

令和7年5月21日
東京都消費生活総合センター

特別相談「多重債務110番」を実施しました

～債務問題は必ず解決できます。一人で悩まずご相談ください！～

東京都では、多重債務問題の解決に向け、庁内各局や関係団体が連携して総合的な取組を推進しています。

その取組の一環として、東京都と23区26市1町が専門相談窓口等と連携して、令和6年度第2回特別相談「多重債務110番」を実施しましたので、結果をお知らせします。

結果の概要

- 実施期間 令和7年3月3日（月曜日）、4日（火曜日）の2日間
- 2日間で寄せられた多重債務に関する相談は、全体で180件
 - ・東京都消費生活総合センター 49件
 - ・区市町の消費生活センター（23区26市1町） 39件
 - ・弁護士会、司法書士会、法テラス等の法律相談窓口 92件
- 都受付分（49件）の相談の特徴
 - ・相談者の平均年齢は49.0歳、20歳代・30歳代の相談があわせて28.6%（14人）
 - ・借入先が5社以上の相談は34.8%（16人）と最多
 - ・1人当たりの平均債務額は約700万円
 - ・債務額が1,000万円以上の相談は9件で、うち5件は住宅ローンを含む
 - ・最高債務額は8,800万円で事業資金が主な借入理由
 - ・債務者本人以外（家族、知人等）からの相談は5件
 - ・投資詐欺や副業等の契約がきっかけで高額債務を抱えたという相談は7件

消費者へのアドバイス

- ・多重債務は、個人の努力だけで解決することはきわめて困難です。なるべく早めに専門家に相談し、債務整理などの対応を検討することが大切です。
- ・債務を抱えているご本人以外からもご相談を承っています。
- ・都内消費生活センターでは、多重債務問題を抱える相談者を法律専門家や専門相談機関等につなぎ、問題解決の道筋ができるまでフォローアップする「東京モデル」を実施しています。https://www.shouhiseikatu.metro.tokyo.lg.jp/sodan/sodan_tazyuu.html
- ・債務が少額であっても、返済に不安がある場合はご相談ください。

- ・ 東京都消費生活総合センター 03-3235-1155
(受付時間：月～土曜、午前9時～午後5時、日・祝日・年末年始はお休みです。)
- ・ お近くの消費生活センターへはこちら→消費者ホットライン ☎ 188
- ・ 消費生活にかかわる東京都の情報サイト「東京くらしWEB」をご覧ください。
<https://www.shouhiseikatu.metro.tokyo.lg.jp>



主な相談事例（東京都消費生活総合センター受付分から）

【病気で休職中、浪費癖があり借金が増えた。生活改善したいがどうしたらよいか。】

1年前病気で休職し、近く退職の予定。現在は自分の傷病手当金と母のパート収入で生活している。衝動的な買い物が止められず、サラ金数社からの借入とクレジットのショッピングやキャッシングで合計300万円の債務がある。借金を返済し、生活改善したいがどうしたらよい
(20歳代 女性)

⇒ 解決に向けた道筋

法律専門家につなぎ、収入の状況などから任意整理か自己破産が相当ということで、手続の流れや自己破産にかかる費用、自己破産した場合のメリット・デメリットなどについて説明しました。また生活改善のため家計相談の専門家によるアドバイスを行うとともに、浪費癖についてはカウンセラーと相談し、引き続き精神保健福祉相談センターへ相談するよう勧めました。

【高齢者の債務整理による生活苦。対処の方法は。】

年金生活者の高齢者夫妻。夫は、以前に事業を行っていた際の債務が約250万円、自分は生活費や引越し費用で約60万円の借金がある。既に司法書士に委任して任意整理手続中であるが、月々の返済が負担となり生活が苦しい。現在の収入は年金のみで2人あわせて年200万円程度。対処は。
(70歳代 女性)

