

問い合わせ先

1 相談について

来局や電話によるご相談は、以下の窓口にご連絡ください。

申出受付フォーム掲載ページ

2 行政機関への申出について

発注事業者が本法に違反と思われる行為を行っている場合には、フリーランスは、行政機関へその旨の申出が可能です。

申出を希望する場合には、オンラインによる申出をご利用ください。



※ 来局での申出も可能ですが、その場合、申出内容が取引の適正化に関する事項の場合は公正取引委員会と中小企業庁、就業環境の整備に関する事項の場合は厚生労働省の以下の相談窓口においてそれぞれ受け付けます。

相談先一覧

【内容が取引の適正化に関するもの(第3条、第4条、第5条、第6条第3項)のみの場合】

公正取引委員会

近畿中国四国事務所

〒540-0008

大阪市中央区大手前4-1-76 大阪合同庁舎第4号館

TEL 06-6941-2206

(管轄区域:福井県、滋賀県、京都府、大阪府、兵庫県、奈良県、和歌山県)

中小企業庁 事業環境部 取引課

近畿経済産業局 産業部中小企業課 取引適正化推進室

〒540-8535

大阪市中央区大手前1-5-44 大阪合同庁舎1号館

06-6966-6037(直)

(管轄区域:福井県、滋賀県、京都府、大阪府、兵庫県、奈良県、和歌山県)

【内容が就業環境の整備に関するもの
(第12条、第13条、第14条、第16条、第17条第3項)のみの場合】

滋賀労働局 雇用環境・均等室

〒520-0806

大津市打出浜 14-15 滋賀労働総合庁舎 4階

077-523-1190

フリーランス、個人事業主などで

契約・お仕事上のトラブルに

お悩みの方へ

相談料
無料

相談から解決まで、
弁護士がワンストップでサポートします！

相談無料

秘密厳守

匿名相談可

対面・Web相談可

和解あっせん手続費用無料

受付時間

9:30～16:30（土日祝日を除く）

こんなトラブル、私たちに**ご相談ください！**



あいまいな契約

報酬が明示されない状態での作業進行、口頭でのやり取りばかりで契約書がない、修正の繰り返しの作業が完了しない。



報酬の未払い

報酬の未払いや一方的な減額、報酬期限の引き伸ばし。納品後のクライアント会社の倒産、音信不通。



ハラスメント

精神的な攻撃や契約にない作業の強要、一方的な契約の解消などのパワハラ行為。セクハラ行為

企業などの発注事業者からお仕事を受注する
フリーランス・個人事業主の皆様はお気軽にご相談ください

まずは電話・メールでご相談ください。フリーランス・個人事業主などの皆様をサポートします！

フリーランス・トラブル110番

運営事業者:第二東京弁護士会
運営にあたっては、フリーランスに関する関係省庁(内閣官房・公正取引委員会・厚生労働省・中小企業庁)と連携しています。

和解あっせんの申立書の送付先
〒100-0013 東京都千代田区霞が関1-1-3弁護士会館9F

契約・支払い・業務内容など、働くことに伴うトラブルが相談対象です。



0120-532-110

通話無料／受付時間 9:30～16:30（土日祝日を除く）



help@freelance110.jp

対面やWeb（ビデオ通話）でのご相談も受け付けています

公式サイトはコチラ

<https://freelance110.mhlw.go.jp>



公式サイトでは具体的な事例やご相談の流れなども掲載しています。

妻と別居中だけど、子どもに会いたい。

借金が返せなくなった。取り立てが怖くて、夜も眠れない。

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、ナビダイヤルとIP電話を使用しています。

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 長野市もんぜんぶら座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 栄サンシティビル15F
法テラス三重	0570-078344	〒514-0033 津市丸之内34-5 津中央ビル
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世屋町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6年4月発行

日本司法支援センター

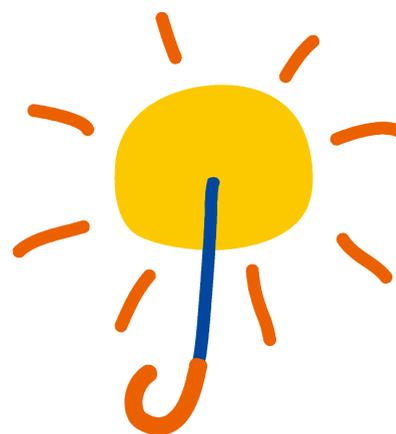
法テラス

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

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されると言われた。

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

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

（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。

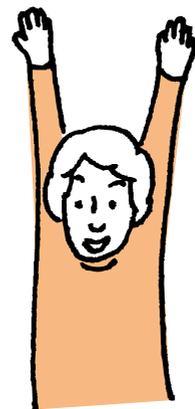
※一部相談場所では、Web上で法律相談の予約を取ることができます。



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。

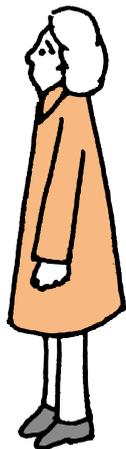
「経済的に余裕のない方」にあたるかどうかは
収入や預貯金額などで決まります。毎月1万円ずつ、
もしくは5千円ずつというように分割でご返済いただきます。
生活保護受給中の方は猶予や免除となる場合があります。
詳しくは、右ページをご覧ください。



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
●資力を証する書類
(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
およ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、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
目安は次の通りです。

