッケージとしての基本情報を提供していくべきかを今後詰めていくことが求められている。また、視聴時間の長さや内容・構成・順番などや主体的参加や意識づけのためのワークの内容・方法などについてもさらに検討が必要である。

さらには、離婚に向けた当事者及びこどもへの教育的な働きかけや教育啓発の大切さが指摘されるところであるが、むしろ離婚に直面した当事者やこどもというより、婚姻しようとする当事者や一般的な法教育の一環として早期に社会人として必要とされる知見の獲得のための働きかけとしてなされる必要があることなども、協力研究者からは指摘されたところである。また、本調査研究に参画いただいた協力自治体の担当者におかれては、離婚に悩む当事者に対して温かい眼差しで積極的な支援に取り組んでいただいていることを日々の取り組みや意見交換会の場から学ばせてもらった。

今後、充実した離婚後養育講座を目指し、省庁間・自治体の部署間、また、研究者・実務家の垣根を超えて、当事者の支援ニーズや当事者の主体的参加に応え、こどもを真ん中にした情報提供のあり方を考えていく必要があろう。

以上

【資料】引用文献

Choi, J., Hatton-Bowers, H., Brand, G., Poppe, L. M., & Foged, J. (2017). Co-Parenting for Successful Kids: Impacts and Implications. *Journal of Extension*, 55(6), Article 43.

<https://tigerprints.clemson.edu/joe/vol55/iss6/43>

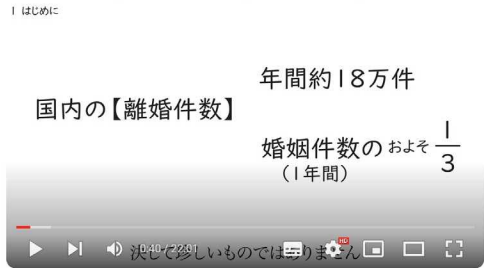
水本 篤・竹内 理 (2008). 研究論文における効果量の報告のために——基礎的概念と注意点——
英語教育研究, 31, 57 – 66.

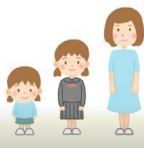
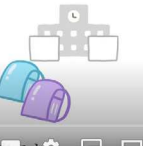
大久保 街亜・岡田 謙介 (2012). 伝えるための心理統計——効果量・信頼区間・検定力—— 勁草
書房

Schramm, D. G., & McCauley, G. (2012). Divorce Education for Parents: A Comparison of
Online and In-Person Delivery Methods. *Journal of Divorce & Remarriage*, 53(8), 602–617.

<https://doi.org/10.1080/10502556.2012.721301>

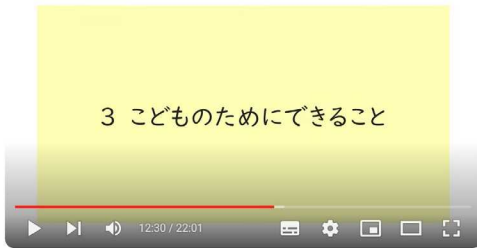
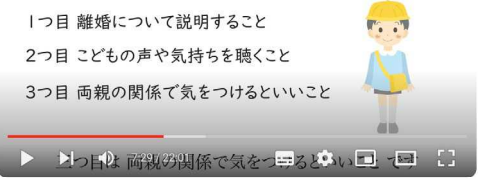
安田 節之 (2011). ワードマップ プログラム評価——対人・コミュニティ援助の質を高めるため
に—— 新曜社

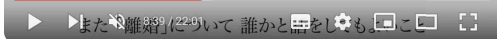
No	項目	絵コンテ	セリフ等
1	知っておきたい離婚のこと		
2	0 目次		この動画では、離婚を考えている方や、離婚された方に向けて、ぜひ知っておいていただきたい基本的な情報をお伝えします。
3	1 はじめに (別居・離婚の状況)		
4			現在、国内の離婚件数は、年間、約 18 万件とされています。 これは、1年間の婚姻件数のおよそ3分の1に当たります。 このように、離婚は、身近な出来事であり、決して珍しいものではありません。
5			また、離婚した家庭のうち、およそ6割に、未成年のお子さんがいるとされています。 離婚は、お子さんにとっても大きな出来事となるため、それぞれの状況にあったケアやサポートが必要です。

6		はじめに  未成年の子どもがいる夫婦の離婚において 知っておいていただきたい大切なこと お子さんに対してできること	そこで、今回の講座では、未成年の子どもがいる夫婦の離婚において知っておいていただきたい大切なことや、お子さんに対してできることなどを、一緒に考えていきたいと思います。
7	2 離婚によって親子が受ける影響	2 離婚によって親子が受ける影響	
8	(1)親にとって離婚とは？		はじめに、離婚や別居によって親御さん自身がどのような影響を受けるかについて考えてみましょう。
9		2 離婚によって親子が受ける影響 (1) 親にとって離婚とは？ 離婚で、生活・環境はどう変化する?? ・離婚届 ・転居届／転出届 ・転校手続 	離婚は様々な場面で親御さんの生活に大きな変化をもたらします。また、それに伴って色々な手続も必要となります。 例えば、離婚をきっかけにして新たな住まいに引っ越す場合には、転居届の提出が必要になります。お子さんと一緒に引っ越す場合には、転校手続も必要となるかもしれません。 新しく仕事を始める方や転職される方は、日々の生活も大きく変わることになるでしょう。
10		2 離婚によって親子が受ける影響 (2) 子どもにとって離婚とは？ お子さんのために考えていただきたい大切なこと ① 親権者 ② 養育費 ③ 親子交流 	ほかにも、お子さんのために、離婚のときに考えていただきたい大切なことが、3つあります。 1つ目が親権者、 2つ目が養育費、 3つ目が親子交流です。

16		2 離婚によって親子が受ける影響 (2) 子どもにとって離婚とは？ 別居時の父母の心情 <table border="1"> <thead> <tr> <th>項目</th> <th>別居時</th> <th>離婚時</th> <th>協議離婚時</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>子どもの申し訳なさ</td> <td>55.8%</td> <td>26.7%</td> <td>10.5%</td> </tr> <tr> <td>離婚した相手への怒り</td> <td>43.5%</td> <td>26.3%</td> <td>22.8%</td> </tr> <tr> <td>新生活・将来への不安</td> <td>33.0%</td> <td>29.8%</td> <td>26.3%</td> </tr> <tr> <td>安堵感</td> <td>36.0%</td> <td>29.1%</td> <td>22.1%</td> </tr> <tr> <td>解放感</td> <td>47.9%</td> <td>29.8%</td> <td>11.5%</td> </tr> </tbody> </table> (出典) 『協議離婚制度に関する調査研究業務』報告書』のQ16 未成年の子どもを持つ親を対象とし	項目	別居時	離婚時	協議離婚時	子どもの申し訳なさ	55.8%	26.7%	10.5%	離婚した相手への怒り	43.5%	26.3%	22.8%	新生活・将来への不安	33.0%	29.8%	26.3%	安堵感	36.0%	29.1%	22.1%	解放感	47.9%	29.8%	11.5%	未成年の子どもを持つ親を対象とした国内の調査によると、別居時の親の心情で最も多いのは、「子どもへの申し訳なさ」といわれています。 また、「相手への怒り」や将来への「不安」、一方で「安堵感」や「解放感」などを経験することもあるようです。 このように、別居や離婚に際しては、さまざまな気持ちを感じることが分かります。 これらの気持ちは、時間が経つにつれて少しずつ変化しながら落ち着いていくと言われています。
項目	別居時	離婚時	協議離婚時																								
子どもの申し訳なさ	55.8%	26.7%	10.5%																								
離婚した相手への怒り	43.5%	26.3%	22.8%																								
新生活・将来への不安	33.0%	29.8%	26.3%																								
安堵感	36.0%	29.1%	22.1%																								
解放感	47.9%	29.8%	11.5%																								
17		2 離婚によって親子が受ける影響 (2) 子どもにとって離婚とは？ 4:55 / 22:01	ただ、その変化のプロセスでは、大きなストレスもかかりますので、一人で抱え込まないよう、信頼できる周囲の人や機関とのつながり、専門家のサポートなども大切です。																								
18		2 離婚によって親子が受ける影響 (2) 子どもにとって離婚とは？ 自分で自分のセルフケアが役に立つことも	また、自分自身を大切に労わったりケアしたりすることも必要です。 ご自分にとってのセルフケアが役に立つこともあるでしょう。																								
19	ワーク1 セルフケアと身近なサポート																										
20	(2)子どもにとって離婚とは？		一方、親の「別居」や「離婚」について、お子さんはどのように感じているのでしょうか。																								
21			親の「別居」「離婚」、争いを経験したお子さんも、親御さんと同じように、不安や悲しみ、怒りなどさまざまな気持ちを感じると言われています。 お子さんたちの声を紹介します。																								

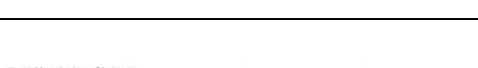
22	(こどもの声)	2 離婚によって親子が受ける影響 (2) こどもにとって離婚とは?  ※よくある事例に基づき作成しています。	(こどもの声) 「わたしがわるい子だから、ママとパパはわかれたのかな」
23		2 離婚によって親子が受ける影響 (2) こどもにとって離婚とは?  ※よくある事例に基づき作成しています。	(こどもの声) 「おとうさんは、おかあさんのこと、もうすきじゃないって。 じゃあ、ぼくのこともきらいになっちゃうのかな？」
24		2 離婚によって親子が受ける影響 (2) こどもにとって離婚とは?  ※よくある事例に基づき作成しています。	生活の変化や手続に親御さんが追われる中、お子さんは、親が別居や離婚に至った理由や状況がわからないこと、そもそも、離婚がどのようなものかを理解できないことも少なくありません。 そのため、不安や落ち込みを経験したり、別居や離婚を自分の責任ではないかと感じたり、親御さんが思いつかないような様々な気持ちを感じるようです。
25		2 離婚によって親子が受ける影響 (2) こどもにとって離婚とは? お子さんにみられる反応 食欲不振・睡眠不足・不登校・問題行動  ※よくある事例に基づき作成しています。	お子さんに見られる反応もさまざまです。 気持ちをうまく表現できずに、不眠や食欲不振などの身体症状を示すこともあれば、学校や幼稚園・保育園に行きたがらないこと、学習意欲の低下、攻撃的な言動がみられることもあるかもしれません。 また、親のことを気づかおうとするといったことも見られるかもしれません。
26		2 離婚によって親子が受ける影響 (2) こどもにとって離婚とは? お子さんの気持ちも大切に  ※よくある事例に基づき作成しています。	お子さんにとっても離婚は大きな出来事です。 お子さんの気持ちや様子にも目を向けることが大切です。

