

親子交流（支援）の手引き

1. わらび理念

1. 親の離婚を経験した子どもたちの健全な成長を支える。
2. 子どもたちの心の安全を守り、成長のための心の土台を支える。
3. 子どもたちが両親からの愛情をしっかりと受けられる環境を支える。
4. 父と母を笑顔にすることで、子どもたちの笑顔を支える。

2. わらびを利用する前提として

1. 親子交流は子どもの健やかな育成のために行うものです。
2. 親子交流は親と子が主体的に行い、わらびはそれを支援するものです。
3. 親子交流支援は自立支援事業です。将来、自分たちで親子交流できることを目指します。
4. 親子交流支援は、親子交流の履行を支援するものであり、遊びを提供するものではありません。
5. 親子交流を養育費支払いに対する報酬という考え方はしないでください。
例：養育費の支払い状況によって、親子交流の条件を変更したりする。など
6. わらびでは、親子交流の調整以外の事は出来ません。
親子交流の調整以外については、わらびは伝言などをお預かりできません。
7. わらびからの連絡には速やかに返信して下さい。（原則2日以内）
8. わらびとのお子さんの受け渡しには父母が直接お越しください。父母以外の者がお子さんの受け渡しを代行することはできません。
9. わらびは裁判所ではありません。
もう一方の親の行動の正当性や是非を判断したり、利用者の言動にジャッジを下すことは出来ません。
10. わらびは弁護士ではありません。

利用者間の仲介や交渉を行えません。親子交流の取り決めの変更や新たな取り決めが必要になった場合は、弁護士や裁判所の調停などを通じて、話し合いを行ってください。

3. 親子交流支援ご利用のルール

1. 親子交流に関する連絡は、直接父母間で行わずに必ずわらびを通してください。
2. 付き添い型支援は原則として、親子交流支援員3名（男女混在）から行います。
3. 受け渡し型支援は原則として、親子交流支援員2名（男女各1名）から行います。
4. 連絡調整型支援は、連絡の伝達のみ行います。お子さんの受け渡しは父母間で行っていただきます。また、施設が使用可能かどうかはご自身でご確認ください。
5. 親子交流支援には、支援員に加えて研修員も参加する場合があります。
6. 親子交流中は、わらびの支援員の指示に従って下さい。
7. 付き添い型支援では、支援員が付き添えない場所の利用はできません。
人数予約制のお店を使いたい場合は、あらかじめご相談ください。
8. 付き添い型支援では、どちらかの親のご自宅内での親子交流支援は行えません。
9. 付き添い型支援の際、わらび支援員の目が届く範囲で行動するようにしてください。
10. お子さんのトイレは、支援員が連れていきます。
11. 付き添い型支援の際、わらび支援員が聞こえないようなささやき声で子どもとコミュニケーションを取らないでください。
12. 親子交流中に生じた全ての子どもの怪我や体調不良は、速やかにわらびへ連絡して下さい。
13. 支援利用中は、スタッフ用の携帯電話がありますのでこちらにおかけ下さい。
※親子交流支援中のみ繋がります。

4. 親子交流がより実りあるものになるために

～それぞれの立場で心がけていただきたいこと～

これからお伝えすることは、お子様が安心して親子交流を楽しみ、その経験が成長の糧となるために、それぞれの親御様で特に心がけていただきたい点です。

【同居されている親御様へ】

～お子様が安心して「行ってきます！」「ただいま！」と言える毎日のために～

1. 笑顔で送り出し、温かく迎えましょう

- **心がけてほしいこと：**親子交流の日、お子様には「楽しんできてね！」と前向きな言葉で送り出してあげてください。帰ってきたら、「おかえり！どうだった？」と笑顔で迎え、まずはお子様の気持ちに寄り添いましょう。
- **なぜなら...**：お子様は、大好きなあなたに気持ちよく送り出してもらい、帰ってきたときには安心して今日の出来事を話したいと思っています。あなたの笑顔が、お子様の安心感につながります。
- **もしも...例えばこんな時：**
 - お子様：「今日、パパ（ママ）と公園で遊んだんだ！」
 - あなた：「そう、よかったね。何が一番楽しかった？」
 - （避けたい対応例：「ふーん。で、何か変わったこと言ってた？」「あなただけ楽しそうでいいね...」）

