

債務整理フローチャートガイド

あなたに最適な債務整理方法を見つけるための判断フロー

このフローチャートの使い方

以下の7つのステップに従って、あなたの状況に最も適した債務整理方法を見つけましょう。
各ステップでは、具体的な判断基準と推奨される手続きを示しています。

▶ START

Step ① 借金総額チェック

現在の借金総額を確認してください

100万円未満
比較的少額の借金



Step ②へ進む

任意整理が有力な選択肢

**100万円以上
500万円未満**
中程度の借金



Step ③へ進む

任意整理・個人再生を検討

500万円以上
高額な借金



Step ④へ進む

個人再生・自己破産を重点検討

Step ② 返済の遅れ・遅滞状況

現在の返済状況を確認してください

遅れなし・1ヶ月未満
返済状況は良好



任意整理を推奨

信用情報への影響を最小限に抑制

2-3ヶ月程度の遅れ
やや注意が必要



任意整理 or 特定調停

債権者との交渉余地あり

3ヶ月以上の遅れ
深刻な状況



Step ⑤へ進む

法的整理の検討が必要

Step ③ 返済可能額（支払い能力）の試算

手取り収入に対する返済可能額を確認してください

手取り収入の15%以上
十分な返済能力



任意整理を推奨

例：手取り25万円なら月3.75万円以上

手取り収入の10-15%
限定的な返済能力



個人再生を検討

収入に応じた返済計画が立てられる

手取り収入の10%未満
返済能力が限定的



Step ⑥へ進む

返済計画の抜本的見直しが必要

Step ④ 資産状況の確認

現在の資産状況を確認してください

持ち家あり
不動産を保有



個人再生を推奨

住宅ローンを除外して債務整理可能

**持ち家なし
資産100万円以上**
一定の資産を保有



任意整理 or 個人再生

資産の換価可能性を検討

資産がほとんどない
資産が少ない状況



Step ⑦へ進む

自己破産も視野に入れる

Step ⑤ 収入が安定しているかどうか

収入の安定性を確認してください

安定した定期収入あり
正社員・公務員など



個人再生を検討

計画的な返済が可能

収入が不安定
フリーランス・無職など



自己破産を検討

生活の立て直しを優先

Step ⑥ 借金の会社数（債権者の数）

借金をしている会社の数を確認してください

借金（債権者）が5社未満
比較的少数の債権者



特定調停を検討

個別状況に応じた柔軟な対応が可能

借金（債権者）が5社以上
多数の債権者



任意整理 or 個人再生

一括した債務整理が効率的

Step ⑦ 最終判断のポイント



重要なお知らせ

ここまで各ポイントを詳しくまとめましたが、実際はご自身で判断されるのではなく、
専門家のアドバイスを仰ぐことが一番おすすめです。

専門家への相談をおすすめする理由

- ✓ 個別の状況に応じた最適な解決策の提案
- ✓ 複雑な法的手続きのサポート
- ✓ 債権者との交渉代理
- ✓ 初回相談無料の事務所が多数
- ✓ 分割払いや後払いに対応

債務整理方法の概要

任意整理

- ・裁判所を通さない手続き
- ・将来利息のカット
- ・分割払いの交渉
- ・比較的短期間で解決
- ・費用：1社5-10万円

個人再生

- ・借金を大幅に減額
- ・住宅ローンは除外可能
- ・3-5年で分割返済
- ・安定収入が必要
- ・費用：50-60万円

自己破産

- ・借金がゼロになる
- ・支払不能時の最終手段
- ・一定の財産は処分
- ・職業制限あり（一時的）
- ・費用：30-80万円

⚠️ ご注意ください

- ・このフローチャートは一般的な判断基準です
- ・個別の状況により最適な方法は異なります
- ・必ず専門家（弁護士・司法書士）にご相談ください
- ・早めの相談が解決への近道です

■ END

お疲れさまでした。適切な専門家にご相談することをおすすめします。

このフローチャートは参考情報です。具体的な手続きについては必ず専門家にご相談ください。