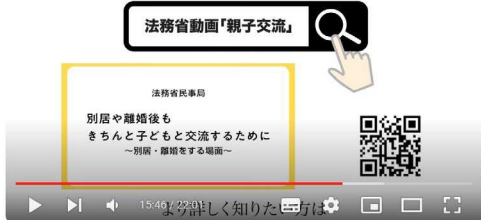
27	ワーク2 こどもの年代別の 反応とその対応		
28	3 こどものために にできること		
29	(1)子どもへの 関わり方を考える	2 離婚によって親子が受ける影響 (2) こどもにとって離婚とは？ 	次に、子どもに対して親ができることを、場面ごとに見ていきましょう。ここでは主に次の3つの点から考えていきます。
30		2 離婚によって親子が受ける影響 (2) こどもにとって離婚とは？ 1つ目 離婚について説明すること 2つ目 こどもの声や気持ちを聴くこと 3つ目 両親の関係で気をつけるということ 	一つ目は、離婚について説明すること、 二つ目は、子どもの声や気持ちを聴くこと、 三つ目は、両親の関係で気をつけるということ です。
31	○「別居」や「離婚」について、 子どもに説明すべきでしょう か？	2 離婚によって親子が受ける影響 (2) こどもにとって離婚とは？ 	先ほどみたように 親の「別居」や「離婚」に際して、子どもは、これからの生活についても様々な不安を抱きます。 また、小さな子どもでも、大人の想像以上に親の変化を敏感に感じ取ることが多いと言われています。そのため、子どもの年齢に応じて理解しやすい言葉で説明するとよいでしょう。 言葉で伝えることが難しい場合は、離婚をテーマにした絵本などを使うのも1つの方法です。

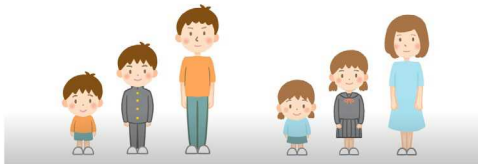
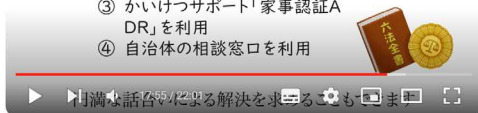
32		2 離婚によって親子が受ける影響 (2) こどもにとって離婚とは？ 【説明するときのポイント】 ・別居や離婚はお子さんのせいではないこと。 ・お父さん・お母さんにとってこれからも大切な存在であることに変わらないこと。 ・疑問や希望があれば親に話してもよい、また「離婚」について誰かと話をしてもよいこと。 	説明するときの主なポイントは次のとおりです。 ○別居や離婚は(親同士の問題であって)、あなたのせいではないこと ○あなたは、お父さん・お母さんにとって、これからも大切な存在であることに変わらないこと ○疑問や希望があれば親に話していいし、また、「離婚」について、誰かと話をしてもよいこと														
33		2 離婚によって親子が受ける影響 (2) こどもにとって離婚とは？ こどもに伝えられるとよいこと ・「別居」や「離婚」について、理由をすべて説明する必要はない ・こどもの声を聴き、気持ちを確認することも大切 	なお、「別居」や「離婚」の理由をすべて説明する必要はありません。 子どもの気持ちに思いをめぐらせつつ、十分に時間をとって話をしましょう。 また、一方的に説明するだけではなく、お子さんの理解や気持ちを確認することも大切です。														
34	(お子さんの声)	2 離婚によって親子が受ける影響 (2) こどもにとって離婚とは？ よくあるお子さんの声 	(こどもの声) 「パパ・ママがはなれてくらすことになったとき かなしかったけど 学校はかわらなくてすむとか これからもママとはあえるとせつめいしてくれたから安心できた」 「ぼくのせいじゃないって いってもらえて すごくほっとした」 「わたしのこと ずっと大切なこどもだっていってくれたよ」														
35		2 離婚によって親子が受ける影響 (2) こどもにとって離婚とは？ 父母から説明を受けていた子どもの割合  <table><thead><tr><th>説明の状況</th><th>割合</th></tr></thead><tbody><tr><td>父母の両方から一基に説明があった</td><td>15.0%</td></tr><tr><td>父母の両方から別々に説明があった</td><td>13.2%</td></tr><tr><td>両親の両方から説明があった</td><td>20.8%</td></tr><tr><td>別居後のみから説明があった</td><td>3.9%</td></tr><tr><td>なかった</td><td>35.0%</td></tr><tr><td>覚えていない</td><td>12.1%</td></tr></tbody></table> 【調査】未成年者に父母の離婚を経験した子の育育に関する調査結果(平成27年度) 調査対象: 調査対象: 調査対象	説明の状況	割合	父母の両方から一基に説明があった	15.0%	父母の両方から別々に説明があった	13.2%	両親の両方から説明があった	20.8%	別居後のみから説明があった	3.9%	なかった	35.0%	覚えていない	12.1%	親の離婚を経験したお子さんへの調査結果によれば、親の離婚を経験した子どものうち、 「父母のどちらからも説明がなかった」割合は3割以上にのびます。 親の「別居」や「離婚」は避けられないとしても、子どもに説明することで、情報不足から生じやすい不安や混乱などが軽減され、生活の見通しをもちやすくなるため、お子さんの安心にもつながるでしょう。
説明の状況	割合																
父母の両方から一基に説明があった	15.0%																
父母の両方から別々に説明があった	13.2%																
両親の両方から説明があった	20.8%																
別居後のみから説明があった	3.9%																
なかった	35.0%																
覚えていない	12.1%																

36	○どのように子どもの気持ちを聴き、受け止めたらいでしょうか。	2 離婚によって親子が受ける影響 (2) こどもにとって離婚とは？ 父母に自分の気持ちを伝えていた子どもの割合 (出典) 「未成年期に父母の離婚を経験した子の育育に関する実態」 についての調査・分析報告 厚生労働省 平成29年1月4日	こちらは、親の別居時に、子どもが親に自分の気持ちを伝えたか、たずねたものです。 グラフでは、約 3 割の子どもが、親に気持ちを伝えている一方、伝えたいことがあったにも関わらず、伝えられていなかったという子どもも一定数いることが分かります。
37		2 離婚によって親子が受ける影響 (2) こどもにとって離婚とは？	また、親のことを気づかって、いたいことがあっても言わないお子さんも少なくありません。
38		2 離婚によって親子が受ける影響 (2) こどもにとって離婚とは？	難しいことですが、大人には、子どもの声・気持ちに耳を傾けることも求められます。 これは、親が知りたいことを根ほり葉ほり聴いたり、どちらの親と暮らすか、子どもに決断を迫ることとは異なります。 子どものペースを大事にしながら、気持ちに耳を傾けたり、子どもの様子を見守ったりしましょう。
39		2 離婚によって親子が受ける影響 (2) こどもにとって離婚とは？	こうした大人の姿勢が子どもに伝わることで、子どもは 1 人で抱え込まず、自分の気持ちや考えを親や他人に伝えてもよいと感じることにつながっていくでしょう。
40	(お子さんの声)	2 離婚によって親子が受ける影響 (2) こどもにとって離婚とは？ ※よくある声をまとめたものです	(こどもの声) 「ママもパパもおたがいひとことも口をきかないし・・・ わざとドアをボタンとしたりするのがいやだった。」

41		2 離婚によって親子が受ける影響 (2) こどもにとって離婚とは？	(こどもの声) 「パパのことも、ママのことも好きなのに相手のわるくちばかり。とてもかなしかった。」
42		2 離婚によって親子が受ける影響 (2) こどもにとって離婚とは？	(こどもの声) 「お母さんは、お父さんに お金がおくれているってつたえておいて、っていうんだけど・・・ ぼくをまきこまないでほしい」
43		2 離婚によって親子が受ける影響 (2) こどもにとって離婚とは？	子どもは、両親の言葉や態度を敏感に感じ取っています。 「別居」や「離婚」の後にも両親の争いが続くことは、子どもの気持ちの落ち込みや、攻撃的な言動などと関係することが研究からも示されています。 子どもの前でのけんか、相手の悪口を言う、親同士でやり取りすべき事を子どもに託して伝言役をさせる、といったことは避けましょう。
44		2 離婚によって親子が受ける影響 (2) こどもにとって離婚とは？	子どもが両親の争いに巻き込まれずに距離をとれること、自分の好きなことができる「子どもとしての時間」を持てることもとても大切です。
45	ワーク3 親どうしの関係 を考えるヒント		
46	(2)親子交流について考える		次に、お子さんのために、離婚のときに考えてほしい大切なこととして、「親子交流」と「養育費」の二つについて説明します。

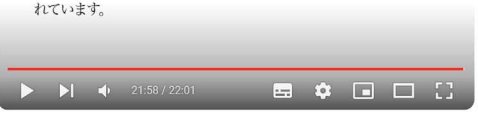
47		3 こどものためにできること (1) こどもへの関わり方を考える 親子交流とは？ 「親子交流」とは、離れて暮らしているお父さんやお母さんが、お子さんと継続的に交流すること。  	まず「親子交流」について説明します。 「親子交流」とは、離れて暮らしているお父さんやお母さんが、お子さんと継続的に会って一緒に遊んだり、ビデオ通話や電話で話をしたり、メールや手紙などで交流することをいいます。
48		3 こどものためにできること (1) こどもへの関わり方を考える  	離婚の後も、お子さんにとって、どちらも親であることに変わりはありません。 お子さんの安全と安心が確保されるならば、健やかな成長のためにも、離れて暮らす親も、お子さんとの交流をできるだけ続け、関係を維持していくことが大切でしょう。
49		3 こどものためにできること (1) こどもへの関わり方を考える  	お子さんは、お父さんやお母さんが、自分のせいで離婚してしまったのではないかと不安になることもあります。 親子交流の場でも、「あなたは悪くないよ」、「どちらの親にとっても、あなたは大切な存在だよ」と、気持ちを伝えることで、お子さんに安心感や自信を与えることにもつながります。
50	(親子交流の取決めの重要性)	3 こどものためにできること (2) 親子交流について考える 親子交流のためには… 親同士が協力して話し合うことが大切。 方法、時期、回数などは、無理のないように決めること。  ※ DVや虐待の被害などを受けるおそれがある方に、親子交流の実施や取り決めを実施するものではありません。 	親子交流がスムーズに行われ、長続きするためには、親子交流がお子さんのために行うものであることを理解し、親同士が協力し合うことが大切です。
51		3 こどものためにできること (2) 親子交流について考える  ※ DVや虐待の被害などを受けるおそれがある方に、親子交流の実施や取り決めを実施するものではありません。 	親子交流は、お子さんが楽しい時間を過ごすことが一番の目的です。 親子交流の方法や時期、回数などについては、お子さんの気持ちも大切にしながら、その年齢や健康状態などを考えて、無理のないように決めるとよいでしょう。

