

法律をもっと身近に

ほうてらす

2022.03

Vol.

54

特集

P2-5

多様化する働き方

インタビュー

P6-7

磯野 貴理子
さん

法テラスの情報提供業務

P8-9

スタ弁がゆく

P10

法テラスの主な業務

P11

困ったときの法テラス

P12



日本司法支援センター

法テラス

多様化する働き方

働き方改革で変わった？
変わらない？

残業時間の上限ってあるの？

Q

労働時間の適正管理

左記に違反した場合には、罰則が適用される可能性があります。

- 年720時間以内
- 複数月平均80時間以内(休日労働を含む)
- 月100時間未満(休日労働を含む)

残業時間の上限は、勤務場所を問わないため、在宅勤務についても同様です。

また、近年は過労死が社会問題になっています。

【過労死等の定義】

- 業務における過重な負荷による脳血管疾患・心臓疾患を原因とする死亡
- 業務における強い心理的負荷による精神障害を原因とする自殺による死亡
- 死亡には至らないが、これらの脳血管疾患・心臓疾患、精神障害

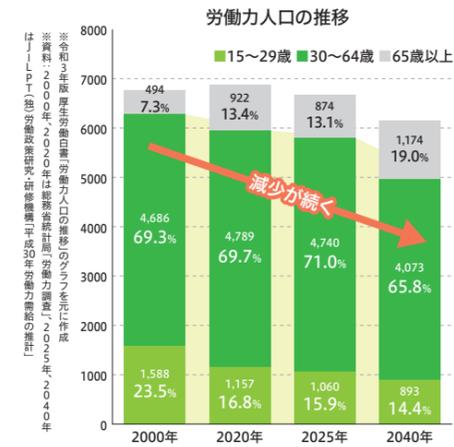
厚生労働省では「週40時間を超える時間外労働、休日労働がおおむね月45時間を超えて長くなるほど」「業務と病気の発症との関連性が徐々に強まるとしています。

このことから、時間外労働については、

- 発症前1か月間におおむね100時間
- 発症前2〜6か月間にわたって1か月当たりおおむね80時間というラインを超えると過労死等につながりかねないという意味で、一般に「過労死ライン」と呼ばれます。

2021年9月には脳・心臓疾患の労災認定基準が約20年ぶりに改正され、「過労死ライン」の見直しが行われました。

残業時間の長さが過労死ラインを越えなくても、短期間の過重業務・異常な出来事として、発症前おおむね1週間に継続して深夜時間帯に及ぶ時間外労働を行うなど過度の長時間労働が認められる場合等については、「業務と病気の発症との関連性が強い」と評価できるとされています。



日本では、出生数の減少に伴って少子高齢化が進み、2008年をピークに人口が減少に転じました。労働人口も減少の一途をたどっており、長時間労働や過労死などの問題も起きています。

そのため、労働生産性を上げることや働き手の確保、多様な人材を受容するダイバーシティの推進などが社会的な課題となっています。それらの課題を解決するための鍵を握るのが「働き方改革」です。

近年では、フリーランスのように雇用によらない働き方をする人も増え、ライフスタイルに合わせて働き方が多様化しています。特に、昨今のコロナ禍でテレワークや在宅勤務が一気に普及したこともあり、多様化の流れはより一層加速し、企業においてもその対応が求められています。

多様な働き方を 選択できる社会へ

労働人口の減少や働き方の多様な化などの課題に対応すべく、いわゆる「働き方改革関連法」による改正後の労働基準法等が令和元年4月から順次施行されています。

働き方改革とは、「働く人々がそれぞれの事情に合わせて多様な働き方を選択できるような社会にするための改革」のこと。一人ひとりの就業機会を拡大し、意欲や能力を十分に発揮できる環境を作り、よりよい将来の展望を持てるようにすることの実現を目指しています。

働き方改革の 主なポイント

働き方改革は次の3つが主となります。

- ① 労働時間の是正／働きすぎを防ぐため、時間外労働の上限や勤務間インターバル制度を設けてワークライフバランスを実現する
- ② 正規 非正規間の格差解消／公正

