



# 借金問題解決の3つの方法

法テラス八雲法律事務所 弁護士 森田 寛  
(函館弁護士会所属)



■住宅や自動車などの高額な物を購入するとき、多くの方はローンを利用すると思います。日常の買い物でも、キャッシングやクレジット決済としてクレジットカードを利用する機会も増えてきました。ローンやクレジットカードを利用すると、手元にお金がなくても買い物ができるため便利です。しかしながら、カードやローンを使い過ぎてしまうと「いくら借りているかわからない」「毎月の借金の返済ができない」などの借金問題を抱えてしまうことになりかねません。今回は、借金問題を解決するための3つの方法についてお話ししたいと思います。

■借金問題を解決する3つの方法とは任意整理、自己破産、個人再生です。このうち、自己破産と個人再生は裁判所を利用した手続きになります。

■任意整理とは、クレジットカード会社などの債権者との間で、毎月の支払額を減らしてもらうよう交渉するというものです。借金の総額を減らすことはできませんが、自己破産を回避でき、費用と時間が相対的に少なく済むという特徴があります。毎月一定額を返済する余裕がある方は、選択するメリットがあります。

■自己破産とは、裁判所の手続きを通じて、借金を免責してもらうというものです。収入が減少して借金を支払うことができなくなった場合や、多額の債務がある場合、自己破産を検討することになります。

■個人再生(民事再生)は、裁判所の手続きを通じて、借金の額を圧縮し、3年から5年の間に分割して支払うというものです。自己破産と異なり、現在住んでいる住宅のローンはそのまま支払い続けることができます。このため、自宅を手放したくないけれども、借金全てを返済することはできないという場合、この手続きを利用するメリットがあります。

■どの手続きを選べば良いかについては、その方の生活状況によって様々ですので、弁護士などの専門家に相談ください。

■さて、当事務所では、各種法律相談を受け付けています。一定の要件を満たす方については、3回までの無料法律相談や、ご自宅・入所施設等への無料出張相談も実施しておりますので、少しでも気になることがございましたら、お気軽にぜひ「法テラス八雲法律事務所(☎050-33383-8366)」まで相談予約のお電話をお寄せください。また、「法テラス江差法律事務所(☎050-33383-5563)」でも、ご相談を承っておりますのであわせてご利用ください。

## 八雲警察署からお知らせ

# 社会に広げよう被害者支援の輪

## 性犯罪被害相談電話「#8103(ハートさん)」についてお知らせします

わいせつ被害や痴漢で悩んでいる方、家族・知人が被害に遭われて悩んでいる方、相談したいけれど、警察署には行きづらいと迷っている方がいましたら、まずは性犯罪被害相談電話「#8103」にお電話ください。あなたの心(ハート)に寄り添い、あなたの声をしっかりと受け止めます。

北海道内から電話した場合は発信された地域を管轄する警察本部(方面本部)の性犯罪被害相談窓口につながります(24時間対応)。

※電話回線によっては、「#8103」につながらない場合がありますので、その際は☎0120-756-310(性犯罪被害110番、通話料無料)にお電話ください。

**ひとりでお悩みではありませんか**

警察の犯罪被害相談窓口

性犯罪被害110番	#8103(ハートさん)	性犯罪被害相談電話
※上記番号で繋がらない方はこちらへ	電話 0120-756-310	全国共通ダイヤル
暴力団相談電話	電話 011-222-0200	
少年相談110番	電話 0120-677-110	
道庁相談センター(各種相談)	#9110	

警察以外の犯罪被害相談窓口もあります

北海道被害者相談室	電話 011-232-8740
性暴力被害者支援センター北海道(SACRACH)	
#8891(はやくフストッパ)	
※上記番号で繋がらない方はこちらへ	電話 050-3786-0799

北海道警察

**HP 11月 児童虐待防止推進月間**

北海道警察では、児童虐待事案を認知した段階から児童相談所等関係機関と緊密に連携して、児童の安全を最優先として対応しています。

児童虐待事案の早期発見に御協力ください。

子どもの「命」、「権利」、「未来」は社会全体で守ろう！  
『189(いちはやく)』『だれか』じゃなくて『あなた』から！

児童相談所全国共通ダイヤル 189

北海道警察

【問い合わせ先】 函館方面八雲警察署 ☎0137-64-2110