52	(親子交流の相談窓口など)	3 こどものためにできること (2) 親子交流について考える 親子交流がうまくできるか不安なときは… 	ただし、親子交流を行うことに、不安を感じる方もいるかもしれません。 親同士の関係が良くないため、連絡を取り合ったり、待ち合わせ場所で顔を合わせたりすることなどがうまくできるか、心配になることもあるかもしれません。
53		3 こどものためにできること (2) 親子交流について考える 親子交流が不安なときは… 一人で迷わず相談を 親子交流(面会交流)支援団体等 	そのような場合には、お住まいの地域によっては、親子交流の支援活動をしている民間の団体を利用することもできます。 こうした民間の団体は、例えば、親御さんの間に入って、連絡を代わりに行ったり、親子交流に付き添うなどの活動を行っています。
54		3 こどものためにできること (2) 親子交流について考える  ①弁護士に相談 ②家庭裁判所の調停手続を利用 ③かいけつサポート「家事ADR」を利用 ④自治体の相談窓口を利用	また、親子交流について、相手が話し合いに応じてくれない場合や、話し合いがまとまらない場合には、弁護士に相談したり、家庭裁判所の調停手続を利用して、円満な話し合いによる解決を求めることもできます。
55		3 こどものためにできること (2) 親子交流について考える 法務省動画「親子交流」  法務省民事局 別居や離婚後も きちんと子どもと交流するために ～別居・離婚をする場面～	親子交流について、より詳しく知りたい方は、法務省が作成している動画 も参考にしてみてください。 こちらの動画では、親子交流の取り決め方や、親子交流を実際に行う場面での注意点、裁判所での手続などを、わかりやすく解説しています。
56	ワーク4 親子交流について実際に考えてみましょう		
57	(3)養育費について考える	3 こどものためにできること (3) 養育費について考える 	次に「養育費」について説明します。 養育費とは、お子さんの日常生活や教育に必要な費用のことをいい、医療費なども含まれます。 お子さんが経済的・社会的に自立するまでには、お金も必要です。

58		3 こどものためにできること (3) 養育費について考える  このことは、離婚により親権者でなくなった親であっても	養育費の支払は、親がお子さんに対して負う法律上の責任であるとされており、このことは、離婚により親権者でなくなった親であっても、また、お子さんと離れて暮らすこととなった親であっても変わりません。
59		3 こどものためにできること (3) 養育費について考える  お互い親であることは変わりません	夫婦としては離婚することになっても、お互い親であることは変わりません。 お子さんの生活を応援するためにも、親同士でよく話し合い、養育費を取決めましょう。
60		3 こどものためにできること (3) 養育費について考える  支払いが止まった 養育費って何？ DVが怖い 養育費を払ってもらえない 話し合い？ どうやって決めるの？ 法務省動画「養育費」 支払の時期・期間・支払方法などを取り決め	具体的には、養育費の金額、支払の時期・期間・支払方法などを取り決め、後でトラブルにならないよう、書面で作成するとよいでしょう。 養育費の取決め方について、具体的に解説したガイダンス動画もありますので、そちらも参考にしてください。
61		3 こどものためにできること (3) 養育費について考える こどもには生活費・医療費・教育費といった「養育費」が必要です。 困ったときには…  とても大切なものですが	養育費は、お子さんの将来の生活のために、とても大切なものですが、相手方が話し合いに応じてくれない場合や、話し合いがまとまらないうちにもあるかもしれません。
62		3 こどものためにできること (3) 養育費について考える こどもには生活費・医療費・教育費といった「養育費」が必要です。 困ったときには… ① 弁護士に相談 ② 家庭裁判所の調停手続を利用 ③ かいけつサポート「家事認定ADR」を利用 ④ 自治体の相談窓口を利用  円満な話し合いによる解決を求めることも	こうした場合には、弁護士に相談したり、家庭裁判所の調停手続を利用して、円満な話し合いによる解決を求めることもできます。 困ったときには、専門家やお住まいの自治体窓口相談してみてください。

63		3 こどものためにできること ③ 養育費について考える 	これまでに説明した、親子交流や養育費については、より詳しい内容が、分かりやすく解説されたパンフレットが作成されています。 このパンフレットには、合意書のひな型や、相談先の一覧も掲載されていますので、まずはこちらを参考に見てみてください。
64	ワーク5 養育費について実際に考えてみましょう		
65	4 離婚を経験した方々の声		
66	(離婚を経験された方からのメッセージ・同居親の視点から)	4 離婚を経験した方々の声 同居親の視点 	「私は6年前 こどもが当時5歳の時に離婚しました。離婚前後は毎日辛くて、こどもはそんな私の様子を見てわざとおどけた顔をしていました。 こどもながらに気を遣っているのがわかって、かえって苦しかったです。 元夫とは、親子交流や養育費の取り決めができないまま離婚しました。養育費がきちんともらえるか不安で、きちんと公的書面を残すべきだったと後悔しました。 また、離婚当初は私の両親を介して親子交流の日程調整をしていましたが、うまくいかないこともありました。 それでも、離婚後数年経つと、少しずつお互い冷静に連絡を取り合えるようになり、毎月養育費を支払ってくれるようになりました。 こどもも今では直接元夫とSNSや電話でやりとりをしているようです。両親や周りの人に支えられ、今は親子とも落ち着いて生活できています。」

67	(離婚を経験された方からのメッセージ・別居親の視点から)	4 離婚を経験した方々の声 別居親の視点 	「私は 5 年前に離婚しました。こども二人は元妻と暮らしています。離婚直後は家に帰ってもひとりきりの生活で、孤独感に押しつぶされそうでした。 こんな思いをさせた元妻に、お金を払うなんて思うこともありました。 しかし、養育費はこどもの生活のための義務であるを知り、今ではこどもが笑顔で生活することが一番という気持ちで毎月欠かさず振り込むようにしています。 元妻とは、アプリを活用してこどもの写真を共有しています。 また、こどもと離れて暮らす親が集まるコミュニティで体験を共有するなどしたことで、少しずつ気持ちも落ち着いてきたように思います。」
68	5 おわりに		
69		5 おわりに  【離婚を考えている方へ 法務省】 https://www.moj.go.jp/MINJI/minji07_00011.html 【こども家庭庁】 https://www.cfo.go.jp/policies/hitor-i-eyo/	ここまで、親子それぞれにとっての離婚という視点から、親の気持ち、子どもの気持ちについて、また、お子さんの将来のために大切なこととして、主に「親子交流」と「養育費」の取決めについてみてきました。 これまで見てきたように、国や自治体では、離婚前後の親子をサポートするための、様々な支援を用意しています。 1人で抱え込まず、最寄りの自治体や専門家、周りの人に相談することが大切です。
70		5 おわりに 	家族には、色々なかたちがあり、その状況も様々です。 離婚後の新しい生活に慣れるまで、親も子も時間がかかったり、お子さんの様子やその変化に戸惑ったりすることもあるかもしれません。

71		5 おわりに 	
72		著作 法務省 この映像は、著作権者に無断で複製・改変・放送、インターネット等による公衆配信・上映・販売・レンタルすることは、法律で禁じられています。 	親御さん自身のためにも、そして、お子さんのこれからの安心や笑顔のためにも、周りの応援やサポートも得ながら、この時期を過ごしていただければと思います。



ワーク① セルフケアと身近なサポート

※このワークは必須の講座ではなく、任意受講となります。

※ワーク①については、以下のプログラム等を参考にして、協力研究者で協議し作成した。
・eラーニングで学ぶ 15分でわかるセルフケア（厚生労働省）

 [アカウントを切り替える](#)

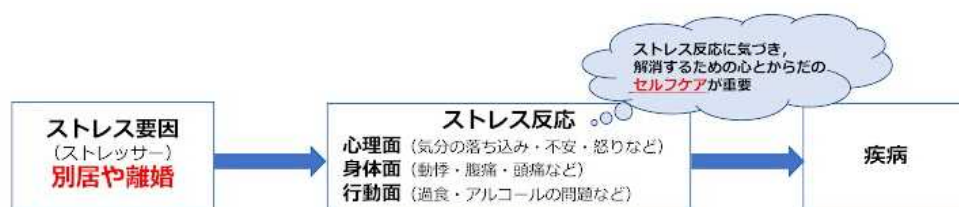


 共有なし

動画でご覧いただいたように、別居や離婚は、多くの場合、大人にとってもストレス要因（ストレッサー）になる出来事です。

それによって様々なストレス反応が生じやすく、ストレス反応が長続きすると、疾病につながることもあります。

図1 ストレス反応のしくみ



そのため、ストレス反応に気づき、自分自身をいたわったり、ケアすること、すなわち、心とからだのセルフケアが、あなたの役に立つことがあります。

セルフケアには、様々な種類があります。代表例を以下に示します。

図2 セルフケアの代表例



ここからは、あなたご自身のことについて考えてみましょう。

Q1-1 どのようなセルフケアができるでしょうか。例えば以下のようなものはどうでしょうか（あくまでも一例です）、できそうなものをすべて選んでみましょう。

☐ リラクゼーション（呼吸法、ヨガ）

☐ ストレッチ

☐ 適度な運動

☐ 快適な睡眠

☐ 親しい人たちと交流する

☐ お笑い番組や動画を見て笑う

☐ 趣味の時間をもつ

☐ 専門家に相談する

☐ その他: _____

Q.1-2 ご自分の周りには、どのようなサポートがありそうですか。あてはまるものをすべて選んでみましょう。

- ☐ 自分の両親
- ☐ 自分のきょうだい
- ☐ その他の親族
- ☐ 友人・知人
- ☐ 同じような経験（離婚など）をした友人・知人
- ☐ 職場の同僚
- ☐ 相手の両親、きょうだい、その他親族
- ☐ 弁護士などの法律の専門家
- ☐ 医師などの医療の専門家
- ☐ カウンセラーなどの心理の専門家
- ☐ その他: _____

次へ

1/3 ページ

フォームをクリア

Google フォームでパスワードを送信しないでください。

[不正行為の報告](#)

