

多重債務とは

自分の支払い能力以上に借金し、その返済のためにさらに複数の金融業者から借金を重ね、返済が困難になる状況を「多重債務」といいます。

さらに、「言葉巧みに誘惑してくる「ヤミ金融」から借錢すると、借錢は雪だるま式に増えます。その結果、返済が困難になり自己破産になると、銀行などからの借り入れができなくなったり、クレジットカードの発行が受けられなくなったりするなどのデメリットが発生します。

借錢返済のために借錢を繰り返しても、根本的な解決にはつながりません。

多重債務で困ったら、一人で悩まずすぐ相談を！

市消費生活センターには、「多重債務」に悩む人からの相談が多く寄せられています。今回は、多重債務の現状と相談方法を紹介します。

◎問い合わせ 市消費生活センター ☎23-7154

多重債務に陥るきっかけ

多重債務に陥る原因是、特別なものばかりではありません。

・低収入や収入の減少による生活苦
・冠婚葬祭などの予定外の出費
・商品・サービスの購入やギャンブルのためのキャッシング
・第三者に名義を貸したり、保証人に

なつたりした結果、他の借金を背負ってしまったなど

このような借金を返済するために借金を重ねることで、多重債務に陥ってしまうことがあります。

多重債務で困ったら

市消費生活センター（市役所北別館2階）では、毎月、弁護士による無料法律相談を行っています。まずは、自分の債務状況を客観的に把握することが大切です。

一人で悩まず、早めに相談ください。



【電話・直接相談】

○日時 毎週月～金曜日 9時～16時

※直接相談は要予約

【弁護士法律相談】

○日時 9月26日(金)、10月24日(金)、11月28日(金)、12月19日(金)、1月23日(金)、2月27日(金)、3月27日(金)

※2日前までに要予約

【相談専用電話】

市消費生活センター都城支所 ☎24-0999

三股町福祉・消費生活相談センター ☎23-7154

県消費生活センター都城支所 ☎24-0999

※相談予約について詳しく述べは、市ホームページをご確認ください



【消費生活相談窓口（無料）】

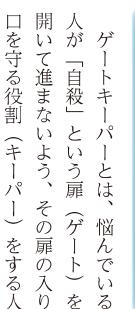
○日時 9月9日(火)～10時～

※この日の相談専用電話

【相談機関】

○日時 9月9日(火)～10時～

※この日の相談専用電話



生きることを支える『ゲートキーパー』

本市の自殺者の現状

本市の令和6年の自殺者数は25人で、人口10万人当たりの自殺死亡率は15・4でした。

※全国の自殺死亡率16・1

ゲートキーパーとは、悩んでいる人が「自殺」という扉（ゲート）を開いて進まないよう、その扉の入り口を守る役割（キーパー）をする人

のこと、「命の門番」ともいわれています。身近な人の様子や体調の変化に気付

き、悩みを聞くなどの4つの役割で、適切な方

相談するように勧めましょう。そ

③つなぎ

必要な場合は相談機関を紹介し、

相談するように勧めましょう。そ

①気付き・声掛け
転勤や昇進、結婚、出産、身近な人との死別体験など、生活の変化は悩みの大きな要因となります。他人には幸せに見えることでも、本人には大きな悩みやストレスになる場合があります。少しの変化でも気付いたときは声を掛けましょう。

②傾聴
相手の悩みにしっかりと耳を傾けましょう。大切なのは、本人の気持ちを尊重することで、うなづくだけで十分です。相手のつらい気持ちを受け止め、話をしてくれたことに感謝し、つらい思いをしてきたことにねぎらいの言葉をかけましょう。

③見守り
つらい気持ちを抱え、孤独感を募らせている人にとって、「見守られている」という安心感は心の支えになります。悩みは一度には解決できません。相談機関につないだ後も温かく見守り、回復を支えましょう。

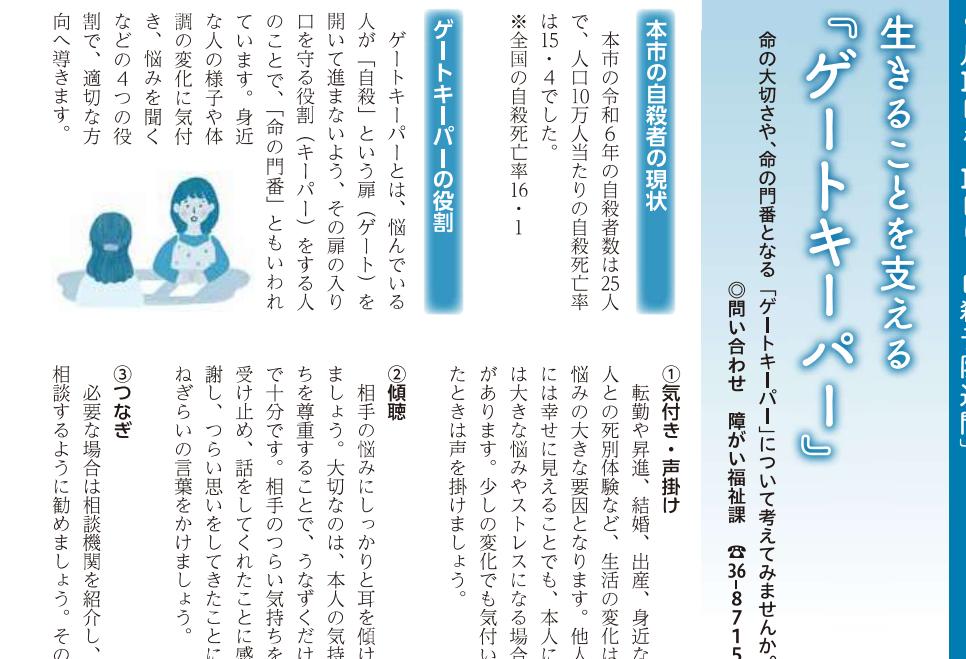
④ゲートキーパーになろう！
身近な人や大切な人が落ち込んでいるとき、元気になつてもらうため何をしたら良いか分からぬ。そんな時は、勇気を出してまずは優しく声をかけることから始めてみませんか。その行動が、ゲートキーパーの第一歩になります。

市では毎年、ゲートキーパー養成講座を実施しています。

【ゲートキーパー養成講座】

○日時 9月9日(火)～10時～

○対象 市民
○定員 20人 ※申し込み順
※詳しくは、市ホームページページを確認ください



9月10日から16日は「自殺予防週間」

命の大切さや、命の門番となる「ゲートキーパー」について考えてみませんか。
◎問い合わせ 障がい福祉課 ☎36-8715

【相談機関】

①よりそいホットライン ☎0120-1279-338

②県精神保健福祉センター ☎0985-32-5566

③障がい福祉課 ☎36-8715

④都城保健所 ☎36-8424

⑤東部保健センター（高城保健センター内） ☎58-16800

⑥西部保健センター（高崎保健センター内） ☎62-14411

※①は年中無休24時間対応。②～⑥は月～金曜日（祝日・年末年始を除く）で②は9時～19時、③は9時～12時、13時～16時、④～⑥は8時30分から17時15分。その他相談先は、市ホームページページを確認ください