有給休暇って、 どんな条件で取れるの？

Q

年次有給休暇の取得

左記の2点を満たしていれば、年次有給休暇を取得することができます。

- 雇入れの日から起算して6か月間継続勤務している
- 全労働日の8割以上出勤している

さらに、使用者は、年次有給休暇が10日以上付与される労働者に対し、その有給休暇の日数のうち5日については、労働者ごとに、年次有給休暇を付与した日(基準日)から1年以内に、取得時季を指定するなどして確実に取得させなければなりません。

右記2つの条件を満たせば、パートやアルバイト等の方も取得できます。

雇用形態における 差別・格差

同一企業内において正社員と非正規社員との間で、基本給や賞与などのあらゆる待遇について、不合理な待遇差を設けることは禁止されています。実際の裁判では、Qにあるような手当が非正規社員にも認められたケースがあります。

事業主は、正社員と非正規社員の働き方の違いに応じて、均衡・均等な待遇の確保を図るための措置を講じなければなりません。また、非正規社員から正社員との待遇の差やその理由などについて説明を求められた場合は、説明をしなければなりません。

な待遇を確保するため、正社員と非正規社員との間の不合理な待遇差をなくす

③ 多様で柔軟な働き方の実現／労働者が自分の能力を発揮しながら望みどおりに働ける環境を整備する

では、具体的にどのような取組がなされているのでしょうか。また、対応が進む中でトラブルが生じる可能性もありますが、どのようなトラブルが発生し得るのでしょうか。

※1「働き方改革を推進するための関係法律の整備に関する法律」



育児・介護

子どもを病院に連れて行くために、2時間の休暇の申請をしたところ拒否されました。

事業主側は、原則として、子の看護休暇の申出を拒否することはできません。その申出又は取得をしたことを契機として、不利益な取扱いを行った場合、原則として、法律違反となります。違反すると、事業主側の企業名や違反内容を公表されることもあります。

従来、けがや病気の子どもの世話、予防接種や健康診断に付き添ったための「子の看護休暇」は、1日もしくは半日単位でしか取得できませんでしたが、令和3年12月17日施行の改正育児・介護休業法によって、1時間単位での取得も可能になりました。

しかし、改正育児・介護休業法では、就業時間の途中で抜けて再び戻ってくる、いわゆる「中抜け」までは認められていないものの、就業規則などで認めるよう事業主側で配慮することが呼びかけられています。

時間単位で休暇を取得する場合、休暇を取得した時間の合計が1日の所定労働時間に達すると、1日分の休暇を取得したものとみなされます。子育て中の方はこの休暇を上手に利用したいですね。



副業・兼業

今、話題になっている副業や兼業ですが、会社に報告せずにやったらどうなりますか？

平成29年3月28日に発表された働き方改革実行計画で、柔軟な働き方ができる環境整備の一環として、副業や兼業を普及促進することが明記されました。また、企業向けに副業・兼業の促進に関するガイドラインも策定されています。副業・兼業は、スキルアップや自己実現の追求ができるメリットがある一方、留意しなければならないこともあります。

副業・兼業を始める前に、まずは在籍している会社の就業規則や服務規程を確認しましょう。副業・兼業が禁止されている場合は、会社に無断で始めると処分の対象となることも。許可されていても、届出や都度相談をする必要があったり、条件が決められていたりすることもあるでしょう。また、長時間労働につながり労働者の健康に影響がないか、労働時間管理は本業先と副業・兼業先のどちらが行うのかなど、解決すべき課題もあります。

労働者には、会社の秘密を守る義務（秘密保持義務）や勤務先と競合する業務をしない義務（競業禁止義務）、誠実に行動する義務（誠実義務）などもあります。そのため、特に規則等で副業・兼業が禁止されていない場合でも、あとでトラブルにならないよう前もって上司や人事部に相談しておいたほうがよいでしょう。



