

# 職場の労働問題でお困りの方へ

## ～労働相談・個別労働紛争解決機関・団体のご紹介～

労働相談・個別労働紛争解決制度関係機関の問い合わせ先、各機関・団体の実施するサービス、制度等についてご紹介します。なお、サービス内容、制度の詳細については各機関・団体に直接お問い合わせください。

### ～まずは相談したい方～

岩手労働局  
(P 1)

岩手県  
労働委員会  
(P 5)

岩手弁護士会  
(P 7)

岩手県  
(P 3)

法テラス岩手  
(P 6)

岩手県社会  
保険労務士会  
(P 8)

### ～紛争解決制度を利用したい方～

岩手労働局  
(P 1)

岩手弁護士会  
(P 7)

岩手県  
(P 3)

岩手県  
労働委員会  
(P 5)

岩手県社会  
保険労務士会  
(P 8)

### ～調停・訴訟・労働審判手続等を利用したい方～

裁判所  
(P 9)

# 岩手労働局(1)

～簡易・迅速・無料・秘密厳守の解決援助サービス！～

問い合わせ先	利用できる制度	制度概要等
<p><b>岩手労働局</b> 総合労働相談コーナー 【電話】019 - 604 - 3002 【フリーダイヤル（固定電話のみ）】 0120 - 980 - 783 【住所】盛岡市盛岡駅西通 1-9-15 盛岡第2合同庁舎 5F</p> <p><b>盛岡労働基準監督署内</b> 総合労働相談コーナー 【電話】019 - 907 - 9221 【住所】盛岡市盛岡駅西通 1-9-15 盛岡第2合同庁舎 6F</p> <p><b>宮古労働基準監督署内</b> 総合労働相談コーナー 【電話】0193 - 62 - 6455 【住所】宮古市緑ヶ丘 5-29</p> <p><b>釜石労働基準監督署内</b> 総合労働相談コーナー 【電話】0193 - 23 - 0651 【住所】釜石市上中島町 4-3-50 NTT 東日本上中島ビル 1F</p> <p><b>花巻労働基準監督署内</b> 総合労働相談コーナー 【電話】0198 - 20 - 2310 【住所】花巻市城内 9-27 花巻合同庁舎 2F</p> <p><b>一関労働基準監督署内</b> 総合労働相談コーナー 【電話】0191 - 23 - 4125 【住所】一関市旭町 5-11</p> <p><b>大船渡労働基準監督署内</b> 総合労働相談コーナー 【電話】0192 - 26 - 5231 【住所】大船渡市大船渡町字台 13-14</p> <p><b>二戸労働基準監督署内</b> 総合労働相談コーナー 【電話】0195 - 23 - 4131 【住所】二戸市石切所字荷渡 6-1 二戸合同庁舎 2F</p>	<p style="text-align: center;"><b>相 談 情報提供</b></p>	<p>【制度概要】 解雇、雇止め、賃金引下げ等の労働条件のほか、募集・採用、いじめ・嫌がらせなど、労働問題に関するあらゆる分野についての相談を受け付けております。</p> <p>【費用】 無料</p> <p>【相談方法】 電話又は面談、予約不要</p> <p>【相談受付場所・時間】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●岩手労働局総合労働相談コーナー 月曜～金曜 9:00～17:00</li> <li>●各労働基準監督署内総合労働相談コーナー ※月曜～金曜のうち月 15 日程度（不定） 対応時間 9:30～12:00、13:00～17:00 （盛岡・釜石は 9:00～12:00、13:00～16:30）</li> </ul> <p>※左記のお問い合わせ先にお電話ください。 ※土・日曜日、祝祭日、年末年始は受け付けていません。 ※相談時間について、他のお客様の相談時間確保のため、1 回につき原則 30 分程度としていただきますようご協力ください。 ※岩手労働局総合労働相談コーナー、盛岡・釜石大船渡総合労働相談コーナーには女性相談員がいます（勤務割の都合により不在の場合もあります。）。</p>
	<p style="text-align: center;"><b>岩手労働局長による 助言・指導</b></p>	<p>【制度概要】 民事上の個別労働紛争について、岩手労働局長が、紛争当事者に対し、その問題点を指摘し、解決の方向を示すことにより、紛争当事者の自主的な紛争解決を促進する制度です。</p> <p>【費用】 無料</p>
	<p style="text-align: center;"><b>岩手紛争調整委員会 による あっせん</b></p>	<p>【制度概要】 民事上の個別労働紛争について、岩手労働局長から委任を受けた岩手紛争調整委員会（弁護士、特定社会保険労務士の委員で構成）から選任されたあっせん委員が、紛争解決に向けてあっせんを実施します。</p> <p>長い時間と多くの費用を要する裁判に比べ、手続が迅速かつ簡便です。</p> <p>紛争当事者間であっせん案に合意した場合には、合意された内容は、民法上の和解契約の効力を持ちます。</p> <p>非公開のためプライバシーは保護され、あっせんを申請したことを理由に事業主が不利益な取扱いをすることが禁止されています。</p> <p>【費用】 無料</p>

