

△ 回は、弁護士に依頼して借金
を整理する「債務整理」
についてお話をします。

債務整理とは、借金の返済を分割にしてもらったり、減額してもらったりする手続きです。債務整理には主に「任意整理」「個人再生」「自己破産」がありますので順番に説明していきます。

まず、任意整理とは、裁判所などを使わず債権者（貸主）と直接、借金を分割して払う交渉をする手続きです。どのように返済することになるかは事案によって異なりますが、借金を3年から5年（36回から60回）くらいで分割して返すことになる場合が多いです。

例えば、借金が180万円の場合、月5万円返済して3年で払い終えることになります。通常は借金を分割して返す場合には利息が発生しますが、任意整理をすると今後の利息は免除してもらえることが多いです。事案にもよります

が、任意整理は依頼いただいてから約2か月から3か月で終了することが一般的です（もちろんその後の支払いは続きます）。

ただし、借金の額が多い、または分割で返せるお金があまりないという場合には任意整理をするのは難しいです。

次に、個人再生とは裁判所を利用する手続きで、借金の額を5分の1まで減らし（5分の1にすると100万円以下になる場合は100万円となります）、原則3年（36回）で返済していくことになります。同じように裁判所を利用する自己破産と比べて、借金がゼロになる訳ではありません。そうすると自己破産の方がいいようにも思えますが、自己破産では住宅ローンが残っている家は売却しなければなりません。それに対し、個人再生では家を売却せずに済む場合があります。自己破産は借金の原因がギャンブルや多額の浪費

などの場合には借金がゼロにしてもらえないことがあります。個人再生では基本的に借金の原因は関係ありません。

さらに、自己破産では資格制限といって、破産手続き中に一定の職業（警備員や生命保険募集人など）に就くことができなくなりますが、個人再生には資格制限はありません。それぞれの手続きにはメリット・デメリットがあるので、状況に応じて、どの手続きにするか考えていくことになります。

最後の「自己破産」については、紙面の都合で次の私の担当回（1月号）でご説明します。

今月の担当



宮下 尚也 弁護士
紋別ひまわり基金法律事務所

無料法律相談会 11月1日(火) 13時～16時 雄武町地域交流センター2階
(事前予約制) 予約受付: 紋別ひまわり基金法律事務所 ☎ 26-2277

子育て支援センターだより

子育て支援センター（若草保育所内） ☎ 84-4366

日中は暑いと感じる日がまだ続いていますが、夜になると肌寒く、秋の気温差にからだは疲れていませんか？ 季節の変わり目や新型コロナウイルス感染症の流行も見られますが、たっぷりからだを動かして、しっかり睡眠をとって、毎日笑顔で過ごしたいですね。

子育てが上手になるヒント

先日の助産師さんの講話で、いくつか教えていただいたのでご紹介します！

- 『この子はこのままでいい』『私は私のままでいい』と認める。
- 先に子どもの言うことを十分に聞き、願いを叶える。次に子どもが親の言うことを聞くのが順。親は子どもに、手や心をたっぷりかける。
- 子どもは親に大切にされていると、他の人を大切にできる。自信がつく。親に守られているという安心感があれば、挑戦しようとする力になる。
- くつろげる相手のいる人ほど、怒らず穏やかに過ごすことができる。
- 身近な人の笑顔は自分が幸せになる近道。孤独な子育ては自分の努力を認められなくなる。家事や育児も大事だけど、夫や子どもの笑顔の方が大切。

誰でも一生懸命になりすぎると心に余裕がなくなり、大切なことを見過ぎてしまいます。何事も1人で頑張りすぎず、親子で、夫婦で、周りの人達と楽しみながら育児ができるといいですね。



大浴場・客室エレベーターの改修工事を行います

期間 令和4年11月1日(火)～11月11日(金)

この期間は、日帰り・宿泊ともに大浴場の営業休止、エレベーターの利用停止となります。ご利用の皆さまにはご迷惑をおかけいたしますが、ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

レストラン「藍」のおすすめ



●浅利と帆立の
カレーうどん 1,500円



●キエフ風かつつ
1,500円



●鶏もも肉と根菜の
黒酢あんかけ 1,380円

町民限定宿泊プラン販売いたします

○販売開始日

令和4年11月12日(土)から令和5年4月28日(金)まで

○宿泊料

1泊朝食付 2名以上 1名5,000円
町民と一緒にの宿泊で、町外のお客様は、1泊朝食付き6,000円
※1名のみ利用は3,000円増となります。

○町民限定宿泊プラン利用者特典

レストラン藍をご利用されるお客さまは全品20%割引とさせていただきます。

宿泊夕食 秋・冬メニューのご案内

- ・和前菜盛合せ
- ・海鮮鍋
- ・帆立貝焼きグラタン
- ・国産牛のローストビーフ
- ・デザート
- ・お刺身 四種盛り合わせ
- ・中華冷菜
- ・茶碗蒸し
- ・出汁茶漬け

料金 5,500円(税込)

※毛蟹1尾4,500円で追加できます。

※仕入れ状況などにより、変更となる場合がございます。



4階客室リニューアル工事のご案内

令和4年11月1日(火)～12月30日(金)の期間、4階全客室の改装工事を行います。ご利用の皆さまにはご迷惑をおかけいたしますがご理解とご協力をお願いします。

ホテル日の出岬は町民の皆さまの大切な財産です。ぜひ、ご利用をお待ちしています。ホテルに対するご意見、ご要望がありましたら、何なりとご連絡ください。

オホーツク温泉ホテル日の出岬

☎ 85-2626