

△ 回は、離婚してからでも養育費を請求できるかどうかについて、ご紹介させていただきます。

日本では、養育費の取り決めをしないまま、離婚をしている人も少なくないと言われています。もしかすると、離婚後しばらく経ってしまおうと、養育費を請求できなくなると考えて、諦めてしまっている人も多いかもしれません。

しかし、養育費は、子どもの権利ですので、離婚の時に養育費の約束がなかった場合でも、今後の養育費については請求できます。養育費をもらえるのは、原則として子どもが20歳になるときまでとされることが多くあります。そのため、まだ子どもが20歳未満でしたら、養育費を請求できる可能性が十分あります。

では、養育費を請求する場合、どのような方法があるのでしょうか。養育費をもらうための方法と

しては、元夫婦間で話し合う方法のほかにも、調停（裁判所での話し合い）や、審判（裁判所が養育費を決定する）を行う方法もあります。調停では、裁判所の調停委員と呼ばれる人が間に入って話し合いを進めてくれるため、元夫婦同士が直接対面して話し合わずに済むので、冷静に話し合いができるメリットがあります。そして、調停で養育費の合意ができなかった場合でも、審判という手続きをとると、裁判所が養育費の金額を決定してくれることになっています。ですので、仮になかなか話し合いがうまくできない場合であっても、養育費の請求をすぐに諦める必要はありません。

また、養育費の金額については、目安となる金額はあるのでしょうか。この点は、日本の裁判所では、「養育費の算定表」と呼ばれる一覧表を使うことが一般的です。算定表では、両親の年収や、子ども

の年齢・人数を考慮して、養育費の目安となる金額が表形式でまとめられています。そのため、この算定表を見れば、どのくらい養育費を請求できそうか、事前に目安を知ることができます。養育費の算定表は裁判所のホームページで一般公開されていますので、例えば「養育費 算定表」と検索してみると、探すことができると思います。

なお、一人で養育費の請求をするのが不安な場合は、弁護士が間に入って調停や審判などの手続きを進めることもできます。

今月の担当



出村 洋介 弁護士
オホーツク校幸ひまわり
基金法律事務所

無料法律相談会（事前予約制） ☎ 0158-26-2277
3月2日（火）13時～16時 地域交流センター2階会議室

子育て支援センターだより

子育て支援センター（若草保育所内） ☎ 84 - 4366

流水の動きが気になりはじめ、寒さも一層厳しくなりました。今年は急に天候が荒れたり、しばれが強い日が多いように感じますね。収束する気配のないコロナ禍ですが、日々の生活と子どもたちの成長は進んでいきます。他者とふれあって学ぶ体験が難しい状況ではありますが、健康管理と感染対策をしっかりと行っただうえで、お天気の良い日は外へ出て冬ならではの体験や遊びをしませんか？面倒な雪かきも、子どもたちはお手伝い気分ですることができます。体を動かすことで心も軽くなるはず。大人も子どもも心の健康と免疫力を高めましょう。

親子で子育て支援センターをどうぞ気軽にご利用ください。

一緒に笑っちゃおう！

子育てがうまくいかないと感じたとき、自分がこれまでに経験した大ボケや、ありえない失敗や、やらかしてしまっただこと、それらをゼーんぶを思い出して大笑いしてみましよう。「あー私ったら、そういえばやっちゃったよなー、ワッハッハー」「それじゃあ失敗するよね～」そうして『自分のダメな部分』を笑っていると、一見むずかしそうに見える子どもの状態に対しても、子どもと一緒に少しずつ笑うことができるようになります。

引用～心屋仁之助 『お母さんが幸せになる子育て』



新型コロナウイルス感染予防対策の強化を実施しております

- 手動のポンプ式から非接触センサー型アルコール噴霧器に切り替え、手で直接触れることなく手指の消毒を行うことができます。館内15か所に設置。
- 手動の非接触型体温計からA1顔認証サーマルカメラへ変更。カメラ前に立つと自動で検温されます。館内入口とレストラン入口の2か所に設置。
- レストランご利用のお客さまに使い捨てマスクケースを配布。お食事中に外したマスクを清潔に保管することができます。
- 脱衣場・ロビーに自動開閉センサー付きごみ箱を設置。

館内ご利用のお客さまにはマスクの着用と検温、手指のアルコール消毒をお願いしております。



ホテル日の出岬 Winter Fair "HOT フェス"

好評につき、寒い冬にぴったりな熱々メニューを2月28日（日）まで期間を延長いたします。



●焼肉飯 1,480円



●土鍋うどんすき 1,080円



●スンドゥブチゲ 980円



●石焼海老 あんかけチャーハン 1,180円



●牛肉麻辣麺 1,080円



●焼きバターチキンカレー 980円

営業時間および営業日変更のお知らせ 3月1日（月）～

- ・レストラン「藍」【営業時間の変更】
変更前 11:00 から営業
変更後 12:00 から営業
- ・軽食コーナー「ゆ・ゆ・ゆ」【営業日の変更】
変更前 月、水、金、土、日曜日、祝日
変更後 土、日曜日、祝日

町民限定宿泊プラン延長のお知らせ 4月28日（火）まで

- ・1泊朝食付 2名様以上 1名4,500円 ※1名のみ利用は3,000円増となります。
- ・レストラン「藍」をご利用されるお客さまは全品20%割引とさせていただきます。
- ・本プラン限定の夕食コースもごさいます。

詳しくは、ホテル日の出岬までお問い合わせください。

レストラン「藍」のおすすめ

- スープカレー 1,080円
- 和風おろしとんかつ定食 980円
- 鶏肉の甘味噌炒め 980円

Candle Night ホテル日の出岬 2月7日（日）～

今年も雄武町観光協会様主催の「Candle Night ホテル日の出岬」を開催いたします。テラスとエントランスに積み上げられたアイスキャンドルのオブジェは、火を灯すと幻想的な雰囲気になります。冬の風物詩アイスキャンドルをぜひ見にお越しください。

ホテル日の出岬は町民の皆さまの大切な財産です。ぜひ、ご利用をお待ちしています。ホテルに対するご意見、ご要望がありましたら、何なりとご連絡ください。

オホーツク温泉ホテル日の出岬 ☎ 85 - 2626