## 岩手労働局(2)

～セクハラ・マタハラ、育児・介護、パート・有期雇用関連はこちら～

問い合わせ先	利用できる制度	制度概要等
<p><b>岩手労働局 雇用環境・均等室</b></p> <p>【電話】 019 - 604 - 3010</p> <p>【住所】 盛岡市盛岡駅西通 1-9-15 盛岡第2合同庁舎 5F</p>	<p style="text-align: center;"><b>相 談</b></p>	<p>【制度概要】 職場における性別による差別的取扱い、妊娠・出産等を理由とする解雇その他の不利益取扱い、セクシュアルハラスメント、育児・介護休業、パートタイム労働者及び有期雇用労働者の均等・均衡待遇、パワーハラスメント等、男女雇用機会均等法、育児・介護休業法、パートタイム・有期雇用労働法及び労働施策総合推進法に関するご相談を受け付けております。</p>
		<p>【費用】 無料</p>
		<p>【相談方法】 電話又は面談、予約不要</p> <p>【相談日時】 月曜～金曜 8:30～17:15 ※土・日曜日、祝祭日、年末年始は受け付けていません。</p>
<p style="text-align: center;"><b>岩手労働局長による 紛争解決の援助</b></p>	<p>【制度概要】 妊娠・出産、育休を理由とする解雇その他の不利益取扱いやセクシュアルハラスメントなど男女雇用機会均等法、育児・介護休業法、パートタイム・有期雇用労働法、労働施策総合推進法に関わる労働者と事業主の間のトラブルについて、岩手労働局長が、当事者双方の意見を聴取し、双方の意見を尊重しつつ、法律の趣旨に沿って問題解決に必要な具体策を提示（助言・指導・勧告）することにより、解決を図る制度です。 援助の申立てを理由とした不利益取扱いは禁止されています。</p>	
	<p>【費用】 無料</p>	
<p style="text-align: center;"><b>調停委員による 調 停</b></p>	<p>【制度概要】 妊娠・出産、育休を理由とする解雇その他の不利益取扱いやセクシュアルハラスメントなど男女雇用機会均等法、育児・介護休業法、パートタイム・有期雇用労働法、労働施策総合推進法に関わる労働者と事業主の間のトラブルに関して、岩手労働局長から委任を受けた岩手紛争調整委員会（弁護士等の委員で構成）から選任された調停委員が、紛争解決に向けて調停を実施します。 なお、相手方が不参加の意思表示を行った場合、解決の見込み及び合意が図られない場合、同手続きは、打ち切り終了となります。 紛争当事者間で調停案に合意した場合には、合意された内容は、民法上の和解契約の効力を持ちます。非公開のためプライバシーは保護され、調停を申請したことを理由に事業主が不利益な取扱いをすることが禁止されています。</p>	
	<p>【費用】 無料</p>	

