

保 健 案 内



ママ・パパ教室に参加しませんか

妊娠・出産・育児について学んだり、悩みを相談したり、友達をつくったりしませんか。

- 期 日** 8月10日(火)・19日(木)・24日(火)、9月7日(火) ※4日間1コース
- 対 象** 初めてお母さんになる方とその家族（すでにお子さんがいる方でも、人数に余裕がある場合は参加できますので、問い合わせください。）
- 内 容** 講義、マタニティー・ヨガ、調理実習、沐浴実習など
- 申し込み** 保健センター

ことばの相談

ことばについて心配のある小学校入学前のお子さんを対象に、言語聴覚士による個別相談を実施します。

例えば次のような相談・心配事に応じます。

- ・発音がはっきりしない
- ・発音にあやまりがある（「さかな」を「たかな」、「かさ」を「たさ」など）
- ・ことばが遅い
- ・ことばが詰まって話しにくいことがある など

日 時 8月2日(月)・23日(月)（時間は申し込みの際に決定します）

場 所 保健センター

申し込み 7月23日(金)までに電話で保健センター

法律相談 Q&A



市で行っている法律相談で寄せられる、よくある相談を紹介します。

Q 借金の整理をしたいのですが、どのような方法がありますか。

A まず、利息制限法で決められた利率の上限（元本額が10万円未満の場合は年20%、10万円以上100万円未満の場合は年18%、100万円以上の場合は年15%）を超える金利で借金をしている場合は、引き直し計算を行います。この計算は、法律上の支払い義務がどのくらい残っているかを確認するために行うもので、その結果、法律上は借金の返済を終えていることが分かる場合もあります。引き直し計算をしても、法律上の支払い義務が残る場合は、任意整理、特定調停、自己破産、個人再生などの手続きを利用することができます。

《任意整理》

当事者（「債務者」である借主と、「債権者」である金融業者やクレジットカード会社、信販会社など）が弁護士や司法書士を介して話し合いを行い、今後の返済方法を定める手続きです。多くの場合、3年から5年くらいの期間内に分割で支払うのが具体的な返済方法になります。ただし、あくまでも当事者の話し合いによる解決を図る手続きですので、債務者の提案に応じない債権者がいる場合、任意整理は難しいこともあります。

《特定調停》

債務の返済ができなくなる恐れのある債務者の経済的再生を図るため、簡易裁判所で行われる調停の手続きです。債権者と債務者が返済方法について合意した場合、裁判所で調停調書を作成します。債務者が返済方法を守らないときは、債権者は、この調書に基づいて強制執行をすることもできます。

《自己破産》

破産手続きの開始および免責許可の申し立てをすることで、債務者が経済的に破たんした場合に、債務者自身が裁判所に申し立てを行い、裁判所が債務者の財産を債権者に公平に分配するための手続きです。免責が許可されると、法律上、借金の返済義務がなくなります。

《個人再生》

小規模個人再生と給与所得者等再生の2種類の手続きに分けられますが、いずれも返済すべき債務額を民事再生法の定める方法によって減額し、3年（特別な事情があれば、最長5年まで延長することが可能）間の分割払いで返済するための手続きです。ただし、ある程度まとまった額の定期的な収入がなければ、利用することができません。

（出典：法テラス法律問題Q&Aリーフレット）

市では、毎月第4火曜日に法律相談（予約制）を行っています。希望する方は生活課へ申し込みください。また、法テラスでも月～金曜日の午前9時～午後9時、土曜日の午前9時～午後5時（日曜日、祝日、年末年始を除く）に専門オペレーターが内容に応じて、法制度や相談機関・団体などを紹介しています。

▶ **法的トラブルでお困りの方** 法テラス ☎0570-078-374 (PHS・IP電話からは ☎03-6745-5600)

▶ **犯罪被害にあわれた方** 法テラス ☎0570-079-714 (PHS・IP電話からは ☎03-6745-5601)

▶ **申し込み・問い合わせ** 生活課市民生活担当（内線251・252）