働き方で困ったときは・・・

次の場所に連絡等することができます。

公益通報

- ① 社内の通報窓口へ通報（内部通報）
- ② 権限を有する行政機関（労働基準監督署等または省庁等）へ通報
- ③ 報道機関・消費者団体・労働組合等へ通報

労働者が公益のために右記のような方法で通報した場合、そのことを理由として不利益な取扱いを受けることのないよう、どこへどのような内容の通報を行えば保護されるのかというルールが整備されています（公益通報者保護制度）。これは組織内の自浄作用を促進する制度でもあります。

なお、「公益通報者保護制度相談ダイヤル（03）350719262」では、通報方法や保護要件等にお答えしたり、通報に関する適切な対応等に関するご相談を受け付けています。

詳しくは、「消費者庁のウェブサイト（公益通報者保護法制度）」で検索してみてください。

※個別の通報の受付はしていません。

法テラス・サポートダイヤル

法テラス・サポートダイヤルでは、お問合せに対し、適切な法制度や相談窓口等を案内しています。「0570-078374」までお電話ください（通話料がかかります）。



障がいがあっても働ける機会をつくるために

障がい者雇用を取り巻く状況とは

障がいがあっても働く機会を得て自立した生活を送りたい。その後押しをするために、障害者差別解消法や障害者雇用促進法などの法整備、就労支援や雇用維持のための援助（支援）なども進んでいます。厚生労働省の「令和2年度 障がい者雇用状況の集計結果」によれば、雇用障がい者数・実雇用率ともに過去最高を更新しました。しかし、法定雇用率を達成している民間企業の割合は48.6%にとどまり、実雇用率は2.15%と法定雇用率を下回っており、まだ道半ばといえます。

障がいのある労働者を支援する取組み

障がい者雇用がなかなか進まない原因として、「障がい者を雇用したことがないので、職場環境の整備や障がい特性の理解、サポートなど必要な対応等が分からない。」といった背景があると言われています。そこで、国ではトライアル雇用やジョブコーチ支援などの制度を設けています。また、就労支援センターなどの支援機関が障がい者と企業との間に入って採用前から支援し、採用後もフォローを続けているケースもあります。

障がいの種類や程度は十人十色であり、一人ひとりに合ったオーダーメイド型の支援が望まれています。障がいがあっても、最大限にスキルや能力を発揮しながら社会参加できるように世の中を目指して、企業や支援機関が相互に連携・協力する方法を模索しています。

※1 職員数に占める雇用障がい者数の割合（国：2.83%、都道府県：2.73%、市町村：2.41%、教育委員会：2.05%、独立行政法人など：2.64%）

※2 令和3年3月1日以降の法定雇用率（民間企業：2.3% 国・地方公共団体：2.6% 都道府県等の教育委員会：2.5%）

絶対、仕事より健康のほうが大事だと思います。
病気になるまで仕事しちゃうのはよくない。
ひとりで悩むより相談して欲しいですね。

Profile いその きりこ

三重県出身。1985年、女性3人組アイドルグループ「チャイルズ」を結成。「森田一義アワー 笑っていいとも!」で5代目いいとも青年隊に就任。松居直美、森尾由美とMCを務める「はやく起きた朝は…」は、前身番組を含めると放送25年を超える長寿番組。その他「ホンマでっか!?TV」「行列のできる相談所」にレギュラー出演中。女優としてもドラマや舞台に幅広く活躍している。



タレント

磯野貴理子さん

Kiriko Isono

” 明朗快活な人柄と飾らない語り口でバラエティ番組を中心にドラマや舞台まで活躍の場を広げている磯野貴理子さん。20代の頃に銀行員として働いた経験や、50歳の時に脳梗塞で倒れ、健康の大切さを知った体験をもとに「働く」ことについて伺いました。