Google フォーム





ワーク② こどもの年代別の反応とその対応

親の離婚を経験する中で、子どもは年齢や状況などによって、さまざまな反応を示すといわれています。

このワークは、

「子どもの年代ごとの一般的な特徴」、

「離婚のプロセスでみられやすい子どもの反応」、

「親ができる対応の例（ヒント）」 について、まとめたものです。

子どもの年代は、ある程度の目安であり、子どもの反応や親の対応も、その時期だけのものとは限りません。参考としてお考えいただければ幸いです。

※このワークは必須の講座ではなく、**任意受講**となります。



共有なし

ご自身のお子さんの年代に該当するところを選び、その内容をチェックしてみましょう。

※お子さんが複数いらっしゃる場合は、順次項目をご覧ください。

- ☐ 0～2歳
- ☐ 3～4歳
- ☐ 5～6歳
- ☐ 小学校低学年
- ☐ 高学年
- ☐ 思春期以降

次へ



ワーク② こどもの年代別の反応とその対応

アカウントを切り替える



共有なし

※ワーク②については、以下のプログラム等を参考にして、協力研究者で協議し作成した。

- ・ビデオ「子どもにとって望ましい話し合いとなるために」（最高裁判所）
- ・FAIT (Families In Transition) プログラムテキスト（FAIT-Japan研究会）

1. 乳児期から幼児期のはじめまで(0歳～2歳ごろ)

親との触れ合いや、世話をされて心地よくなることなどを通して、子どもの中に安心感をはぐくまれ、親との関係を少しずつ築いていく時期です。肯定的で安定した関係は、成長とともに色々な人への信頼感を築く土台になっていきます。

○子どもにみられやすい反応には次のようなものがあります。

- ・親のイライラや親同士のケンカなど、周囲の大人たちの雰囲気や日常生活の変化を感じる。
- ・気持ちが落ち着かなかったり、食欲や睡眠といった体調面で変化がみられたりする。

戻る

次へ

フォームをクリア

不正行為の報告

Google フォーム





ワーク② こどもの年代別の反応とその対応

アカウントを切り替える



共有なし

○親ができる対応の例

親自身の気持ちを落ち着かせる

親のイライラや落ち込みなどを子どもが感じさせないようにするために、余裕がないと感じたり落ち込んだりしたときは、深呼吸をしたり、気持ちを落ち着かせる工夫をしてみましょう。

a. 安心できる時間を持つように意識し、子どもの生活リズムを安定させる

子どもと過ごす中で、遊びや子どもが安心できる時間、肯定的なやりとりを増やしてみましょう。子どもの生活リズムや体調を安定させることにつながります。

b. 周囲の人から手伝ってもらう

一人で抱え込んだり頑張りすぎないように、周囲の人に手伝ってもらったり、話を聞いてもらったりすることも大切です。子育ては、周りの人の力も借りていい、ということを日々の生活の中で意識しましょう。

いかがでしたか。親ができる対応の例の中で、ご自分ができそうなものを選んでみましょう。いくつでも構いません。もしなければ、今後の参考にしてみてください。

- ☐ 親自身の気持ちを落ち着かせる
- ☐ 安心できる時間を持つように意識し、子どもの生活リズムを安定させる
- ☐ 周囲の人から手伝ってもらう

戻る

次へ

フォームをクリア

不正行為の報告

Google フォーム





ワーク② こどもの年代別の反応とその対応

アカウントを切り替える



共有なし

2. 幼児期中期（3歳ごろ～4歳ごろ）

保育所や幼稚園でのかかわりなど、家族や親以外の人との関係も少しずつ増えていきます。また、自分への興味・関心や、自分でやりたいという気持ちも強くなりますが、まだ上手にできないことも少なくないため、親もてこずることが少なくありません。

○子どもにみられやすい反応には次のようなものがあります。

- 両親の不和や一方の親の不在といった周囲の変化に不安を感じ、しがみついたりイライラしたりすることが増える。
- おねしょ、指しゃぶり、夜泣き、赤ちゃん返りなどの変化がみられる。
- 食欲が落ちるなどの体調への影響がみられる。

戻る

次へ

フォームをクリア

不正行為の報告

Google フォーム





ワーク② こどもの年代別の反応とその対応

アカウントを切り替える



共有なし

〇親ができる対応の例

a. 子どもを見守ったり、ふれあいを意識したりする

可能な時は、何が不安なのか子どもを見守ってみましょう。また、ゆったりとした、あたたかい時間、スキンシップなどのふれあいを意識し、子どもが安心して過ごせる機会を増やしましょう。

b. 安心感につながる言葉かけをする

不安な気持ちから、体調にも変化がみられたりするので、「心配しなくて大丈夫」、「パパにとってもママにとっても（どちらの親にとっても）あなたは大切な存在だよ」、といったことを言葉でも伝えて安心させてあげましょう。

c. 両親間のケンカやいさかいは、見せないように心がける

両親が互いに言い合いをしているのを見聞きすることで、子どもはつらい気持ちになり、心配や不安が増すことにもつながります。両親の争いに巻き込まないためにも、ケンカやいさかいは、子どもに見せないように心がけましょう。

いかがでしたか。親ができる対応の例の中で、ご自分ができそうなものを選んでみましょう。いくつでも構いません。もしなければ、今後の参考にしてみてください。

- ☐ 子どもを見守ったり、ふれあいを意識したりする
- ☐ 安心感につながる言葉かけをする
- ☐ 両親間のケンカやいさかいは、見せないように心がける

戻る

次へ

フォームをクリア

不正行為の報告

Google フォーム





ワーク② こどもの年代別の反応とその対応

アカウントを切り替える



共有なし

3. 幼児期後半（5歳ごろ～6歳ごろ）

相手の立場に立って考えようとしたり、自分の気持ちを抑えたりすることを少しずつ学んでいる時期です。言葉でのやりとりも増えてきますが、一方で、自分の気持ちを表現するのは難しかったり、周囲の出来事を自分の行動や気持ちと結びつけて理解したりすることも起きやすい時期と言われています。

○子どもにみられやすい反応には次のようなものがあります。

- 腹痛や頭痛をうったえて園を休むなど、体調に影響がみられる。
- 自分のせい（たとえば「親の言うことをきかなかった」など）で、親が出ていったのではないかと結び付けて考えやすい。
- 両親の不仲を察知し、親の心配をしたり、家族の中で責任を持とうとし始めたりする。

戻る

次へ

フォームをクリア

不正行為の報告

Google フォーム





ワーク② こどもの年代別の反応とその対応

アカウントを切り替える



共有なし

○親ができる対応の例

a. 適切な方法で気持ちを表現できるように助ける

不安や悲しみ、怒りなどの感情を適切な方法であらわせるように、受け入れたり耳を傾けたりしましょう。親が寄り添ってくれることで、気持ちが落ち着き、体調も安定しやすくなるでしょう。

b. 子どものせいで離婚したわけではないことを伝える

両親の不和、別居などが子どものせいではないことを、子どもの理解度に合わせて、わかりやすく伝えましょう。また、親同士のケンカやいさかいは、できる限り見せないように心がけましょう。

c. 親のことは親自身でなんとかできることを伝える

親のことを心配して、大人びた言動がみられたり、良い子にふるまったりすることもあります。子どもの不安に気づき、親のことは親自身で何とかできることを伝えることで、子どもも安心しやすくなるでしょう。

いかがでしたか。親ができる対応の例の中で、ご自分ができそうなものを選んでみましょう。いくつでも構いません。もしなければ、今後の参考に見てみてください。

- ☐ 適切な方法で気持ちを表現できるように助ける
- ☐ 子どものせいで離婚したわけではないことを伝える
- ☐ 親のことは親自身でなんとかできることを伝える

戻る

次へ

フォームをクリア

不正行為の報告

Google フォーム





ワーク② こどもの年代別の反応とその対応

アカウントを切り替える



共有なし

4. 学童期前半（小学校低学年の頃）

学校生活が生活の大きな部分を占めるようになり、子ども同士の関係も少しずつ広がってきます。日々、新しいことを学習したり経験したり、活動量も多くなるでしょう。この時期の子どもは、離婚という言葉の意味もだんだん分かるようになってきますが、親の争いの本当の理由や背景事情などを理解するのは、まだ難しいようです。

○子どもにみられやすい反応には次のようなものがあります。

- 離婚は自分のせいではないかと不安になったり自分を責めたりする。どちらかの親に近づくと、もう一方の親を傷つけていると感じ、両親間で引き裂かれるように感じる。
- 良い子にしていると両親の仲が戻るかもしれないと期待したり、親のことを気づかったり、しっかりするようにふるまったりする。
- 悲しみや不安、無力感を抱いたり、学校生活や習い事などにやる気が持てなくなったりする。

戻る

次へ

フォームをクリア

不正行為の報告

Google フォーム





ワーク② こどもの年代別の反応とその対応

アカウントを切り替える



共有なし

○親ができる対応の例

a. 離婚は親が決めたことであり、どちらの親にとっても子どもは大切な存在であることを伝える

子どものせいで離婚したわけではないこと、これからもどちらの親にとっても大切な存在であることを子どもが理解できるように伝え、子どもの前で相手の悪口や否定的な態度は控えるように心がけましょう。

b. 今の状況を子どもが理解できるように説明する

両親が離れて暮らすことやこれからの大切なこと（たとえば住む場所が変わるなど、子どもにも大きくかわること）について、子どもが安心できるように説明しましょう。子どもの様子や話すタイミングにも気を配り、わかりやすく伝えましょう。

c. 子どもの気持ちを受けとめるようにする

子どもの気持ちによりそい、自分の感情を表現する機会を持てるように意識しましょう。子どもが親同士の板挟みになることを避けるためにも、子どもの前で深刻な話をしたり感情的になったりすることは避けましょう。

いかがでしたか。親ができる対応の例の中で、ご自分ができそうなものを選んでみましょう。いくつでも構いません。もしなければ、今後の参考にしてみてください。

- ☐ 離婚は親が決めたことであり、どちらの親にとっても子どもは大切な存在であることを伝える
- ☐ 今の状況を子どもが理解できるように説明する
- ☐ 子どもの気持ちを受けとめるようにする