☆ **子どもの気持ち：**「ママ（パパ）がニコニコしていると、私も嬉しいな！」

2. 交流内容の詮索や相手への批判は避けましょう

- **心がけてほしいこと：**お子様から交流の様子を詳しく聞き出そうとしたり、その話をもとに別居親御さんを批判したりすることは控えましょう。
- **なぜなら...**：お子様は、自分が話したことでご両親の関係が悪くなることを恐れています。また、幼いお子様は出来事を正確に伝えられなかったり、あなたが聞きたいことを察して話したりすることもあります。
- **もしも...例えばこんな時：**
 - お子様：「パパ（ママ）が新しいおもちゃの話をしてたよ！」
 - あなた：「へえ、そうなんだね。（詮索せずに、話題を変えるなどして、お子様が話したいことを話せる雰囲気を作る）」
 - （避けたい対応例：「それってどういう意味？詳しく教えて！」「またそんなこと言ってたの？信じられない！」）

☆ **子どもの気持ち：**「私が話したせいで、パパとママがケンカしたらどうしよう」

3. 子どもの気持ちを交流に向けられるよう配慮しましょう

- **心がけてほしいこと：**親子交流の日に、お子様の気を引くような別の魅力的なイベント（例えば、急なお友達との約束や、特別なご褒美など）を重ねることは避けましょう。
- **なぜなら...**：お子様が「本当は交流に行きたいけど、こっちも楽しそう...」と迷ってしまったり、交流に行きたがらなくなったりする原因になることがあります。
- **子どもの気持ち：**「どっちも行きたいけど...どうしよう...」

4. 交流後の子どもの心の変化を理解しましょう

- **心がけてほしいこと：**親子交流の後、一時的にお子様が甘えたり、情緒が不安定になったりすることがあります。これは、環境の変化や様々な感情を経験したことによる自然な反応の場合が多いです。焦らず、ゆったりとした気持ちで見守り、スキンシップを増やすなど、安心感を与えてあげてください。多くは時間と共に落ち着いてきます。
- **なぜなら…：**お子様なりに、久しぶりに会う親御さんとの時間や、その前後の気持ちの揺れ動きを消化しようとしています。
- **もしも…心配な時は：**どうしてもご心配な様子が続く場合は、一人で悩まず、わらびの支援員にご相談ください。

5. 安定した交流は子どもの心の栄養です（やむを得ない場合の連絡・調整について）

- **心がけてほしいこと：**お子様は、カレンダーに印をつけたりしながら、別居親御様との交流の日を心待ちにしています。その「楽しみ！」という気持ちを大切に育むために、**できる限り当初の計画通りに交流が実施できるよう、ご協力をお願いいたします。**
- **なぜなら…：**定期的な交流が安定して行われることは、お子様にとって「自分は忘れられていない」「両方の親から大切に思われている」という大きな安心感につながります。逆に、直前のキャンセルや頻繁な日程変更は、お子様をがっかりさせ、混乱させ、「またダメかもしれない…」と不安な気持ちにさせてしまうことがあります。
- **もしも…やむを得ない事情がある時は：**
 - お子様の急な体調不良など、どうしても交流の実施が難しい場合は、決して無理をなさらず、**可能な限り早く、わらびへ具体的な状況をご連絡ください。**
 - その際、ただキャンセルを伝えるだけでなく、「○○ちゃん（くん）も楽しみにしていたのに残念だね。でも、元気になったらまたすぐに会えるように、パパ（ママ）とわらびさんと相談するからね」というように、**お子様の気持ちに寄り添った言葉かけ**を心がけていただくと、お子様の落胆も和らぎます。
 - わらびからも、別居親御様へ誠意をもってお伝えし、**できるだけ早く代替の日程を調整できるよう、ご一緒に検討させていただきます。**

☆ **子どもの気持ち：**「今度の交流、すごく楽しみ！でも、本当に会えるかな…？」
「前の時みたいに、急にダメにならないといいな…」

一緒に目指しましょう

私たち支援団体も、お子様のために、そしてご両親のために、できる限りのサポートをいたします。安定した、心豊かな親子交流の実現に向けて、一緒に取り組んでいきましょう。

