

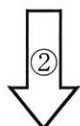
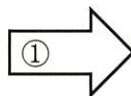
健康保険・年金の手続がよくわかる！

離婚後の生活の不安解消！離婚手続の手引き

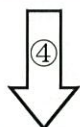
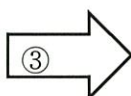
最初の 1 ページ目から読み始めるのがよいのですが、どこから読み始めていいのかわからない時は、以下のチャートにしたがって、あなたの状況に当てはまるページに進んでください。

START

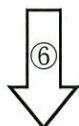
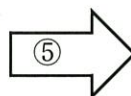
離婚を
① 考え始めたところである。
② 以前から考えている



離婚することについて
③ もう少し考えたい。
④ 離婚したい。



相手と離婚の話し合いが
⑤ できる状態である。
⑥ できる状態ではない。



離婚の話し合いができない状態であれば、家庭裁判所に調停の申立てをして、調停の場で話し合いをします。
→ 実践編・話し合いができないとき
(P. 19 ~)

まずは、離婚についての知識や具体的な問題を知ることから始めましょう。
考え始めたころ、以前から考えているが、なかなか決心がつかない人は、離婚についてよくわからないため不安感があるからでしょう。離婚について少しでも知ることによって、ある程度の不安が解消できます。
→ 知識編 (P. 1 ~)
一問一答・質問編 (P. 44 ~)

離婚の話し合いができるのであれば、お互いに離婚の条件を話し合いましょう。
お互いに条件を決めたら、それを書面にしておきましょう。
→ 実践編・離婚協議書をつくる
(P. 15 ~)

目次

知識編

1. 離婚の種類はどれだけあるか

- (1) 協議離婚・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 1 頁
- (2) 離婚調停・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 1 頁
- (3) 審判離婚・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 2 頁
- (4) 裁判離婚・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 2 頁

2. 離婚に関するお金・税金・年金・健康保険のこと

- (1) 財産分与・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 5 頁
- (2) 慰謝料・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 5 頁
- (3) 養育費・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 7 頁
- (4) 婚姻費用・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 8 頁
- (5) 税金
 - ① 贈与税・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 8 頁
 - ② 不動産取得税・登録免許税・・・・・・・・・・ 10 頁
- (6) 年金・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 10 頁
- (7) 健康保険・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 11 頁

3. 子どもに関すること

- (1) 親権・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 12 頁
- (2) 面会交流・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 13 頁
- (3) 子どもの姓（氏）と戸籍・・・・・・・・・・ 14 頁

実践編

【離婚協議書を作る】

- 1. 作り方・形式・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 15 頁

2. 記載内容（お互いに決めること）	18 頁
【離婚届を提出する】	18 頁
【話し合いができないとき】	
1. 調停の申し立て	19 頁
2. 調停の進行	20 頁
【財産分与の方法】	21 頁
【養育費の算定方法】	22 頁
【年金に関してしておかなければならないこと】	
1. 自分の年金の問題（自分の年金の切替）	23 頁
2. 相手の年金の問題（年金分割制度）	24 頁
【健康保険はどうすればよいか】	25 頁
【親権者の決め方】	31 頁
【面会交流で決めること】	32 頁
【離婚後に必要な手続】	
(1) 名義変更手続き	33 頁
(2) 健康保険への加入	33 頁

- (3) 国民年金への変更・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 34 頁

【誰も教えてくれない公的扶助・支援制度】

- (1) 就職活動・スキルアップ・・・・・・・・・・・・・・・・ 35 頁
(2) 子育て支援・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 36 頁
(3) 経済的支援・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 38 頁

一問一答・質問編

1. 子どもに関するもの

【Q1】 私は、離婚に当たって、子ども（男の子）を引き取って、親権者となって、子どもと暮らしたいのですが、夫の母が、「この子は我が家の跡取りだから、絶対に渡さない。離婚したら、あなたなんか経済的に育てられるわけがないから、親権者になれないのは常識でわかる。だから、孫の親権は私がもらって、私の孫だから、私が育てる。」といい、夫は母の言いなりになっています。やはり、男の子は、夫の実家の跡取りとして、夫の実家に引き取られるのでしょうか？・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 44 頁

【Q2】 私は、離婚前に、子どもを連れて家を出て、別居生活にはいって、子どもと平穏に暮らしていますが、夫の母（姑）から、「孫に一目会いたい、私にも孫に会う権利がある。」と言って、子どもに会わせるよう要求してきます。夫の母に子どもを会わせるそのまま連れ去られてしまうのではないかと思い、できれば会わせたくないのですが、会わせなければいけないのでしょうか？・・・・・・・・・・・・・・・・ 45 頁

