

離婚を考えている方へ

離婚後の生活のことや、子どもの将来のため、
離婚の時に知っておきたい大切な事をまとめました。
ここに記載していることが全てではありませんが、
今後を考える際の参考にしてください。

めがねのまちさばえ



くらしと福祉の相談課

令和8年4月改訂

離婚をする時に知っておきたい大切な事

1.	親権者	2
2.	養育費	4
3.	親子交流	6
4.	財産分与	7
5.	慰謝料	9
6.	年金分割	10
7.	話がまとまらない時	11
8.	相手が約束を守らない時	12
9.	DVに悩んでいたら	13



1.親権者

親権者とは？

子どもの利益のために、監護・教育を行い、財産を管理する権利と義務を持つ人のことです。

離婚する際は、父母の協議により父母双方を親権者とする（共同親権）か、どちらか一方を親権者とする（単独親権）か選択をすることができます。ただし、協議が整わない場合で、DVや子どもへの虐待の恐れがあるなど共同親権とすることが子の利益を害する場合には、裁判所の判断により父母の一方が親権者に指定される（単独親権となる）ことがあります。

共同親権の場合、食事や予防接種、習い事などの日常のことは一方の親で決めることができますが、子どもの住む場所を変えることや将来の進学先を決めること、心と体の健康に大きな影響を与える治療や子どものお金の管理などについては、父母が話し合っで決めることとなります。父母の意見が対立する時は、意見調整のために家庭裁判所の裁判手続きを利用することができます。

どのように決める？

①監護・教育・財産に関する事について、子どもの利益を最優先に考え、収入状況や生活環境などを考慮して決めます。

まずはしっかり父母で話し合うようにしてください。

②子どもが健やかな成長を遂げるために、できるだけ悪影響を与えないよう子どもの福祉の視点に立つ事が重要です。

話し合いで決められない場合は、家庭裁判所の調停手続を利用できます。それでも決まらないときは、離婚訴訟による裁判を提起することになります。

※話し合いがまとまらない時は？☞ P11 参照

※家庭裁判所における離婚手続の概要についてはこちら▶



子の氏について

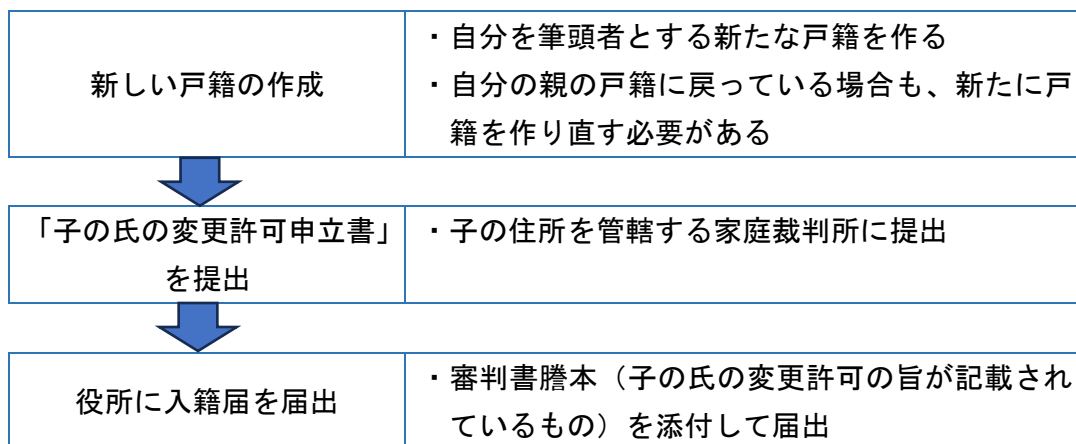
離婚をして、父母のいずれかが婚姻前の氏に戻ったとしても、子どもの氏（名字）は、婚姻時のままです。これは、親権者となった方の氏が変わった場合でも同じです。子どもの氏は、親権者が、家庭裁判所の許可を得て変更します。

