

相談チェックリスト

- ☐ずっと返済しているのに借金が減らない。
- ☐借金の返済のために、他のカードローンやクレジットカードで借入している。
- ☐収入のほとんどが借金返済で無くなってしまう。
- ☐返済に行き詰まり、友人や親戚からお金を借りようと思っている。
- ☐返済に追われ、借金の事で頭がいっぱい。
- ☐借金を整理したいが、どうしていいかわからない。その費用もない。
- ☐何年も請求を受けたことがないのに、突然、借金の請求が来た。
- ☐亡くなった家族の借金の請求を受け、困っている。
- ☐友人の借り入れに名前を貸したが、貸金業者から多額の返済を迫られている。
- ☐保証人になった債務を一括請求されたが、支払えない。

✓ 1つでもチェックがついたら今すぐ市役所へ！

まずは、
さいむゼロ
☎ 21-3160
へお電話ください
専門の相談員が
丁寧にお話を伺います



借金問題専門相談窓口について

函館市では、借金に悩んでいる方が、その苦しみから早く抜け出て、安心した生活が送れるように、平成21年4月から借金問題専門の相談窓口を開設しています。

相談窓口では、専門の相談員が丁寧に話を伺い、解決方法やこれからの生活について一緒に考えていきます。また、法律専門家へ債務整理を依頼する際の同行もしています。

これまで相談に来られた多くの方から、「もっと早く相談すればよかった」「勇気を出して相談してよかった」との声が寄せられています。借金でお困りなら、一人で悩まず、早めにご相談ください。

函館市市民部くらし安心課

借金問題専用
相談ダイヤル

さいむゼロ
☎ 0138-21-3160

電話受付 平日 午前8時45分～午後5時半

〒040-8666 函館市東雲町4番13号



函館市役所1階 案内図

- ・ 相談無料
- ・ 秘密厳守

詳しくは函館市ホームページへ [借金問題 函館市](https://www.city.hakodate.hokkaido.jp/docs/2014010900234/) 🔍 検索
<https://www.city.hakodate.hokkaido.jp/docs/2014010900234/>



このリーフレットは環境に配慮した植物油インキを使用しています。

借金問題

でお悩みなら 市役所にご相談を！



長い間、返済を続けているのに、なかなか借金が減らないわ

借金返済のために
他社から借入して
やりくりしている
のだけど・・・



借金の返済がきつくて
家賃や光熱費が支払えないよ。どうしよう

～専門の相談員があなたに合った
解決方法を一緒に考えます～

函館市市民部くらし安心課

さいむゼロ
☎ 0138-21-3160

《 解決までの流れ 》

1. くらし安心課へ相談

電話相談か面接相談から解決への道が始まります。面談は個室で行い、秘密は守られます。ひとりで悩まず、まずはご相談ください。

面談をご希望の方は、お待ちすることがありますので、

事前にお電話（☎21-3160）ください。



プライバシーに配慮した相談室

2. 相談カードの作成

借金の状況を把握するために、相談者のプロフィール(家計状況や家族構成など)や借金をした経緯や現在の状況をお聞きし、まとめていきます。

3. 生活の助言

債務整理にあたり、再び多重債務に陥らないよう、自らの収入に見合った生活を送る必要があります。こうした観点から、家計に対するアドバイスなど、再スタートを支援します。



4. 専門機関への同行

弁護士や司法書士など法律専門家へ同行して相談カードをもとに相談者の状況を説明し、引継ぎを行います。

法律専門家による債務整理

解決に向けての第一歩

借金問題を解決するためには、家計の現状を確かめることが大切です。

○借入額（業者名・契約時期・残高・利率・毎月返済額など）を再確認しましょう。

○毎月の生活に必要なお金（家賃・食費・光熱費・電話代など）を書き出してみましょう。

○お手元にある借り入れにかかわる書類（利用明細書・契約書など）を集めましょう。

☞これらのものをお持ちいただくと、相談がスムーズに進みます。

債務整理の方法

債務整理とは、借金の額を減らし、重い金利負担から解放する手続きです。その方法には、次の4種類があります。

①任意整理

債務の減額や毎月返済額の変更などについて法律専門家に交渉を依頼するものです。

②特定調停

任意整理に似た方法ですが、裁判所(調停委員会)に申立て、調整を図るものです。

③個人再生

裁判所に申立て、住宅ローンを除く債務の一部を免除してもらうものです。

④自己破産

裁判所に申立て、債務の全額を免除してもらうものです。

債務整理費用が心配な方へ

収入などの要件を満たす場合に、弁護士など法律専門家への費用を立て替えてくれる国の「民事法律扶助制度」を利用することができます。

肩代わりをする前に

身内や知人による一括肩代わりや大部分を援助するという借金の清算方法では、あまりうまくいかないものです。

本人の自覚のないままに、借金が清算されてしまうと、その後、また借金を繰り返してしまうというケースが多く見られるからです。これは、援助した側にも、本人のためにもなりません。様々な事情から、肩代わりや援助することになっても、債務額を減額し、負担を減らせる場合がありますので、ぜひ一度ご相談を。

※クレジットカード現金化は厳禁！

クレジットカードのショッピング枠を利用して購入した商品を換金する行為は、次の理由から絶対にしないでください。

①実質的な金利はとても高いので、結果的に借入額を大きくするだけです。

②カード会員規約に違反する行為で、クレジットカードが利用できなくなります。

③債務整理を難しくする恐れがあります。

☞早めにご相談を！

※ヤミ金融にご注意！

貸付行為自体が違法です。

元金さえ返済しなくてもよいと

いう裁判所の判断もありますが、それを承知で貸すのがヤミ金融。法外な利息を要求し、執拗な取立てをするのみならず、家族や職場、さらにはご近所の方にまで嫌がらせをします。絶対に手を出さないこれが鉄則です！

ヤミ金融被害などの相談窓口

■函館中央警察署 ☎54-0110

■函館西警察署 ☎42-0110

