

ひとり親家庭のための

みらい応援ガイド

すべてのシングルマザー、シングルファザーと
こどもの未来を支える支援について



こどもまんなか
こども家庭庁



あなたとこどもの未来のために——。 親権、養育費、親子交流などのルールが新しくなりました

こどもの健やかな成長と未来のことを一番に考え、離婚後の親の責任、養育費や親子交流についてなど、離婚後のこどもの養育に関する法律が見直されました。(2026年4月1日に施行)



親の責務に関するルールの明確化

親の責務ってどういうこと？ 何をすればいいの？

こどもの未来を担う親としての責任

親権や婚姻関係があるかどうかに関わらず
こどもを育てる責任と義務についてのルールが明確にされました。



こどもの 人格の尊重

こどもが心も体も元気でいられるように育てる責任があります。こどもの利益のため、意見をよく聞き、人格を尊重しなければなりません。

こどもの扶養

父母には、親権や婚姻関係の有無に関係なく、こどもを「養う」責任があります。養う度合いは、こどもが同じくらいの生活を送れる水準でなければなりません。

父母間の 人格尊重・協力義務

こどものためにお互いを尊重して協力し合うことが大切です。下記のようなことは、このルールに違反する場合があります。

- 暴力や相手を怖がらせるような言動、濫訴
- 他方の親によるこどもの世話を不当にじゃますること
- 特段の理由なく他方に無断でこどもの住む場所を変えること(※)
- 特段の理由なく約束した親子の交流の実施を拒むこと

※暴力等や虐待から逃れることはルールに違反しません。

すべてはこどもの 利益のために

親権者はこどもの世話やお金や物の管理などについて、こどもの利益のために責任を果たさなければなりません。

離婚後の親権に関するルールの見直し

新たな選択肢、共同親権でどんなことが変わるの？



新たな選択肢が広がります

1人だけが親権を持つ【単独親権】のほかに、
離婚後に父母2人ともが親権を持つ【共同親権】の選択ができるようになります。

父母2人ともが親権を持つ【共同親権】の場合

日常のことは、 一方の親で決められる

食事や着る服を決めること、短い旅行、予防接種や習い事などは、父母のどちらかで決めることができます。

大切なことは父母2人で話し合う

こ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こどものお金の管理などについては父母が話し合って決められます。なお、父母の意見が対立するときには、家庭裁判所で、父母のどちらかが1人でその事項を決められるようにする裁判を受けることもできます。

一方の親が決められる 緊急のケース

暴力等や虐待から逃れるために引越すこと、病気やけがで緊急の治療が必要な場合などは、父母のどちらか1人で決めることができます。

民法等の一部を改正する法律(父母の離婚後等の子の養育に関する見直し)についての詳細は、法務省民事局のサイトをご覧ください。

https://www.moj.go.jp/MINJI/minji07_00357.html



養育費の支払い確保に向けた変更点

養育費のルール、どんなことが変わるの？

こどもの生活を守るために

養育費を確実に、しっかりと受け取れるように
新たなルールの創設やルールの見直しが行われました。

取り決めの 実効性アップ

文書で養育費の取り決めをしていれば、支払いが滞った場合にその文書をもって一方の親の財産を差し押さえるための申立てができるようになります。

※施行後に発生するものが対象です。

法定養育費とは

離婚時に養育費の取り決めがなくても、取り決めるまでの間、子どもと暮らす親が他方の親へ、子ども一人あたり月額2万円の養育費を請求できる制度です。離婚後もこどもの生活が守られるよう設けられました。養育費が決まるまでの暫定的、補充的なものです。

※法定養育費は父母間で取り決めるべき養育費の標準額や下限額を定める趣旨のものではありません。
※施行後に離婚した場合が対象です。

裁判手続きがスムーズに

家庭裁判所は養育費に関する裁判手続きをスムーズに進めるために収入情報の開示を命じることができることとしています。また、養育費を請求する民事執行の手続きでは、地方裁判所に対する1回の申立てで財産の開示、給与情報の提供、判明した給与の差し押さえに関する手続きを行うことができるようになります。

安全・安心な親子交流の実現に向けた見直し

安全・安心な親子交流って？

こどものことを最優先に行われます

親子交流や父母以外の親族との交流に関するルールが
見直されました。

親子交流の 試行的実施

家庭裁判所の手続き中に親子交流を試行的に行うことができます。家庭裁判所はこどものために最優先に考え、実施が適切かどうかや調査が必要かなどを検討し実施をうながします。

婚姻中別居時の 親子交流

父母が婚姻中に子どもと別居している場合の親子交流は、こどものことを最優先に考えることを前提に、父母の協議で決め、決まらない時は家庭裁判所の審判等で決めることが明確にされました。

父母以外の親族と こどもの交流

子どもと祖父母などとの間に親子のような親しい関係があり、こどものために特に必要があるといった場合は、家庭裁判所は子どもと父母以外の親族との交流を定められるようになります。



お金のこと、仕事のこと——。 あなたの困ったを応援する様々な支援があります

ひとり親家庭等の安定や安心をサポートすることも家庭庁の支援施策をご紹介します。

児童扶養手当とは

ひとり親家庭となり、家計に不安を持つかもしれません。
こどもとの生活の安定のためにも、児童扶養手当制度を活用してください。

どんな制度？

児童扶養手当とは、父母の離婚などによって、父または母と生計を同じくしていない
児童が育成されるひとり親家庭等の生活の安定と自立の促進に役立てるために、
手当を支給し、児童福祉の充実を図ることを目的とした制度です。

対象者は？

18歳に達する日以降の最初の3月31日までにある児童（一定以上の障がいがある場合には20歳未満）を
育てているひとり親家庭等に支給されます。※受給するには、所得制限があります。

主な支援内容は？

どのくらい、いつ、どんなふうに支給されるの？

児童扶養手当の支給には、手当の全額を支給する「全部支給」と一部のみを支給する「一部支給」があります。
支給月は1月、3月、5月、7月、9月、11月で申請をした翌月から2か月分が振り込まれます。

全部支給 46,690円／月 **一部支給** 46,680円～11,010円／月

加算される金額（児童2人目以降1人につき）

全部支給 11,030円／月 **一部支給** 11,020円～5,520円／月

※手当額は令和7年4月以降のものです

2024年11月1日から所得限度額と第3子以降の加算額が引き上げられました。

所得限度額の引上げ

全部支給と一部支給の判定基準となる所得限度額を引き上げました。例えば、こども
1人の場合、全部支給については160万円から190万円に、一部支給については365万
円から385万円になりました（収入ベースによる算定）。

第3子以降の加算額の引上げ

第3子以降の加算額が引き上げられ、第2子の加算額と同額になりました。