子が、父又は母と氏を異にする場合には、家庭裁判所の許可を得て、父又は母の氏を称することができます。

子どもを自分の戸籍に入籍させるには、原則、家庭裁判所で「子の氏の変更許可申立」の手続きをした後に、役所へ入籍届を届出する必要があります。

離婚後の子どもの戸籍と氏の変更手続きの流れは次のようになります。

※審判までの期間は、約一週間程度ですが、管轄の裁判所により異なります。



子の氏変更許可（裁判所）		福井県内の裁判所 （※P11 参照）	
--------------	---	-----------------------	---



2.養育費

養育費とは？

養育費とは、子どもの監護や教育のために必要な費用のことです。具体的には、子どもが経済的・社会的に自立するまでに必要な生活費、教育費、医療費などです。離婚後、子どもを監護している親（親権者）は、他方の親から養育費を受け取ることができます。

養育費の支払い義務は、親権を持たない親にもあります。

離婚によって親権者でなくなった親であっても、子どもの親であることに変わりはありませんので、親として養育費の支払義務を負います。

令和8年4月の民法改正により、離婚時に養育費に関する取り決めをしていなくても、法律で定められた一定の金額を請求することができる「法定養育費制度」が導入されました。

まずは、しっかりと父母で話し合しましょう。取決をする際、




(1)養育費の金額、(2)支払期間、(3)支払時期、(4)振込先など具体的に決めておくようにしましょう。

取り決めた内容は、後日、紛争が生じないように、口約束ではなく、書面に残しておくようにしましょう。(下記①参照)

できれば「公正証書」にするのがよいでしょう。☞ P5 参照

養育費の金額は基本的には話し合って具体的に決められるものですが、東京および大阪の家庭裁判所の裁判官による研究報告である「算定表」が参考になります。(P5②参照)

※話し合いがまとまらない時は？☞ P11 参照

① 「こどもの養育に関する合意書手引きとQ&A」パンフレット（法務省）	② 東京および大阪の家庭裁判所の裁判官による研究報告「算定表」	養育費等相談支援センター
		

離婚に関する公正証書の作成について、下記の公証役場にご相談ください。

《県内の公証役場一覧》

福井公証人合同役場 0776-22-1584	武生公証役場 0778-23-5689	敦賀公証役場 0770-23-3598
		



3.親子交流

親子交流とは？

子どもと離れて暮らしている父母の一方が定期的、継続的に、会って話をしたり、一緒に遊んだり、電話や手紙、SNSなどの方法で交流することです。

親子交流の必要性

親子交流は、子どものためのものであり、子どもの気持ち、日常生活のスケジュール、生活リズムを尊重するなど、子どもの利益を最も優先して考慮しなければなりません。

離婚（別居）することになったとしても、子どもにとっては、どちらも、かけがえのない父であり母であることに変わりはありませんから、夫と妻という関係から子どもの父と母という立場に気持ちを切り替え、親として子どものために協力していくことが必要です。

相手から身体的・精神的暴力等の被害を受けるおそれがあるなど、親子交流をすることが子どもの最善の利益に反する場合には、以上の点は当てはまりません。

どのように取り決める？

まずはしっかりと父母で話し合しましょう。

取り決めをする際には、**親子交流の内容、頻度などを決めておく**とよいでしょう。また、取り決めた内容については、後日、紛争が生じないように、書面に残しておくとい良いでしょう。

※法務省「こどもの養育に関する合意書作成の手引きと Q&A」パンフレット

☞P4 参照

※話し合いがまとまらない時は？☞ P11 参照

4.財産分与



財産分与とは？

離婚をした者の一方が他方に対して財産の分与を請求することができる制度です。以下のような種類があります。

- (1) 夫婦が共同生活を送る中で形成した財産の公平な分配
婚姻中に築いた財産を公平に分けるもので、夫婦が協力して築いた財産は、基本的に半分ずつに分けられます。
- (2) 離婚後の生活を支えるために経済的に自立できるまでの間、生活費を分与する。
- (3) 離婚の原因を作った側が、精神的苦痛に対する慰謝料として財産を分ける。

