



内容証明郵便の活用法

行政書士が教えるトラブル解決の第一歩

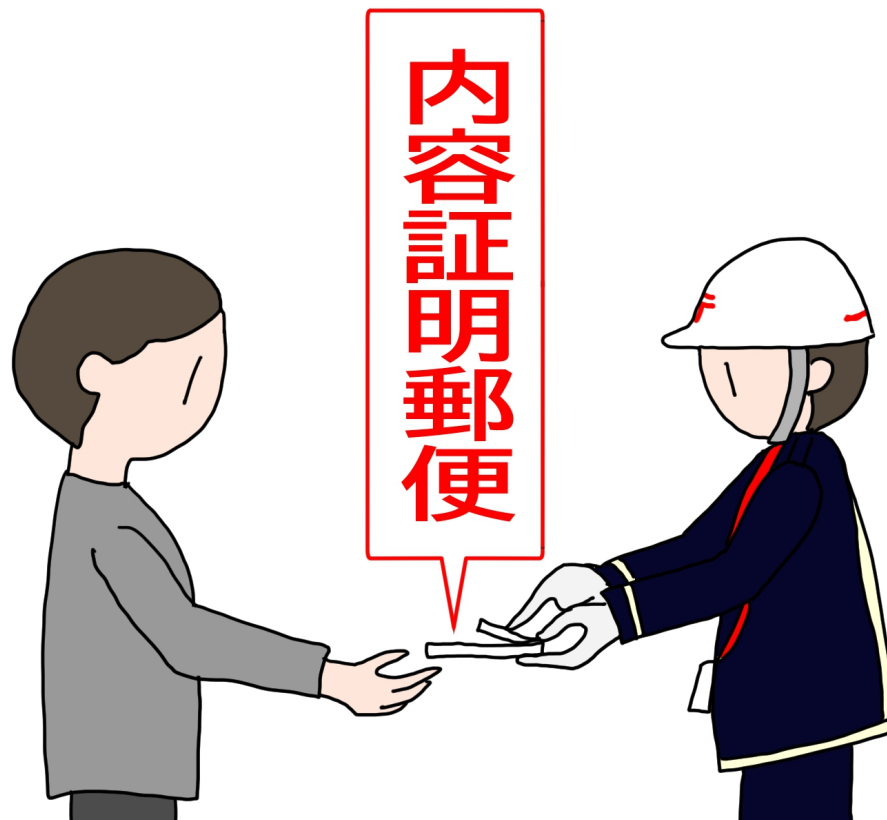
身近なトラブルを円満・確実に解決するために

普通の郵便との決定的な違い

郵便局が公的に証明するサービス

- ✓ いつ、誰が、誰に対して出したか
- ✓ 「どのような内容の手紙」を出したか

手紙の「中身」まで記録に残る点が最大の違いです。これにより「そんな話は聞いていない」という言い逃れを完全に封じます。



内容証明で出す4つのメリット



証拠能力

裁判時に「受取拒否」や「内容の相違」を主張されるリスクを回避します。



心理的圧迫

「本気度」が伝わり、無視できない状況を作って相手を交渉の席に立たせます。



確定日付

法的効力の発生タイミングを公的に固定でき、権利を守ります。



時効の猶予

催告を行うことで、時効の完成を一時的に（6ヶ月間）止めることができます。

法的な「魔力」の誤解を解く

⚠️ できないこと

- ・強制執行：

出すだけで差し押さえができるわけではありません。

- ・真実の証明：

書いている内容が「事実である」と証明するものではありません。

あくまで「この内容を送った」という**事実の証明**です。



身近な活用シーン（具体例）



お金のトラブル

貸金返済の催促
売掛金の請求



不動産・住まい

敷金返還請求
家賃滞納の契約解除



男女・労働問題

不倫の慰謝料請求
未払い賃金の請求

「3通作成」の原則

3通

全く同じ内容を3通用意する

- ✓ 受取人用：相手に届く手紙
- ✓ 差出人用（控え）：自分の手元に残る証明
- ✓ 郵便局用：郵便局が保存する記録

送り方の選択肢



郵便局の窓口

大きな集配郵便局で手続き可能。担当者が形式をチェックしてくれる安心感があります。



e内容証明

24時間ネットで発送可能。字数制限が緩く、Wordファイルをそのまま活用できるのが魅力です。

いずれの場合も「配達証明」を必ずセットにしましょう！

出した後の展開と注意点

- ✓ 相手が受け取らなかったら？

不在・受取拒否でも「通知は到達した」とみなされる法的構成がありますが、その後の対策（特定記録郵便など）が必要です。

- ✓ 関係修復を望む場合には「劇薬」になる

相手を過度に怒らせ、感情的な対立を深めるリスクがあります。出すタイミングが重要です。

- ✓ 返信が来た時の対応

回答期限を設定し、その後の交渉プランをあらかじめ練っておく必要があります。

行政書士に 依頼する価値

- ✔ プロの職印による本気度：背後に専門家がいることを示し、心理的プレッシャーを最大化します。
- ✔ 法的整合性の確保：感情的にならず、要件を漏らさない正確な書面を作成します。
- ✔ 心理的負担の軽減：相手との直接のやり取りを緩和するバッファとなります。

