教えて！Q＆A

©2011練馬区ねり丸

Q. 養育費は子どもが何歳になるまで支払うの？

養育費は、子どもが経済的・社会的に自立するまで必要とされています。大学等に進学することを想定する場合は、「22歳に達した後の3月まで」といった定め方をしましょう。

Q. 養育費の金額は決まっているの？

決められた金額はなく、両者の収入等を考慮し、話し合いにより決定します。金額の目安になるものとして「養育費算定表」があります。算定表は裁判所のホームページでご覧になれます。

裁判所HP

Q. 面会交流って何？

離れて暮らす親が子どもと会ったり、電話やメールなどで交流することです。父母どちらからも愛されていると実感することで、安心感や自尊心が育ち、子どもが生きていく上での大きな力となります。子どもの利益を最優先して取り決めましょう。

養育費のことで困ったら、ご相談ください

練馬区 ひとり親家庭 法律相談

練馬区役所本庁舎10階

離婚前後に関することや養育費について、弁護士が対面・オンライン・電話で相談に応じます。
相談日：月～金曜（月4回）／土曜（年4回）（予約制／1人２回まで）

予約方法　練馬区ひとり親家庭支援ナビ（右記のQRコード）からお申し込みください。

問合せ　☎ 03－5984－1319
月～金曜／8:30～17:15

※練馬区では、ひとり親家庭の生活全般に関わる相談に専門相談員が応じる総合相談(月～金曜)や、ファイナンシャルプランナーによる家計相談(月２回)も行っています。お気軽にご相談ください。

支援ナビ

東京都 ひとり親家庭 支援センター はあと

千代田区飯田橋3-4-6
新都心ビル7階

養育費の取り決め、受け取り額の決定や変更などについて、相談に応じます。（予約制）
日程はHPをご覧ください。

問合せ　☎ 03－6272－8720
火～金曜 ／9:00～20:30
月・土・日曜・祝日／9:00～17:30

はあとHP

厚生労働省 養育費等相談 支援センター

養育費・面会交流について、相談に応じます。

電話相談　☎ 0120－965－419（フリーダイヤル）
☎ 03－3980－4108（携帯・PHS）
月・火・木・金曜／10:00～20:00
水曜／12:00～22:00
土曜・祝日／10:00～18:00
※振替休日はお休み

センターHP

日本司法 支援センター 法テラス

法的トラブル解決の総合案内を行っています。

問合せ　☎ 0570－078374
月～金曜／9:00～21:00
土曜／9:00～17:00

法テラスHP

令和５年（2023年）４月　練馬区生活福祉課発行

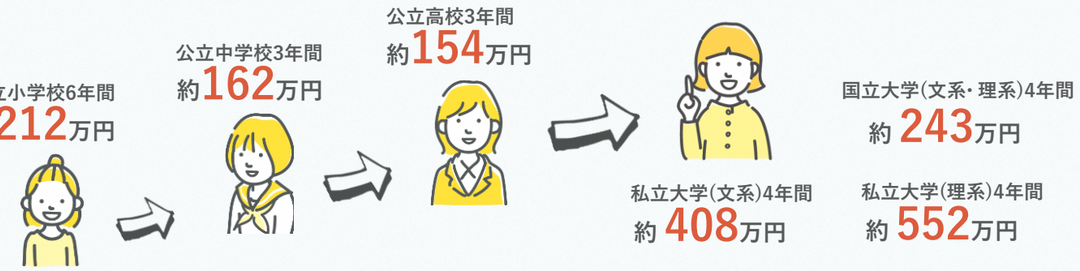
＼ 取り決めましたか？ ／

養育費のこと

養育費は、子どもが経済的・社会的に自立するまでの
生活や教育などに必要な費用です。
子どもの成長を支えていくため、親の責任（義務）として
養育費を取り決めましょう。

また、子どもにとって父母はかけがえのない存在です。
面会交流についても取り決めましょう。

子どもの学費ってどれくらいかかるの？



（出典）文部科学省「令和３年度子供の学習費調査」

（出典）文部科学省「私立大学等の令和3年度入学者に係る学生納付金等調査結果について」

養育費の取り決め方法

＼ まずは話し合いましょう ／

養育費について取り決めをする場合は、支払いがスムーズに行われるよう、口約束ではなく、書面に残しておきましょう。同時に面会交流についても話し合いましょう。書面の様式は自由ですが、一般的な項目を記載した「子どもの養育に関する合意書」のひな型が法務省のホームページに掲載されています（右ページは記入例）。合意書だけでは強制執行（給料の差押え等）ができないため、できれば公正証書にしましょう。

合意できたら

当事者だけでまとまらないなら…

ADRを利用した話し合い

ADR(裁判外紛争解決手続)とは、裁判ではなく、法務省の認証を受けたADR事業者が双方の言い分を聞きながら、専門家としての知見を活かし、話し合いによって合意を図る手続きです。裁判所の手続きに比べ、短期間での合意が見込まれます。料金は事業者ごとに異なります。ADRによる合意だけでは強制執行(給料の差押え等)ができないため、できれば公正証書にしましょう。

ADR事業者は、法務省のホームページ「かいけつサポート」でご覧ください。
※取扱う紛争の範囲を「夫婦関係等に関する紛争」や「民事に関する紛争(全般)」で検索してください。

法務省HP

合意できなければ

家庭裁判所

＜調停・審判＞

調停委員会が両者の仲介をして話し合いをまとめ、書面にします。調停がまとまらない場合は、審判に移行し、裁判所が相当と認める養育費について決定します。養育費が不払いの場合は、履行勧告や強制執行ができます。