どのように取り決める？

財産分与の額は夫婦の財産の清算を基本として、上記の(2)と(3)の要素も考慮しながら、まずは当事者間の話し合いによって金額を決めることとなります。

当事者間で協議が調わないときや、協議をすることができないときは、家庭裁判所に調停又は審判を申し立てることができます。

※話し合いがまとまらない時は？☞ P11 参照

財産分与の対象となる財産は？

夫婦のいずれか一方の名義になっている財産であっても、実際には夫婦の協力によって形成されたものであれば、財産分与の対象となります。

例えば、婚姻中に夫の収入で土地・建物を購入して夫の単独名義になっている場合であっても、妻が家事等を分担して夫を支えていたときは、その土地・建物は、実質的には夫婦の財産といえると考えられます。

財産分与の時期は？

離婚までに協議をしておき離婚と同時に分与してもよいですし、離婚をしてから分与を請求することもできます。

協議が調わないとき、協議できないとき

財産分与について当事者間の話合がまとまらない場合や話し合いができない場合には、離婚の時から5年以内に家庭裁判所に調停または審判の申立をして、財産分与を求めることができます。

※話し合いがまとまらない時は？☞ P11 参照

ただし、離婚から5年が経過すると、家庭裁判所に申立をすることができなくなりますので、注意してください。

5.慰謝料

慰謝料とは？

夫婦の一方の不法行為によって被った精神的苦痛に対する損害賠償金のことです。相手方の行為によって離婚せざるを得なくなった場合には、慰謝料を請求することができます。

話し合いがまとまらない場合は？

有責行為(不貞行為、暴力行為、虐待など)については、双方の主張が食い違うことが多く、慰謝料について当事者間の話し合いがまとまらない場合や話し合いができない場合には、家庭裁判所の調停手続を利用することができます。

※話し合いがまとまらない時は？☞ P11 参照

なお、離婚後3年を経過すると請求できなくなります。



福井地方・家庭・簡易裁判所



※県内の裁判所一覧は、P11 参照



6.年金分割

年金分割とは、離婚した場合に、二人の婚姻期間中の年金保険料納付額に対応する厚生年金を分割して、それぞれ自分の年金とすることができる制度です。

(詳しくは、下記の法務省(年金分割)を参照してください。)

年金分割の方法は2種類あります。

(1)合意分割

- ・二人からの請求により年金を分割する方法です。
- ・分割の割合は二人の合意、または、判決によって決まった割合となります。


(2)3号分割

- ・サラリーマンの妻である専業主婦の方など、国民年金第3号被保険者(※)であった方からの請求により、年金を分割する方法です。
 - ・分割の割合は、2分の1ずつとなります。
- ※厚生年金保険の被保険者または共済組合の組合員の被扶養配偶者で、20歳以上60歳未満の方

年金分割を行うための手続きは、近くの年金事務所または街角の年金相談センターに「標準報酬改定請求書(離婚時の年金分割の請求書)」を提出する必要があります。分割の割合が決まっても請求の手続きをしないと年金は分割されません。

年金分割の手続きは、原則として、離婚をした日の翌日から起算して5年を経過すると、請求できなくなります。また、既に離婚等が成立し、相手方が死亡した日から起算して1カ月を経過すると請求できなくなります。

詳しい手続きの方法やご不明な点などについては、近くの年金事務所に相談してください。

法務省 (年金分割)		福井県内の 年金事務所 管轄区域		街角の年金相 談センター福 井(アオッサ内)	
---------------	---	------------------------	---	------------------------------	---