【Q3】 私は、離婚して、子どもの親権者となりましたが、元夫と夫の母が、子ど

もの小学校の前で待ち伏せをして、そのまま連れ去ってしまい、子どもを返してくれません。子どもを返すように夫の実家を訪ねても、居留守を使われたり、在宅していても会ってくれません。このままあきらめなければならないのでしょうか？・・・・・・・・・・46 頁

【Q4】 私は、離婚して、子どもの親権者となり子どもと暮らしていますが、月 1 回、(元) 夫と子どもが会うこととなりました(面会交流)。でも、夫は定職もなく、ギャンブルにはまっていますので、子どもとはあまり会わせたくありません。やはり、一度決まった以上、夫に子どもを会わせなければいけないのでしょうか？・・・・・・・・・・47 頁

【Q5】 私は、離婚して、旧姓に戻り、子どもの親権者となり子どもと暮らしています。でも、こどもの姓は、まだ結婚時の姓のまま、戸籍も夫の戸籍に入っただけです。子どもの姓を私の姓に変更して、私の戸籍に移したいのですが、どうすればいいのでしょうか？・・・・・・・・・・49 頁

2. 養育費・婚姻費用の算定表について

【Q1】 夫(義務者)の収入が不明の場合、どうやって算定するのでしょうか？
・・・・・・・・・・50 頁

【Q2】 夫(義務者)は無職です。働くことができるのに、働いていないようです。収入は「0円」となるのでしょうか？・・・・・・・・・・50 頁

【Q3】 私(権利者)は無職です。収入は「0円」と考えてよいのでしょうか？
・・・・・・・・・・50 頁

- 【Q4】 児童扶養手当を私（権利者）の収入に加算しなければならないのでしょうか？・・・・・・・・・・・・・・・・・・50 鈞
- 【Q5】 私（権利者）の実家から援助を受けていますが、これを収入に加算しなければならないのでしょうか？・・・・・・・・・・・・・・・・・・51 鈞
- 【Q6】 子どもが私立学校に行っているのですが、その費用や塾の費用がかかります。これを加算することはできないのでしょうか？・・・・・・・・・・・・・・・・・・51 鈞
- 【Q7】 子どもに重度の障害があり、高額な治療費がかかります。これを加算することはできないのでしょうか？・・・・・・・・・・・・・・・・・・51 鈞
- 【Q8】 夫（義務者）は、同居中に、生活費・教育費などで借金をして、いまでも返済しています。このような場合は、どう考えるのでしょうか？・・・・52 鈞
- 【Q9】 私（権利者）は離婚後、再婚しました。夫（義務者）は、再婚相手に養ってもらえばいいと言って、養育費を払いません。どうすればよいのでしょうか？
・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・52 鈞
- 【Q10】 夫（義務者）は離婚後、別の女性と暮らしています（内縁関係）。その女性は裕福で生活費は、その女性が負担しているようで、夫（義務者）は無職ですが、いい暮らしをしています。なので、その内縁の女性に養育費を払ってもらうことはできないのでしょうか？・・・・・・・・・・・・・・・・・・53 鈞

【Q11】 離婚調停で、夫は養育費を毎月支払うことになりましたが、調停で取り決めたとおりに支払ってくれません。どうすれば、よいのでしょうか？

・・ 53 頁

3. 財産・借金について

【Q1】 今住んでいるマンション（夫名義、ローンの契約者は夫）は、まだローンが残っています。離婚にあたり、このようにローンが残っている不動産は、どのようにすればよいのでしょうか？・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 54 頁

【Q2】 夫は事業をしており、事業資金として、銀行からお金を借り、そのとき夫から「絶対に迷惑をかけない。借金は俺が払っていくから、お前は名前を貸してくれるだけでいい」と言われて、私が連帯保証人となりました。離婚したら、私は、この連帯保証人ではなくなるのでしょうか？・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 56 頁

知 識 編

1. 離婚の種類はどれだけあるか

離婚には、協議離婚、調停離婚、審判離婚、裁判離婚があります。

(1) 協議離婚

協議離婚とは、夫婦が話し合っで離婚に合意し、離婚届を作成して役所に提出する手続です。

夫婦2人で話し合っで、

- ① 離婚すること
- ② 親権、養育費、慰謝料、財産分与

などについて合意が出来れば、離婚届を作成し、署名・押印をして、役所に提出すれば、協議離婚は成立します。

(2) 調停離婚

家庭裁判所で行われるのが「離婚調停」、正確には「夫婦関係調整調停」といいます。夫婦間の調停は、「離婚」だけではなく、「夫婦関係を円満に元通りにしようとする調停」（通称、円満調停）もあります。日本では、「協議離婚」が多いのが実状ですが、「協議離婚」との違いは、当事者のみで話し合うか、第三者（調停委員）が入って話し合いを整えてくれるかだけです。注意しなければならないこととしては、調停では、裁判所（調停委員や裁判官）の仕事はあくまでも本人たちの話し合いをサポートするだけで、離婚の条件については、自分たちで決めなければなりません。裁判所が離婚することについてのいろいろなことを全て決めてくれると思っている人がいるのですが、そうではないことをしっかりと理解しておかなければなりません。