戻る

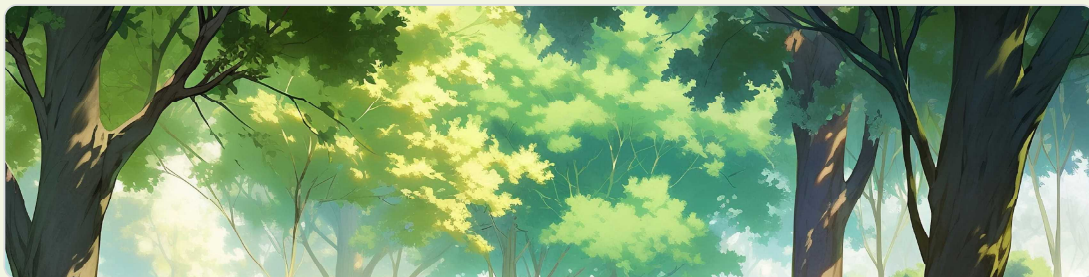
次へ

フォームをクリア

不正行為の報告

Google フォーム





ワーク② こどもの年代別の反応とその対応

アカウントを切り替える



共有なし

5. 学童期後半（小学校高学年の頃）

学校生活をはじめとする日々の経験を通して、相手の立場や気持ちを思いやること、また自分なりの意見を持つことや伝えることなどができるようになり、成長が感じられる時期です。一方、思春期にさしかかる時期でもあり、子どもの心は、一般的にとっても複雑であるといわれています。

○子どもにみられやすい反応には次のようなものがあります。

- 両親の事情などが少しずつ分かってくるとともに、自分の気持ちを押さえたり、親のことを気づかたりする。
- 家計や今後の生活の見通しなど現実的な心配をする
- 両親間の板ばさみになることを避けるために、一方の親の味方について、もう一方の親に対して批判的になったり、嫌悪感を抱いたりするようになる

戻る

次へ

フォームをクリア

不正行為の報告

Google フォーム





ワーク② こどもの年代別の反応とその対応

アカウントを切り替える



共有なし

○親ができる対応の例

a. 子どもの聞き役でいることを意識する

さまざまな気持ちを抱きながらも、親への気遣いから本音が言えなかったり、気持ちを伝えるのを我慢したりすることもあります。ゆったりした時間の中で子どもの様子をみながら、聞き役になることを意識しましょう。

b. 見通しや情報を共有することで、安心感を持てるようにする

これからの生活に対する不安を受けとめながら、現実的な見通しや情報を共有するとともに、親がちゃんと面倒をみていくので大丈夫ということも伝え、子どもが安心できるようにしましょう。

c. 一方の親の批判や、子どもを味方につけようとする言動は避ける

一方の親への批判や、どちらにつくかといった選択を迫ることは、子どもを板ばさみにし、結果的に子どもの負担や苦痛を増やしてしまいます。両親の争いに巻き込まないためにも、こうした言動は控えましょう。親自身の気持ちの整理が必要な時は、専門家に相談するなど、子どもとの関係には持ち込まないことが大切です。

いかがでしたか。親ができる対応の例の中で、ご自分ができそうなものを選んでみましょう。いくつでも構いません。もしなければ、今後の参考にしてみてください。

- ☐ 子どもの聞き役でいることを意識する
- ☐ 見通しや情報を共有することで、安心感を持てるようにする
- ☐ 一方の親の批判や、子どもを味方につけようとする言動は避ける

戻る

次へ

フォームをクリア

不正行為の報告

Google フォーム





ワーク② こどもの年代別の反応とその対応

アカウントを切り替える



共有なし

6. 思春期以降（中学生・高校生の頃）

学校生活や部活動などの家庭の外の活動や、同年代の仲間との時間をより大切にするようになり、親とは距離をとることが増えていきます。でも、まだ親に支えてほしかったり頼りたかったりすることも少なくありません。また、将来のことについて考える時期でもあります。子ども自身もバランスをとることが難しく反抗的な態度をとったり不安になったり、内にこもる姿が見られたりすることもあります。

○子どもにみられやすい反応には次のようなものがあります。

- 少しずつ自立しているように見える一方で、イライラしたり情緒的に不安定になったり、無気力になったりする。
- 一方の親と組んで、もう一方の親に反抗的な態度を示す
- これからの生活への心配や、自分の将来への影響などにさまざまな不安を感じる

戻る

次へ

フォームをクリア

不正行為の報告

Google フォーム





ワーク② こどもの年代別の反応とその対応



[アカウントを切り替える](#)



共有なし

○親ができる対応の例

a. 子どものペースを尊重しながらコミュニケーションをとる

同世代の仲間関係がより大事になってくる時期ですが、親に自分の気持ちを聴いてほしいということも少なくありません。また、離婚にまつわる親の気持ちや考えを知りたいという子どももいます。子どもの気持ちやペースを尊重しながら、子どもの話に耳を傾けたり親の考えを伝えたりするといった親子のコミュニケーションの時間を持ちましょう。思春期・青年期の子どもも、親の離婚に適応するには、ある程度の時間が必要です。

b. 両親間のことを子どもに相談しないようにする

大人びて見えることも増えてきますが、親同士のことを子どもに相談したり一方の親を批判したりすることは、この時期の子どもにとっても板挟み感や負担感を生じさせます。たとえ子どもがしっかりしていても、まだ子どもの立場であること、また元夫婦の関係と親子の関係は異なることを忘れないようにしましょう。

c. 将来の見通しを持てるようにして、子どもには子どもの人生があることを伝える

経済面や自分の将来の交際などに不安を感じることも少なくありません。特に経済面については、たとえば「奨学金を利用すれば進学できる」など、ある程度の情報を共有し、見通しが持てるようにしてあげましょう。また自身の将来の交際などについて心配する子どももありますが、子どもの人生と親の人生は別であることを子どもが理解できるように助けましょう。

d. 思春期・青年期はさまざま悩みを抱えやすい時期でもあると理解しておく

この時期の子どもは、交友関係も複雑になったり自分の将来について考えたりすることが増えるため、さまざま悩むことも少なくありません。この時期の子どもの姿が、常に親の離婚に関係しているとは言えず、またこうした時間が必要であるとも言えます。子どもの様子を見守りながら、必要な時に相談できる関係を日ごろから心がけておくことも大切でしょう。



いかがでしたか。親ができる対応の例の中で、ご自分ができそうなものを選んでみましょう。いくつでも構いません。もしなければ、今後の参考にしてみてください。

- ☐ 子どものペースを尊重しながらコミュニケーションをとる
- ☐ 両親間のことを子どもに相談しないようにする
- ☐ 将来の見通しを持てるようにして、子どもには子どもの人生があることを伝える
- ☐ 思春期・青年期はさまざま悩みを抱えやすい時期でもあると理解しておく

戻る

次へ

フォームをクリア

不正行為の報告

Google フォーム





ワーク③ 親同士の関係を考えるヒント

動画でみたように、ご両親の争いにお子さんを巻き込まないことが大切です。ここでは、親同士の関係性という視点から、親同士の衝突を減らすヒントについてご紹介します。

- 1 私（I アイ）メッセージ
- 2 そのほかの工夫

※このワークは必須の講座ではなく、**任意受講**となります。

アカウントを切り替える



共有なし

次へ

1/8 ページ

フォームをクリア

不正行為の報告

Google フォーム





ワーク③ 親同士の関係を考えるヒント

アカウントを切り替える



共有なし

「私は～と思う／感じる」というように、「私」を主語にして、自分の気持ちや考えを伝える方法を「私（I アイ）メッセージ」といいます。

親同士のやりとりで、「あなたは～」と相手を主語にすると批判的になりやすい内容も、主語を「私」にしてみると、相手にも伝わりやすく、衝突も避けやすくなります。

Q1 約束にルーズな相手に対して

例えば、親子交流の待ち合わせ時間に遅れた相手に対して、イライラしていると、つい

「何であなたはいつも時間どおりに来ないの？」

と言いたくなりますが、これを「私（I アイ）メッセージ」で言い換えると、どんなふうに言うことができるでしょうか。

次のページでヒントをお示しします。

戻る

次へ

2/8 ページ

フォームをクリア

不正行為の報告

Google フォーム





ワーク③ 親同士の関係を考えるヒント

アカウントを切り替える



共有なし

A1 (ヒント)

たとえば、

「私は、あなたが約束の時間を過ぎたから、困っていたの。」

と、自分の状況を伝えてみるのはどうでしょうか。

批判的なニュアンスがすこし和らいで、相手も落ち着いて受け取りやすくなるかもしれません。

このように私を主語にして気持ちや状況などを伝えることは、結果的に衝突を減らすことにつながっていくと考えられます。

もう一つ考えてみましょう。

戻る

次へ

3/8 ページ

フォームをクリア

不正行為の報告

Google フォーム





ワーク③ 親同士の関係を考えるヒント

アカウントを切り替える



共有なし

Q2 口論になりがちな相手に対して

例えば、口論になりがちな相手に対して、イライラしていると、つい

「なんであなたはケンカを売ってくるの？」

と言いたくなりますが、これを

「私（I アイ）メッセージ」で言い換えると、どんなふうに言うことができるでしょうか。

戻る

次へ

4/8 ページ

フォームをクリア

不正行為の報告

Google フォーム





ワーク③ 親同士の関係を考えるヒント

アカウントを切り替える



共有なし

A2 (ヒント)

たとえば、

「私はケンカしたくない (言い合いはしたくない)」

などと、自分の状況を伝えてみるのはいかがでしょうか。

批判的なニュアンスがすこし和らいで、相手も落ち着いて受け取りやすくなるかもしれません。

このように私を主語にして気持ちや状況などを伝えることは、結果的に衝突を減らすことにつながっていくと考えられます

戻る

次へ

5/8 ページ

フォームをクリア

不正行為の報告

Google フォーム





ワーク③ 親同士の関係を考えるヒント

アカウントを切り替える



共有なし

2 そのほかの工夫

アイメッセージに加えて、親同士の衝突を避けるためのヒントを紹介します。
例えば、相手とのやり取りにイライラしたときは、

- ・5分間のタイムアウト（休憩）を取る
- ・目をつぶって深呼吸する
- ・自分にとってのセルフケアを思い出し、意識的に行ってみる

ことが考えられます。

また、メールやLINEなどのやり取りをする際は、

- ・メッセージをすぐに送らず、時間をおいて見直してみる
（特に、夜は一晩寝かせる）

時間と共に自分の気持ちも落ち着いて、メッセージの文面が変わることもあるでしょう。

ちょっとした工夫で、親同士の衝突を避けることができるかもしれません。

また、親同士の衝突をできるだけ避け、協力的な関係を築いていくためにも、以下のことが考えられます。

- ・「子どものために」ルールを作る
（たとえば、養育費や親子交流（面会交流）についてきちんと約束し、お互い約束を守るなど）
- ・（元）配偶者が子どもに対してどのような思いをもっているか、考えてみる

難しいことも多いかもしれませんが、少しずつ工夫をすることで、時間とともに変化していくこともあるようですので、できそうなことから試してみてください。

※親同士の関係を考えるワークについては、FAITプログラムのワークブックを参考にしていきます。





ワーク④ 親子交流について実際に考えてみましょう

お子さんの成長のために離婚の時に考えていただきたいことの一つとして「親子交流」があります。もっとも、親同士の関係、お子さんとの関係によって、どのような形の親子交流が望ましいかは様々です。