5. 親子交流がより実りあるものになるために

～それぞれの立場で心がけていただきたいこと～

これからお伝えすることは、お子様が安心して親子交流を楽しみ、その経験が成長の糧となるために、それぞれの親御様で特に心がけていただきたい点です。

【別居されている親御様へ】

～お子様が「また会えるのが楽しみ！」と心待ちにできる交流のために～

1. 「いつもあなたの味方だよ」という変わらぬ愛情で、心の繋がりを育みましょう

- **心がけてほしいこと：** お子様には、たとえ毎日一緒にいなくても、「あなたのことをいつも一番に大切に想っているよ」「パパ（ママ）はどこにも行かないよ、何があってもずっとあなたの味方だよ」というメッセージを、言葉や態度で伝え続けることが、お子様の心の安定にとって何よりも重要です。
- **なぜなら...**： お子様は、親御さんと離れて暮らす中で、「自分のことを忘れてしまうのではないか」「もう愛されていないのかもしれない」といった漠然とした不安を感じてしまうことがあります。だからこそ、「あなたの存在そのものが大切なんだ」という揺るがない愛情を具体的に示し続けることが、お子様の自己肯定感を育み、精神的な支えとなります。
- **例えばこんな声かけや工夫を：**
 - 親子交流の際に、しっかりと目を見て、愛情を込めて名前を呼び、「○○がいてくれるだけで、パパ（ママ）は幸せだよ」と伝える。
 - 「次に会える日まで、パパ（ママ）も楽しみにしているね。それまで学校（保育園）頑張ってるね。応援しているよ」と、会えない間の生活にも思いを馳せていることを伝える小さな工夫も、お子様にとっては大きな喜びです。

☆ **子どもの気持ち：**「パパ（ママ）はいつも私のこと、ちゃんと見ててくれるんだ。離れていても、大好きでいてくれるんだな。」

2. プレゼントは「気持ち」と「配慮」を込めて

- **心がけてほしいこと：** お子様へのプレゼントは、金額や大きさよりも、お子様の年齢や興味に合っているか、そして同居親御さんの管理の負担にならないかを考えることが大切です。高価すぎるもの、大きすぎて置き場所に困るもの、毎日のお世話が大変な生き物などは、事前に同居親御さんやわらびを通じて相談することをお勧めします。
- **なぜなら...**： プレゼントは嬉しいものですが、その後の管理や維持に困ってしまうと、かえって負担になることもあります。一緒に過ごす楽しい時間や、手作りのもの、心のこもった手紙も、お子様にとっては最高のプレゼントです。

☆ **子どもの気持ち：**「わーい！ありがとう！でも、この大きなおもちゃ、おうちに置けるかな...？」

3. 子どもに「答えにくい質問」はしないように

- **心がけてほしいこと：** 交流中に、同居親御さんの生活の様子や、ご自身の過去の辛い気持ちなどを詳しく話したり、お子様に詮索するような質問（例：「ママ（パパ）は最近誰とよく出かけてるの？」、「お父さん（お母さん）のこと、どう思う？」など）をしたりするのは控えましょう。
- **なぜなら...**： お子様は、あなたの気持ちを察して何かを言おうとしたり、答えに困ってしまったりします。また、同居親御さんの情報をあなたに伝えることは、お子様にとって大きなプレッシャーになります。
- **子どもの気持ち：** 「うーん...なんて答えたらいいんだろう...パパ（ママ）を困らせたくないな...」

