

- ◎ 多重債務(借金)の問題は必ず解決できます！
- ◎ 一人で悩まず、安心してなんでも話してください！
- ◎ 隠し事をすると解決が長引きます。勇気を出して早く楽になりましょう！

○相談の進め方は次のとおりです

1 相談カードの作成

- あなたから借金や収入の状況を聞いて、相談カードを作成します。
- よく分からないところは、だいたいで結構ですから、できるだけ詳しく教えてください。
- あなたの個人情報、あなたの同意なしに他の目的に使用することはありませんので、安心して話してください。
- 解決に必要な場合は、あなたの同意を得て、法律家や福祉事務所等に連絡することがあります。

2 法律専門家への紹介 ⇒ 債務整理

- 債務(借金)の整理について、法律専門家への相談が必要な場合には、法律専門家を紹介します。
 - これから作成する「相談カード」の写しと必要な書類を持って、法律専門家に面談に行ってください。
 - 法律専門家の指示に従って、「債務整理」の手続きを進めることになります。
- ※ 面談結果や整理手続きの進行状況については、できるだけ担当者に連絡してください。

3 他の相談機関への紹介 ⇒ 生活再建

- あなたが借金の問題だけでなく、生活上の問題を抱えている場合には、福祉事務所や児童相談所など関係する相談機関を紹介します。
- これから作成する「相談カード」の写しを持って、相談に行ってください。

○心配なこと、分からないことがあったら遠慮なく聞いてください。

○あなたの相談をお聞きする担当者は

--

です。

相談機関名	宇都宮市消費生活センター
住 所	宇都宮市馬場通り4丁目1番1号うつのみや表参道スクエア5階
電話番号	TEL028-616-1547 FAX028-616-1548

相 談 カ ー ド

【① 相談者のプロフィール】

受付機関	宇都宮市消費生活センター TEL028-616-1547		受付番号	No.
相談日	年 月 日	☐ 来 所 ☐ 電 話	担当者	
相談者	☐ 本人 ☐ 家族 () ☐ その他 ()			
(本人以外の場合)				
氏 名・連 絡 先				

1. 債務者(本人)について									
ふりがな 氏 名				年 齢	歳	大 昭 平	年 月 日 生	性 別	☐ 男 ☐ 女
ふりがな 住 所	〒								
電 話	自 宅			携 帯			連絡先は？	☐ 自宅 ☐ 携帯	
職 業 等	給与所得者 ・ 自営・自由業 ・ 家事従事者 ・ 学生 ・ 無職 ・ ()								
勤 務 先	名 称						業 種		
	住 所						電 話		
収 入	月収(手取り) 給与・年金	円		ボーナス等 (年間・手取り)	円		生活保護	円	
2. 家族について		⇒ 家族は債務(借金)の状況を知っていますか？					☐ 知っている ☐ 知らない		
ふりがな 氏 名	続 柄	性 別	年 齢	職 業 等	同居・別居	借金 有 無	収 入		
		☐ 男 ☐ 女			☐ 同居 ☐ 別居	☐ 有 ☐ 無	月収 ボーナス等	円 円	
		☐ 男 ☐ 女			☐ 同居 ☐ 別居	☐ 有 ☐ 無	月収 ボーナス等	円 円	
		☐ 男 ☐ 女			☐ 同居 ☐ 別居	☐ 有 ☐ 無	月収 ボーナス等	円 円	
		☐ 男 ☐ 女			☐ 同居 ☐ 別居	☐ 有 ☐ 無	月収 ボーナス等	円 円	
		☐ 男 ☐ 女			☐ 同居 ☐ 別居	☐ 有 ☐ 無	月収 ボーナス等	円 円	
		☐ 男 ☐ 女			☐ 同居 ☐ 別居	☐ 有 ☐ 無	月収 ボーナス等	円 円	
3. 住居について									
☐ 持家	所有者	土 地		ローン					
	☐ 債務者本人 ☐ 家族 ()	☐ 本人所有 ☐ 家族所有 () ☐ 借地		☐ 有 ☐ 無					
☐ 借家・借間									
【相談機関使用欄】									

受付No.

