

＼ はじめての /
ひ と り ぐ
一人暮らし
ガイドブック

ちんたいしゃくけいやく きそちしき せいかつ
賃貸借契約の基礎知識と生活のルールとマナー



あなたの生活便利帳付き!

ほ ぞん ばん
保存版

目の届くところに
おいておきましょう

これから一人暮らしをする皆さんへ



家族や仲の良い友人とはなれ

一人暮らしをすることになったあなた。

あたらしい環境で あたらしい生活が始まります。

そしていろいろなことを自分の責任で
決めていかなければなりません。

この本は これから一人暮らしを始めるみなさんのために

「部屋を借りるときの基礎知識」などを紹介します。

この本を参考にしながら 安全安心な

夢のある充実した一人暮らしをお送りください。



もくじ



ちんたいしゃくけいやく きそちしき
賃貸借契約の基礎知識..... 3 ページ

ポイント
Point 1

へや か
部屋を借りるとはどうか 4 ページ

ポイント
Point 2

やちん しはら
家賃を支払わないとどうなるのか 5 ページ

ポイント
Point 3

おおごえ さわ まも
大声で騒ぐなど ルールを守らないとどうなるのか 6 ページ

ポイント
Point 4

へや か つづ
そのまま部屋を借り続けたいときはどうするのか 7 ページ

ポイント
Point 5

へや たいきよ ばあい なに ひつよう
部屋を退去する場合には何を必要があるのか 8 ページ

し かた
もっとくわしく知りたい方へ 10 ページ

せいかつべん りちよう
あなたの生活便利帳 13 ページ

おわりに 14 ページ



ちん たいしゃくけい やく き そ ち し き 賃貸借契約の基礎知識



ちん たいしゃくけい やく
賃貸借契約とは あなたが 部屋を借りて 新しい生活を
はじめるときに あなたと 大家さんが 取り決める 大切な
やくそく
約束です。

けいやく
「契約」とは人と人との間で 交わす 社会的な約束です。

けいやく
契約は あなたと 相手がする 約束です。二人で 決めた 約束を
あなたが 勝手に破ると いろいろな トラブルが 起きるかもしれません。
トラブルが 起きないように 約束した事を 守りましょう。



リーガルマインドの考え方を持ちましょう

リーガルマインドとは 法律の立場から 物事を考え 判断する力のことです。
もしもトラブルが起きたときには トラブルの 原因や問題点を しっかり理
解すること。あなたと相手 どちらも納得できる 解決策を見つける 努力を
すること。そのためには リーガルマインドとともに 広くやわらかな 考え
方をもって生活していくことが 大切です。

部屋を借りるとはということか



一人暮らしをするときは

アパートや マンションの 部屋を借りるときは 部屋の持ち主（大家さん）と「賃貸借契約」をします。

「賃貸借契約」とは あなたが 部屋を借りるとき 大家さんと交わす「約束」です。家賃のことや 部屋を借りる期間 部屋の使い方などが 決められています。



賃貸借契約は 誰と誰がする？

あなたが 未成年のとき → 親 と 大家さん

あなたが 成人のとき → あなた と 大家さん

例外もあります。契約の前に 大家さんに 確認しましょう。

…> 詳しい説明は 10 ページの※1 へ



賃貸借契約を 確認しよう

賃貸借契約書には あなたと 大家さんの 大切な「約束」が 書いてあります。「約束」を 守らないと いろいろな問題が 起こります。

部屋を借りる契約をしたときは 賃貸借契約書を よく読みましょう。

…> 詳しい説明は 10 ページの※2 へ

大家さんとの 約束を守って たのしく 一人暮らしを しましょう。

マナーを守ることで あなたも まわりの人も 気持ちよく 生活できます。

家賃を支払わないとどうなるのか



家賃はきちんと支払いましょう

決められた支払日に家賃を支払わなければなりません。



もしも支払いが遅れてしまったら

大家さんから連絡がありますので、すぐに支払いましょう。

支払いが遅れる理由があるときは、大家さんに説明して待ってもらうように頼みましょう。



家賃を支払わないまましているとどうなるのか

裁判所から家賃を支払うよう連絡がくることがあります。

大家さんから「契約は終わりにしますので出て行ってください」と言われる場合があります。

…→ 詳しい説明は 11 ページの※3 へ

ご両親が「連帯保証人」となっている場合は、あなたの家賃を、ご両親が支払わなければなりません。

…→ 詳しい説明は 12 ページの※4 へ



● 支払日と家賃を確認しよう

いつまでに …… 毎月 _____ 日までに 支払いましょう

いくら …… 毎月 _____ 円(管理費等含む)を 支払いましょう

● 連絡先を確認しよう

大家さん (管理会社) の連絡先

_____ 様 電話番号 _____

おおごえ さわ 大声で騒ぐなど ルールをまも 守らないとどうなるのか



借りている部屋や みんなで使う場所は
きれいに 使いましょう

- 借りている部屋
壁・床・キッチン・トイレ・お風呂などは
キズやよごれを つけないように 気をつけて 使いましょう。
- みんなで使う場所
階段・ロビー・廊下なども きれいに 使いましょう。
勝手に 自分の物を 置いてはいけません。