⇒ 解決に向けた道筋

法律専門家につなぎ、債務金額と家計全体を点検しました。2人とも高齢者であり、体のこと（医療費の負担）なども考えると、年金をなるべく生活費にあてられるよう債務を減らす対応をとる必要があるとして、借金額の大きい夫については自己破産を、妻については月々の返済額が少なくなるよう任意整理の見直しを助言しました。

【多数の借入で借入状況がわからなくなってしまった。どうしたらよいか。】

生活費や弟の学費など、銀行、クレジットカード会社、消費者金融等合計7、8社から約400万円の債務がある。借入当初2～3年は返済していたが、ここ数年返済していない。どこからいくら借りたかもわからなくなってしまった。債務整理全般について助言がほしい。

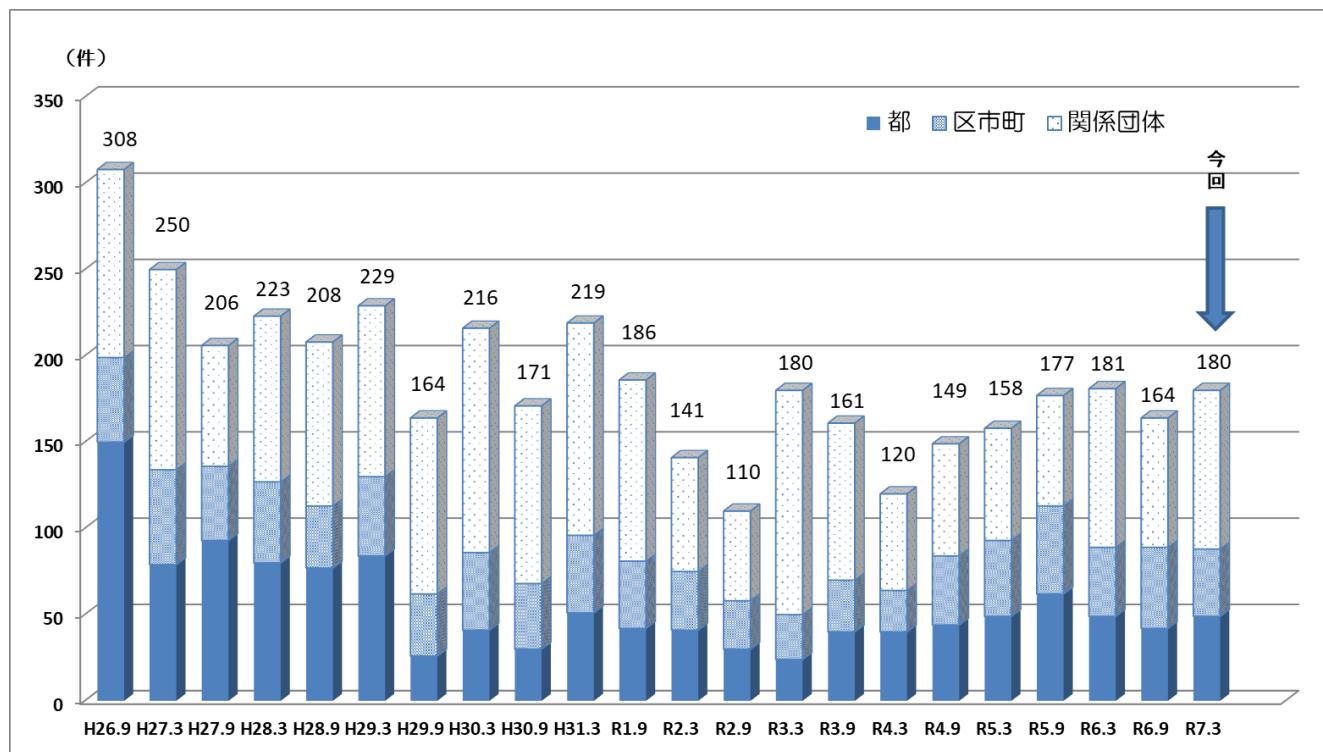
(30歳代 男性)