# 岩手県(広域振興局・ジョブカフェ等)

～県内7地区の窓口で相談に応じます。～  
お気軽に御利用ください。

問い合わせ先	利用できる制度	制度概要等
<p><b>広域振興局・ ジョブカフェ等</b></p> <p>【電話】 次ページをご覧ください。</p> <p>【住所】 次ページをご覧ください。</p>	<p><b>相 談</b></p>	<p>【制度概要】 賃金や勤務時間などの労働条件、労使関係、労働福祉など、労働に関する様々な問題について随時相談を受け付けています。</p> <hr/> <p>【費用】 無料</p> <hr/> <p>【相談方法】 面談又は電話</p> <hr/> <p>【相談日時】 ※相談窓口により、日時が異なります。 詳細は次ページをご覧ください。</p> <hr/> <p>※「個別労働関係紛争のあっせん」については、岩手県労働委員会で取り扱っています。 詳細は、岩手県労働委員会のページをご覧ください。</p>

## 相 談 窓 口 一 覧

### 【盛岡地区】

盛岡広域振興局（経営企画部産業振興室）

（所在地）盛岡市内丸 11-1（盛岡地区合同庁舎 3 階） （電話） 019-629-6516（直通）

（相談時間）平日 10 時～17 時

### 【県南地区】

県南広域振興局（経営企画部産業振興室）

（所在地）奥州市水沢大手町 1-2（奥州地区合同庁舎 2 階） （電話） 0197-22-3008（直通）

（相談時間）平日 10 時～17 時

### 【釜石地区】

沿岸広域振興局（経営企画部産業振興室）

（所在地）釜石市新町 6-50（釜石地区合同庁舎 3 階） （電話） 0193-25-2701（直通）

（相談時間）平日 10 時～17 時

### 【気仙地区】

ジョブサポートデスク気仙

（所在地）大船渡市猪川町字前田 6-1（大船渡地区合同庁舎 1 階 大船渡地域振興センター内）

（電話） 0192-27-9911（直通）

（相談時間）平日 10 時～17 時

### 【宮古地区】

ジョブサポートデスクみやこ

（所在地）宮古市五月町 1-20（宮古地区合同庁舎 1 階県民ホール内） （電話） 090-3317-3441（直通）

（相談時間）平日 10 時～17 時

### 【久慈地区】

県北広域振興局（経営企画部産業振興室）

（所在地）久慈市八日町 1-1（久慈地区合同庁舎 1 階 総合案内窓口内） （電話） 0194-53-3344（直通）

（相談時間）平日 10 時～17 時

### 【二戸地区】

二戸地域振興センター（地域振興課）

（所在地）二戸市石切所字荷渡 6-3（二戸地区合同庁舎 4 階） （電話） 0195-23-9205（直通）

（相談時間）平日 10 時～17 時

# 岩手県労働委員会

～あっせんは、公(公益委員)・労(労働者委員)・使(使用者委員)の三者構成～  
当事者に寄り添った、きめ細かなサポート！

問い合わせ先	利用できる制度	制度概要等
<p><b>岩手県労働委員会 事務局</b></p> <p>【電話】 <b>019-629-6276</b></p> <p>【住所】 盛岡市中央通 1-7-25 朝日生命盛岡中央通ビル3階</p> <p>≪労働相談なんでもダイヤル(フリーダイヤル)≫ <b>0120-610-797</b> (ろうどうでなく)</p>	<p><b>相 談</b></p>	<p>【制度概要】 賃金や勤務時間などの労働条件、解雇、退職、パワハラ等、労働に関する様々な問題について、随時相談を受け付けています。</p> <p>【費用】 無料</p> <p>【相談方法】 面談又は電話</p> <p>【相談連絡先・相談日時】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 労働相談なんでもダイヤル(労働相談専用フリーダイヤル) 0120-610-797(ろうどうでなく) 月曜～金曜日(祝祭日、年末年始は除く) 9:00～17:00</li> <li>● 出前無料労働相談会(県内のべ12回) 5～2月に開催しますので左記にお問い合わせください。</li> <li>● 月例無料労働相談会 月1回、盛岡で開催しますので左記にお問い合わせください。</li> </ul>
	<p><b>個別労働関係紛争の あっせん</b></p>	<p>【制度概要】 労働者個人と使用者との間で生じた労働条件やその他の労働関係をめぐる紛争について、公益委員(弁護士・社会保険労務士・大学教授)、労働者委員(労働団体役員など)、使用者委員(会社経営者など)の三者構成のあっせん員が、当事者双方の主張を聞いて、問題点を整理し、双方の歩み寄りによる紛争解決をサポートします。</p> <p>労働委員会のあっせんの特色は、次のとおりです。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・中立公正、秘密厳守のほか、申請も簡易であること。</li> <li>・当事者に寄り添った、きめ細かなサポートにより、金銭解決や労使関係の改善につながる解決を図ること。</li> <li>・盛岡から遠方の方については、希望があれば、最寄りの県合同庁舎等で「現地あっせん」を行っていること。</li> </ul> <p>なお、相手方が「あっせん」への不参加の意思表示を行った場合、解決の見込みや合意が図れない場合、同手続きは終了となります。</p> <p>※ 労働者個人ではなく、労働組合と使用者との間の労使紛争については、労働委員会の集団的労使紛争調整制度(あっせん・調停・仲裁)と不当労働行為救済制度をご利用ください。</p> <p>【費用】 無料</p>