お仕事をしていて楽しいと感じるのはどんな時ですか。

目の前にお客さんがいて、笑ってくれるのが一番好きですね。バラエティ番組でも舞台でもそれが一番。お客さんがいてくれるのはやっぱりありがたいです。目の前にお客さんがいると頑張ろうと思う。そして怖くもあるんですよ。すごい緊張するんです。舞台なんて毎日同じことやってるのに毎日緊張するんですよ。でもその緊張感が、終わってみると楽しかったなと思うんです。やってみるとすごく大変なんですけど。終わると寂しいんですよ。またやりたいなんて思っちゃう。

芸能界はスケジュールが不規則な印象を受けますが、働き方で気をつけていることはありますか。

今、バリバリにやっている若手は特にそうでしょうね。私も30代、40代の頃はそうでした。1日に何本も収録があつて、もう大変でしたよ。だから若い子を見ると「頑張れ!」って思ったりするんです。若い時ってやっとなんていっばい出れるようになるって嬉しくて「休みたい」って言いにくいんですよ。そしてでき

ちゃうんですよ。不思議ね。お客さんが見てる舞台なんかは特にね。ちょっと具合悪いなと思つていても、お客さんがいると急にシャキッしたりして。

私たちの仕事は特殊で、舞台とかは期間が決まっているから頑張りやすいんです。でも体調管理は大変でした。夏に出演した舞台はコロナ禍でもあったので、自分の体のことを毎日あんなに気にしたことはなかったですね。

以前、「病気になることで仕事への不安や働き方の意識は変わりましたか。

脳梗塞だったんで、もちろん不安はありましたよ。最初のうちはあんまりろれつが回らない時があったので不安でしたね。当時は仕事優先だったけど、やっぱり健康第だと思えました。今もそう思ってます。

銀行員の経験があるとお聞きしましたが、当時と現在で「女性が活躍できる環境」は変わったと感じますか。

今、生懸命変えようとしているのは感じるんですけど、変わったっていう実感はあまりないですね。でも女性には頑張してほしい。女性の管理職ももっと増えてほしいです。私たちの

世代は今思うとちょっと押さえつけられていたところもあったから、のびのびとやってほしいです。銀行員時代はそれが嫌というよりも

そういうもんだと思つてましたけどね。これからの時代は、女性ならではの意見もどんどん出して、新しいことをやってほしいです。

法律関係の番組にも出演されていますが、「弁護士にはどんな印象がありますか。

最初は「弁護士の大先生」なんて思つてたんですけど、普通の人は怖くないですよ、弁護士の人たち。みんな優しいし、親身になってくれるから大丈夫。あと、相談する弁護士さんによって見解が変わるから、それも面白いなと思つて。

だからもし自分で相談する時は、自分に合う人を見つけたほうがいいと思いますね。進む方向が自分と違つたら困るじゃない。やっぱり

り合う合わないはあるから。

「法テラス」をご存知でしたか?

知らなかったんで、広まるといいなと思います。法律事務所に直接電話するのはすごく勇気がいるから、こういう相談できる場所があると心強いと思う。知らない人に教えてあげたいですね。

そして、病気になる前に相談してほしいですね。病気になるまで仕事したら面白くないし、つまらないですよ。絶対、仕事より健康のほうが大事だと思います。病気になるまで仕事しちゃうのはよくない。できるなら早めに休んだほうがいいと思いますし、本当に無理をしないでほしいです。収入のこともあるから働かないといけないとかもあると思うけど、ひとりで悩むより相談して欲しいですね。

これから働く新社会人の方へエールをお願いします。

慣れるまでは本当に大変だと思います。仕事を覚えるまでが大変だろうけど、自分でコツを掴んでペース配分ができるようになるまで、とにかく頑張つてほしいです。

あとね、その仕事を好きになつてほしいです。私は銀行で働いていた時はお札数えるのが好きでした。窓口もお客さんと喋れるからそれが楽しくてね。楽しさを自分なりに見つけてやりましたね。なにかひとつでもいいので、「この仕事のこ好きだな」って思うところができたら楽しいかなと思います。