(3) 審判離婚

調停離婚が不成立（調停が成立しないことを「不調」といいます）となった場合、離婚そのものの合意はできているが、一部の条件だけが合意に達しないようなケースでは、ごくまれに、家庭裁判所（裁判官）が調停委員の意見を聞いたうえで、「調停にかわる審判」によって離婚を成立させることがあります。これによって成立する離婚が「審判離婚」です。しかし、審判に不服がある場合は、告知を受けた日から 2 週間以内に当事者が異議を申し立てることができ、その場合には審判の効力はなくなり 離婚裁判を提訴しなければならないので、審判離婚の数は少なく、現在では、行われることは、ほとんどありません。

(4) 裁判離婚

日本では、離婚に関し、原則として、いきなり裁判はできず、まずは、調停をしなければならず、調停が不成立となって初めて裁判ができます。これを「調停前置主義」といいます。ただし、相手が行方不明とか、外国に移住して、簡単には帰国しない（永住している）、などの場合は、いきなり裁判ができます。調停のために呼び出しても来ないからです。また、裁判離婚を提訴（訴えを出すことです）するためには、民法で規定されている「離婚原因」（民法 770 条第 1 項）が必要になり、この原因があることを原告（訴えを出した人）が証明しなければなりません。この離婚原因は、以下のとおりです。

① 配偶者に不貞な行為があったとき。

性的関係をもった浮気です。

② 配偶者から悪意で遺棄されたとき。

家出をして帰ってこない、働かないでギャンブルに狂う、生活費を渡さない、などです。

③ 配偶者の生死が三年以上明らかでないとき。

配偶者（夫または妻）から音信が途絶えて3年以上たち、生死が不明な場合です。

家を出て行ってどこにいるかわからないけど、たまに電話がある、というような場合は、②の「悪意の遺棄」になります。

よく似た制度で、「失踪宣告」というものがあります。これは、生死不明が7年以上続いたり、（戦場カメラマンが）戦地に行つて「危難」に遭遇して生死不明になった場合に、家庭裁判所が「失踪宣告」をすることによって、その人を「死亡」したものとみなし、婚姻が解消となります。平たく言えば、「死んだことにする」ということです。だから、その人の生存が確認されると、「失踪宣告の取消」の申し立てにより、家庭裁判所は、「失踪宣告の取消」をしますので、婚姻は復活します。しかし、「3年以上生死不明」を離婚原因として離婚裁判を起し、離婚が確定したら、（この場合は、離婚したことになるので）後に、相手が現れても離婚は取り消されません。この点が、「失踪宣告」との大きな違いです。

④ 配偶者が強度の精神病にかかり、回復の見込みがないとき。

この「強度の精神病にかかり、回復の見込みがない」かどうかは、医師の意見や診断が必要とされ、それに基づいて、裁判官が判断します。

ただ、この場合、相手が強度の精神病で判断能力がないことが多いので、家庭裁判所で成年後見人を選任してもらうなど、面倒な手続が必要です。

⑤ その他婚姻を継続し難い重大な事由があるとき。

①～④に該当すればよいのですが、どれにも当てはまらないときは、この「婚姻を継続し難い重大な事由」に当たるかどうかがポイントとなります。

つまり、

「婚姻を継続し難い重大な事由には、どういうものがあるか、具体的にどうい

う場合がこれに当てはまるのか」

を考えるのではなく、

あなたが抱えている離婚を考えるようになった原因が「婚姻を継続し難い重大な事由」に当てはまるというためには、どのようにすればよいか（どのような主張をして、どのような証拠を集めればよいか）

を考えることが重要です。

もし、「婚姻を継続し難い重大な事由」にあたる場合は、はっきりわかっているならば、法律の条文にこんな曖昧な書き方ではなく、最初からそのような例を書いているはずですが、どうしてこんな曖昧な書き方をしているのかというと、その法律が作られた後に、当時は予想もしなかった出来事が発生したとしても、それに対応できるように法律の条文は作られています。だから、このような曖昧な書き方をしておき、未知のことが起きてもこの「曖昧」な条文でカバーできるようにしているのです。だから、あなたが抱えている離婚を考えた原因が、

「これこれこういう理由で、婚姻を継続し難い重大な事由にあてはまるのです」と主張して、証拠を集めて、裁判官を納得させなければならないのです。

過去の離婚裁判で、裁判所が「婚姻を継続し難い重大な事由」にあてはまるとしたものとして、このようなものがあります。

- i) 性格の不一致
- ii) 配偶者からの暴力
- iii) 舅・姑・配偶者の親族との不仲
- iv) ギャンブル・浪費癖
- v) ギャンブルや浪費による多額の借金
- vi) 新興宗教にのめり込む
- vii) 性交渉拒否・性の不一致