████████████████████

アカウントを切り替える



 共有なし

* 必須の質問です

Q1 あなたは、動画を見て、「親子交流」についてどのように感じただしょう *
か。あなたの置かれている状況に応じて、次のうち近いものを選んでください。

- ☐ ① 親子交流を実施している。
- ☐ ② 親子交流を実施したいと思っており、実際にできそうである。
- ☐ ③ 親子交流を実施したいと思っているが、【実施できていない／実施に不安がある】。
- ☐ ④ 親子交流を実施したくない、興味がない。

次へ

フォームをクリア

不正行為の報告

Google フォーム





ワーク④ 親子交流について実際に考えてみましょう

アカウントを切り替える



共有なし

「Q1-① 親子交流を実施している。」「Q1-② 親子交流を実施したいと思っており、実際にできそうである。」とお答えいただいた方へ

親子交流の目的

離婚によって、夫婦としては別れても、お子さんにとっては両親ともにかけがえのない存在です。親子交流は、そんなお子さんに安心や自信を持たせることができる大切なものです。

両親の離婚という大きな出来事を経験したお子さんは、自分を責めてしまったり、両親が自分のことを嫌いになってしまったのではないかと不安な気持ちになっているかもしれません。

親子交流を通じて「あなたが悪いんじゃないよ」「どちらの親もあなたのことを大切に思っているよ」という気持ちを伝えることは、お子さんが成長していく上で大きな力になるでしょう。

親子交流に当たって注意すべき点

他方の親の悪口を言わない

まず注意していただきたいのは「他方の親の悪口を言わない」ということです。親の悪口を聞かされていると、お子さんは自分が責められているような気持ちになったり、どちらかの味方をしなければいけないと考えて苦しい気持ちになることがあります。お子さんにとってはどちらの親も大切な存在ですので、お子さんの前では相手を尊重するようにしましょう。

こどもを板挟みにしない

次に、お子さんを板挟みにしないことが大切です。例えば、親子交流の内容について相手に無断でお子さんと約束をしたり、親同士で話をすべきことについてお子さんを伝言役にすることは避けましょう。

こどもの気持ちに耳を傾ける

お子さんの気持ちをよく聞くことも重要です。お子さんと交流する側、送り出す側のどちらもお子さんの意見をよく聞いて、お子さんの気持ちに寄り添った親子交流をすることが大切です。



最後に、親子交流は長い年月にわたって行われるものです。時間が経つにつれて、お子さんは成長し、周りの環境も変化していきます。状況に応じて、お互いによく話し合い、協力し合いながら、お子さんにとって最も良い親子交流を行っていくことが大切です。

親子交流に当たって注意していただきたい点を解説した
動画「[面会交流（親子交流）に関する説明動画【面会交流を実施する場面】](#)」
もありますので、是非参考にしてみてください。

戻る

次へ

フォームをクリア

[不正行為の報告](#)

Google フォーム





ワーク④ 親子交流について実際に考えてみましょう

■■■■■■■■■■

[アカウントを切り替える](#)



共有なし

「Q1-① 親子交流を実施している。」「Q1-② 親子交流を実施したいと思っており、実際にできそうである。」とお答えいただいた方へ

親子交流の目的

離婚によって、夫婦としては別れても、お子さんにとっては両親ともにかけがえのない存在です。親子交流は、そんなお子さんに安心や自信を持たせることができる大切なものです。

両親の離婚という大きな出来事を経験したお子さんは、自分を責めてしまったり、両親が自分のことを嫌いになってしまったのではないかと不安な気持ちになっているかもしれません。

親子交流を通じて「あなたが悪いんじゃないよ」「どちらの親もあなたのことを大切に思っているよ」という気持ちを伝えることは、お子さんが成長していく上で大きな力になるでしょう。

親子交流に当たって注意すべき点

他方の親の悪口を言わない

まず注意していただきたいのは「他方の親の悪口を言わない」ということです。親の悪口を聞かされていると、お子さんは自分が責められているような気持ちになったり、どちらかの味方をしなければいけないと考えて苦しい気持ちになることがあります。お子さんにとってはどちらの親も大切な存在ですので、お子さんの前では相手を尊重するようにしましょう。

こどもを板挟みにしない

次に、お子さんを板挟みにしないことが大切です。例えば、親子交流の内容について相手に無断でお子さんと約束をしたり、親同士で話をすべきことについてお子さんを伝言役にすることは避けましょう。

こどもの気持ちに耳を傾ける

お子さんの気持ちをよく聞くことも重要です。お子さんと交流する側、送り出す側のどちらもお子さんの意見をよく聞いて、お子さんの気持ちに寄り添った親子交流をすることが大切です。



最後に、親子交流は長い年月にわたって行われるものです。時間が経つにつれて、お子さんは成長し、周りの環境も変化していきます。状況に応じて、お互いによく話し合い、協力し合いながら、お子さんにとって最も良い親子交流を行っていくことが大切です。

親子交流に当たって注意していただきたい点を解説した
動画「[面会交流（親子交流）に関する説明動画【面会交流を実施する場面】](#)」
もありますので、是非参考にしてみてください。

戻る

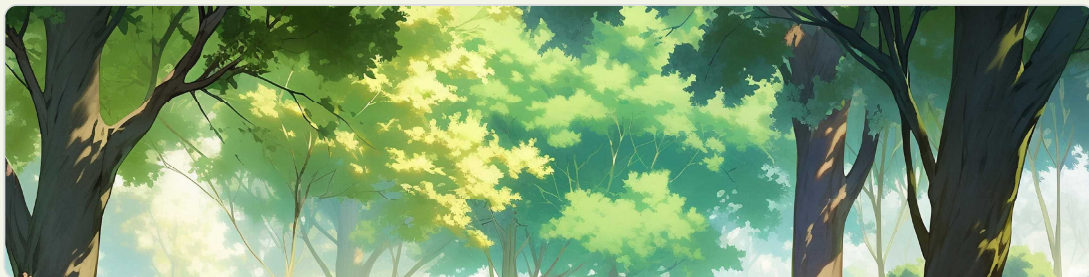
次へ

フォームをクリア

 [不正行為の報告](#)

Google フォーム





ワーク④ 親子交流について実際に考えてみましょう

アカウントを切り替える



共有なし

* 必須の質問です

「Q1-③ 親子交流を実施したいと思っているが、【実施できていない／実施に不安がある】。」とお答えいただいた方にお伺いします。

Q2 親子交流を実施できていない原因、不安を感じる原因はどのようなものでしょうか。次のうち近いものを選んでみましょう。

- ☐ ① どうやって親子交流の取決めをしたらよいか分からない。
- ☐ ② 親子交流を実施したいけれど、相手方と連絡を取り合ったり、顔を合わせたりすることに不安がある。
- ☐ ③ 相手方が話合いに応じてくれない、話合いがまとまらない。
- ☐ ④ 親子交流について取決めをしたのに相手方がに応じてくれない。

戻る

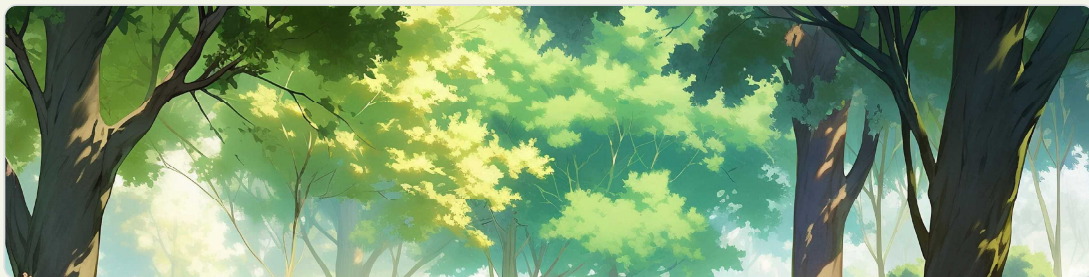
次へ

フォームをクリア

不正行為の報告

Google フォーム





ワーク④ 親子交流について実際に考えてみましょう

アカウントを切り替える



共有なし

「Q2-① どうやって親子交流の取決めをしたらよいか分からない。」とお答えいただいた方へ

親子交流の取決めについて

親子交流はお子さんの健やかな成長のために行うものですので、お子さんにとってどのような親子交流が望ましいか、まずは親同士でよく話し合うことが大切です。具体的には、次のような事項について話し合い、取り決めておくといよいでしょう。

(1) 親子交流の方法

親子交流の方法としては、日帰りの親子交流、宿泊を伴う親子交流などが考えられます。

また、親子交流は、直接会うこと（「直接交流」と呼ばれています。）だけではありません。ビデオ通話、手紙、メール、SNS等を通じて交流すること（「間接交流」と呼ばれています。）も考えられます。

お子さんが安心して楽しめる方法について話し合ってみましょう。

(2) 親子交流の頻度

週又は月に何回程度親子交流を実施し、1回につき何時間程度過ごすか、宿泊を伴う場合には何泊にするか、夏休みなど長期の休みの期間をどう過ごすかなどについて決めておきましょう。

お子さんが無理なく楽しめるよう、その健康状態や生活状況に配慮することも重要です。

(3) その他の事項

お子さんとの待ち合わせ場所やプレゼントに関する取り決め、親同士の連絡先などを決めておくことが考えられます。



親子交流の取決めは、後でトラブルにならないように書面に残すとよいでしょう。

決まった様式があるわけではありませんが、法務省のウェブサイトには、合意書のひな形とこれを解説したパンフレット「[こどもの養育に関する合意書作成の手引きとQ&A](#)」が掲載されていますので参考にしてみてください。