～労働問題を含む様々な法律トラブルに対応！～

問い合わせ先	利用できる制度	制度概要等
<p><b>法テラス岩手</b></p> <p>【電話】 <b>050-3383-5546</b></p> <p>【住所】 盛岡市大通 1-2-1 産業会館本館 2 階</p> <p>【ホームページ・web 予約】 <a href="http://www.houterasu.or.jp/chihoujimusho/iwate/">http://www.houterasu.or.jp/chihoujimusho/iwate/</a></p>	<p><b>情報提供</b></p>	<p>【サービス内容】 お問い合わせ内容に応じて、法制度の情報や、相談機関・団体等に関する情報を無料で提供します。解決方法や相談窓口のご紹介など、解決のための道案内をさせていただきます。</p> <p>【費用】 無料（通話料は利用者負担）</p> <p>【利用方法】 ・法テラス岩手：電話又は来所 ・法テラスサポートダイヤル：電話又はメール</p> <p>【受付日時】 ・法テラス岩手 平日 9:00～17:00(土日祝祭日休業) ・法テラスサポートダイヤル 平日 9:00～21:00、土曜日 9:00～17:00</p> <p>【注意点】 情報提供業務は、法律相談とは違って一般的な法制度や相談窓口の紹介を行います。法テラス岩手では相談員が対応します。法テラスサポートダイヤルではオペレーターが対応します。</p>
<p><b>法テラスサポートダイヤル</b></p> <p>【電話】 <b>0570-078374</b></p> <p>【メール】 法テラス公式ホームページからメールでのお問い合わせ <a href="http://www.houterasu.or.jp/">http://www.houterasu.or.jp/</a></p>	<p><b>民事法律扶助</b></p> <p>(無料法律相談、弁護士等費用の立替え)</p>	<p>【サービス内容】 経済的に余裕がない方へ、無料で法律相談を行います。また、弁護士に依頼する費用等の立替えを行います。</p> <p>【費用】 法律相談は無料です。弁護士費用等の立替えについては、原則として分割で返済していただきます。(無利息・無利子)</p> <p>【利用方法】 電話や面談、ホームページから事前予約をお願いいたします。来所による面談相談のほか、電話やオンラインでも相談可能です。また、契約弁護士名簿から、個別に相談をお申込みいただくことも可能です。</p> <p>【受付】 法テラス岩手</p> <p>【注意点】 収入・資産が一定基準以下の方がご利用できません。要件確認の結果、該当しなかった場合は他の関係機関や相談窓口をご紹介させていただきます。</p>