情報提供業務とは？

法テラスでは利用者からの問合せ内容に応じて、法制度に関する情報と、相談機関・団体等に関する情報を無料で提供しています。

お問合せに関して

※利用料は無料です(お電話の場合、通話料がかかります)。
※個々のトラブル等に応じて法的判断を行い、解決策をアドバイスする弁護士等による法律相談とは異なります。

お悩み②

犯罪被害に遭って困っている



犯罪被害について、
弁護士はどのようなことをしてくれるのですか？



弁護士は、民事上の損害賠償請求だけでなく、告訴状の作成、報道機関に対する取材対応、警察や検察といった捜査機関との折衝、さらに、法廷傍聴への付添や裁判記録の取り寄せ、刑事裁判に参加した場合の代理活動などを行っています。

犯罪の被害に遭われた方やご家族の方はこちらへ

犯罪被害者支援ダイヤル

なくことないよ
0570-079714

平日9時～21時/土曜9時～17時(祝日・年末年始を除く)

お問合せいただいた方の被害後の状況やニーズに応じて、相談窓口のご案内、利用できる法制度など犯罪被害者支援に関する情報を無料で提供します。
また、お問合せの内容に応じて、地方事務所へ支援の引継ぎをいたします。

お悩み③

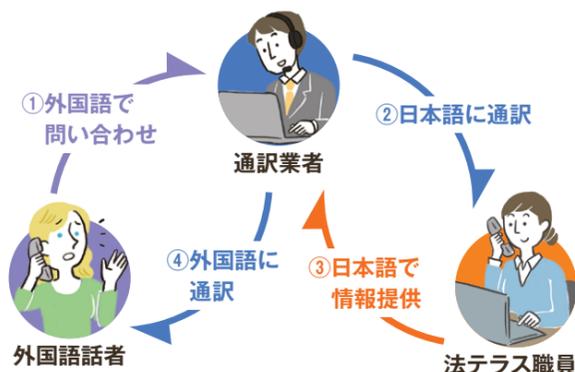
困っているけど、日本語が話せない

法的トラブルでお困りの 外国語話者の方はこちらへ

多言語情報提供サービス

おなやみなし
0570-078377

平日9時～17時(年末年始を除く)
もっと知りたい方は、こちらを見てください。



※日本語を話すことができる方は、法テラス・サポートダイヤルに電話してください。

身近にこんな法的トラブルありませんか？

法テラスの情報提供業務

お悩み①

法的トラブルで困っている



新型コロナウイルス
感染症の影響で
収入が減ったため借金が
返せないのですが、
どうしたらよいでしょうか？



借金が返済できない場合、債務整理の検討をお勧めします。債務整理には任意整理や自己破産などいくつかの手続きがありますので、まずは一度弁護士・司法書士に相談してみたいかがでしょうか。お近くの相談窓口をご案内いたします。



調停で養育費の取決めを
しましたが、相手方からの
支払いが滞っています。
法的にどのような手段が
ありますか？



家庭裁判所から相手方に催告・督促をする制度(履行催告・履行命令)や、地方裁判所に申し立て、相手方の財産から強制的に支払いを確保する強制執行があります。

法的トラブルでお困りの方はこちらへ

法テラス・サポートダイヤル

おなやみなし
0570-078374

平日9時～21時/土曜9時～17時(祝日・年末年始を除く)

メールでも受け付けています。
(24時間受付)
メールでのお問合せはこちらから。



全国の地方事務所

地方事務所は全都道府県にごございます。
お近くの地方事務所の電話番号はホームページ
でご確認ください。

お近くの地方事務所はこちらから。
平日9時～17時(年末年始を除く)
電話、窓口で受け付けています。
※メールでの受付はしていません。



法テラスってどんなところ？

法テラスは国によって設立された、法的トラブル解決のための総合案内所です。

法テラスの主な業務

情報提供

生活上の法的トラブルに対し、解決に役立つ情報を、電話やメール等で無料でご案内しています。どなたでも何回でもご利用いただけます。

法テラス・サポートダイヤル

0570-078374

平日9時～21時 / 土曜9時～17時
(祝日・年末年始を除く)