せいかつ まも
生活のルールを 守りましょう

ゴミは 捨ててよい種類・曜日・時間を確認し 守りましょう。

(ゴミの分別一覧表をもらって 貼っておきましょう)

大きな声や大きな音を 出さないように 気をつけましょう。

守らないと 近所の人に 迷惑が かかります。

…> くわしい説明は 12 ページの※5 へ

このほかにも 色々なルールが あります。
契約のときに よく確認しておきましょう。

ポイント
Point 4

そのまま部屋を 借り続けたいときはどうするのか



部屋を借りる契約（賃貸借契約）は
終わりの日があります

そのまま部屋を借り続けたいときは 契約を「更新」します。
契約の終わりの日が近づいてきたら 大家さんから「更新のお知らせ」の
連絡が来ます。その内容にしたがって 手続きをしましょう。



あなたが「契約を更新したい」と思っている場合

大家さんが「契約を更新しない」と言うことがあります。
大家さんに「契約を更新しない」理由をよく確認すること
あなたと大家さんでよく話し合ってみること
信頼できる人に相談してみることも大切です。

…→ 詳しい説明は 12 ページの※6 へ

ポイント
Point 5

部屋を退去する場合には
何をする必要があるので



勝手に引っ越しては いけません

引っ越すときは 大家さんに「引っ越したい」と 連絡をします。
ガスや水道 電気会社に 部屋を出て行くという連絡と
いらないものの処分をします。



引っ越しする日が 決まったら 大家さんに 連絡します

自分の荷物を「いるもの」と「いらないもの」に分けます。
「いらないもの」は すてるか 人にあげましょう。
今の部屋などに なにも 残さないことが 大切です。





部屋を出るときの 立ち合いと 現状回復

部屋を出るときの 立ち合いとは 今の部屋に 住んでいる間に「キズやよごれ」が どれくらい増えたか 大家さんと 一緒に 確認することです。「キズやよごれ」が あるときは きれいに直すために 修理することがあります。これを 現状回復と います。そのお金を あなたが 支払うことがあります。入るときの 部屋の状態を 確認しておくこと が大切です。



敷金の返金

大家さんに 敷金を 支払っていた場合は あなたが負担すべき費用（修繕費やクリーニング費など）が差し引かれて 戻ってきます。



大家さんは あなたが つけてしまった「キズやよごれ」を見て「直すために どのくらいお金がかかるか」を 判断します。

部屋を出るときの立ち合いの際 大家さんに「どのくらいのお金を支払わなければいけないか」をよく確認することが 大切です。

もっとくわしく知りたい方へ

※1 未成年者（20歳になっていない人）が契約をするとき

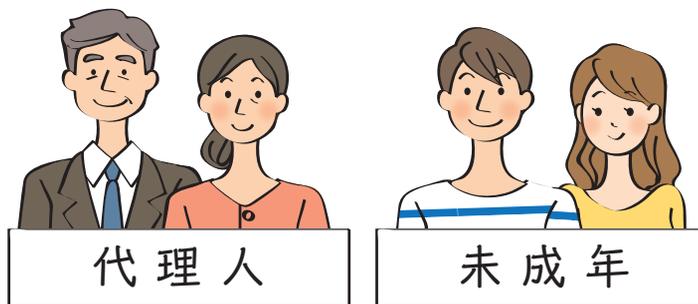
未成年者本人が 部屋を 借りるときは

- ① 両親など（親権者）が 本人の代わり（代理人）として 契約をする
- ② 両親などに 同意書を 書いてもらい あなた自身が 契約をする

①②以外の方法でした契約は 後で 取り消すことができます。

また 未成年者本人が 契約するときは 両親などが 連帯保証人になります。

連帯保証人とは？ …→ ※4へ



※2 重要事項説明の確認

部屋を借りるときは 不動産屋さんなどに 紹介してもらいます。不動産屋さん
は 賃貸借契約（部屋を借りる約束）の前に 法律で決まっている内容を
紙に書かれたものを使って 説明をします。これを「重要事項の説明」と言います。
説明を聞いて わからないことは わかるまで 質問しましょう。内容をよく
理解してから 契約することが 大切です。