4. 「また会いたい！」と感じる、心温まる時間を ～愛情と共感が最高の贈り物～

- **心がけてほしいこと：** 親子交流は、何よりもまず、お子様が心からリラックスし、「楽しかった！」「お父さん（お母さん）と一緒にいられて安心した！」と感じれる時間であることが大切です。
- **なぜなら...（お子様の気持ちを理解するために）：**
 - たまにしか会えないからこそ、「何か有益なことを教えなくては」「しっかりとしつけなくては」と焦るお気持ちになる別居親御さんもいらっしゃるかもしれません。そのお気持ちは、お子様を深く愛していればこそそのものと理解できます。
 - しかし、この限られた交流の時間に、お子様が一番求めているのは、多くの場合、**むずかしいお説教や勉強ではなく、「ただただ、ありのままの自分を受け止めてほしい」「一緒に笑い合いたい」「温かい愛情を感じたい」というシンプルな気持ち**です。
 - 「こうするべきだ」「これはダメだ」といった指導的な言葉や、常に何かを試されるような雰囲気は、お子様を緊張させ、「今日は怒られるのかな...」「本当の自分を出せないな...」と不安にさせてしまうことがあります。それでは、せっかくの交流が、お子様にとって「試練の時間」になってしまいかねません。
- **では、どんな時間を過ごせばいいの？（具体的なヒント）：**
 - まずは、**お子様の今の気持ちや興味にじっくりと耳を傾け、共感することから始めてみましょう。**「今日は何して遊びたい？」「最近、何が一番楽しかった？」など、お子様が話しやすい質問を投げかけてみてください。
 - 特別なことをしなくても大丈夫です。一緒に散歩をする、公園で遊ぶ、おやつを食べる、絵本を読む、ただおしゃべりをする...そんな**何気ない日常の一幕を、笑顔と共にゆったりと共有することが**、お子様にとってはかけがえのない「楽しい記憶」となります。
 - お子様が何かを達成したら、「すごいね！」「頑張ったね！」と心から褒めてあげてください。もし、うまくいかないことがあっても、「大丈夫だよ」「次またやってみようか」と温かく励ましてあげることが、お子様の自己肯定感を育みます。

☆ 子どもの気持ち：「パパ（ママ）といると、なんだかホッとするな。お話いっぱい聞いてくれるし、いっぱい笑ってくれるから大好き！」

- 愛情という土台があってこそ：このように、まずはお子様が「自分は愛されている」「ここにいていいんだ」と心から安心できる楽しい時間を積み重ねることが大切です。そうした信頼と愛情の土台がしっかりと築かれれば、その上で自然と、お子様の成長を促すような会話や、社会のルールを伝える機会も生まれてくるでしょう。焦らず、まずはお子様の心を満たすことを優先してください。

5. 会う約束を守る。次があるよ。という雰囲気で：

このような心の繋がりを土台として、次に会う約束は、お子様にとって具体的な喜びであり、待ち遠しい希望となります。引き続き、その約束を誠実に守るよう努めてください。万が一、やむを得ない事情で変更が必要になった場合は、できる限り早く、具体的な代替の日程を示すようにしましょう。

一緒に目指しましょう

私たち支援機関も、お子様のために、そしてご両親のために、できる限りのサポートをいたします。安定した、心豊かな親子交流の実現に向けて、一緒に取り組んでいきましょう

6. 子どもが心からの笑顔でいられるために

～ご両親で共有していただきたい大切なこと～

1. 子どもの前で、相手の親御さんの悪口を言わないでください

- なぜなら...
お子様にとって、お父さんもお母さんも、かけがえのない大切な存在だからです。そのどちらかを悪く言われることは、まるで自分自身が否定されたように感じ、深く傷つきます。また、そのような言葉を聞き続けると、お子様は一方の親御さんに対して罪悪感を抱いたり、会うことをためらったり、会話が消極的になったりすることもあります。
- 心がけてほしいこと
お子様の前では、相手の親御さんへの不満や批判的な言葉は控え、一人の人間として尊重する姿勢を見せることが、お子様の心の安定につながります。

2. お子さんに「秘密」や「我慢」をさせないでください

- なぜなら...
「秘密」は、お子さんに「大好きな親に嘘をつかなければならない」という精神的な負担（忠誠心の葛藤）を強いることになるからです。また、親子交流での出来事を自由に話せない（＝我慢する）状況は、お子さんが「楽しかった」というポジティブな感情さえも表現することをためらわせ、萎縮させてしまいます。
- 心がけてほしいこと
お子さんに対し、もう一方の親御さんへの「秘密」や「内緒話」を持ちかけることはおやめください。また、親子交流での経験（楽しかったこと、話したこと）を、お子さんがもう一方の親御さんに自由に話せる状態を尊重してください。
例：「今日遊んだことは、お母さんには内緒だよ」「これを買ったことはお父さんに言わないでね」など

（補足：心がけてほしいこと） 親子交流でのポジティブな経験をオープンに話せることは、お子さんの心の安定だけでなく、もう一方の親御さんの安心にもつながり、安定した交流の継続につながります。