【② 債務(借金)の状況】

4. 最初に借金した時期と理由について ⇒ はじめて消費者金融から借りたのはいつですか？

借入時期	年	月頃	借入額	円	借入先
理由	☐ 生活費 ☐ 教育費 ☐ 事業資金 ☐ 保証人・借金肩代わり ☐ 住宅ローン等の借金返済 ☐ 結婚・出産 ☐ 転職・離職 ☐ 傷病・入院 ☐ 買物・レジャー ☐ 車・バイクの修理購入 ☐ 遊興・飲食費 ☐ ギャンブル ☐ その他()				

5. 債務(借金)残高について ⇒ 自分の借金のほかに誰かの保証人になっていませんか？

	借入先	残高	保証人の有無	延滞の有無
住宅ローン	件	円		
その他の借金	銀行・信金等	件	円	
	消費者金融	件	円	
	クレジット会社(信販)	件	円	
	家族・知人等	件	円	
	ヤミ金融	件	円	
	その他	件	円	
保証債務	件	円	(主債務者)	
合計	件	円	※様式4「債権者一覧表」を作成後に記入 ※家賃や医療費等は「借金以外の滞納」欄へ記入	

6. 毎月の支払(返済)について ⇒ 毎月いくら位返済しなければならないのですか？

住宅ローン	毎月	円	ボーナス時	円	【相談機関使用欄】
その他の借金	毎月	円	毎月合計(通常)	円	

7. 過去の債務(借金)整理について ⇒ 今までに債務整理をしたことがありますか？

☐ 有 ☐ 無	時期	年	月頃	方法	☐ 自己破産 ☐ 個人再生 ☐ 特定調停 ☐ 任意整理	【相談機関使用欄】
	総額	円				

8. 債務(借金)整理の費用について ⇒ 整理のための費用を用意できますか？

☐ できる ☐ できない	☐ 本人が用意	円	【相談機関使用欄】
	☐ 家族等からの援助	円	

9. 債権者からの請求について ⇒ 借入先からの請求や取立てで困っていませんか？

請求・取り立て				【相談機関使用欄】
訴訟	☐ 有	債権者名		
	☐ 無	裁判所		

受付No.

【③ 収入・資産の状況】

10. 借金以外の滞納について ⇒ 税金、家賃、光熱費などの滞納はありますか？

項 目	滞 納 額	滞 納 期 間	項 目	滞 納 額	滞 納 期 間
	円	年 月から		円	年 月から
	円	年 月から		円	年 月から
	円	年 月から	※国民健康保険の被保険者の場合、国保滞納額を記入		

11. 自分の収入について ⇒ 収入や資産(財産)はどの位ありますか？

毎月の収入		【相談機関使用欄】
ボ ー ナ ス		
その他の収入		(内訳)

12. 資産について ※詳細が不明な場合は、登記簿、保険証書の写し等をお持ちください。

不動産	所 在 地		面積 (㎡)	取得時期 (年頃)	抵当権等 (※)
	土地				
	☐ 有 ☐ 無				
	家屋				
	☐ 有 ☐ 無				
生命保険 個人年金	保 険 会 社 名		保険・年金の名称	種 類 (積立・掛捨て)	解 約 返 戻 金 等 (※)
☐ 加入					
☐ 未加入					
その他	☐ 車 ☐ 貴金属類 ☐ 株式 ☐ 会員権等 ☐ 退職金 ☐ その他	(内訳)			

13. 紹介元

⇒ どこで消費生活センターのことを知りましたか？

理由	☐ 新聞 ☐ 広報紙 ☐ チラシ ☐ ポスター ☐ ラジオ ☐ テレビ
	☐ 市ホームページ ☐ その他インターネット上の情報
	☐ 家族・親類・知人 ☐ 市役所の()課
	☐ 県消費生活センター ☐ 県くらし安全安心課 ☐ 県婦人相談所
	☐ ()役場・役所に紹介された ☐ 弁護士会・司法書士会・法テラス
	☐ 保険会社 ☐ 病院 ☐ その他()

受付No.

