



残業時間を減らしたいとは思いますが、どうすればいいんだろう？

有給休暇をうまく使いたいのはやまやまなんだけど...

中小企業事業主のみなさまへ

東京労働局では、
「働き方改革」への取り組みを支えるため
個別の訪問による相談・支援
を実施しています。

労働基準法の基礎知識から改正労働基準法の内容まで、働き方改革の進め方にお悩みの中小企業の事業主又は労務責任者に対し、労働基準監督署の職員（相談・支援担当）が個別の訪問により、丁寧に説明いたしますので、ご希望の方は遠慮なくお申込み下さい。**費用はかかりません。**

受付時間： 8時30分～17時15分（土・日・祝祭日を除く）

ウェブ会議システム「Microsoft Teams（チームズ）」を利用したリモートによる訪問支援（都内監督署のみ）も可能です。

リモートによる訪問支援をご希望の方はご相談ください。

Microsoft Teamsを使用する環境はご用意いただく必要があります。

申込方法：各監督署（都内のみ）へお電話でお申し込みください。

（東京都内の労働基準監督署の電話番号と管轄区域）

労働基準監督署	電話番号	管轄	労働基準監督署	電話番号	管轄
中央労働基準監督署	03-5803-7381	千代田区、中央区 文京区、大島町 八丈町、利島村 新島村、神津島村 三宅村、御蔵島村 青ヶ島村	足立労働基準監督署	03-3882-1188	足立区、荒川区
上野労働基準監督署	03-6872-1230	台東区	向島労働基準監督署	03-5630-1031	墨田区、葛飾区
三田労働基準監督署	03-3452-5473	港区	亀戸労働基準監督署	03-3637-8130	江東区
品川労働基準監督署	03-3443-5742	品川区、目黒区	江戸川労働基準監督署	03-6681-8212	江戸川区
大田労働基準監督署	03-3732-0174	大田区	八王子労働基準監督署	042-680-8752	八王子市、日野市 稲城市、多摩市
渋谷労働基準監督署	03-3780-6527	渋谷区、世田谷区	立川労働基準監督署	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
新宿労働基準監督署	03-3361-3949	新宿区、中野区 杉並区	青梅労働基準監督署	0428-28-0058	青梅市、福生市 あきる野市、羽村市 西多摩郡
池袋労働基準監督署	03-3971-1257	豊島区、板橋区 練馬区	三鷹労働基準監督署	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
王子労働基準監督署	03-6679-0183	北区	八王子労働基準監督署 町田支署	042-718-8610	町田市