3. わらびのルールを守り、支援員と協力しましょう

- なぜなら...
ルールや支援員の指示は、お子様とご両親の安全を守り、精神的な負担を軽減し、より良い親子交流を実現するためにあります。私たち支援員は、中立な立場で、お子様の最善の利益を第一に考えてサポートします。
- 心がけてほしいこと
親子交流を安全かつ円滑に進めるために、わらびが定めるルールを守り、支援員の指示に従ってください。

4. この支援は「自立のためのステップ」です

- **心がけてほしいこと**：親子交流支援は、ご両親が主体となりお子様のために円滑な親子交流を継続していけるようになることを目指す「自立支援事業」です。
- **なぜなら...**：支援を受けながら、お子様との関わり方や、相手の親御さんとの適切な距離感を学び、いずれは支援がなくても、お子様が安心して両方の親御さんと交流できる環境を築いていくことが理想です。

5. 養育費と親子交流は、切り離して考えましょう

- **心がけてほしいこと**：親子交流は、お子様が心身ともに健やかに成長するために必要な、お子様自身の権利です。「養育費が支払われないから交流させない」あるいは「会わせないのなら養育費を払わない」といったように、養育費の支払いと親子交流を交換条件のように考えることはしないでください。
- **なぜなら...**：これらは法的に別々の義務・権利として定められており、お子様の視点から見れば、どちらも安定した生活と成長のために不可欠なものです。

最後に

この手引きが、ご両親とお子様にとって、より温かく、より実りある親子交流の一助となることを心から願っております。ご不明な点やご心配なことがございましたら、いつでもわらびの支援員にご相談ください。一緒に考えていきましょう。

7. 禁止事項等について

1. 飲酒や薬物を使用しての親子交流は厳禁です。
2. 親子交流中は禁煙です。
3. 受理面談、カウンセリング中の録音は出来ません。
4. 親子交流支援員の撮影を禁止します。
5. 付き添い型支援では、支援員が付き添えない場所の利用はできません。
6. 付き添い型支援では、支援員がどうしても付き添えない状況になった場合、親子交流支援を終了とし、お子さんを同居親へ受け渡します。
7. 親子交流は、子どものための「親子の時間」です。原則として、親子交流中の同居親の同伴はご遠慮ください。
8. 子どもをメッセンジャー（伝言役）にしてはいけません。

子ども本人の気持ちと関係のない言葉を話さなければならなくなり、子どもが混乱します。

例：「お父さん（お母さん）に、もうLINEを送らないで下さい。って言ってきて」

「反省しているって、お父さん（お母さん）に伝えて」

9. 子どもを交渉役にしてはいけません。

否定されるのは子ども本人です。否定されると傷つきます。

例：「お父さん（お母さん）に、養育費を増やしてくれたら宿泊させるって伝えて」

「今度の連休宿泊させてくれるように〇〇からお願いしてきて」

10. 子どもを配達員にしてはいけません。

相手方へ渡したい物を子どもに持たせないで下さい。親が受け取ったときのネガティブな反応を受け止めるのは子どもですし、拒否された場合は更に傷つきます。

例：子どもに大量の食べ物や飲み物を持たせる（贈り物系）

相手方の私物を子どもに持たせて返却させるなど（返却系）

相手方への手紙など（メッセージ系）

11. 子どもをスパイにしてはいけません。

相手方の生活や考えを子どもから探らないでください。そこから子どもは親同士の不満や不仲を感じ取りますし、自分が話したせいで親がケンカになることを恐れます。

例：「お父さん（お母さん）は、好きな人とかいるのかな？」

「どこの学校に通っているの？」

「いつもどこに出掛けるの？」

12. 子どもをカウンセラーの代わりにしないでください。

両親の過去の争いや相手の悪口、わらびへの不満などを子どもに言わないでください。聞いている子どもも傷つきますし、親の悩みを解消しようとして苦しみます。

例：「パパ（ママ）は、あなたに会えなくされてとても辛いよ」

「パパ（ママ）が居なくなったら〇〇はどう思う？」

13. 父母間に生じた争い事を子どもに話して、ストレスを与えないで下さい。

14. お子さんを「板挟み」にしないでください。

お子さんに対し、もう一方の親御さんへの「秘密」や「内緒話」を持ちかけることは、お子さんに精神的な負担（忠誠心の葛藤）を強いることになりま
すので、絶対におやめください。