また、親子交流の取決めについて解説した

動画「[別居や離婚後もきちんと子どもと交流するために～別居・離婚をする場面](#)」もありますので、ぜひご覧ください。

戻る

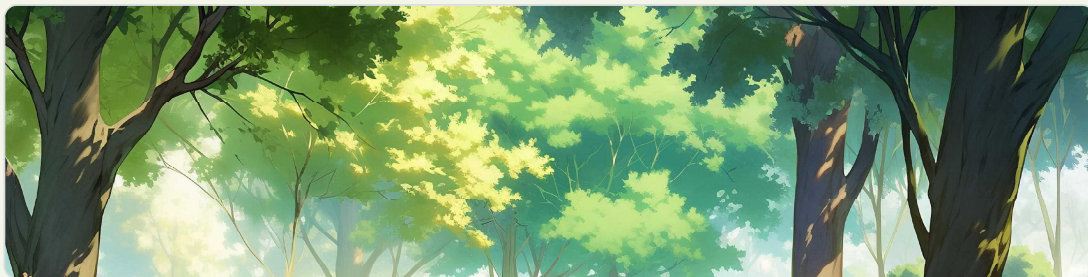
次へ

フォームをクリア

不正行為の報告

Google フォーム





ワーク④ 親子交流について実際に考えてみましょう

アカウントを切り替える



共有なし

「Ｑ２－② 親子交流を実施したいけれど、相手方と連絡を取り合ったり、顔を合わせたりすることに不安がある。」とお答えいただいた方へ

親子交流支援団体について

親子交流を行うに当たって、親同士の連絡調整や、子の受け渡し、見守りなど様々な支援を行っている民間の団体（「親子交流支援団体」と呼ばれています。）があります。

相手方と連絡を取り合ったり、顔を合わせたりすることに不安がある場合には、こうした親子交流支援団体の利用も考えてみるとよいかもしれません。

[法務省のウェブサイト](#)では、親子交流支援団体の一覧表や参考指針を掲載していますので参考にしてみてください（なお、全ての親子交流支援団体が掲載されているものではなく、法務省が活動内容を保証したりするものでもありません。）。

自治体等への相談

このほか、親同士の直接の話し合いが難しい場合には、**弁護士**に間に入ってもらったり、**ADR（裁判外紛争解決手続）**と呼ばれる紛争解決機関を利用して、親子交流についての取決めをすることも考えられます。

どのようなサービスが利用できるかについては、お住まいの地域によっても異なりますので、まずは自治体の相談窓口や無料法律相談などを利用するとよいでしょう。

戻る

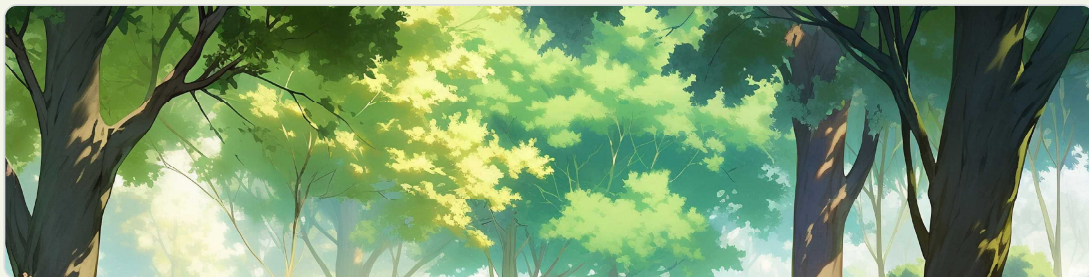
次へ

フォームをクリア

不正行為の報告

Google フォーム





ワーク④ 親子交流について実際に考えてみましょう

アカウントを切り替える



共有なし

「Q2－③ 相手方が話し合いに応じてくれない、話し合いがまとまらない。」とお答えいただいた方へ

家事調停手続等について

家事調停手続

親子交流について、相手方が話し合いに応じてくれない、話し合いがまとまらないという場合には、[家庭裁判所の家事調停手続](#)を利用することができます。家事調停手続は、親同士のもめごと等について、裁判官と民間から選ばれた調停委員とが間に入って、話し合いによって解決を目指す手続です。

家事調停手続によっても話し合いがまとまらない場合には、[家事審判手続](#)と呼ばれる手続に移行し、必要な審理が行われた上で、裁判所の判断（審判）によって結論が示されることになります。

親子交流に関する裁判手続については[こちら](#)もご参照ください。

日本司法支援センター（法テラス）への相談

裁判手続についてより詳しいことを知りたい場合や、それらの手続に必要な弁護士費用等を支払う経済的な余裕がない場合には、[日本司法支援センター（法テラス）](#)に問い合わせてみるとよいでしょう。

家庭裁判所による家事手続案内

また、弁護士によらずに自ら家事調停の申立てをすることを考えている場合には、必要な書類等について[家庭裁判所](#)に問い合わせることもできます。

戻る

次へ

フォームをクリア

不正行為の報告

Google フォーム





ワーク④ 親子交流について実際に考えてみましょう

アカウントを切り替える



共有なし

「Ｑ２－④ 親子交流について取決めをしたのに相手方が応じてくれない。」とお答えいただいた方へ

家庭裁判所による履行確保等

親子交流の取決めをしたにもかかわらず、相手方が応じてくれない場合も、こどもにとって望ましい親子交流をするためには親同士の協力が不可欠ですから、可能であれば、もう一度話し合いをしてみましょう。

その際には、家庭裁判所の家事調停手続を利用することもできます。

家事調停手続

家事調停手続は、裁判官と民間から選ばれた調停委員とが間に入って、話し合いによって解決を目指す手続です。家事調停手続によっても話し合いがまとまらない場合には、家事審判手続と呼ばれる手続に移行し、必要な審理が行われた上で、裁判所の判断（審判）によって結論が示されることになります。

履行勧告

家事調停や家事審判等によって親子交流が定められた場合には、家庭裁判所における履行勧告の手続を利用することができます。

具体的には、家庭裁判所に対して申出をすることによって、家庭裁判所は、相手方に取決めを守るよう説得したり、勧告したりします。この手続には費用が掛かりませんが、強制的に親子交流を実現することはできません。

間接強制

家事調停や家事審判等によって親子交流の日時や方法等が具体的に特定して定められている場合には、強制執行として、間接強制という手続を利用することができます。

間接強制とは、一定の期間内に相手方が親子交流を履行しない場合に間接強制金を課すことで、自発的な実施を促すものです。間接強制をすることができるかどうかは、弁護士等の専門家に相談するとよいでしょう。

戻る

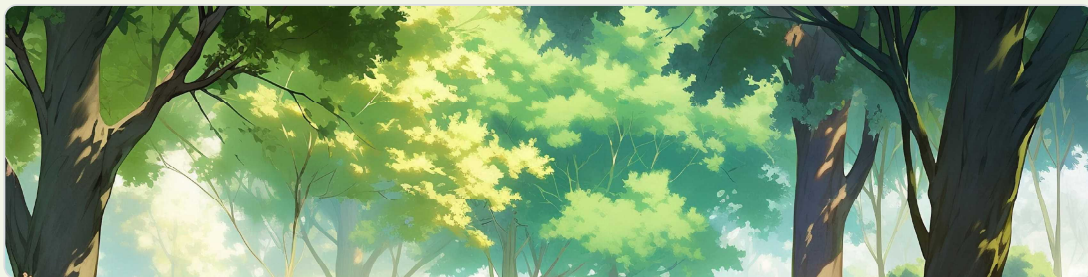
次へ

フォームをクリア

不正行為の報告

Google フォーム





ワーク④ 親子交流について実際に考えてみましょう

アカウントを切り替える



共有なし

「Ｑ１－④ 親子交流を実施したくない、興味がない。」とお答えいただいた方へ

親子交流を実施したくないと考える理由には様々なものがあるでしょう。例えば、**相手からＤＶ被害を受けるおそれがあるなど、親子交流の実施がお子さんの利益に反するような事情がある場合にまで、親子交流を実施する必要はありません。**

また、仮にそのような事情がない場合であっても、別れた相手とはなるべくかわりたくないということもあるかもしれません。

しかし、お子さんにとっては両親ともにかけがえのない存在ですので、親子交流がこどもの健やかな成長にとってプラスとなる場合もあるでしょう。

まずは親子交流について知ることが大切です。例えば、親子交流について簡単に解説された以下の

動画「[面会交流（親子交流）に関する説明動画【概要版】](#)」

も参考にしてみてください。その上で、お子さんの声にも耳を傾けて親子交流について考えてみましょう。

もちろん一人で抱え込む必要はありません。自治体の相談窓口や弁護士などの専門家に相談することも考えてみましょう。

戻る

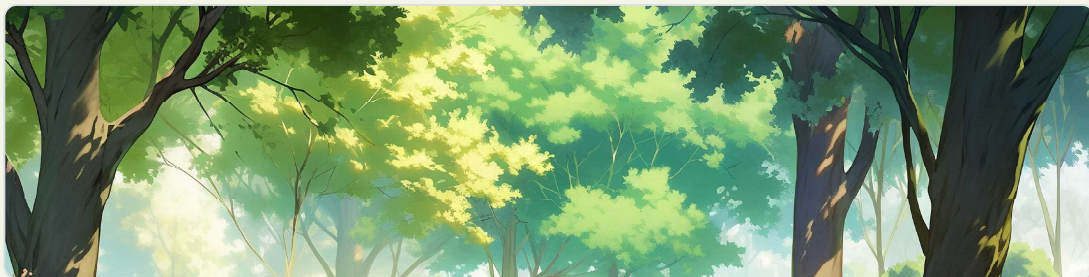
次へ

フォームをクリア

不正行為の報告

Google フォーム





ワーク⑤ 養育費について実際に考えてみましょう

離婚後のお子さんの生活に当たって「養育費」について取決めをすることも重要です。養育費についてスムーズに話し合いができればよいですが、うまくいかないこともあるかもしれません。

■■■■■■■■■■

[アカウントを切り替える](#)



共有なし

Q 1 あなたは動画を見て「養育費」についてどのように感じましたか。あなたの置かれている状況に応じて、次のうち近いものを選んでください。

- ☐ ① 養育費を払ってもらっている
- ☐ ② 養育費を支払うつもりである
- ☐ ③ 養育費について【支払ってもらいたい／支払いたい】が、うまくいかない又は不安がある。
- ☐ ④ 本当は養育費を払ってほしいが、相手と関わりたくない
- ☐ ⑤ 養育費を支払いたくない、支払う余裕がない。

次へ

■■■■■■■■■■ 1/13 ページ

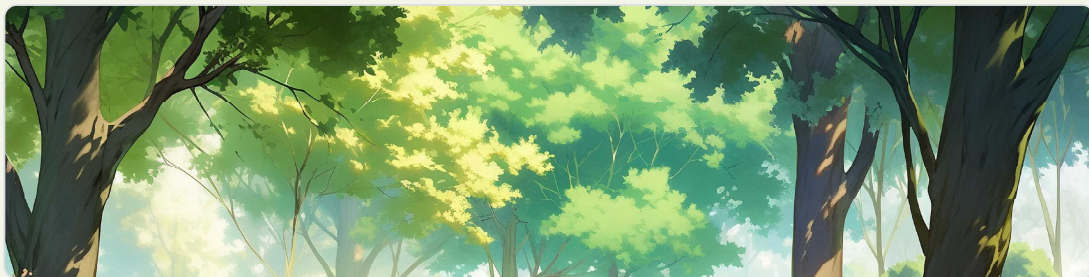
[フォームをクリア](#)