⇒ 解決に向けた道筋

法律専門家につないだところ、まず債務の全容を把握する必要があるため、信用情報機関（CIC、JICC、全国銀行個人信用情報センターの3団体）に開示請求を行うよう助言しました。そのうえで債務額と収入状況を勘案し、改めて自己破産を視野に入れ、相談をするようアドバイスしました。

<参考> 特別相談で受け付けた相談の概要

1 東京都内全域で受け付けた件数の推移 (都及び23区26市1町、関係団体)



○特別相談「多重債務110番」の実施団体

東京都消費生活総合センター、都内23区26市1町の消費生活センター、東京弁護士会・第一東京弁護士会・第二東京弁護士会、東京司法書士会、日本司法支援センター(法テラス)、(公財)日本クレジットカウンセリング協会、全国クレサラ・生活再建問題被害者連絡協議会、財務省関東財務局東京財務事務所、日本貸金業協会、東京都生活再生相談窓口

※「多重債務110番」は、「自殺防止！東京キャンペーン」特別相談週間(保健医療局)との連携事業です。

2 東京都消費生活総合センターで受け付けた相談の概要

(1) 特別相談の体制

電話又は来所による相談者から消費生活相談員が相談内容を聞き取り、その内容が法律等の専門的対応を要する場合は、本人の希望を確認したうえで、当センターに派遣された弁護士、司法書士、精神保健福祉士、法テラス、東京都生活再生相談窓口等につないだ。

(2) 相談内容の分析 (都受付分)

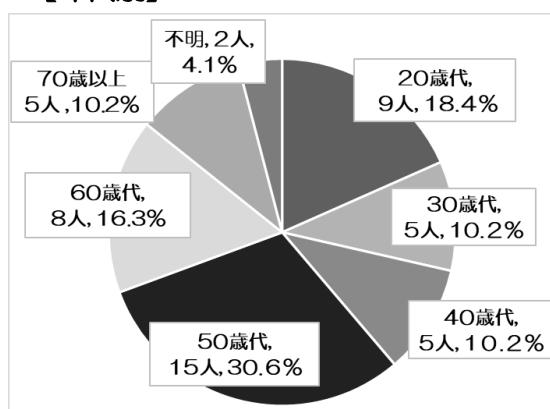
① 相談件数 49件 (来訪19件、電話30件)

	3月3日(月)	3月4日(火)	合計
来 訪	9件	10件	19件
電 話	10件	20件	30件
合 計	19件	30件	49件

② 相談者の年齢等構成

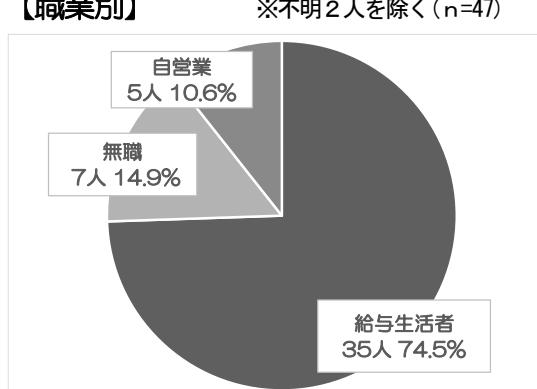
※端数処理により合計 100%にならない場合があります。

【年代別】



(n=49)

【職業別】



※不明 2人を除く (n=47)

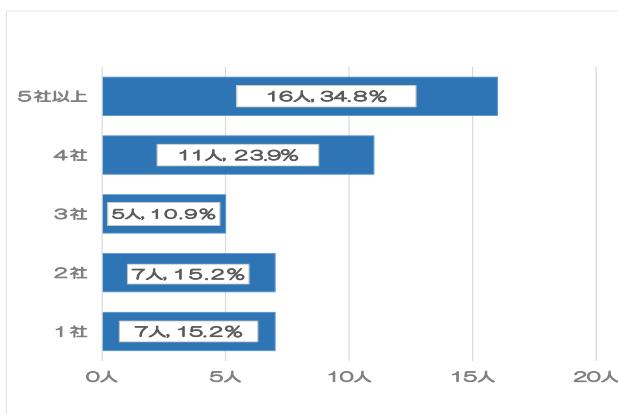
- 相談者の平均年齢は 49.0 歳（最年長 77 歳、最年少 24 歳）
- 20 歳代・30 歳代の相談者があわせて 14 人（28.6%）おり、60 歳以上の高齢者と同程度の人数となっている。