民事法律扶助

- 経済的に余裕のない方に「無料法律相談」と「弁護士・司法書士費用等の立替え」をしています。
- 認知機能が十分でない方に、出張で「法律相談」をしています。
- 政令で指定する大規模災害の被災者に「無料法律相談」をしています。

国選弁護等関連

- 国選弁護人等になろうとする弁護士との間で、国選弁護人契約等の契約締結業務をしています。
- 刑事事件等で、裁判所からの依頼を受けて、国選弁護人等候補者の指名・通知業務をしています。
- 国選弁護人等の報酬・費用の算定・支払業務をしています。

司法過疎対策

弁護士等が少ない地域(司法過疎地域)に法律事務所をつくっています。法テラスの常勤弁護士(スタッフ弁護士)が常駐し、法律相談、民事裁判などでの代理、刑事弁護などの法的サービス全般を提供しています。

犯罪被害者支援

- 犯罪の被害に遭われた方やご家族の方などに、損害や苦痛の回復・軽減を図るための法制度や相談窓口に関する情報を無料で提供し、必要に応じて、犯罪被害者支援の経験や理解のある弁護士の紹介をしています。
- DV、ストーカー、児童虐待の被害を受けている方(または受けるおそれのある方)に法律相談をしています。
- 被害者参加人のための国選弁護制度や被害者参加旅費等支給制度の事務もしています。

INFORMATION お知らせ

新型コロナウイルス感染症に関するQ&A

法テラスのホームページでは、新型コロナウイルス感染症に関する法的なトラブルについて、よくある問合せとその答えを掲載しています。



▲詳しくはコチラ

法テラスの公式YouTubeチャンネル

法テラスのYouTubeチャンネル「法テラス(公式)」では、「桃太郎編(情報提供・民事法律扶助)」や「3分で解説! 法テラスの使い方」など法テラスの業務内容や利用方法の説明などに関する動画をアップしています。ぜひ、ご覧ください。



▲詳しくはコチラ

法テラスでは、随時ご寄付をお受けしています

寄付金は、法テラスが行う公益性の高い各種業務の事業費などに使用させていただきます。寄付金者様のご意向にかなった目的に使用させていただく「使途特定寄付」もあります。



▲詳しくはコチラ

スタ弁日記

スタ弁がゆく



法テラス 島根法律事務所



あさおか しゅうたろう
朝岡 周太郎 弁護士

2016年弁護士登録。
休日は家族で、周辺の観光地巡りをすることが多い。素敵なお店を見つけると、夫婦でテンションが上がるが、幼い息子は知らん顔。最近、すごく嬉しかったのは中小企業診断士の一次試験に受かったこと。

「働き方改革」をきっかけに自身の働き方を考えました。

日々、必死に仕事をする中で改めて考えた「働き方」

2019年、「働き方改革」の下、労働時間法制の見直し、雇用形態に関わらない公正な待遇の確保を目的とする関連法が施行されるようになりました。多様な働き方、いわゆるダイバーシティが更に進められるようになったのです。

私も、2018年4月に兄の父となったのですが、この「働き方改革」は、自身の働き方を考える良い機会となりました。長男が産まれた頃は、弁護士2年目、法テラス佐渡法律事務所勤務しているときで、目の前の仕事をこなすだけで精一杯でした。妻が実家に里帰り出産をしていたこともあり、産まれたばかりの息子に会うことが、なかなかできませんでした。

働き方が変わることで増えた家族と過ごす時間

2020年に松江にある法テラス島根法律事務所勤務することになり、私の働き方は随分と変わりました。仕事に慣れて事件処理が速くなってきたことや職員さんの協力もあり、夕方6時頃には事務所を出て、自宅に帰ることができるようになったのです。家では、息子とお風呂、歯みがき、お皿洗い、寝かしつけが、私の平日の役割です。自分の時間はなかなか持てませんが、それでも日々成長していく我が子を見ると微笑ましい気持ちになります。休日は、連携先の講演、刑事事件の業務などで、休めないとき