【④ 生活の状況】

14. 1か月の生活費について⇒ 収入と支出のバランスはどうなっていますか？（分かる範囲で）

支 出		(円)	収 入		(円)
生 活 費	家賃・地代等		給与・年金 生活保護費	本人分	
	食費				
	光熱水費 (電気・水道・燃料等)				
	日用品代		そ の 他	家族分	
	教育費				
	介護・医療費				
	電話料等		収入 計		
	交通費・車両関係費		収入 － 支出 ＝ 差し引き 計		
	税金等公的負担		【相談機関使用欄】		
そ の 他	養育費・仕送り等				
	保険掛金・積立等				
借金の返済					
支出 計					

15. 債務整理方法について ⇒ 債務整理を進める上で心配なこと、聞きたいことはありますか？

※ 法律相談をする上で特に心配なことや知りたいことなど。

【相談機関使用欄】

--	--

受付No.

【⑤ 相談の記録】

16. 紹介先

[illegible]

法律専門家(弁護士・司法書士)に面談に行く前に、よく読んで準備してください。

面談日	年	月	日	午 前	時	分
面談先	弁護士 司法書士			電 話		
住 所						

○ 面談日には、次の書類を持参してください。

①「相談カード」の写し	相談窓口で作成してもらったもの
②「債権者一覧表」の写し	下記の記入方法をよく読んで作成してください
③契約書類・領収書・請求書・カード等	債権者一覧表に記入した債務に関係するもの あるだけ業者ごとにまとめて全部持ってきてください
④印鑑	弁護士・司法書士事務所へ相談に行く場合、印鑑を持って行ってください
⑤	

○ 債権者一覧表の記入方法

1 注意事項

- すべて鉛筆で記入してください
- あなた自身が借りた借金のほか、クレジットで物品を購入して支払いが終わっていないもの、他人の借金の保証人になっているもの全てを記入してください。
- 今後、債権者への通知や裁判所での手続きを進めるにあたって、できるだけ正確な情報が必要です。もれがあると、あなたにとって不利益となりますので、すべてを正直に書いてください。

2 記入方法

①区分

「借金」「クレジット」「保証債務」のうち該当するものをチェックしてください。件数が多い場合は、それぞれ別紙にしてください。

②会社名

契約書類などをもとに、支店・営業所名まで正確に記入してください。(〇〇〇(株)△△支店)

③住所・電話番号

契約書類などをもとに、郵便番号、〇〇ビル△階まで記入してください。

④最初の借入

返済が終了していても必ず記入してください。はっきりと覚えていない場合には、おおよその時期(〇年〇月頃)と金額(約〇〇円)を記入してください。

⑤最後(最近)の借入

一番最近借りたものを記入してください。

⑥債務残高

その会社から借りている借金の残高(元金)を記入してください。

⑦備考

(あなた自身の借金の場合)

保証人・連帯債務者がいる場合には、「その者の氏名」を記入してください。

住宅ローンの場合には、「住宅ローン」と記入してください。

担保がついている場合には、「土地担保」等と記入してください。

(クレジットの場合)

購入した物品、サービスを記入してください。('車」「宝石」「エステ」など)

(保証債務の場合)

「主債務者(あなたが保証人となった相手方)の氏名」を記入してください。

債権者一覧表

債権者名		枚中	枚目
------	--	----	----

受付No.