問い合わせ先	利用できる制度	制度概要等
<p><b>岩手弁護士会</b></p> <p>【電話】 <b>019-651-5095</b></p> <p>【住所】 盛岡市大通 1-2-1 産業会館本館 2 階</p> <p>【ホームページ】 <a href="http://www.iwateba.jp/">http://www.iwateba.jp/</a></p>	<p style="color: red; font-weight: bold; font-size: 1.2em;">法律相談</p>	<p>【サービス概要】 解雇・賃金未払等の職場トラブル、借地・借家、金銭消費貸借、相続、離婚、交通事故、クレジット・サラ金、商工ローン、刑事事件、その他の法的トラブルについて相談をお受けします。</p> <hr style="border-top: 1px dashed #000;"/> <p>【費用】 相談料 30分 5,000円</p> <hr style="border-top: 1px dashed #000;"/> <p>【相談日時】 月曜～土曜日 10時から15時まで</p>
<p><b>岩手弁護士会盛岡法律相談センター</b></p> <p>【電話】 <b>019-623-5005</b></p>	<p style="color: red; font-weight: bold; font-size: 1.2em;">無料法律相談</p>	<p>【サービス概要】 弁護士会が無料で実施している法律相談ですが、場所、時間等について制約があります。詳細は岩手弁護士会にご確認ください。</p>
<p><b>岩手弁護士会紛争解決センター</b></p> <p>【電話】 <b>019-651-5095</b></p>	<p style="color: red; font-weight: bold; font-size: 1.2em;">弁護士の 示談あっせん員による あっせん</p>	<p>【サービス概要】 紛争解決センターは、民事上の紛争について、弁護士が示談あっせん員となって当事者の意見を聞き、簡易・迅速で、話し合いによる柔軟な解決を支援する組織です。 個人法人問わず、誰でも利用することができます。 解雇等の労使間紛争などの事件で利用できます。原則として、3回程度の期日で、1回目の期日から3ヶ月以内の解決を目指します。 公開の法廷で行われる裁判とは異なり、示談あっせん手続では非公開で行われます。秘密は厳守されます。 示談あっせん手続では、裁判所の調停と異なり、必ず弁護士が仲介役を務めます。常日頃から多様な立場で事件に関わる弁護士だからこそ当事者の立場に寄り添った解決案を提案することができます。</p> <hr style="border-top: 1px dashed #000;"/> <p>【費用】 申立手数料（申立人負担）20,000円（税別） ※相手方が手続に参加しなかった場合は、15,000円（税別）を返金致します。</p>

～労働関係諸法令の専門家としての強みを発揮！～

問い合わせ先	利用できる制度	制度概要等
<p><b>岩手県 社会保険労務士会</b></p> <p>【電話】 <b>019-651-2373</b></p> <p>【住所】 盛岡市山王町 1-1</p>	<p><b>総合労働相談</b> 治療と仕事の両立支援相談</p>	<p>【サービス内容】 労働条件、解雇、いじめ・嫌がらせ、セクハラ等、職場のトラブルや治療と仕事の両立支援などでお悩みの方の相談をお受けいたします。</p> <hr/> <p>【費用】 無料</p> <hr/> <p>【利用方法・相談時間】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●面談相談 電話等にて事前予約が必要です。</li> <li>●相談日 毎月第2週・第4週 水曜日 13:00～16:00</li> <li>●相談時間 1件につき概ね1時間程度</li> <li>●電話による相談は上記相談日に随時行っております。</li> </ul>
<p><b>社労士会労働紛争 解決センター岩手</b></p> <p>【電話】 <b>019-651-2373</b></p>	<p>労働紛争解決センター による <b>あっせん</b></p>	<p>【制度概要】 労働関係諸法令の専門家である特定社会保険労務士（あっせん員）が、職場のトラブル（解雇、賃金問題等）の当事者（労働者・経営者）双方の言い分を交互に聴きながら、話し合いによって、簡易、迅速、安価に円満解決を図ります。 労務管理の現場で長年培った経験豊富な特定社会保険労務士が対応しますので、安心してご利用いただけます。</p> <hr/> <p>【利用方法・相談時間】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●あっせん 原則として、毎月第2金曜日及び第4土曜日いずれも午後1時～5時（8月13日～16日・12月29日～1月4日及び祝日を除く）の希望する時間に行われます。</li> <li>●相談日 総合労働相談日と同じですが、電話等で事前に予約をいただければ、随時受けます。来所での相談になります。</li> </ul> <p>【費用】 当分の間、無料となっております。</p>

