労働基準監督署

労働基準関係法令に基づく監督、指導、許認可などの事務を行っています。

署　名	所在地	電話番号	管轄区域
中　央	文京区後楽1-9-20	03(5803)7381	千代田区、中央区、文京区、島しょ
上　野	台東区池之端1-2-22	03(6872)1230	台東区
三　田	港区芝5-35-2	03(3452)5473	港区
品　川	品川区上大崎3-13-26	03(3443)5742	品川区、目黒区
大　田	大田区蒲田5-40-3	03(3732)0174	大田区
渋　谷	渋谷区神南1-3-5	03(3780)6527	渋谷区、世田谷区
新　宿	新宿区百人町4-4-1	03(3361)3949	新宿区、中野区、杉並区
池　袋	豊島区池袋4-30-20	03(3971)1257	豊島区、板橋区、練馬区
王　子	北区赤羽2-8-5	03(6679)0183	北区
足　立	足立区千住旭町4-21	03(3882)1188	足立区、荒川区

署　名	所在地	電話番号	管轄区域
向　島	墨田区東向島4-33-13	03(5630)1031	墨田区、葛飾区
亀　戸	江東区亀戸2-19-1	03(3637)8130	江東区
江戸川	江戸川区船堀2-4-11	03(6681)8212	江戸川区
八王子	八王子市明神町4-21-2	042(680)8752	八王子市、日野市稲城市、多摩市
立　川	立川市緑町4-2	042(523)4472	立川市、昭島市、府中市、小金井市、小平市、東村山市、国分寺市、国立市、武蔵村山市、東大和市
青　梅	青梅市東青梅2-6-2	0428(28)0058	青梅市、福生市、あきる野市、羽村市、西多摩郡
三　鷹	武蔵野市御殿山1-1-3	0422(67)0651	武蔵野市、三鷹市、調布市、西東京市、狛江市、清瀬市、東久留米市
町　田	町田市森野2-28-14	042(718)8610	町田市
小笠原総合事務所	小笠原村父島字東町	04998(2)2102	小笠原村

東京労働局雇用環境・均等部

パートタイム・有期雇用労働法、男女雇用機会均等法、育児・介護休業法、職場におけるパワーハラスメント等に関する相談、助言、調停に関することなどを行っています。

また、短時間・有期雇用管理者選任・変更届の提出先もこちらです。

所名	所在地	電話番号	最寄駅
東京労働局雇用環境・均等部	千代田区九段南1-2-1 九段第３合同庁舎14階	03（3512）1611	九段下

公共職業安定所（ハローワーク）

職業紹介、雇用保険の加入や雇用保険の給付手続きなどを行っています。
詳しくは事務所の所在地を管轄するハローワークにお問合わせください。

所　名	所在地	電話番号	管轄区域
飯田橋	〒112-8577 文京区後楽 1-9-20	03(3812)8609	千代田区、中央区、文京区、島しょ
上　野	〒110-8609 台東区東上野２-７-５ 偕楽ビル（東上野Ⅱ）２・３階	03(5818)8609	台東区
品　川	〒108-0014 港区芝 5-35-3	03(5419)8609	港区、品川区
大　森	〒143-8588 大田区大森北 4-16-7	03(5493)8609	大田区
渋　谷	〒150-0041 渋谷区神南 1-3-5	03(3476)8609	渋谷区、世田谷区、目黒区
新　宿	〔歌舞伎町庁舎〕 〒160-8489新宿区歌舞伎町2-42-10	03(3200)8609	新宿区、中野区、杉並区
	〔西新宿庁舎〕 〒163-1523 新宿区西新宿 1-6-1 新宿エルタワービル 23 階	03(5325)9580	
池　袋	〔本庁舎〕 〒170-8409 豊島区東池袋 3-5-13	03(3987)8609	豊島区、練馬区、板橋区
	〔サンシャイン庁舎〕 〒170-6003 豊島区東池袋 3-1-1 サンシャイン 60 ビル　３階	03(5958)8609	
王　子	〒114-0002 北区王子 6-1-17	03(5390)8609	北区
足　立	〒120-8530 足立区千住 1-4-1 東京芸術センター6～8階	03(3870)8609	足立区、荒川区
墨　田	〒130-8609 墨田区江東橋 2-19-12	03(5669)8609	墨田区、葛飾区
木　場	〒135-8609 江東区木場 2-13-19	03(3643)8609	江東区、江戸川区
八王子	〒192-0904 八王子市子安町 1-13-1	042(648)8609	八王子市、日野市
立　川	〒190-8609 立川市緑町 4-2 立川地方合同庁舎1～3階	042(525)8609	立川市、国立市、小金井市、昭島市、小平市、東村山市、国分寺市、東大和市、武蔵村山市
青　梅	〒198-0042 青梅市東青梅 3-12-16	0428(24)8609	青梅市、福生市、あきる野市、羽村市、西多摩郡
三　鷹	〔本庁舎〕 〒181-8517 三鷹市下連雀 4-15-18	0422(47)8609	三鷹市、武蔵野市、西東京市、清瀬市、東久留米市
	〔分庁舎〕 〒181-8517 三鷹市下連雀 4-15-31 KDXレジデンス三鷹1・2階		
町　田	〔本庁舎〕 〒194-0022 町田市森野 2-28-14	042(732)8609	町田市
	〔森野ビル庁舎〕 〒194-0022 町田市森野 1-23-19 小田急町田森野ビル2階		
府　中	〒183-0045 府中市美好町 1-3-1	042(336)8609	府中市、稲城市、多摩市、調布市、狛江市