7.話し合いがまとまらない時

家庭裁判所の調停手続を利用することができます。

調停手続は、裁判官と民間から選ばれた調停委員が間に入り、非公開の場で、話し合いによって妥当な解決を目指す手続です。相手と直接交渉することはありません。

調停の申立は、相手の住所地を管轄する家庭裁判所又は当事者が合意で定める家庭裁判所にすることができます。

※夫婦関係調整調停（離婚）の概要はこちら▶



それでも決まらない場合、裁判の提起



≪ 県内の裁判所一覧 ≫

福井地方裁判所 福井家庭裁判所 福井簡易裁判所	0776-91-5069（直通） 家事調停、審判（子の氏の変更等）	〒910-8524 福井市春山 1-1-1
福井地方裁判所 武生支部 福井家庭裁判所 武生支部 武生簡易裁判所	0778-23-0050（代表）	〒915-8524 越前市日野美 2-6
福井地方裁判所 敦賀支部 福井家庭裁判所 敦賀支部 敦賀簡易裁判所	0770-22-0812（代表）	〒914-8524 敦賀市松栄町 6-10
大野簡易裁判所	0779-66-2120（代表）	〒912-8524 大野市弥生町 1-11
福井家庭裁判所 小浜出張所 小浜簡易裁判所	0770-52-0003（代表）	〒917-8524 小浜市城内 1-1-2

8.相手が約束を守らない時

養育費や親子交流についての合意に関して、相手が養育費の分担や親子交流（面会交流）に関する調停や審判等を守らない場合には、(1) 履行の確保の手続や(2) 強制執行の手続をとることができます。



(1) 〔履行の確保の手続〕

養育費の分担や親子交流が家事調停や家事審判等で決められた場合には、家庭裁判所における履行の確保の手続を利用することができます。家庭裁判所に対して申出をすると、家庭裁判所では、相手に取り決めを守るように説得や勧告をします。

また、養育費のように金銭の支払を目的とする場合には、家庭裁判所に履行命令を申し立てることができます（相手が正当な理由なく履行命令に従わないときは、過料の制裁に処せられることがあります）。

これらの手続には費用はかかりませんが、相手が履行勧告や履行命令に応じない場合に、この手続の中で相手の財産を差し押さえるなど強制的に養育費の支払や親子交流を実現することはできません。

(2) 〔強制執行の手続〕

相手が約束通りに養育費等を払ってくれない場合、裁判所に申立をして強制的にお金を取り立てる手続きが「強制執行手続」です。申立は、相手の住所地を管轄する地方裁判所に行います。相手の住所がわからない場合は、差し押さえたいもの（例えば給料や銀行預金）の所在地を管轄する裁判所に申し立てます。

※申立をする際の必要な書類はこちら👉
(参考：金沢地方裁判所 必要書類)



9.DVに悩んでいたら

DV

～ひとりで悩まず相談を～

DV(ドメスティック・バイオレンス)とは・・・

配偶者(事実婚も含む)、元配偶者、生活の本拠を共にする交際相手などの、親密な関係にある人からの暴力のことです。性別や年齢に関係なく被害を受けることがあります。殴る、蹴るといった身体的なものに限定されることなく、精神的暴力や性的暴力など多岐に渡り、これらの暴力が、いくつも組み合わせられ、しかも繰り返し、継続的に行われます。こうしたさまざまな暴力は、被害者が心身に深い傷を負うことはもちろん、そのすぐ近くにいる子どもにも深刻な影響を及ぼします。暴力は、どんな関係においても許されるものではなく、犯罪となる行為を含む重大な人権侵害です。

暴力の種類

身体的暴力	殴る、ける、平手打ち、突き飛ばす、髪をひっぱる、首を絞める、物を投げつける、引きずりまわす、など
精神的暴力	怒鳴る、ののしる、バカにする、無視する、発言させない、命令口調、人格否定暴言、SNS等で誹謗中傷、大切にしている物を壊す・捨てる、脅迫する(おどす)、など
性的暴力	わいせつな写真を撮る、ポルノ画像などを無理に見せる、避妊に協力しない、性行為の強要、中絶の強要、など
社会的暴力	自由に外出させない、親族や友人との付き合いを制限する、携帯電話の履歴やメールを細かくチェックする、行動を監視する、など
子どもを利用した暴力	子どもの前で暴力を振るう・ののしる・バカにする、子どもに悪口をふきこむ、子どもを取り上げると脅かす、など
経済的暴力	生活費を渡さない、家計を厳しく管理し金銭的な自由を与えない、貯金を勝手に使う、借金を強要する、働くことを妨害する、など

- DVが起きている家庭では、子どもに対する暴力が同時に行われている場合があります。子ども自身が直接危害を加えられていなくても、家庭内のDVを見聞きする「面前DV」は、「児童虐待（心理的虐待）」にあたります。