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通りです。

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。

報復的感情を満たすだけや宣伝のためといった場合、または
権利濫用的な訴訟の場合などは援助できません。



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

Q どんな悩みでも弁護士と面談ができますか？

A 中小企業及び個人事業者の仕事上のお悩みであれば、どんなことでも受け付けています。

Q 弁護士と面談したら費用はいくらかかりますか？

A ひまわりほっとダイヤルでは、一部の地域を除き、初回面談30分間に限り無料です。初回面談30分間が有料の地域はWEBからご確認ください。

Q 電話で相談はできませんか？

A 電話による相談は原則としてお受けしていません。ひまわりほっとダイヤルは地域の弁護士との面談を予約するためのサービスです。

Q 電話でどんなことを伝えればよいですか？

A 窓口には、社名、業種、相談者の氏名、住所、連絡先などの基本的な情報などをお伝えください。弁護士が直接折り返します。弁護士からの折り返し電話では、弁護士から質問された事項をお答えください。

Q 面談した弁護士に引き続き依頼はできますか？

A お話を伺って、弁護士が解決できることであれば、解決までお手伝いします。※別途費用がかかります。※相談内容の概要をお伺いした結果、他の窓口をご紹介しますこともあります。

分からないことを質問できるから安心しました。



ひまわりほっとダイヤル 相談までの流れ

【お電話から】

全国共通専用ダイヤル

0570-001-240

受付時間 平日(祝日を除く) 10:00~12:00/13:00~16:00

※通話料がかかります。※一部のIP電話からは繋がりません。※お近くの弁護士会に繋がります。



【WEBから】

オンライン申込み

ひまわりほっとダイヤル 検索

スマートフォンはこちらからオンライン申込ページへお進みください。



2 お名前・連絡先等の基本情報をお伝えください。

基本情報入力

入力フォームにてお名前・連絡先等を入力してください。

3 面談の予約 担当の弁護士が連絡をいたしますので、面談の日程を調整してください。

4 ご相談 弁護士の事務所等でご相談ください。



初回相談30分無料

※一部の地域では初回面談30分の相談料が有料となっております。(原則30分5,500円(税込))
※30分経過以降および2回目以降の相談料は、相談担当弁護士におたずねください。
※弁護士の指定はできません。



全国どこからでも

かんたん面談予約

初回相談無料

※一部地域を除く

社長のその悩み、弁護士が力になります。

新しい事業を立ち上げたい

こんな契約書で大丈夫？

取引先の支払いが滞りがち...

社員間のトラブル、どう解決すべき？

相談相手がいるって安心ですね。

ひまわりほっとダイヤルは中小企業の

ほつをサポートします。



全国共通専用ダイヤル 受付時間:平日(祝日を除く) 10:00~12:00/13:00~16:00

0570-001-240

スマートフォンはこちらから



お近くの弁護士をご紹介します

※電話相談サービスではありません。

WEBからもお申込みができます。ひまわりほっとダイヤル 検索

こんなにある 中小企業経営の法的課題

弁護士に相談できる課題はたくさんあります。

うちでも同じようなことがあるな…

- やっかいなクレーム どう対応すべき?
- 資金繰りを楽にしたい
- 退職した従業員から残業代を請求された!
- 先代から事業を引き継ぎたい!
- 社内ルールを作りたい
- 売掛金が回収できない!
- 会社を売りたい 買いたい

これらの悩み事、実は法律と大きく関わっています。ところが、多くの中小企業では、法律の専門家が関わることなく処理されてしまっているようです。法律に基づいてしっかりと解決しないと、のちのち会社にとって深刻な事態を生じかねません。



社長の正しい判断が トラブルを未然に防ぎます。

トラブルの芽をみつけたとき、いつどのように対処すべきか、ひとりで判断できますか?



自分だけで判断するのは不安だな…

企業経営は決断の連続。日々の経営課題にどう優先順位をつけて取り組むか、社長ひとりで判断するのは至難の業。弁護士への早めの相談が、社長の正しい判断を引き出します。

相談例 1 支払が遅れがちな取引先があるのですが、このまま取引を続けても大丈夫なのでしょうか?

取引先に信用不安が生じてても、当面は取引を続けざるを得ない…そんなときも、法的な備えがあれば、いざというときの回収可能性を高めることができます(取引先の売掛先や預金口座などの情報収集、代金受領までの所有権留保、担保の取得や手形の利用等)。

万一の場合を想定した準備で解決!

相談者A社長の声

弁護士に相談したことにより、万一の場合にどうなるのかが分かりました。最悪のケースから逆算した十分な備えができたので、その後も安心して取引を続けることができました。

相談例 2 先代社長時代から同じ契約書のひな形を使い続けています。このままで大丈夫なのでしょうか?

契約書のひな形は、定期的な見直しをお勧めします。契約書は、合意事項を書面に定めることにより、取引を進める際のルールを明確にして、紛争を未然に防ぐためにあります。取引相手に求めることや取引上のリスクがひな形作成時と変わっているかもしれません。

新しいひな形作成で解決!

相談者B社長の声

当社のリスクに対応した新しいひな形を弁護士に相談して無事作成できました。リスク回避の助言が的確でしたし、その後も、個別の合意事項を反映した契約書の作成を依頼しています。



弁護士が社長の正しい判断を手助けし、 紛争を防止します。

トラブル(紛争や裁判)解決だけが弁護士の仕事ではありません。社長に正しい判断のための材料を提供すること。もし裁判やトラブルになっても短期間で解決できるように準備すること。それこそが、弁護士だけができる仕事です。



やっぱり一度、弁護士に相談してみよう!

- 気軽に** 弁護士に“つて”のない方でも、気軽に相談できます。
- 安心して** 日本弁護士連合会、弁護士会が提供する公式サービスです。
- 解決まで** 弁護士だからこそ、最終的な解決につなげることができます。



**初回相談
無料!**
(一部地域を除く)
(30分)

お申込みは簡単です。
裏面をご覧ください。