区 分	番 号	会 社 名 (支店・営業所名まで)	住 所 (ビル名・階数まで)	電 話 番 号	最 初 の 借 入		最 後 (最 近) の 借 入		金 利	毎月の返済額	債 務 残 高	備考「完済」「主債務者」「ヤミ金融」「購入品名」「住宅ローン」「保証人」「担保」「公正証書」など	
					時 期	金 額	時 期	金 額					
☐ 借金 (キャッシング) ☐ クレジット (ショッピング) ☒ 保証債務	例)	(ABCローン株式会社) 債権譲渡先: いろはローン㈱	宇都宮 支店 営業所	〒0000-0000 栃木県宇都宮市馬場通り4-1-1 うつのみや表参道スクエアビル5階	028-0000-0000	昭平令 63 年 8 月 10 日	300,000 円	昭平令 20 年 4 月 1 日	500,000 円	29.2 %	300,000 円	470.00 円	・住宅ローン ・主債務者:宇都宮一郎 ・保証人:鬼怒川次郎 ・抵当権アリ
☐ 借金 (キャッシング) ☐ クレジット (ショッピング) ☐ 保証債務	1		支店 営業所	〒		昭平令 年 月 日	円	昭平令 年 月 日	円	%	円	円	
☐ 借金 (キャッシング) ☐ クレジット (ショッピング) ☐ 保証債務	2		支店 営業所	〒		昭平令 年 月 日	円	昭平令 年 月 日	円	%	円	円	
☐ 借金 (キャッシング) ☐ クレジット (ショッピング) ☐ 保証債務	3		支店 営業所	〒		昭平令 年 月 日	円	昭平令 年 月 日	円	%	円	円	
☐ 借金 (キャッシング) ☐ クレジット (ショッピング) ☐ 保証債務	4		支店 営業所	〒		昭平令 年 月 日	円	昭平令 年 月 日	円	%	円	円	
☐ 借金 (キャッシング) ☐ クレジット (ショッピング) ☐ 保証債務	5		支店 営業所	〒		昭平令 年 月 日	円	昭平令 年 月 日	円	%	円	円	
☐ 借金 (キャッシング) ☐ クレジット (ショッピング) ☐ 保証債務	6		支店 営業所	〒		昭平令 年 月 日	円	昭平令 年 月 日	円	%	円	円	
☐ 借金 (キャッシング) ☐ クレジット (ショッピング) ☐ 保証債務	7		支店 営業所	〒		昭平令 年 月 日	円	昭平令 年 月 日	円	%	円	円	
☐ 借金 (キャッシング) ☐ クレジット (ショッピング) ☐ 保証債務	8		支店 営業所	〒		昭平令 年 月 日	円	昭平令 年 月 日	円	%	円	円	
☐ 借金 (キャッシング) ☐ クレジット (ショッピング) ☐ 保証債務	9		支店 営業所	〒		昭平令 年 月 日	円	昭平令 年 月 日	円	%	円	円	
☐ 借金 (キャッシング) ☐ クレジット (ショッピング) ☐ 保証債務	10		支店 営業所	〒		昭平令 年 月 日	円	昭平令 年 月 日	円	%	円	円	
最終 チェック	契約書・領収書などは残っていますか？ 正確に思い出せない場合、だいだいでも構いません。以下の債務にも注意して記載願います。												
	1. 既に完済したもの	備考欄に「完済」と書いてください。	5. クレジットで購入したもの	備考欄に物品名を書いてください。									
	2. 保証人になっているもの	「 ☐ 保証債務」をチェックし、「主債務者」の名前も記入して下さい。	6. リース契約や割賦販売契約などの借入れ	備考欄に物品名を書いてください。									
	3. 親類・知人に借りたもの	契約書などを交わしていない場合も、必ず記入してください。	7. 住宅ローン関係の債務	備考欄に「住宅ローン」と記入。 「保証人」「担保」の有無に注意。									
	4. ヤミ金融	備考欄に「ヤミ金融」と記入してください。								円	円		

様式5

No.

【人生の出来事】結婚, 出産, 入学, 引越, 新築, 転職, 退職, 病気, 事故, 離婚などがあつた年を書いてください。

年	歳	その時の勤務先	その時の月収	借入先	出来事
2005以前 (平成17年)					
2006 (平成18年)					
2007 (平成19年)					
2008 (平成20年)					
2009 (平成21年)					
2010 (平成22年)					
2011 (平成23年)					
2012 (平成24年)					
2013 (平成25年)					
2014 (平成26年)					
2015 (平成27年)					
2016 (平成28年)					
2017 (平成29年)					
2018 (平成30年)					
2019 (令和1年)					
2020 (令和2年)					
2021 (令和3年)					
2022 (令和4年)					
2023 (令和5年)					
2024 (令和6年)					
2025 (令和7年)					