＜裁判＞

離婚を求める訴訟の中で、離婚と同時に養育費についても判決で決めてもらうことができます。
養育費が不払いの場合は、履行勧告や強制執行ができます。

合意できたら

公正証書を作成しましょう

公正証書とは、公証人が作成する公文書です。取り決める両者が公証役場へ行き、合意した内容を書面にします。どこの公証役場でも作成できます。強制執行認諾条項があれば、養育費が不払いの場合に強制執行（給料の差押え等）ができます。

［練馬公証役場］

練馬区豊玉北5－17－12 練馬駅前ビル3階
☎ 03-3991-4871
月～金曜／9:00～17:00

練馬公証役場HP

公正証書や調停・裁判、ADRの費用を助成しています

練馬区では、養育費の取り決めに関する公正証書の作成や、調停・裁判の申立、ADR利用にかかる費用を助成しています。詳しくは練馬区ホームページをご覧ください。

対象費用：［公正証書の場合］　公証人手数料
［調停・裁判の場合］家庭裁判所の調停・裁判申立に必要な収入印紙代、戸籍謄本等添付書類取得代、郵便切手代
［ADR利用の場合］　ADR申込料・依頼料、１回目の調停費用（上限５万円）

区HP

練馬区生活福祉課ひとり親家庭支援係　☎ 03-5984-1319（月～金曜／8:30～17:15）

子どもの養育に関する合意書　（記入例）

作成日　2023 年　1月　31日

父		母	
ふりがな	ほうむ　たろう	ふりがな	ほうむ　はなこ
氏　名	法務 太郎	氏　名	法務 花子
住所	〒〇〇〇－〇〇〇〇 〇〇県△△市□□町●－▲－■ 電話　〇〇〇－〇〇〇－〇〇〇〇 メール　〇〇〇〇@〇〇.ne.jp	住所	〒〇〇〇－〇〇〇〇 〇〇県△△市■■町▲－■－● 電話　〇〇〇－〇〇〇－〇〇〇〇 メール　〇〇〇〇@〇〇.ne.jp
勤務先	名称　〇〇〇株式会社 所在地 〒〇〇〇－〇〇〇〇 〇〇県△△市●●町▲－■－●	勤務先	名称　□□□株式会社 所在地 〒〇〇〇－〇〇〇〇 〇〇県■■市□□町●－▲－■

子ども

1	ふりがな　ほうむ まもる 氏　名　法務　まもる	2013年 5月 1日生 親権者　父 ・ (母)	2	ふりがな　ほうむ あゆみ 氏　名　法務　あゆみ	2014年 8月 1日生 親権者　父 ・ (母)
3	ふりがな 氏　名	年　月　日生 親権者　父 ・ 母	4	ふりがな 氏　名	年　月　日生 親権者　父 ・ 母

養育費

	支払期間	金額	支払時期
子1	□　年　月　日まで 2023年2月1日から☑子1が22歳に達した後の3月まで □　まで	☑1か月当たり　〇万円ずつ □　年／月分　円 □　円	☑ 毎月　25日 □　年　月　日 □
子2	□　年　月　日まで 2023年2月1日から☑子2が22歳に達した後の3月まで □　まで	☑1か月当たり　〇万円ずつ □　年／月分　円 □　円	☑ 毎月　25日 □　年　月　日 □
子3	□　年　月　日まで 年　月　日から□　歳に達した後の3月まで □　まで	□1か月当たり　円ずつ □　年／月分　円 □　円	□ 毎月　日 □　年　月　日 □
子4	□　年　月　日まで 年　月　日から□　歳に達した後の3月まで □　まで	□1か月当たり　円ずつ □　年／月分　円 □　円	□ 毎月　日 □　年　月　日 □

振込先　（子１及び子２の養育費の振込先）	その他
金融機関　〇〇 銀行　△△ 支店 □座の種類　(普通) ・ 当座 □座番号　〇〇〇〇〇〇〇〇 □座の名義　ホウムハナコ	子１及び子２が高校・専門学校、大学等に進学した場合の費用等の負担については、別途協議する。

面会交流

	面会交流の内容と頻度	受け渡しの場所	父母連絡方法
子1	☑ 宿泊なし面会（☑〇か月に〇回程度、□　） ☑ 宿泊あり面会（□　に　回程度、☑夏休みに〇泊程度） □　（□　に　回程度、□　）	□（　）の自宅近く □双方の自宅の中間地点 □その都度協議　☑（公園入口）	☑SNS（〇〇〇） □メール□手紙 □電話　□（　）
子2	☑ 宿泊なし面会（☑〇か月に〇回程度、□　） ☑ 宿泊あり面会（□　に　回程度、☑夏休みに〇泊程度） □　（□　に　回程度、□　）	□（　）の自宅近く □双方の自宅の中間地点 □その都度協議　☑（公園入口）	☑SNS（〇〇〇） □メール□手紙 □電話　□（　）
子3	□ 宿泊なし面会（□　に　回程度、□　） □ 宿泊あり面会（□　に　回程度、□　） □　（□　に　回程度、□　）	□（　）の自宅近く □双方の自宅の中間地点 □その都度協議　□（　）	□SNS（　） □メール□手紙 □電話　□（　）
子4	□ 宿泊なし面会（□　に　回程度、□　） □ 宿泊あり面会（□　に　回程度、□　） □　（□　に　回程度、□　）	□（　）の自宅近く □双方の自宅の中間地点 □その都度協議　□（　）	□SNS（　） □メール□手紙 □電話　□（　）

その他（連絡方法や留意事項等を自由にお書きください）
・〇時に〇〇公園入口で受け渡し。〇時から〇時まで。詳細については〇〇〇で協議する。
・宿泊を伴う面会中の滞在場所は、事前に知らせる。
・遠方への転勤・転居など事情が変わった場合は、再度協議する。

○この合意書のひな形は、法務省のホームページからダウンロードできます。

法務省HP