

令和7年12月1日(月)13時30分～15時

杜若経営法律事務所 オンラインサロン

内容証明？書留？メール？ その文書どう送りますか？

弁護士 樋口 陽亮

弁護士 平澤 大樹

自己紹介



平成31年 3月 慶應義塾大学法科大学院修了

令和 元年 8月 株式会社U D S 取締役就任

令和 元年 9月 司法試験合格

令和 4年 4月 最高裁判所司法研修所終了（74期）
弁護士登録（第一東京弁護士会所属）
杜若経営法律事務所入所

令和 6年 4月 (公財)日本ゴルフ協会 オープンレフェリー

令和 7年 6月 (一社)埼玉県指定自動車教習所協会 理事

自己紹介



過去に取り扱った事例

(労働事件)

残業代請求訴訟、労災訴訟、ハラスメント訴訟、解雇事件
(元)従業員への損害賠償請求訴訟、団体交渉、
労働委員会（不当労働行為救済申立事件）、
問題社員対応、就業規則改正

(その他事件)

債権回収、刑事事件、情報開示請求、破産事件、債務整理

等々…

今日のテーマ：書面発送の方法

- なぜ書面の発送が大事？

- 民法第97条1項

「意思表示は、その通知が相手方に到達した時からその効力を生ずる。」

労働法で登場する意思表示：配置転換（辞令）、解雇通知、出社命令、懲戒処分通知 等…

- 意思表示でないもの（法律用語では「観念の通知」という）でも、証拠に残す必要があるものも

例：指導書、警告書 等…

→手交ができるならそれでも足りるが、遠隔地の場合には郵送や電子的な方法で送信することが求められる。

考えられる書面の送信手段

- 郵便
 - 内容証明郵便
 - 書留
 - 特定記録
 - 普通郵便 等...
- 電子的方法
 - メール
 - チャット
- その他の方法
 - FAX
 - 電報



届けばどれも同じ
→受取拒否の際の対応と、証明の問題

郵便の種類

- **内容証明**：文書の内容を郵便局が証明してくれる。意思表示の際は有効。追跡可能、相手の受領印が必要（書留のオプション）。
- 一般書留・**簡易書留**：追跡可能、相手の受領印が必要。賠償額の違い。
- **特定記録**：追跡可能、受領印不要でポスト投函
- 引受時刻証明：差し出した時間を証明。労務ではほとんど使わない。（書留に付加）
- 配達証明：追跡で代用可。内容証明の時にしかつけないイメージ。（書留に付加）
- 本人限定受取郵便：本人か代人しか受け取れない。労務ではほとんど使わない。
- 速達：早く届くというサービスのみで、追跡や受領印はない。

郵便の種類

	内容証明	書留	特定記録	引受時刻証明	配達証明	本人限定受取郵便	速達
労務での利用頻度	★★★	★	★★★	—	(★)	—	—
内容の証明	○	×	×	×	×	×	×
受領印	○	○	×	○(※)	○(※)	○	×
追跡	○	○	○	○(※)	○(※)	○	×
配達の証明	○(※)	△	△	△	○	△	×
代用手段	無し	レターパック プラス	レターパック ライト	無し (追跡画面)	無し (追跡画面)	無し	無し

契印
0.11.1
12-13

郵便物等配達証明書

受取人の氏名	(株内) 株式会社様
お問い合わせ番号	号
上記の郵便物等は、6年11月1日に配達しましたので、これを証明します。	
<div>付 0.11.1 12-13</div> 日本郵便株式会社 郵便局	

ユ07370 (2024・SYE)

検索結果 詳細 [ゆうパック]

配達状況詳細

お問い合わせ番号	商品種別	付加サービス	サイズ	お届け指定日	指定時間帯
0000-0000-0000	ゆうパック		120	2013/01/17	指定しない
配達予定日	配達予定局	複数個口数			
2013/01/17					

履歴情報

状態発生日	配達履歴	詳細	取扱局	県名等
			郵便番号	
2013/01/15 10:01	引受		小野津郵便局 891-0142	鹿児島県
2013/01/16 10:02	到着		新見足立郵便局 718-0006	岡山県
2013/01/18	保管		新見足立郵便局 718-0006	岡山県
2013/01/22	ご不在のため持ち戻り		新見足立郵便局 718-0006	岡山県
2013/01/23	保管	保管期間:	新見足立郵便局 718-0006	岡山県

お問い合わせ窓口局

取扱区分	取扱局	電話番号
引受	小野津郵便局	0997-86-4522
配達	新見足立郵便局	0867-95-7001

※取扱局をクリックするとお問い合わせ先詳細情報が表示されます。

配達完了メール通知サービスのお申し込み ▶

追跡サービスTOP ▶

取扱局を調べる ▶

個別番号検索 ▶

連続番号検索 ▶

※追跡は約100日

今日の1番のポイント

労務で使う郵便手段は

特定記録 + メールorチャットが王道！

(レターパックライト(青)でも、もちろん可。)