# 裁 判 所

問い合わせ先	利用できる制度
<p>盛岡地方裁判所（本庁） 盛岡簡易裁判所 【電話】019 - 622 - 3165</p> <p>盛岡地方裁判所花巻支部 花巻簡易裁判所 【電話】0198 - 23 - 5276</p> <p>盛岡地方裁判所二戸支部 二戸簡易裁判所 【電話】0195 - 23 - 2591</p> <p>盛岡地方裁判所遠野支部 遠野簡易裁判所 【電話】0198 - 62 - 2840</p> <p>盛岡地方裁判所宮古支部 宮古簡易裁判所 【電話】0193 - 62 - 2925</p> <p>盛岡地方裁判所一関支部 一関簡易裁判所 【電話】0191 - 23 - 4148</p> <p>盛岡地方裁判所水沢支部 水沢簡易裁判所 【電話】0197 - 24 - 7181</p> <p>久慈簡易裁判所 【電話】0194 - 53 - 4158</p> <p>釜石簡易裁判所 【電話】0193 - 22 - 1824</p> <p>大船渡簡易裁判所 【電話】0192 - 26 - 3630</p>	<p>【各手続の概要】</p> <p>●民事調停手続（簡易裁判所） 調停主任（裁判官又は調停官）と一般国民から選ばれた調停委員2名以上が調停委員会を構成し、簡易な事案から複雑困難な事案まで実情に応じた話し合いによる解決を図る手続です。 双方が話し合うことを基本としており、必ずしも詳細な主張書面や証拠は必要とされませんし、弁護士や社会保険労務士等が調停委員となることもあるため、自分1人でも手続を行うことができます。</p> <p>●少額訴訟手続（簡易裁判所） 原則として1回の審理で判決がされる特別な訴訟手続で、60万円以下の金銭の支払を求める場合にのみ利用することができる手続です。 手続には、一般国民から選ばれた司法委員が関与することがあります。 比較的単純な事案の解決に有用な手続であり、証拠等の事前準備が必要となりますが、自分1人でも手続を行うことができます。</p> <p>●民事訴訟手続（簡易裁判所・地方裁判所） 裁判官が双方の主張を聴いたり、証拠を調べたりして、最終的に判決によって解決を図る手続です。訴訟の途中で話し合いにより解決することもできます。 厳格な手続の下、主張と証拠に基づいて権利関係を明らかにしていく手続であるため、当事者は証拠の提出と主張を的確に行う必要があります。したがって、法律の専門家である弁護士等に依頼することが望ましいでしょう。 なお、請求する金額が140万円以下の場合は簡易裁判所、140万円を超える場合は地方裁判所の取扱いとなります。</p> <p>●労働審判手続（地方裁判所） 労働審判官（裁判官）と労働関係の専門家である労働審判員2名が労働審判委員会を構成し、原則として3回以内の期日で、話し合いによる解決を試みながら、最終的に審判を行う手続です。 訴訟手続と同様に権利関係を明らかにする手続のため、事前に証拠等を準備し、主張を的確に行う必要があります。したがって、法律の専門家である弁護士に依頼することが望ましいでしょう。</p>
<p>※労働審判手続は、盛岡地方裁判所（本庁）のみの取扱いとなります。</p>	<p>【費用】 上記手続のいずれについても申立手数料等が必要になります。手数料の金額は、手続の種別や請求する金額によって異なります。</p> <p>【裁判所の手続を利用される方へ】 雇用関係のトラブルを解決する手続には、ご紹介した手続以外にも、仮処分手続や支払督促手続等があります。 各裁判所の窓口には、裁判所における各種手続を分かりやすく説明したリーフレットのほか、調停申立書や少額訴訟手続の訴状などの定型用紙も備え付けてあり、手続の概要や申立ての方法について説明を受けることもできます。 なお、裁判所では、労働相談、法律相談及び弁護士等の紹介は行っておりません。</p>