

# 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  
(P1)

岩手県  
労働委員会  
(P5)

岩手弁護士会  
(P7)

岩手県  
(P3)

法テラス岩手  
(P6)

岩手県社会  
保険労務士会  
(P8)

## ～紛争解決制度を利用したい方～

岩手労働局  
(P1)

岩手弁護士会  
(P7)

岩手県  
(P3)

岩手県  
労働委員会  
(P5)

岩手県社会  
保険労務士会  
(P8)

## ～裁判、労働審判等を利用したい方～

盛岡  
簡易裁判所  
(P9)

盛岡  
地方裁判所  
(P9)

# 岩手労働局

～ 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 一般電話、公衆電話からは下記のフリーダイヤルもご利用いただけます。 <b>0120 980 783</b> 【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</b> 総合労働相談コーナー 【電話】019 604 2530 【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</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>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】 岩手労働局総合労働相談コーナー 月曜～金曜 8:30～17:15 各労働基準監督署総合労働相談コーナー 月曜～金曜 8:30～17:15 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。</p>
<p><b>釜石労働基準監督署</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 1 階</p>	<p><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><b>花巻労働基準監督署</b> 総合労働相談コーナー 【電話】0198 23 5231 【住所】花巻市西大通り 1 6 24</p> <p><b>一関労働基準監督署</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</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</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><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、社会保険労務士等の委員で構成）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。 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。 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もちます。 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

～ 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 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><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の均等・均衡待遇等男女雇用機会均等法、育児・介護休業法及びパートタイム労働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>岩手労働局長による <b>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、パートタイム労働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><b>調 停</b></p>

岩手県(広域振興局・ジョブカフェ等)

～ 県内 11 地区の窓口で、就業支援員が相談に応じます。～  
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> <hr/>