※3 賃貸借契約の解除

部屋を借りる約束（賃貸借契約）を 大家さんから「やめます」と言われることがあります。これを「契約の解除」と言います。契約を解除されると 住んでいる部屋から 決められた日までに 出て行かなくてはなりません。契約の解除は「契約に違反していて（大家さんとの約束を守らなかった）約束を守らないことが 長く続いている」と 行われます。

契約違反の例

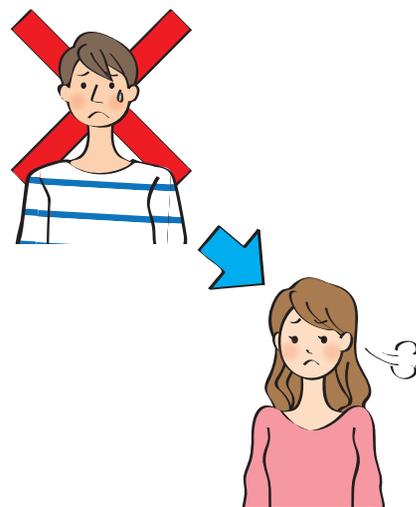
- 家賃を 約束の日までに 支払わない
- 大きな音をたてて 周りに迷惑をかける
- 勝手にほかの人に 部屋を貸していた
- 生活のルールを 守らない

ほかにも契約の違反により 大家さんに 損害があると そのお金を 支払わなくてはならないことがあります。（これを「損害賠償」といいます）
「ちょっとくらいなら 守らなくても大丈夫」ということはありません。
約束は 守ることが 当たり前です。



※4 連帯保証人

家賃を滞納したり 部屋の設備などを壊したりしてしまったとき その費用などを支払えなかった場合に 借主に代わって支払う人のことを「連帯保証人」と呼びます。「連帯保証人」は 貸主から 支払いを求められたら 応じなければなりません。約束を守らないと「連帯保証人」に 大変な迷惑をかけることを あなたはしっかりと おぼえておかなければなりません。



※5 騒音問題への対処

深夜や早朝などには 特に まわりに迷惑をかけないように 注意することが必要です。契約書にも 書かれています。ルールを守り 自分が 逆の立場ならどう思うかというのを 考えながら 生活することが大切です。



※6 大家さんが更新しないための条件

今まで 借りていた 部屋を「もう貸せません。出て行ってください。」と大家さんが 言うことがあります。大家さんが 貸すのをやめるには 法律上 次の3つの条件があります。



- ① 更新予定の日の 1年前から6か月前までの間に 大家さんから通知があるとき
- ② 契約期間が終了した後も まだ部屋に住み続けていた場合で すぐに大家さんから異議（部屋の使用を認めません）が伝えられたとき
- ③ ①②について 大家さんが「更新しない」ということに 正当と認められる事情があるとき

あなたの生活便利帳

なにか あったときのために必要な あなたの情報を 書き込んで おきましょう。

あなたの新しい住所

〒

あなたの連絡先



連絡先の名前

電話番号



管理会社
(管理窓口)



水道関係



ガス関係



電気関係



役所



病院



銀行



家族・親せきなどの連絡先

名前

勤務先・学校

電話番号

名前

勤務先・学校

電話番号

名前

勤務先・学校

電話番号



地区の広域避難場所

おわりに



この冊子は、障がいのある方が一人暮らしをするために必要な情報をわかりやすく伝えるものとして、札幌市自立支援協議会中央区地域部会が、公益社団法人全国宅地建物取引業協会連合会および、公益社団法人全国宅地建物取引業保証協会（宅建協会）発行の『はじめての一人暮らしガイドブック』の内容を、改訂させていただいたものです。

札幌市自立支援協議会は「障がいのある方が地域で自立した生活を送ることができるよう、地域の障がい福祉の発展のために、中核的な役割を果たす協議の場」として、札幌市が設置しています。各区に設置されている地域部会の中で、中央区地域部会が「障がい者の住まいの課題」解決への取り組みの一環としてこの冊子の編集・発行を担当しました。この冊子が障がいのある方の一人暮らしに少しでも役立てていただけることを願っています。

編集・発行者

札幌市自立支援協議会中央区地域部会

住所 札幌市中央区南3条西11丁目

札幌市中央区役所保健福祉課福祉支援係

電話番号 011-231-2400



ざっぽろしじりつしえんきようかい
札幌市自立支援協議会

<http://www.city.sapporo.jp/shogaifukushi/tiikijiritusien/tiikijiritusien.html>



たっけんきようかいこうしき
宅建協会公式サイト

<http://www.zentaku.or.jp/>