例：「今日〇〇したことは、お母さんには内緒だよ」「これを買ったことは
お父さんに言わないでね」など

15. 付き添い型支援、受渡し型支援の際、他方の当事者に接近する行為を禁止し
ます。お子さんを受け渡したあとは、速やかに受渡し場所から離れて下さ
い。

16. 子どもの散髪など、容姿に変化を及ぼす行為は行わないようにして下さい。

17. 子どもを連れ去ったり、危害を加えたり、拘束して立てこもるなどの犯罪行為は、
直ちに警察へ通報します。

18. 支援員への暴言、恫喝、威嚇、執拗に回答を求める行為などがあった場合は、支援
を中止します。

19. 支援員への脅迫、暴力、ストーカー行為などがあった場合は、警察へ通報します。

20. わらびに対し、自らの調停、訴訟の為に証言や資料提出を求めるような行為は、お
断りいたします。

21. わらびの支援に関する全ての情報において、それらを調停や訴訟などに利用するこ
とを禁止します。

22. わらびの支援に関する全ての情報において、それらをブログ、SNSをはじめとした
インターネット上での発信、開示を禁止します。

例：わらび利用者間のチャットやEmailのやりとりの履歴

わらびに関する情報を含む写真、音声、動画

わらびのコメントや会話内容など

8. キャンセルに関すること

1. わらびのキャンセル規定に従ってください。
2. 合意書や審判等にキャンセルの際の取り決めがあればそれを優先します。無い場合は、わらびのルールが適用されます。
3. キャンセル料が発生した場合、キャンセルを申し出た親にキャンセル料をご負担いただきます。キャンセルした日から1週間以内にキャンセル料をお支払いください。なお、ご利用料金（支援料）とキャンセル料は別ですので、ご利用料金の負担割合を決めている場合であっても、キャンセル料には適用しません。
4. 当日、交通機関の遅延や運休などにより、予定時刻への到着が困難であると判断した場合は、速やかにわらびへご連絡ください。
5. 親子交流のキャンセルに関して、わらびが必要と判断した場合、確認用として医者の診断書など事実確認が行える書類を提出していただくことがあります。
6. 親子交流当日、公共交通機関の遅延や運休などにより、やむを得ない事情で担当支援員が支援現場に行けない場合は、速やかにわらびから代替りの支援員を派遣します。その際に、わらびから親子交流時間等の変更をお願いすることがありますので、利用者は柔軟に対応してください。
7. 代替りの支援員を派遣できない場合、わらびは同居親と別居親が対面すること無く親子交流を行える方法を提案しますので、その方法に従って親子交流を行って下さい。
8. できる限りの対応を行っても当日の親子交流支援が困難であった場合は、日程の変更をお願いする場合がありますので、ご了承下さい。
9. 支援内容が変更になったことにより、支援料金が変更になる事があります。

9. その他

1. 付き添い型支援中に、お子さんと車で移動する際は、支援員も同乗します。
2. 公共交通機関を利用する場合は、交流中の親が現地で支援員の料金もお支払いください。
3. 入場料や閲覧料が必要な施設を利用する際は、交流中の親が支援員の料金をご負担下さい。
4. わらびが主催するセミナー等がある場合には、可能な限り参加して下さい。
5. わらびは、親子交流支援活動の向上のため、個人情報削除し匿名性を確保した上で、ケーススタディとして検証研究等に使用します。
6. わらびは、親子交流支援が円滑に行われるよう、その親子交流に関わる支援員に、わらびが必要だと判断した情報を共有いたします。
7. 個人情報の取り扱いは、わらびの定めたプライバシーポリシーによるものとします。
8. わらびの定める規則が守られなかったとき、支援停止、又は支援中止となる場合があります。

a. 支援停止の場合

一方から支援停止の申し出があったとき、又はわらびが支援を停止せざるを得ないと判断した場合、親子交流支援を停止します。

支援停止から1年以内であれば、支援を再開することができます。受理面談は必要ありません。

b. 支援中止の場合

一方から支援終了の申し出があったとき、又はわらびが支援を中止せざるを得ないと判断した場合、親子交流支援契約を終了します。

支援契約終了から再度、支援を利用するときは、事前面談から受けていただきます。