

借金を整理する方法



借金が返せずに困っているが、誰にも相談できずに困っていませんか？

借金問題は必ず解決できる

ローンやクレジットの支払が困難になってしまい、何とかしようとして借金を繰り返したり、クレジット枠の現金化やクレジットで金券を購入して換金するなどの不正行為を行う偽装質屋やヤミ金に手を出してしまったりして、自宅や勤務先に電話がかかってくる事態などに陥ることがあります。日々、返済に追われ精神的にも追い詰められると、自殺にまで追い込まれる人もいます。

しかし、借金問題は必ず解決できます。

専門家や専門機関に相談する

借金の相談は恥ずかしいことはありません。弁護士などの専門知識を持っている方に相談し、自分にあった手続き方法で整理することがとても大切です。

- ①任意整理 貸金業者ごとに任意の話し合いで返済方法の合意を得る方法です。
- ②特定調停 借金の整理用に工夫された簡易裁判所の調停手続きです。
- ③個人再生 まず、債務総額に対し、法律で定める要件を満たす金額を原則3年間（最長5年間）で、全ての債務者に平等に返済していく計画を立てます。その計画が地方裁判所で認められた場合、計画通りに返済することで残りの債務が免除される手続きです。
- ④自己破産 破産は原則、自分の持っている財産の全てを借金の返済

に充て、全ての債務の支払を免れる地方裁判所での手続きです。財産の全部といっても、破産者の生活に必要な家財道具まで処分する必要はなく、生活費として現金なら99万円までは持っていることが認められています。

一人で悩まないこと

返済にも時効や免責があります。免責許可決定を得れば税金や養育費その他の特別な債務を除き、残りの債務の支払を免れます。

借金の返済に困ったら、一人で悩まず早めに相談することが、とても大切です。どんな種類の借金にも必ず解決する方法がありますので、早めにご相談ください。

主な公的相談機関

- ・宮城県消費生活センター 平日9:00～17:00、土日9:00～16:00 ☎022-261-5161
- ・法テラス山元 平日9:00～17:00 ☎050-3383-0213

子どもたちに夢と元気を！
ジュニア・リーダーが応援します！



ジュニア・リーダーとは、子どもの目線で一緒に遊んでくれる地域のお兄さん、お姉さんです。子どもたちは親や先生よりも年齢の近いジュニア・リーダーに親近感を持ち、大人と子どもの架け橋として活躍しています。また、自分たちのスキルアップのために、キャンプ大会や仙南地区のジュニア・リーダーとの交流会を行い楽しく活動しています。

【主な活動】

地区子ども会派遣（歓送迎会などの子ども会活動補助）、市内イベント補助、キャンプ大会などによる研修、毎月第一土曜日定例会など ※ジュニア・リーダーへの派遣依頼などについては、お問い合わせください。

■「白石市ジュニア・リーダー初級研修会」参加者募集

～ジュニア・リーダーになるための第一歩～

- 日時・場所 《第一部》6月6日(土)8:30～15:00 中央公民館 《第二部》6月27日(土)～28日(日) 南蔵王野営場
- 対象 市内の中学生・高校生
- 募集人数 20人程度
- 参加費 2,000円（食料費など）
- 内容 講話「ジュニア・リーダーの役割」「子どもの理解」、実技「自然体験活動」「レクリエーション活動」「創作活動」「安全教育」
- 申込方法 中学1年生は、学校から配付される申込用紙に必要事項を記入し、参加費と一緒に学校に申し込みください。中学2・3年生および高校生は、生涯学習課（中央公民館内）にお問い合わせください。 ※保護者の方の了解のうえ申し込みください。
- ◎生涯学習課 ☎22-1343

ハーストビル市中学生派遣
引率者募集

姉妹都市ハーストビル市（オーストラリア）を訪問する、中学2年生10人を引率する方を募集します。国際交流に関心のある方は、ぜひご応募ください。

- 募集定員 1人
- 派遣期間 7月23日(木)～8月2日(日)の11日間
- 応募資格 以下の条件にすべて該当するで、市内在住の成人の方
- ①国際理解や交流活動に興味・関心を持ち、一定の日常英会話能力を持つ、心身共に健康な方
- ②派遣期間全日程と事前研修（4～5回）に参加できる方
- ③生徒を引率するにふさわしい人柄と責任感を持ち、過去にこの事業に引率を経験したことのない方
- 選考方法 書類選考および面接 ※面接の日時などは、申込者に直接ご連絡します。
- 応募方法 市庁舎4階学校教育課備え付けの応募用紙に必要事項を記入し、400字程度にまとめた引率者適性に関する自己紹介文を添えて提出してください。
- 申込受付期間 5月7日(木)～14日(木) 8:30～17:15 ※土・日曜日を除く
- ◎学校教育課 ☎22-1342