**相 談 窓 口 一 覧**  
**( 県 の 就 業 支 援 員 配 置 先 )**

**【盛岡地区】**

盛岡広域振興局（経営企画部産業振興課）

（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

**【花巻地区】**

ジョブカフェはなまき

（所在地）花巻市大通り 1-3-5 ビジネスインキュベータ 1 階（電話）0198-22-3277（直通）

（相談時間）平日 9 時～17 時（火曜日は 18 時まで）

**【遠野地区】**

遠野市雇用相談窓口（遠野市まちおこしセンターあすもあ遠野 2 階）

（所在地）遠野市新穀町 6-1（電話）0198-62-2111

（相談時間）平日 10 時～16 時

**【北上地区】**

ジョブカフェさくら

（所在地）北上市芳町 2-8（北上地区合同庁舎 1 階）（電話）0197-63-3533（直通）

（相談時間）平日 10 時～17 時

**【奥州地区】**

県南広域振興局（経営企画部観光労働商業課）

（所在地）奥州市水沢区大手町 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 9 時～17 時

ジョブカフェ奥州

（所在地）奥州市水沢区横町 2-1（メイプル地下）（電話）0197-23-6331（直通）

（相談時間）平日 8 時 30 分～17 時

**【一関地区】**

ジョブカフェ一関

（所在地）一関市大町 4-29（なのはなプラザ 4 階）（電話）0191-26-3910（直通）

（相談時間）平日 10 時～17 時 第 1 日曜日 10 時～16 時

**【釜石地区】**

沿岸広域振興局（経営企画部産業振興課内 就業支援センター）

（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 9 時～16 時

**【気仙地区】**

ジョブカフェ気仙

（所在地）大船渡市盛町字二本杵 8-6（シーパル大船渡 1 階）（電話）0192-21-3456（直通）

（相談時間）平日 10 時～17 時

**【宮古地区】**

ジョブカフェみやこ

（所在地）宮古市栄町 3-35（キャトル 5 階）（電話）0193-64-3513（直通）

（相談時間）平日 10 時～16 時 日曜 10 時～15 時

**【久慈地区】**

ジョブカフェ久慈

（所在地）久慈市川崎町 13-1（久慈市勤労青少年ホーム内）（電話）0194-53-3344（直通）

（相談時間）平日（第 1・第 3 金曜日除く）10 時～17 時

県北広域振興局（経営企画部産業振興課）

（所在地）久慈市八日町 1-1（久慈地区合同庁舎 3 階）（電話）0194-53-4981（直通）

（相談時間）平日 9 時～16 時

**【二戸地区】**

ジョブカフェいわて カシオペア

（所在地）二戸市石切所字荷渡 6-3（二戸地区合同庁舎 1 階）（電話）0195-43-3038（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】 盛岡市内丸 10-1 岩手県庁 11 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> (ろうどうでなくな)</p>	<p style="text-align: center;"><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】 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(ろうどうでなくな) 月曜～金曜日(祝祭日、年末年始は除く) 8:30～17:15 出前無料労働相談会(県内 12 地区) 6月、10月、年度末(2～3月)に開催されますので左記にお問い合わせください。 月例無料労働相談会(平成 27 年 10 月～) 月 1 回、原則第 4 金曜日に開催されますので左記にお問い合わせください。</p>
	<p style="text-align: center;">個別労働関係紛争の <b>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、労働者委員、使用者委員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、</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>・公・労・使 3 人の委員があっせん員として対応し、当事者に寄り添った、きめ細かなサポートにより、金銭解決のみならず、労使関係の改善につながる解決が図られるケースもあること。</li> <li>・あっせん期日の回数も、1 回限りでなく場合によっては複数回行い、より望ましい解決を目指すこと。</li> <li>・盛岡から遠方の申請者の利便性に配慮し、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>です。</p> <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><b>情報提供</b></p>	<p>【サービス内容】利用者からの問い合わせに応じて、法制度に関する情報と、相談機関・団体等に関する情報を無料で提供します。法的トラブルにあい、どのような解決方法があるのか分からない、誰に相談していいのかわからないという方々に、解決のための道案内をいたします。</p> <p>【費用】 無料（通話料は利用者負担）</p> <p>【利用方法】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・法テラス岩手：電話又は来所</li> <li>・法テラスサポートダイヤル：電話又はメール</li> </ul> <p>【受付日時】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・法テラス岩手 平日 9:00～16:00(月曜は午後のみ)(土日祝祭日休業)</li> <li>・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(日曜祝祭日休業)</li> </ul> <p>【注意点】情報提供業務では、個別法律相談や法的判断は行っていません。法テラス岩手においては消費生活専門相談員資格者など窓口対応専門職員による対応、法テラスサポートダイヤルにおいてはオペレーターによる対応となります。</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が法的トラブルにあった時に、民事法律扶助により、無料で法律相談を行います。また、弁護士・司法書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 弁護士費用等の立替えについては分割での返済が必要になります。</p> <p>【利用方法】来所による面談(要予約) 電話での法律相談は行っていません。</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対象となります。要件確認の結果、該当しなかった場合は、他の機関を紹介することがあります。 弁護士費用等の立替えについては、弁護士等に依頼して裁判や労働審判等の司法手続やその前の交渉を行う場合、利用できます。資力基準、勝訴の見込みがないとはいえないこと、民事法律扶助の趣旨に適することという条件を満たす必要があります。</p> <p>【震災特例制度】 平成 30 年 3 月 31 日までの特例により、東日本大震災当時岩手県内に居住していれば、収入・資産を問いません。(費用等の立替えについては、震災起因事件が対象です。)</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】 019-651-5095</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><b>法律相談</b></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> <p>【費用】 相談料 30分 5,000円</p> <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】 019-623-5005</p>		<p><b>無料法律相談</b></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】 019-651-2373</p> <p>【住所】 盛岡市山王町 1 - 1</p>	<p><b>総合労働相談</b></p>	<p>【サービス内容】 労働条件など労働関係の問題および職場のトラブルなどのお悩みについて社会保険労務士がご相談に対応いたします。</p> <p>【費用】 無料</p> <p>【利用方法・相談時間】 面談相談 電話等にて事前予約が必要です。 相談日 毎月第2週・第4週 水曜日 13:00～16:00 相談時間 1件につき概ね1時間程度 電話による相談は上記相談日に随時行っております。</p>
<p><b>社労士会労働紛争 解決センター岩手</b></p> <p>【電話】 019-651-2373</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> <p>【利用方法・相談時間】 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。 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。来所でのご相談になります。</p> <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>盛岡地裁花巻支部 花巻簡易裁判所 【電話】0198 23 5276</p> <p>盛岡地裁二戸支部 二戸簡易裁判所 【電話】0195 23 2591</p> <p>盛岡地裁遠野支部 遠野簡易裁判所 【電話】0198 62 2840</p> <p>盛岡地裁宮古支部 宮古簡易裁判所 【電話】0193 62 2925</p> <p>盛岡地裁一関支部 一関簡易裁判所 【電話】0191 23 4148</p> <p>盛岡地裁水沢支部 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><b>【各手続の概要】</b></p> <p><b>民事調停手続（簡易裁判所）</b> 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ので、自分1人でも手続を行うことができます。</p> <p><b>少額訴訟手続（簡易裁判所）</b> 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限り利用することができます。</p> <p>事前に証拠等を準備する必要がありますが、複雑困難ではない事案の解決に有用な手続ですので、自分1人でも手続を行うことができます。</p> <p><b>労働審判手続（地方裁判所）</b> 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。 事前に証拠等を準備し、主張を的確に行う必要があるため、利用にあたっては、弁護士に依頼することが望ましいでしょう。</p> <p><b>民事訴訟手続（簡易裁判所・地方裁判所）</b> 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。請求する金額が140万円以下の場合には簡易裁判所、140万円を超える場合は地方裁判所の取扱いとなります。 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。利用にあたっては、弁護士等に依頼することが望ましいでしょう。</p> <p><b>【費用】</b> 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><b>【ご注意】</b> 裁判所では、上記手続に関する問合せにお答えしたり、案内用リーフレットをお渡ししたりできます。なお、労働相談、法律相談及び弁護士等の紹介は行っていません。 上記手続以外にも、仮処分手続や支払督促手続等があります。</p>
<p>労働審判手続は、盛岡地方裁判所（本庁）のみの取扱となります。</p>	