労務で使う郵便は圧倒的に特定記録！

- 内容証明(＋配達証明)は、時効の完成猶予としての催告、相殺、消滅時効援用、債務不履行時の催告、賃料増・減額請求など、「いつ」「どのような」意思表示を行ったかを厳格に証明しなければいけないときしか使わない。
- 労務で使う種々の命令書等は、争うときは通常、労働者側が提示する。
- 特定記録で送っていることだけを示せば、裁判所も認定するし、相手方も否認すべき理由がない。(例：解雇されたから争う＝解雇通知を受け取っているはず)

労務で使う郵便は圧倒的に特定記録！

- なぜ書留ではない？
- 受領権限のある者にとって「了知可能の状態におかれたことを意味するものと解すべく、換言すれば意思表示の書面がそれらの者のいわゆる勢力範囲（支配圏）内におかれることを以て足る」（最判昭和36年4月20日民集15巻4号774頁）
- 受領拒否をすると民法97条2項で到達擬制があるが、不在時は効果が微妙。
- そこで、特定記録＋メールorチャットという類型が圧倒的に多い。
- 手交ができるのであれば、手交＋メールorチャットでも全く問題ない。

特定記録とレターパックライトの差

●特定記録

- 基本料金 + 210円（普通郵便なら320円）
- 窓口で差出し
- レシートに誰に送ったか印字される
- 土日配達なし（スピードは普通郵便と同じ）

●レターパックライト

- 一律430円
- 封筒を購入し、ポストに投函（厚さ3cmまで）
- 誰に送ったかは印字されないので記録化する必要がある。
- 土日配達あり（速達とほぼ同じ）

郵便の種類(再掲)

	内容証明	書留	特定記録	引受時刻証明	配達証明	本人限定受取郵便	速達
労務での利用頻度	★★★	★	★★★	—	(★)	—	—
内容の証明	○	×	×	×	×	×	×
受領印	○	○	×	○(※)	○(※)	○	×
追跡	○	○	○	○(※)	○(※)	○	×
配達の証明	○(※)	△	△	△	○	△	×
代用手段	無し	レターパックプラス	レターパックライト	無し (追跡画面)	無し (追跡画面)	無し	無し

受領印が無い方がいいということは...

【発展編】

- 指導書や辞令、解雇通知などで、受領のサインを求める書式が多い
- この扱いは実は賛否両論
 - 受け取らないという行為自体がマイナス評価につながる。記録に残せばいい。
 - 一方で、サインが無い＝到達自体を争われるというリスクになりかねない。
- 私見は、受領のサインは求めない方がいいとの考え。

内容証明の方がいい場合

1. 意思表示をなしたことを積極的に証明しないといけない場合（前掲）

→（法的な意味で）裁判を見据えた対応。

2. **本気度を示すとき**（例. 休職時の未払社保の請求、退職時の預り金精算等）

→普通の人には内容証明郵便をもらうとびっくりする。

but. 法的な効果はない。弁護士に相談しに行かせるきっかけになる。

もし、請求権が確実なものであれば、本人の諦め・支払促進にもつながる。

※ 内容証明では図表や資料が使えないので、レターパックを追送する場合も。

郵便が届かないとき

①受領拒否（民法改正により、法的には到達とみなされる）

JPのHPより：「迷惑な郵便物等が届けられた場合、受け取りを拒絶することができます。

郵便物等の下記事項を記載したメモ、付せんを貼り付け、配達担当者にお渡しいただくか、郵便窓口にお持ちいただくか、郵便ポストに投函していただければ差出人さまへ返還します。

- ・「受取拒絶」の文字
- ・受け取りを拒絶した方の印を押印または署名を記載

※郵便物等の開封後は、受け取りを拒絶することはできませんので、ご注意ください。」

But、民法97条2項により、到達擬制

相手方が正当な理由なく意思表示の通知が到達することを妨げたときは、その通知は、通常到達すべきであった時に到達したものとみなす。

郵便が届かないとき

②不在の可能性（到達といえるか微妙）

- 保管期間経過のため返還：受取人不在で保管期間内に受け取らない。
＝これを防ぐために特定記録を使う。
受取人のポストがいっぱいの場合は、特定記録でも保管され返却となる。

③所在不明等（法的にも不到達）

- あて所に尋ねあたりません：宛先の住所に受取人が居住していない。
- あて名不完全で配達できません：宛先が不完全のため、配達できない。

郵便が届かないときの代替手段

①メール・チャット等の電磁的方法

- 郵便の送付の有無にかかわらず、知っているのであれば送った方がいい。
- これで到達になる可能性もある。

②「あて所に尋ねあたりません」の場合は職務上請求による住民票等の調査

- 弁護士等の士業は、正当な理由があれば戸籍・住民票の調査が可能。
- 住民票を取り寄せ、その住所への郵送を試みる。

③裁判所による意思表示の公示送達・訴訟上の公示送達

- 最終手段
- 裁判所の掲示板に張り出し、一定期間の経過で意思表示の到達を擬制。

郵便が届かないときの影響（発展編）

- メールアドレス不明、緊急連絡先なし、行方不明、音信不通のとき、皆さんが人事担当者ならどうしますか？
- 本来であれば解雇が必要。
- でも、解雇通知が届かない＝意思表示が届かないので効果発生しない
- 本来であれば意思表示の公示送達が必要。
- 面倒＋時間がかかるので、「自然退職」制度を適用＝自動的
- 解雇の例外なので、（形式的・実質的にも）厳格な運用がされる。