北浦 海水浴場 ▶



もありました。それでも、休めるときには、家族みんな近くの公園や松江城、少し足を伸ばして大根島、鳥取県の境港、米子、出雲富士とも呼ばれる大山にも行きます。幸いなことに、山陰地方には自然が多く、子ども用遊具が充実している公園もあるので、家族連れの休日観光には苦労をしません。

2022年4月には、私たちに、もう1人家族が増える予定です。法テラスには、育児休業、出産時の特別有給休暇など、配偶者が出産する際に休みを取ることのできる制度があります。私も、次の子どもが産まれるときには、休暇を上手に取りながら子どもたちの世話ができればと考えています。「働き方改革」のキャッチフレーズだけではなく、誰もが利用できる制度であってほしいと思います。



法テラス 島根の職員 みなさん

スタ弁とは?

全国各地にある法テラスの法律事務所働く「スタッフ弁護士」のことです。

スタッフ弁護士のこと、もっと知りたい方はこちら

採用情報以外もたくさん「スタッフ弁護士採用サイト」



困った時の 法テラス



法テラスは
設立15周年を
迎えました。

法テラスは、法的トラブルの解決をお手伝いしています。



こんなお悩みありませんか？

- 借金の取り立てが怖くて、夜も眠れない
- 弁護士に相談したいけど費用が払えない
- 会社が給料を払ってくれない
- 別居中だけど子どもに会いたい
- 死亡した親の借金を払いたくない
- 職場の上司からパワハラを受けている
- 高齢の親の物忘れがひどくなった
- 家賃を滞納してしまい、貸主から退去するよう言われてしまった
- 悪い人にだまされていないか心配だ

知りたい！

ホームページではお悩み別にQ&Aを公開しています

 **借金・貸付**
債務整理・貸付金回収など

 **消費者被害**
架空請求・ネット取引など

 **相続・遺言**
相続人・遺産分割など

 **夫婦・男女**
離婚・不倫など

 **労働**
パワハラ・解雇など

HPは
こちら
↓

 **住環境**
賃貸契約、敷金など

 **保険・年金
社会保障**
介護保険、国民年金など

 **交通事故
損害賠償**
自賠責、示談など

 **法的手続**
内容証明、調停申立など

 **成年後見**
成年後見制度、手続など



聞きたい！

法テラスへの相談の手順

1 電話する

●法テラスの利用方法やトラブル解決に役立つ情報をご案内します。
●どなたでも、何度でも匿名でご利用できます。

2 弁護士・司法書士に相談する

●経済的に余裕のない方には、無料で3回まで法律相談のできる制度があります。
●経済的に余裕のない方にあたるかどうかは、収入や預貯金などで決まります。お問合せください。

3 弁護士・司法書士に依頼する

経済的に余裕のない方には、弁護士や司法書士の費用を立て替える制度があります。

4 解決に向かう

困ったら、法テラスへ！
まずは、お電話ください。
もっと詳しく知りたい方はコチラもチェック！

困ったら法テラス。まずはお電話を

平日9時～21時 土曜9時～17時(祝日・年末年始を除く)

法テラス・
サポート
ダイヤル

お な や み な し
0570-078374

IP電話からは03-6745-5600

犯罪被害者
支援ダイヤル

な く こ と な い よ
0570-079714

IP電話からは03-6745-5601

発行：日本司法支援センター(法テラス本部)／発行責任者：事務局長 道あゆみ
法テラス本部 〒164-8721 東京都中野区本町 1-32-2 ハーモニータワー8階 電話：0503383-5333(代表)

Twitter・メルマガにご登録を！

法テラスは、Twitterとメルマガで「法テラスのサービス」「イベント情報」「法律の豆知識」などの情報を発信しています。

法テラス(公式)
Twitter公式アカウント
@houterasu_4_10



メールマガジン
「ほうてらすPlus」(月刊)
登録はこちら