雇用保険を含め雇用主に対する種々の支援の問合せ
東京労働局職業安定部雇用保険課
〒102-8305　千代田区九段南 1-2-1　九段第３合同庁舎 12 階　☎03（3512）1670

働き方改革推進支援センター（東京）

特に中小企業・小規模事業者における働き方改革関連法の円滑な実行に向けて、労務管理の専門家による電話・メール・来所相談、セミナー等を実施しています。

所在地：東京都中央区日本橋本石町 3-2-12　社労士会館８階
電　話：0120（232）865

全国健康保険協会（協会けんぽ）東京支部

健康保険の給付や任意継続被保険者等に関する手続・問合せに応じています。

所在地：中野区中野 4-10-2　中野セントラルパークサウス７階
電　話：03（6853）6111

年金事務所

健康保険、厚生年金の加入や保険料の納付及び年金全般に関する手続き・相談・問合せに応じています。

所　名	所在地	電話番号
千代田	千代田区三番町 22	03(3265)4381
中　央	中央区明石町 8-1	03(3543)1411
港	港区浜松町 1-10-14	03(5401)3211
新　宿	新宿区新宿 5-9-2	03(3354)5048
杉　並	杉並区高円寺南 2-54-9	03(3312)1511
中　野	中野区中野 2-4-25	03(3380)6111
上　野	台東区池之端 1-2-18	03(3824)2511
文　京	文京区千石 1-6-15	03(3945)1141
墨　田	墨田区立川 3-8-12	03(3631)3111
江　東	江東区亀戸 5-16-9	03(3683)1231
江戸川	江戸川区中央 3-4-24	03(3652)5106
品　川	品川区大崎 5-1-5	03(3494)7831
大　田	大田区南蒲田 2-16-1	03(3733)4141
渋　谷	渋谷区神南 1-12-1	03(3462)1241

所　名	所在地	電話番号
目　黒	目黒区上目黒 1-12-4	03(3770)6421
世田谷	世田谷区世田谷 1-30-12	03(6844)3871
池　袋	豊島区南池袋 1-10-13	03(3988)6011
北	北区上十条 1-1-10	03(3905)1011
板　橋	板橋区板橋 1-47-4	03(3962)1481
練　馬	練馬区石神井町 4-27-37	03(3904)5491
足　立	足立区綾瀬 2-17-9	03(3604)0111
荒　川	荒川区東尾久 5-11-6	03(3800)9151
葛　飾	葛飾区立石 3-7-3	03(3695)2181
立　川	立川市錦町 2-12-10	042(523)0352
八王子	八王子市南新町 4-1	042(626)3511
武蔵野	武蔵野市吉祥寺北町 4-12-18	0422(56)1411
府　中	府中市府中町 2-12-2	042(361)1011
青　梅	青梅市新町 3-3-1	0428(30)3410