■■■■■■■■■■

[不正行為の報告](#)

Google フォーム





ワーク⑤ 養育費について実際に考えてみましょう

アカウントを切り替える



共有なし

「Q 1-① 養育費を払ってもらっている」「Q 1-② 養育費を支払うつもりである」とお答えいただいた方へ

養育費は、離婚の際にきちんと取り決めておくことが重要です。

これから養育費を支払っていくつもりの方はもちろん、現在支払がうまくいっている方についても、口約束ではなく、なるべく書面に取決めの内容を残しておくことが望ましいでしょう。

養育費の支払がスムーズに行われるためには、**養育費の金額、支払期間、支払時期、支払方法など**について具体的に決めておくことが重要です。

法務省では、[養育費の取決めのひな形や取決めの方法について解説したパンフレット](#)がありますので、参考に見てみてください。

また、養育費の支払は長い年月継続するものです。

お子さんと一緒に暮らす親からすると、例えば、お子さんが大学に進学したり、お子さんが病気にかかってしまったために、お子さんの監護のために必要な費用が増えることもあるでしょう。

また、離れて暮らす親からすると、再婚などにより扶養家族が増えることもあるかもしれません。こうした事情の変更があった場合にもまずは親同士で十分に話し合うことが大切です。

戻る

次へ

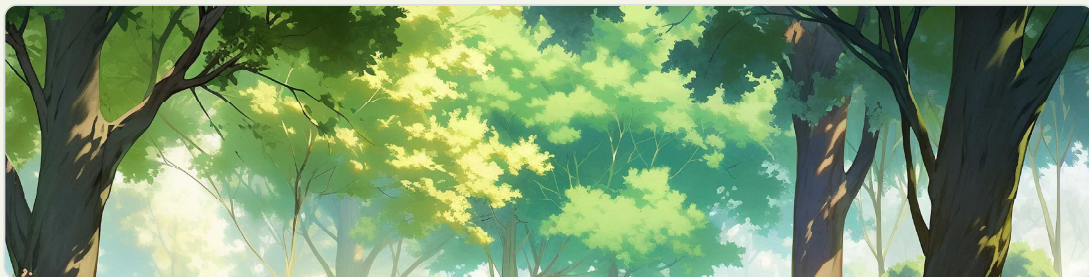
3/13 ページ

フォームをクリア

不正行為の報告

Google フォーム





ワーク⑤ 養育費について実際に考えてみましょう

アカウントを切り替える



共有なし

「Q1-③ 養育費について【支払ってもらいたい／支払いたい】が、うまくいかない又は不安がある。」とお答えいただいた方へ

Q2 「養育費」の支払がうまくいかない又は不安がある理由はどのようなものでしょうか。次のうち近いものを選んでください。

- ☐ ① 養育費の金額や支払期間等について、どうやって取決めをしたらよいか分からない。
- ☐ ② 相手方が養育費の話し合いに応じてくれない、話し合いがまとまらない。
- ☐ ③ 養育費の取決めをしたけれども相手方がに応じてくれない。

戻る

次へ

2/13 ページ

フォームをクリア

不正行為の報告

Google フォーム





ワーク⑤ 養育費について実際に考えてみましょう

アカウントを切り替える



共有なし

「Ｑ２－① 養育費の金額や支払期間等について、どうやって取決めをしたらよいかわからない。」とお答えいただいた方へ

養育費は、お子さんの新しい生活にとって重要なものですので、なるべく離婚時にきちんと取り決めておくことが重要です。支払いがスムーズに行われるように次のような事項について取り決めておくことが望ましいでしょう。

(1) 金額

金額は、原則として話し合いで決めることになりますが、その際には、裁判所が公表している「[算定表](#)」が参考になります。もっとも、養育費は、個別具体的な事情に応じて決めるものであって、「算定表」は飽くまで目安であることに注意してください。

(2) 支払期間

支払の始期と終期を決めておきましょう。終期については、あとでトラブルにならないように、「〇年〇月〇日まで」、「２２歳に達した後に初めて到来する３月末日まで」などと具体的に定めておくことが望ましいです。

(3) 支払時期・方法

「１か月当たり〇円という形で」毎月の一定の金額を支払う例が多いですが、ある程度の期間の金額を一括して支払うことも可能です。支払方法（例：毎月〇日までに振り込む）も併せて決めておくとい良いでしょう。

(4) その他

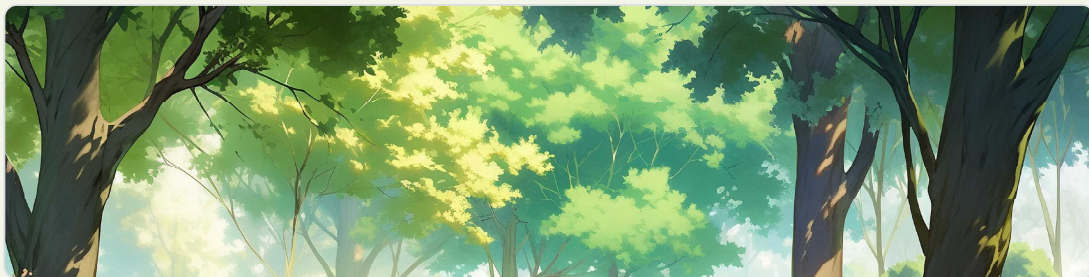
定額の養育費とは別に、入学金や大学の授業料等特別な出費が生じた場合にどのように費用を負担するかを定めることも考えられます。

養育費の取決めについての[合意書のひな形やその作成方法を解説したパンフレット](#)、養育費の取決めについて解説した

動画「[【全編】養育費バーチャルガイダンス2021](#)」

などもありますので、これらも参考にしてみてください。





ワーク⑤ 養育費について実際に考えてみましょう

アカウントを切り替える



共有なし

「Ｑ２－② 相手方が養育費の話し合いに応じてくれない、話し合いがまとまらない。」と答えた人にお伺いします。

家事調停手続等について

家事調停手続

養育費について、相手方が話し合いに応じてくれない、話し合いがまとまらないという場合には、[家庭裁判所の家事調停手続](#)を利用することができます。家事調停手続は、親同士のもめごと等について、裁判官と民間から選ばれた調停委員が間に入って、話し合いによって解決を目指す手続です。家事調停手続によっても話し合いがまとまらない場合には、[家事審判手続](#)と呼ばれる手続に移行し、必要な審理が行われた上で、裁判所の判断（審判）によって結論が示されることになります。

養育費に関する裁判手続については[こちら](#)もご参照ください

日本司法支援センター（法テラス）への相談

裁判手続についてより詳しいことを知りたい場合や、それらの手続に必要な弁護士費用等を支払う経済的な余裕がない場合には、[日本司法支援センター（法テラス）](#)に問い合わせてみるとよいでしょう。

家庭裁判所による家事手続案内

また、弁護士によらずに自ら家事調停の申立てをすることを考えている場合には、必要な書類等について[家庭裁判所](#)に問い合わせることもできます。

戻る

次へ

7/13 ページ

フォームをクリア

不正行為の報告

Google フォーム





ワーク⑤ 養育費について実際に考えてみましょう

アカウントを切り替える



共有なし

「Q 2-③ 養育費の取決めをしたけれども相手方が応じてくれない。」とお答えいただいた方へ

養育費の取決めが、公正証書（執行証書）によって作成されている場合や、家事調停又は家事審判等によって定められた場合において、相手方が取決めに応じない場合には、以下のような履行確保の手續や強制執行の手續をとることができます。

養育費に関する裁判手續については[こちら](#)もご参照ください

履行確保の手續

養育費の分担が家事調停や家事審判で定められた場合には、家庭裁判所に対して、

- ① 相手方が取決めを守るよう勧告すること（履行勧告）を求めること、
- ② 相手方に取決めの履行を命じるよう求めること（履行命令）ができます。

①の手續には費用が掛かりません。②の手續には手数料が必要ですが、相手方が正当な理由なく履行命令に従わないときは、過料の制裁が科せられることがあります。

強制執行の手續

養育費の分担が、公正証書（執行証書）や家事調停または家事審判等によって定められた場合には、これらの文書（「**債務名義**」と呼ばれています。）に基づいて、相手方の財産を差し押さえてそこから養育費を回収できる場合があります。

相手方にどんな財産があるか分からないときは、相手を地方裁判所に呼び出し、どんな財産を持っているかを裁判官の前で明らかにさせる手續（**財産開示手續**）や、銀行等の金融機関や市町村等の第三者から預金債権や給与債権の情報を得る手續（**第三者からの情報取得手續**）を利用することができる場合があります。

債務名義がない場合には、改めて公正証書（執行証書）を作成するか、又は、家事調停又は家事審判等の申立てを行うことが必要となります。

戻る

次へ

9/13 ページ

フォームをクリア



不正行為の報告





ワーク⑤ 養育費について実際に考えてみましょう

アカウントを切り替える



共有なし

「Q1-④ 本当は養育費を払ってほしいが、相手と関わりたくない」「Q1-⑤ 養育費を支払いたくない、支払う余裕がない。」と答えた人にお伺いします。

お子さんと一緒に暮らしている方へ

お子さんと一緒に暮らしている方の中には、養育費が必要だけれども、相手と関わりたくないという理由で支払を求めることをためらっている方もいるかもしれません。

しかし、お子さんが成長していくにつれて、いろいろな場面でお金が掛かります。お子さんのことを第一に考えて、なるべく相手と養育費の支払について話し合うようにしましょう。

直接話をすることが難しい場合には、専門家に相談することも考えられます。

弁護士への相談のほか、養育費等相談支援センターや母子家庭等就業・自立支援センターでも養育費に関する相談に応じている場合があります。

どのような相談機関があるかはお住まいの地域によっても異なりますので、まずは自治体の窓口にご相談するとよいでしょう。

お子さんと離れて暮らしている方へ

お子さんと離れて暮らす方の中にも、様々な理由により養育費を支払いたくない、相手とかかわりたくない、支払う余裕がないという方もいるかもしれません。

しかし、**養育費の支払は、親のお子さんに対する法律上の責任**であるとされています。

このことは、親権者でない親であっても、また、お子さんと離れて暮らしている親であっても変わりません。

また、親のこどもに対する養育費の支払義務は、法律上は、親自身の生活に余力が乏し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という強い義務であるとされています。

お子さんと離れて暮らすことになったとしてもお子さんにとっては親であることに変わりありません。お子さんの成長を支える応援として、養育費についても是非考えてみてください。

養育費について基本的な事項を解説した

動画「[【全編】養育費バーチャルガイダンス2021](#)」

もありますので、まずはこちらを御参照ください。