DVのある家庭に育つことで、心身の発達に様々な悪影響を及ぼします。暴力におびえて大人の顔色をうかがうようになる、過度に緊張する、暴力的になる、現実逃避する、不登校になる、暴力を肯定するようになる、など影響は様々です。

DV加害者が直接子どもに暴力をふるう。
DV加害者から子どもへの暴力を止めることができず見過ごす。
DV加害者に対する恐怖心などから、子どもへの暴力に加担する。
子どもの見ている前で暴力をふるう、夫婦喧嘩をする。

※お子さんのためにもぜひ相談してください。☞ P15、P16 参照

- 恋人などの親密な関係、あるいはそういった関係であった者からのさまざまな暴力のことをデートDVと呼びます。最近、中高校生や大学生など若い世代での交際相手間の暴力が問題になっています。配偶者ではなく、同棲もしていない状態であっても基本的にはDVと何ら変わりません。例えば、友人との付き合いを制限する、無視する、どなる、傷つける言動、お金を借りて返さない、行動を詮索する、束縛する、性行為を強要する、殴る、蹴る、など。

※「DVかもしれないが、どうしたらいいかわからない」「逃げたいが、頼れるところがない」「身内や友人にDVで困っている人がいる」といった悩みがある方は、ひとりで悩まず専門の窓口にご相談ください。

☞ P15、P16 参照

相談窓口

1. 福井県配偶者暴力被害者支援センター

相談機関	電話番号	相談日	相談時間
福井県児童・女性相談所 (女性相談支援センター)	0776-35-1725	面談 月～金 電話相談 毎日	8:30～17:15 8:30～22:00
福井県生活学習館 (ユー・アイふくい)	0776-41-7111	電話・面接 火～日	9:00～16:45
福井健康福祉センター	0776-36-2857	電話・面接 月～金	8:30～17:15
坂井健康福祉センター	0776-73-0609		
奥越健康福祉センター	0779-66-2076		
丹南健康福祉センター	0778-51-0034		
丹南健康福祉センター (武生福祉保健部)	0778-22-4135		
二州健康福祉センター	0770-22-3747		
若狭健康福祉センター	0770-52-1300		

2. 警察関係

相談窓口	電話番号	相談日・相談時間
警察本部 警察安全相談室	#9110 または 0776-26-9110	電話・面接 年中無休 24 時間対応
福井警察署	0776-52-0110	
福井南警察署	0776-34-0110	
大野警察署	0779-65-0110	
勝山警察署	0779-88-0110	
あわら警察署	0776-73-0110	
坂井警察署	0776-66-0110	
坂井西警察署	0776-82-0110	
鯖江警察署	0778-52-0110	
越前警察署	0778-24-0110	
敦賀警察署	0770-25-0110	
小浜警察署	0770-52-0110	

3. 児童虐待に関する相談 (年中無休 24 時間対応)

- ・ 児童相談所虐待対応ダイヤル
「189」(イチハヤク) ※通話無料
- ・ 児童相談所相談専用ダイヤル
0120-189-783 ※通話無料
- ・ 福井県児童相談 24 時間ダイヤル
0776-35-1781



4. DV相談

■DV相談ナビ #8008

福井県以外にお住まいの方、どこに連絡したらよいか
わからない方は、こちらの番号をご利用ください。

■DV相談+（プラス） 0120-279-889

年中無休24時間の電話相談のほか、
チャットでの相談にも対応しています。



5. 弁護士相談

福井弁護士会 0776-23-5255		法テラス 0570-078374	
------------------------	--	---------------------	--

6. その他の相談機関



相談窓口	電話番号	相談日・相談時間
男性DV相談 男性相談員が対応	080-8690-0287	毎月第1~4水曜日 9:00~13:00
福井県人権センター	0776-29-2111	火~金 9:00~17:00
福井地方法務局 人権擁護課	0570-003-110	月~金 8:30~17:15
公益社団法人 福井被害者支援センター	0120-783-892	月~土 10:00~16:00 (面接は月~金)