- 相談者の職業は、給与生活者（パート・アルバイト含む）が約 4 分の 3 を占め、次いで無職、自営業の順となっている。

③ 借入先の状況

【借入先数】

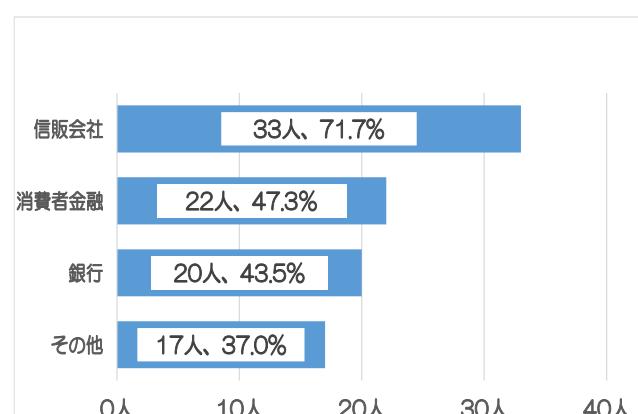
※複数回答、不明 3 人を除く (n=46)



- 借入先数の平均は 4.6 社
- 不明を除く相談者全体の 3 分の 1 以上の人人が 5 社以上から借り入れを行っていた。

【借入先別数】

※複数回答、不明 3 人を除く (n=46)

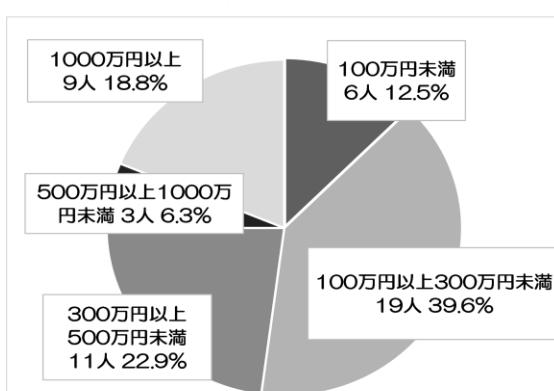


- 借入先は、信販会社が最多
- 「その他」には親族や友人からの借金や住宅ローン、奨学金の返済などが含まれている。

④ 債務の状況

【一人当たり債務額】

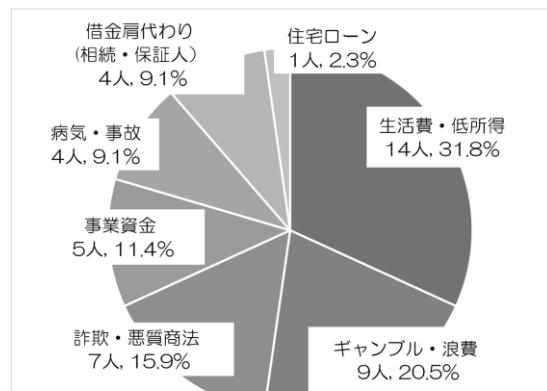
※不明 1 人を除く (n=48)



- 1 人当たり平均債務額は約 700 万円
- 1,000 万円以上の債務者は 9 人（18.8%）おり、住宅ローンや事業資金、投資詐欺の被害などが金額を押し上げる要因となっている。

⑤ 主な借入れ理由

※不明 5 人を除く (n=44)



- 借入れ理由は、生活費・低所得が最も多い
- 病気休職の結果、生活費が不足して借金を重ねたり、低所得のため副業を探して悪質商法の被害にあった等、複数の理由から多重債務に陥ったケースも散見された。