東京都労働相談情報センター

労働相談情報センターでは、労働者や事業主の方々から寄せられる労働問題全般について相談に応じています。

また、パートタイム労働者をはじめとする非正規雇用労働者について適正な雇用管理を行うため、非正規雇用アドバイザーが事業所等を巡回して、助言・普及・啓発活動を行っています。

◆電話相談（費用無料・秘密厳守）

東京都ろうどう 110 番	電話 0570(00)6110（ろうどう110番）	月～金曜 9時～ 20 時（終了時間） 土曜 9時～ 17 時（終了時間） ※祝日及び 12 月 29 日～１月３日を除く。 土曜相談は祝日および 12 月 28 日～１月４日を除く。

◆労働相談情報センター（予約制）

事務所	所在地	電話番号	担当地域	夜間相談
労働相談情報センター（飯田橋）	千代田区飯田橋 3-10-3 東京しごとセンター９F	03(3265)6110	千代田区、中央区、新宿区、渋谷区、中野区、杉並区、島しょ	月曜・金曜
		【LINEコールによる相談】（通話機能のみ）LINEのホームの検索から公式アカウント「労働相談情報センター」を探し、友達登録してください。		
大崎事務所	品川区大崎 1-11-1 ゲートシティ大崎 ウエストタワー 2F	03(3495)6110	港区、品川区、目黒区、大田区、世田谷区	火曜
池袋事務所	豊島区東池袋 4-23-9	03(5954)6110	文京区、豊島区、北区、荒川区、板橋区、練馬区	木曜
亀戸事務所	江東区亀戸 2-19-1 カメリアプラザ 7F	03(3637)6110	台東区、墨田区、江東区、足立区、葛飾区、江戸川区	火曜
多摩事務所	立川市柴崎町 3-9-2 6 階	042(595)8004	多摩地域の市町村全域 八王子市、立川市、武蔵野市、三鷹市、青梅市、府中市、昭島市、調布市、町田市、小金井市、小平市、日野市、東村山市、国分寺市、国立市、福生市、狛江市、東大和市、清瀬市、東久留米市、武蔵村山市、多摩市、稲城市、羽村市、あきる野市、西東京市、西多摩郡	月曜・水曜
青山事務所（はたらく女性スクエア）	渋谷区神宮前5-53-67 コスモス青山地下1 階 EAST- A2	03(6803)8941（総合相談）	詳細は「はたらく女性スクエア」ホームページへ https://www.joseisquare.metro.tokyo.lg.jp/	水曜

※１　各担当地域に応じて、各事務所が、月～金曜日の９時～ 17 時（終了時間）まで実施しています。（12 ～ 13 時の間､祝日及び 12 月 29 日～１月３日を除く）

※２　夜間来所相談（予約制）は、各事務所が担当曜日に 20 時（終了時間）まで実施しています。

※３　土曜日は､飯田橋（毎週）及び多摩（第１･第３）で９時～ 17 時（終了時間）まで実施しています。

※４　土曜日の相談は、祝日及び 12 月 28 日～１月４日は実施していません。

※５　来所相談は､予約制になります｡ご相談にあたっては､会社所在地を担当する事務所をご利用ください。

◆心の健康相談（事前予約制）

カウンセラーが、職場における心の悩みに関する相談に応じています。

事務所	曜日	相談時間	電話番号
飯　田　橋	第１～第４火曜日 第１～第４水曜日	午後２時～５時	03（3265）6110
大　　崎	第１・第３水曜日 第２・第４金曜日		03（3495）6110
池　　袋	第２・第４水曜日		03（5954）6110
亀　　戸	第２・第４木曜日		03（3637）6110
多　　摩	第１・２・４火曜日 第２～第４金曜日		042（595）8004
青　　山	第１木曜日 第３火曜日		03（6803）8908

◆弁護士労働相談（事前予約制・無料）

労働相談情報センターでは、弁護士が労働問題にかかる高度な法律解釈や判例等の相談（裁判所で係争中の案件を除く）に応じています。１人１回限りで 30 分までとなります。（祝日及び年末年始は除く）

事務所	曜日	相談時間	電話番号
飯　田　橋	月・木・金曜日	午後２時～４時	03（3265）6110
多　　摩	第２・第４水曜日		042（595）8004