Monthly Consultation

定例相談

相談種別	日時	会場	電話
人権擁護行政	5月15日(金)	10:00～15:00 市役所2階 第2会議室	生活環境課 ☎22-1314
無料法律農家		10:00～15:00 市役所3階 第3会議室	
農家	5月11日(月)	10:00～12:00 農林振興センター	農業委員会 ☎22-1256
こころの相談	5月13日(水)	13:00～15:00 健康センター(要予約)	健康推進課 ☎22-1362
障害者	5月13日(水)・27日(水)	13:00～15:00 市役所3階 第3会議室	福祉事務所 ☎22-1400
補聴器巡回サービス	・リオン：5月13日(水)・27日(水) ・ブルーム(旧ワイデックス)：5月26日(火)	13:00～14:00 市役所1階 東側和室	

※平成27年6月のこころの相談は15ページに掲載しています。

相談種別	日時・会場・問い合わせ先など
いじめ相談(アライン)	いじめ問題等対策室(市役所4階 教育委員会内) i-line@city.shiroishi.miyagi.jp[24時間メール受け付け] ※電話相談(☎22-1350)も実施しています(毎週月～金 8:30～16:30)。
家庭児童相談	総合福祉センター 毎週月～金 8:30～16:00 ☎22-1400
高齢者総合相談(事前連絡必要)	①地域包括支援センター(総合福祉センター内)：☎22-1466 ②在宅介護支援センター茶園：☎25-9955 ③在宅介護支援センター八宮：☎24-5222 毎週月～金 8:30～17:15
青少年相談	青少年相談センター(市役所4階) 毎週月・火・木・金 8:30～16:30 ☎22-1342(内線445)
消費生活相談	消費生活相談室(市役所1階生活環境課内) 毎週月・水・金 9:00～16:00 ☎22-0783
DV・セクハラ相談(事前連絡必要)	男女共同参画相談支援センター(ふれあいプラザ内) 毎週月・水・金 9:00～17:00 ☎22-6035 ※電話相談も実施しています。
障がい者虐待通報	仙南地域障がい者基幹相談支援センター[24時間電話受け付け] 平日：☎0224-51-5361 夜間・休日：☎080-3326-1788 ※県南生活サポートセンターアサンテ内(大河原町)。平日は福祉事務所(☎22-1400)でも受け付けています。

ノルディックウォーキングを
体験してみませんか？

- 日時 5月19日(火)9:30集合
- 集合場所 緑地公園陸上競技場前
- 参加費 600円(ポールレンタル別途)
- 受付期限 5月15日(金)
- ◎蔵王ノルディックウォーキングクラブ+One ウッドチャック 高野 ☎0224-34-3627

白石陸上競技会
兼第31回全国小学陸上交流大会予選会

- 日時 6月6日(土)
- 場所 緑地公園陸上競技場
- 受付期限 5月15日(金)
- ◎白石市陸上競技協会 http://www.ab.auone-net.jp/~srk/shiroishirikukyou_miyagi@yahoo.co.jp

わんぱく相撲仙南場所
～目指せ両国！わんぱく力士募集～

今回も、男子児童の大会に加え、女子児童による「なでしこ相撲」を同時開催します。4～6年生の各男子児童優勝者は、8月に両国国技館で行われる全国大会に出場することができます。

また、東関部屋から現役力士を迎え、迫力ある取組披露や力士とのふれあいも予定。多くのわんぱく力士の参加をお待ちしています。

- 日時 6月13日(土)9:00～
- 場所 宮小学校屋外土俵場(蔵王町) ※雨天時は宮小学校体育館
- 対象 小学1～6年生(男女児童)
- 定員 100人(多数の場合は先着順)
- 申込締め切り日 6月8日(月)
- ◎公益社団法人白石青年会議所(月～金12:40～15:30) ☎24-4555 ☎24-2525 http://www.shiroishi-jc.com/

在職者向け
訓練受講者募集

- 内容
- ①Excel2013基礎
- ②PowerPoint2013基礎
- ③HTMLタグによるホームページ作成
- ④Word2013応用
- 対象 在職中の方、求職中の方
- 定員 各10人(応募多数の場合抽選)
- 訓練期間 ①②6月13日(土)～14日(日)、③④6月27日(土)～28日(日)
- 申込期限 ①②5月15日(金)、③④5月29日(金)
- 教科書代 ①②1,944円、③2,138円、④2,160円
- ◎白石高等技術専門学校 ☎35-1511