2. 離婚に関するお金・税金・年金・健康保険のこと

(1) 財産分与

財産分与とは、離婚にあたり夫婦が婚姻中に協力して得た財産を分けることをいいます。財産分与には、「慰謝料」としての意味も含めて、多めに分与するということもあります。必ずそうしなければならないわけではなく、財産分与と慰謝料を別々に取り決めることもできます。また、「慰謝料」的な意味も含めて財産分与の額を決めたが、後に、その額、分与の方法が精神的苦痛を慰謝するには少なすぎる場合は、別途慰謝料を請求することができるとした裁判例もあります。

財産分与の請求権は、離婚後2年で時効により消滅します。

財産分与の対象となる財産は、夫婦が婚姻期間中に協力して形成した財産が分与の対象となります。夫婦のどちらの財産か不明なものは、共有であると推定されます。また、たとえ一方の単独名義となっている場合（不動産の名義が夫のみとなっているような場合）でも、夫婦が協力して得たものという実質があれば、分与されるべき財産となります。

しかし、婚姻前から一方が所有していた財産（持参金など）や、相続によって単独名義で取得した財産（実家の不動産、親の預貯金など）は、財産分与の対象とはなりません（「特有財産」といいます）。

離婚にあたり、夫婦共有の財産がどれだけあるかを調べ、共有財産と特有財産を分けて、財産分与の話し合いをするようにします。

→ 実践編・財産分与の方法（P.21～）

(2) 慰謝料

離婚に伴う慰謝料とは、離婚によって精神的苦痛を被った者に対して払われる金銭的賠償をいいます。^{たんでき}端的に言うと「離婚原因がある方（大きい方）がない方（小さい方）に支払う損害賠償」と言えます。

大きく勘違いしている人の中には、

「慰謝料は、男（夫）が女（妻）に支払うもの」

と思っている人がいますが、これは大きな間違いです。実際には、夫が妻に払う例が多いからそう思うのかも知れませんが、夫に離婚原因が無い、または双方に同等の離婚原因がある、というような場合は、夫が妻に慰謝料を支払う根拠がありません。逆に、妻に離婚原因がある場合、妻が夫に支払うことになります。

「専業主婦は収入がないから慰謝料なんて払う必要がない」

という人もいますが、これも間違いです。現在、専業主婦で収入がないなら、離婚後、働いて慰謝料を支払うことになるだけです。

慰謝料請求が認められるためには、相手方にその原因がなければなりません。ですから、単なる性格の不一致で離婚する場合は、慰謝料の請求はできませんし、自分に原因がある場合は、自分が相手に支払わなければなりません。

慰謝料の額の基準ですが、これは、ケースによってまちまちで、

「こういう場合は、〇〇円」

という具合には決まりません。よく、

「慰謝料の相場はいくらですか？」

とたずねる人がいるのですが、物の売買や株・為替ではないのですから、「相場」（という言葉も適切とは言えません）などはありません（「浮気の慰謝料の相場は100万円」などと、いかにも本当のように言う人の話は、信用できないということです）。最終的には、受け取る方の希望額、払う方の支払可能な額から折り合いをつけることになります。

慰謝料の請求方法ですが、離婚の話し合いと合わせて、財産分与とともに話し

合いをして、支払いの方法（一括で払うか、月々いくらずつ払うか）を決めることが多いです。

話し合いがまとまらない場合は、家庭裁判所に離婚調停申立をして、その中で慰謝料を請求することができます。また、慰謝料請求だけの調停申立もできます。

なお、慰謝料を請求する権利は、離婚成立の時から3年経過すると時効により消滅します。

(3) 養育費

離婚して他人となったとしても、子どもとの親子関係はとぎれません。親には未成年の子どもを養育する義務があり、子どもは養育を受ける権利があります。

養育費は、子どもが生活するために必要な費用のことで、衣食住の費用の他、教育費、医療費、小遣い等も含まれます。一般には、「子供を引き取った親権者へ支払う」と思われていますが、養育費は、養育義務のある親が負担する費用であり、原則として、その経済力に応じて双方で負担します。ですから、仮に、養育費として一月に10万円かかるとすると、一方は他方（実際に子と生活する方）へ10万円のうちのいくらか（たとえば5万円）を支払うこととなりますので、子どもを引き取ったら、子どもにかかる費用は相手が全部負担するというのは間違いですから注意して下さい（ただし、そのようにお互いが納得して決めるなら問題はありません）。

離婚にあたって、養育費をいくらにするかを決めなければなりません。ただし、これは、子どもの養育の費用ですから、親が私的に使うことを考えてはいけません。

→ 実践編・養育費の算定方法（P.22～）