

借金が返せなくなった。取り立てが怖くて、夜も眠れない。

妻と別居中だけど、子どもに会いたい。

会社が給料を払ってくれない。どうすればいいんだ。

死亡した父の借金を払いたくありません。どうすればいいですか。

子どもの養育費の約束をしたのに払ってくれない夫に払わせる方法がありますか。

ネットオークションで詐欺にあいました。どうしたらいいですか。

全国の法テラス

業務時間:平日9:00~17:00

法テラスでは、ナビダイヤルを使用しています。

法テラス札幌	0570-078388	〒060-0001 札幌市中央区北1条西9-3-1 南大通ビルN1 1F
法テラス函館	0570-078390	〒040-0063 函館市若松町6-7 ステーションプラザ函館5F
法テラス旭川	0570-078391	〒070-0033 旭川市3条通9-1704-1 TKフロンティアビル6F
法テラス釧路	0570-078392	〒085-0847 釧路市大町1-1-1 道東経済センタービル1F
法テラス青森	0570-078387	〒030-0861 青森市長島1-3-1 日本赤十字社青森県支部ビル2F
法テラス岩手	0570-078382	〒020-0022 盛岡市大通1-2-1 岩手県産業会館本館2F
法テラス宮城	0570-078369	〒980-0811 仙台市青葉区一番町3-6-1 一番町平和ビル6F
法テラス秋田	0570-078386	〒010-0001 秋田市中通5-1-51 北都ビルディング6F
法テラス山形	0570-078381	〒990-0042 山形市七日町2-7-10 NANABEANS8F
法テラス福島	0570-078370	〒960-8131 福島市北五老内町7-5 イズム37ビル4F
法テラス茨城	0570-078317	〒310-0062 水戸市大町3-4-36 大町ビル3F
法テラス栃木	0570-078318	〒320-0033 宇都宮市本町4-15 宇都宮NIビル2F
法テラス群馬	0570-078320	〒371-0022 前橋市千代田町2-3-12 しのめ信用金庫前橋営業部ビル4F
法テラス埼玉	0570-078312	〒330-0063 さいたま市浦和区高砂3-17-15 さいたま商工会議所会館6F
法テラス千葉	0570-078315	〒260-0013 千葉市中央区中央4-5-1 Qiball(きばーる)2F
法テラス東京	0570-078301	〒160-0023 新宿区西新宿1-24-1 エステック情報ビル13F
法テラス神奈川	0570-078308	〒231-0023 横浜市中区山下町2 産業貿易センタービル10F
法テラス新潟	0570-078328	〒951-8116 新潟市中央区東中通1番町86-51 新潟東中通ビル2F
法テラス富山	0570-078351	〒930-0076 富山市長柄町3-4-1 富山県弁護士会館1F
法テラス石川	0570-078349	〒920-0937 金沢市丸の内7-36 金沢弁護士会館内
法テラス福井	0570-078348	〒910-0004 福井市宝永4-3-1 サクラNビル2F
法テラス山梨	0570-078326	〒400-0032 甲府市中央1-12-37 イリックスビル1F
法テラス長野	0570-078327	〒380-0835 長野市新田町1485-1 長野市もんせんぶら座4F
法テラス岐阜	0570-078345	〒500-8812 岐阜市美江寺町1-27 第一住宅ビル2F
法テラス静岡	0570-078321	〒420-0031 静岡市葵区呉服町2-1-1 札の辻ビル5F
法テラス愛知	0570-078341	〒460-0008 名古屋市中区栄4-1-8 栄サンセンタービル15F
法テラス三重	0570-078344	〒514-0033 津市丸之内34-5 津中央ビル6F
法テラス滋賀	0570-078339	〒520-0047 大津市浜大津1-2-22 大津商中三楽ビル5F
法テラス京都	0570-078332	〒604-8187 京都市中京区御池通東洞院西入る笹屋町435 京都御池第一生命ビルディング3F
法テラス大阪	0570-078329	〒530-0047 大阪市北区西天満1-12-5 大阪弁護士会館B1F
法テラス兵庫	0570-078334	〒650-0044 神戸市中央区東川崎町1-1-3 神戸クリスタルタワー13F
法テラス奈良	0570-078338	〒630-8241 奈良市高天町38-3 近鉄高天ビル6F
法テラス和歌山	0570-078340	〒640-8155 和歌山市九番丁15 九番丁MGビル6F
法テラス鳥取	0570-078357	〒680-0022 鳥取市西町2-311 鳥取市福祉文化会館5F
法テラス島根	0570-078358	〒690-0884 松江市南田町60
法テラス岡山	0570-078354	〒700-0817 岡山市北区弓之町2-15 弓之町シティセンタービル2F
法テラス広島	0570-078352	〒730-0013 広島市中区八丁堀2-31 広島鴻池ビル1F
法テラス山口	0570-078353	〒753-0045 山口市黄金町1-10 菜花道門キューブ2F
法テラス徳島	0570-078394	〒770-0834 徳島市元町1-24 アミコビル3F
法テラス香川	0570-078393	〒760-0023 高松市寿町2-3-11 高松丸田ビル8F
法テラス愛媛	0570-078396	〒790-0001 松山市一番町4-1-11 共栄興産一番町ビル4F
法テラス高知	0570-078395	〒780-0870 高知市本町4-1-37 丸ノ内ビル2F
法テラス福岡	0570-078359	〒810-0004 福岡市中央区渡辺通5-14-12 南天神ビル4F
法テラス佐賀	0570-078361	〒840-0801 佐賀市駅前中央1-4-8 太陽生命佐賀ビル3F
法テラス長崎	0570-078362	〒850-0875 長崎市栄町1-25 長崎MSビル2F
法テラス熊本	0570-078365	〒860-0844 熊本市中央区水道町1-23 加地ビル3F
法テラス大分	0570-078363	〒870-0045 大分市城崎町2-1-7
法テラス宮崎	0570-078367	〒880-0803 宮崎市旭1-2-2 宮崎県企業局3F
法テラス鹿児島	0570-078366	〒892-0828 鹿児島市金生町4-10 アーバンスクエア鹿児島ビル6F
法テラス沖縄	0570-078368	〒900-0023 那覇市楚辺1-5-17 プロフェスビル那覇2・3F

