

# 知って得する! 法律コラム



弁護士 大友竜亮

## 内容証明郵便の効果的な使い方

### 弁護士法人よつば総合法律事務所

全国6拠点(千葉・柏・船橋・東京・大阪・名古屋)、弁護士20名以上が在籍している法律事務所。経営法務全般。特に、人事労務問題、契約書等のリーガルチェック、紛争対応(債権回収・株主間紛争・その他企業様の各種訴訟)が主な取扱業務。千葉県内の企業様を中心に450社強の企業様と顧問契約を締結(2024年11月1日時点)。

お問い合わせは、お電話(043-306-1110)かメール(info@yotsubasougou.com)にて。



こちらから企業法務サイトがご覧になれます。

## 1 はじめに

よつば総合法律事務所の太友です。取引先との契約トラブルや債権回収の場面で使われる手段の一つに「内容証明郵便」があります。

今回は、内容証明郵便の効果的な使い方を解説します。

## 2 内容証明郵便とは?

内容証明郵便とは、郵便局が「いつ、誰が、誰に、どのような内容の郵便を送ったか」を証明するサービスです。普通の郵便とは異なり、差出日と文書の記載内容を証明してくれるため、言った言わないの争いが生じた際の証拠となります。

## 3 内容証明郵便が持つ効果

内容証明郵便を送ると、以下のような効果が期待できます。

- ・正式な通知を受け取ることで、相手は事態を深刻に受け止め、誠意ある対応を促す効果
- ・「このような内容の通知を送った」という証明ができるため、訴訟の証拠として有効

## 4 内容証明郵便の活用場面

内容証明郵便が活用されるのは、以下のような場面です。

**債権回収:** 請求書を送っても支払われない場合、裁判を起こす前の最終督促として内容証明郵便で請求することで、相手に心理的プレッシャーを与えて、支払いを促します。

**契約解除の通知:** 売買契約、業務委託契約などを解除する際に、解除の意思表示をしたことを明確に記録に残すために利用します。

**時効の完成猶予:** 請求権の消滅時効が迫っている場合、相手方に対して請求する意思表示をすることで、時効の完成が6か月間猶予されます。内容証明郵便(及び配達証明)を利用することで、時効完成前に請求の意思表示をしたことが争われにくくなります。

## 5 内容証明郵便作成のポイント

効果的に内容証明郵便を利用するためには、いくつかのポイントがあります。

### ・事実関係を正確に、具体的に記載する

感情的な表現や推測は記載せず、客観的な事実を記載します。契約書や請求書の記載内容を確認しながら、日付、金額などを正確に記載しましょう。

### ・要求内容を明確に記載する

「令和7年7月31日までに、金100万円を、●銀行●支店、普通預金、口座番号●●(口座名義●●)へ振り込んでください」といったように、要求を明確に記載します。期限を設けることも有効です。

### ・今後の法的措置を示唆する

「期限内にお支払いいただけない場合には、やむを得ず訴訟等の法的措置を検討いたしますので、ご承知おきください。」といった一文を加えることで、相手も事態を深刻に受け止めます。ただし、実際に法的措置を検討する意思がある場合に限りましてご注意ください。

### ・弁護士名での発送も検討する

内容証明郵便は、弁護士名義でなくても、会社名義で送ることが可能です。もっとも、弁護士名義で内容証明郵便を送ることで、相手に対する心理的プレッシャーが高まり、解決しやすくなる場合があります。

## 6 内容証明郵便を利用する際の注意点

内容証明郵便を利用する際は、以下のような注意点があります。

### ・不正確な事実や過激な表現は控える

事実関係に誤りがあったり、威圧的・脅迫的な表現があったりすると、トラブルを深刻化させる可能性があります。冷静に客観的事実を記載し、要求事項を明確に記載するようにしましょう。

### ・内容証明郵便利用のタイミングを検討する

むやみに内容証明郵便を送ると、相手との関係を悪化させ、かえってトラブルになる可能性もあります。あくまでも任意での交渉や請求では解決が難しい場合に、次の段階の手段として検討するとよいと思います。

## 7 さいごに

今回は内容証明郵便を解説しました。内容証明郵便は、取引先とのトラブル予防や解決のために有効な手段です。適切な方法とタイミングで利用していただければと思います。ご不安な点がございましたら、弁護士にご相談いただくことをお勧めします。