

略称「応援！
はたらくかいご」

相談無料
秘密厳守

とうきょう 介護と仕事の両立応援デスク

東京都内で働いている方、企業の人事労務担当の方、
介護をしながら働くことについて、不安や悩みを抱えていませんか？

介護と仕事の両立について、何でもご相談ください！
専門の相談員が対応します！

どんな両立支援の
取り組みをしたらいい
のかわからない。

従業員に離職
してほしくない。

人事労務担当の方

働いている方

どんな支援を
受けられるの？

何から始めたら
いいかわからない…

電話によるご相談



0570-00-8915

おうえん

はたらくかいご

メールによるご相談 ※詳細は裏面をご覧ください。

hataraku-kaigo@orange.ocn.ne.jp

相談時間

月曜日～金曜日

土曜日

午前11時～午後8時

午前9時～午後5時

※日曜日、休日及び年末年始は休業

(注1) 電話によるご相談が上記の時間内に終了しない場合など、翌日以降に改めてご対応させていただく場合がございます。

(注2) メールによるご相談は、常時受け付け、原則として上記の時間内に回答いたします。



東京都産業労働局

ご相談の流れ



電話相談の場合

1

相談員がご案内しますので、相談に必要な基本情報をお話してください。その後、具体的な相談内容についてお話しください。

2

相談者様の状況や相談内容に合わせた助言・情報提供などを行います。

3

必要に応じて、相談内容に関する専門の支援機関や支援制度などをご紹介します。



メール相談の場合

以下の必要事項をご記入の上、送信してください(可能な範囲でご記入ください。)

件名 ご自身について、次のいずれかの番号・分類をご記入ください。

①介護に直面している労働者等 ②企業の担当者等 ③その他(ご記入ください。)

本文 次の各項目についてご記入ください。*1

- ①相談者の氏名・名称
- ②相談者の連絡先電話番号*2
- ③相談者の年齢
- ④被介護者の年齢
- ⑤相談者と被介護者との関係
- ⑥被介護者の要介護認定の状況
- ⑦相談内容(可能な限り詳細にご記入ください。)



*1 相談者が企業の担当者等の場合は、①・②・⑦のみ。

特定の従業員に関する相談の場合は、当該従業員について③~⑥もご記入ください。

*2 返信したメールが届かない場合など、電話によりご連絡することがあります。

以下のサイトから、家庭と仕事の両立に関する企業の取組事例やコラムなど、各種情報をご覧いただけます。

家庭と仕事の両立支援ポータルサイト

<https://www.katei-ryouritsu.metro.tokyo.jp/>



東京都では、就職の機会均等を確保するために、本人の適性と能力に基づく公正な採用選考を実施するよう事業主の皆様のご理解とご協力をお願いしています。詳細は、<http://www.hataraku.metro.tokyo.jp/kaizen/kosei/>をご覧ください。