その他の事務所情報はホームページからご確認ください。

www.houterasu.or.jp 

令和8年4月発行

日本司法支援センター

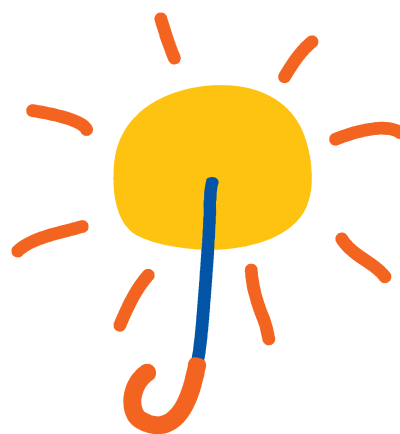
法テラス

誰に相談したらいい?

弁護士、司法書士の費用が心配。

こんなこと聞いていいのかな?

犯罪の被害にあってしまった…



まずは法テラスへ。

はじめてご利用される方は
まず法テラス・サポートダイヤルへお電話ください。

0570-078374

※IP電話からは、03-6745-5600
ホームページでは、チャット、メールによるお問合せも24時間受け付けています。



法テラスは、国が設立した公的な法人です。

隣の家から騒音が聞こえる。誰に相談したらいいの。

中古の家を買ったら雨漏りがひどい。どうすればいい。

隣の家がゴミ屋敷になっている。誰に相談したらいいの。

職場の上司からのイジメがますますひどくなっているんです。

スマホで無料のゲームをしていたのに20万円請求されました。

弁護士に相談したいけれど、費用が払えない。

おじいちゃんの物忘れが最近ひどくなった。悪い人にだまされてないか心配。どうしたらいいの。

大家さんから急に家賃を値上げすると言われた。

別れた彼氏から脅かされています。

そんな時は法テラスに
ご相談ください。

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丁寧にご案内します。お問合せはご本人でなくてもかまいません。ご家族、ケースワーカー、医師、支援している方、自治体職員の方もどうぞ。

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
ホームページでは、チャット、メールによるお問合せも24時間受け付けています。

犯罪の被害にあわれた方や
そのご家族は専用ダイヤルへ
なくことないよ
0120-079714

IP電話からは03-6745-5601
ホームページでは、チャット、メールによるお問合せも24時間受け付けています。

平日：午前9時～午後9時
土曜日：午前9時～午後5時
祝日・年末年始を除く

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回まで相談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額などで決まります。詳しくは、右ページをご覧ください。

