

中小企業事業主のみなさまへ

「働き方改革」への取組みを進めるため

労働時間相談・支援コーナー

をご利用願います。

専門の「労働時間相談・支援班」が、以下のようなご相談について、お悩みに沿った解決策をご提案します。

- ① 時間外・休日労働協定（36協定）の上限規制、締結、届出
- ② 年5日の年次有給休暇の時季指定、休暇の確実な取得
- ③ 長時間労働の削減に向けた取組み、労働時間管理、健康管理
- ④ 働き方改革の取組みで利用可能な助成金



従業員の健康のためにも、
残業時間を減らしたいと思うけど、
どうすればいいんだろう？

うちの会社の労働時間制度は
このままでいいのかな…？



このようなお悩みはありませんか？個別訪問によるご相談にも対応していますので、まずはお気軽に、お近くの労働基準監督署にお問合せ下さい。

各労働基準監督署の連絡先

	所在地	電話番号	管轄区域
盛岡労働基準監督署	盛岡市盛岡駅西通1-9-15 盛岡第2合同庁舎6階	019-604-2530	盛岡市、八幡平市、滝沢市、岩手郡、紫波郡
宮古労働基準監督署	宮古市緑ヶ丘5-29	0193-62-6455	宮古市、下閉伊郡(普代村を除く)
釜石労働基準監督署	釜石市上中島町4-3-50 NTT東日本上中島ビル1階	0193-23-0651	釜石市、遠野市(宮守町を除く)、上閉伊郡
花巻労働基準監督署	花巻市城内9-27 花巻合同庁舎2階	0198-23-5231	花巻市、奥州市(前沢、衣川を除く)、北上市、遠野市のうち宮守町、和賀郡、胆沢郡
一関労働基準監督署	一関市旭町5-11	0191-23-4125	一関市、西磐井郡、奥州市のうち前沢、衣川
大船渡労働基準監督署	大船渡市大船渡町字台13-14	0192-26-5231	大船渡市、陸前高田市、気仙郡
二戸労働基準監督署	二戸市石切所字荷渡6-1 二戸合同庁舎2階	0195-23-4131	二戸市、久慈市、二戸郡、下閉伊郡のうち普代村、九戸郡

窓口相談、電話相談どちらでも受け付けていますので、お気軽にご相談下さい。
受付時間：8時30分～17時15分（土・日・祝祭日を除く）

岩手労働局では「働き方改革」に関する様々な支援を実施しています。



岩手労働局・労働基準監督署