



ひとり親家庭にエールを届ける

# YELLながさき通信

長崎県ひとり親家庭等自立促進センター

2018年7月

No.38

## 特集

### 妊娠中の離婚②～別居中の生活費や出産後の生活準備～

事情があって妊娠中に離婚を考えなければいけないとき、「産後の生活をどうしよう・・・」「子どもの預け先を探さないと・・・」「生活費が底をついてきた。でも働けない・・・」など、さまざまな悩みや不安を抱えられるかと思えます。

もし、離婚を選択した場合、産後しばらくは身動きがとれないため、体調が安定している時期に情報を集め、出産前にできる準備は進めていくことが大切です。そこで今回は、ご相談が多かった別居中の生活費や、ひとり親が受けられる主な制度や支援などについてご紹介します。

#### ■別居中の生活費

「別居していて生活費をもらえなくなった」「妊娠中で働けないので生活費に困っている」というご相談も少なくありません。法律上の婚姻関係が続いているうちは、夫婦が別居していても、必要となる生活費(婚姻費用)をそれぞれの収入に応じて分担する義務があり、請求することができます。衣食住にかかるお金の他、子どもの生活費や教育費、医療費なども対象になります。

婚姻費用について夫婦間での話し合いで決めることができない場合には、家庭裁判所に対して「婚姻費用の分担請求調停」を申し立てることができます。

#### 【手続き・問合せ先】

○家庭裁判所・・・長崎県内は支部・出張所含め11ヶ所あります。

※エール長崎では、無料法律相談を実施しています(毎月第3水曜日 事前予約制)

法律相談について、弁護士等の専門家が相談に応じます。

#### ◎養育費の請求は必ず行ないましょう

養育費は、生まれてくる子どもの権利です。離婚後は、養育費の請求を必ず行いましょう。養育費の支払いなどはきちんと家庭裁判所や公証役場などで公的措置を取ることが大切です。

#### ■生活の準備

##### ◆住まいの確保

産後、実家に身をおいて、生活の基盤ができるまでお世話になることもひとつですが、実家に頼れない場合は、公営住宅の優先的入居の制度や、母子生活支援施設など母子の自立促進のために生活を支援



する施設などがあります。また、転宅資金（転居に関わる費用）など、ひとり親が利用できる母子父子寡婦福祉資金貸付制度があります（全12種・無利子0% 有利子1.0%）。

#### ◆保育所利用等

妊娠中や妊娠前後に就学前の子どもを預けたいとき、就労していなくても、妊娠中から出産後8週間を迎える日の月末まで保育所等を利用することができます。また、産後8週間後、求職活動に移行する場合等、保育の必要性が認められれば、引き続き保育所等の利用が可能になる場合があります（求職活動開始後90日を迎える日の月末まで利用可）。

#### ○保育所入所の優遇措置・保育料の軽減制度

未就学児がいるひとり親が、安心して就労・求職活動が行えるよう、保育所入所を優先的に取り扱っています。また、保育料の減免制度があります。

※離婚前で離婚調停中などの場合も、客観的に証明できる証明書等の提出ができれば、制度を利用できる場合があります。

#### ■頼れるサポート

##### ◆ひとり親家庭等日常生活支援事業

ひとり親のお母さん・お父さんが、病気や修学などのため、又は、離婚などにより生活環境が急に変わり、一時的に生活援助か保育サービスが必要な場合、支援員を派遣します。

【対象】母子家庭・父子家庭等

【利用料】所得に応じ利用負担あり（0円～300円/1時間、年7回まで利用可）



#### ■まとめ

妊娠期間中は、働きたくても働くことが難しく、子どものための蓄えの準備もままならないことだと思います。請求できる可能性があるものは請求し、ひとり親が受けられる制度や支援の情報を整理し準備していくことが大切です。

エール長崎では、専門相談を実施しています（完全予約制）。「取り組むべきことを明確にしたい」「とにかく不安がある」「離婚や養育費について知りたい」等、多様な相談ができる『**カウンセリングおよび総合相談**』。「悩みが多くて眠れない」「求職活動がうまくいかなくて悩んでいる」等、ストレスおよび悩みなどの軽減や緩和とそのサポートを行う『**メンタルヘルス相談**』です。ご自身やお腹にいるお子さんのためにも、おひとりで悩まず、相談してみませんか？どうぞ、お気軽にご利用ください。

発行

長崎県ひとり親家庭等自立促進センター（YELL ながさき）

〒852-8108 長崎市川口町 13-1 長崎西洋館 2 階 長崎県総合就業支援センター内

TEL 095-813-0800 FAX 095-848-1112 ホームページ <https://www.yell-nagasaki.jp>

運営主体：一般社団法人 ひとり親家庭福祉会ながさき