※対面による実施が困難な場合等には、オンライン等による法律相談が受けられる場合があります。

※一部相談場所では、Web上で法律相談の予約を取ることができます。

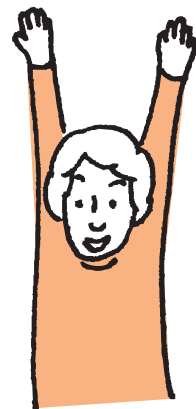


3

弁護士・ 司法書士に 依頼する

経済的に余裕のない方には、
弁護士費用や司法書士費用等を
立て替える制度があります。

「経済的に余裕のない方」にあたるかどうかは
収入や預貯金額などで決まります。毎月1万円ずつ、
もしくは5千円ずつというように分割でご返済いただきます。
生活保護受給中の方は猶予や免除となる場合があります。
詳しくは、右ページをご覧ください。



4

解決に向かう

困ったら、まずはお電話ください。

法テラスHP



無料法律相談

弁護士・司法書士費用等の立替え

申込み

●収入・家族構成(右面・基準A)
●現金・預貯金額(右面・基準B)
をお伺いします。
右面の①及び③いずれも満たしている場合、
無料法律相談の予約をお取りします。

無料 法律相談

相談の結果、弁護士・司法書士費用等の立替
制度(代理援助・書類作成援助)の利用を希望
される方には、審査を受けていただきます。

審査

審査では右面の①～③の条件を全て満たす
必要があります。審査に必要な書類は
●収入等を証明する書類
(給与明細、課税または非課税証明書、年金通知書、
生活保護受給証明書など)
●住民票(本籍・筆頭者・続柄・世帯全員の記載がある
もの、マイナンバーの記載は不要)
●事件関係書類
●立替金返済用の口座に関する書類
などです。

援助開始 決定

援助開始決定を受けると、法テラスの基準
に基づき弁護士・司法書士費用等(着手金・
実費等)を決定します。
費用等は法テラスがご本人に代わって弁護
士・司法書士に支払い、ご本人には原則とし
て、法テラスに毎月10,000円ずつもしくは
5,000円ずつというように分割でお支払い
いただきます(無利息)。

事件終了

事件の結果に応じて、審査の上、法テラス
の基準に基づき弁護士・司法書士の報酬金
及びその支払方法等を決定します。

※生活保護を受給している場合など、申請いただくこと
で、立替費用の返済の猶予・免除を受けられる場合が
あります。
※立て替えたお金は原則、事件終了後3年以内にお支
払いいただきます。

詳しくは、お近くの法テラスまでお問合せください。

①資力が一定基準以下であること。

夫婦間の紛争の場合を除き、原則としてご本人と配偶者の
収入・資産を合算した金額で判断します。
※医療費、教育費などの出費がある場合は、相当額が控除されます。

基準 A

収入等が一定基準以下であること。
月収(賞与を含む手取り年収の1/12)の
目安は次のとおりです。

単身者	2人家族	3人家族	4人家族
182,000円 (200,200円)	251,000円 (276,100円)	272,000円 (299,200円)	299,000円 (328,900円)

※()内は、東京・大阪などの大都市の基準です。
※家賃・住宅ローンなどを負担している場合には、以下の限度額の範囲
内でその全額が上記収入基準額に加算されます。

単身者	2人家族	3人家族	4人家族
41,000円	53,000円	66,000円	71,000円

基準 B

保有資産が一定基準以下であること。
資産の基準は以下のとおりです。

単身者	2人家族	3人家族	4人家族
180万円	250万円	270万円	300万円

※相談援助の際は現金・預貯金の合計額ですが、代理援助・書類作成
援助の際は不動産(自宅や係争物件を除く)・有価証券なども資産
に含みます。

②勝訴の見込みがないとはいえないこと。

和解、調停、示談成立などによる紛争解決の見込みがある
もの、自己破産の免責見込みがあるものなども含みます。

③民事法律扶助の趣旨に適すること。

報復目的や自己宣伝、権利濫用的な訴訟などは援助でき
ません。また、極端に訴額が少ない訴訟や回収可能性がな
い場合も費用対効果の観点から援助できません。



着手金・実費等の例 [消費税率は10%で計算(税込)]

代理援助	500万円の請求訴訟	255,000円
	金銭請求のない離婚訴訟	266,000円
	債権者10社の自己破産	155,000円

※事件の終了後、結果に応じて報酬金をご負担いただくことがあります。
※金額及び支払方法は、審査の上、決定します。
※事件の難易等により、上記金額を増額する場合があります。

書類作成 援助

訴状作成	42,500円
自己破産申立書等作成 (債権者20社まで)	105,000円