ひと、くらし、みらいのために
厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare
東京労働局

Press Release

厚生労働省
東京労働局発表
令和８年10月23日

担当	東京労働局労働基準部監督課 監督課長　篠田　雅史 主任監察監督官　國府田　純一 電話　03（3512）1612

無料の電話相談「過重労働解消相談ダイヤル」を実施します

東京労働局（局長　増田嗣郎）では、11月７日（土）に、労働基準監督官による無料電話相談「過重労働解消相談ダイヤル」を実施します。

これは、11月の「過重労働解消キャンペーン」の一環として、長時間労働や賃金不払残業の解消に向けて取り組むものです。

相談ダイヤルでは、労働基準監督官が過重労働をはじめとした労働問題全般にわたる相談を受け付け、労働基準法や関係法令の規定・考え方の説明や、相談者の意向を踏まえた管轄の労働基準監督署への情報提供、関係機関の紹介など相談内容に応じた対応を行います。

ご家族やご友人のことが心配な方など、労働者ご本人以外でもどなたでもご相談いただけます。匿名での相談も可能です。

受付日時　令和８年11月７日（土）　9:00 ～ 17:00

フリーダイヤル　0120（なくしましょう）－794（長い残業）－713

・携帯電話からも無料で利用可能　・匿名での相談も可

※　東京労働局においては、10都県（茨城、栃木、群馬、埼玉、千葉、東京、神奈川、新潟、山梨、長野）からの電話相談に一元的に対応します。

《参考》上記以外の電話相談や情報提供受付窓口

■ **労働局・最寄りの労働基準監督署（開庁時間　平日８：30～17：15）**

■ **「労働基準関係情報メール窓口」**
労働基準法などの問題がある事業場に関する情報を受け付けています。
[URL] https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/koyou_roudou/roudoukijun/mail_madoguchi.html

■ **「労働条件相談ほっとライン」（厚生労働省委託事業）**
平日夜間、土日・祝日に、労働条件に関する相談を無料で受け付けています。
[電話番号]０１２０－８１１（はい！）－６１０（労働）
[相談対応時間・曜日]月～金17：00～22：00、土日・祝日９：00～21：00
[URL] https://www.check-roudou.mhlw.go.jp/lp/hotline/

なお、11月１日（日）から11月７日（土）（日、火を除く。）を**「過重労働相談受付集中期間」**とし、労働相談と労働基準関係法令違反が疑われる事業場の情報を積極的に受け付けています。お悩みなどございましたら上記相談窓口までお問い合わせください。

※取材の申し込みは別紙をご確認ください。

別紙1

取 材 申 込 書

11月7日（土）の過重労働解消相談ダイヤルは以下の会場で実施いたします。
実施風景等の撮影ができますので、取材を希望される場合は、11 月2日（月）の17時までに、電話又はメールにより事前申込みをお願いします。

実施会場 ： 三田労働基準監督署 1階会議室
港区芝5－35－2 安全衛生総合会館（別紙3参照）

※ メールアドレス ： kantokuka-toukyoukyoku●mhlw.go.jp
（お手数ですが、●を@に置き換えてお送りください。）

貴 社 名	
取材人数	____人（カメラ台数： ムービー____台、スチール____台） （三脚の使用： 有 ・ 無）
車両台数 車種・ナンバー	台 数：____台 車 種： ナンバー：
代表者氏名	
ご連絡先	電 話 番 号： メールアドレス：
連絡事項	

※ 取材にあたっては、当局の指示に従っていただきますようお願いいたします。

【連絡先】東京労働局 労働基準部 監督課
担当：齊藤 暢記 連絡先（電話） 03-3512-1612

別紙2

「過重労働解消相談ダイヤル」の取材時における留意事項

取材に際しては、以下の事項にご留意願います。

1　取材人数、車両使用の有無など必要事項を記入の上、事前に取材申込書をご提出いただきますようお願いします。

2　指定された場所以外の立入りはご遠慮ください。

3　カメラ撮り、音声録音は可能ですが、個人や企業が特定できるものの撮影・録音はご遠慮ください（個人や企業が特定できるものを撮影・録音してしまった場合については、消去又は編集してください。）。

4　カメラの位置などについては、東京労働局の職員と調整をお願いします。

5　腕章などプレス関係者であることを明示するものの着用をお願いします。

6　相談の妨げにならないようご注意ください。

7　その他、東京労働局の職員の指示に従っていただくようお願いします。

※　**過重労働解消相談ダイヤル実施会場**
港区芝5-35-2　安全衛生総合会館（別紙3参照）
三田労働基準監督署　1階会議室

11月7日（土）は、午前8時40分から入場することができます。
地下に駐車場があります。取材車両について、駐車場の高さ制限2.65メートルにご注意ください。

別紙３

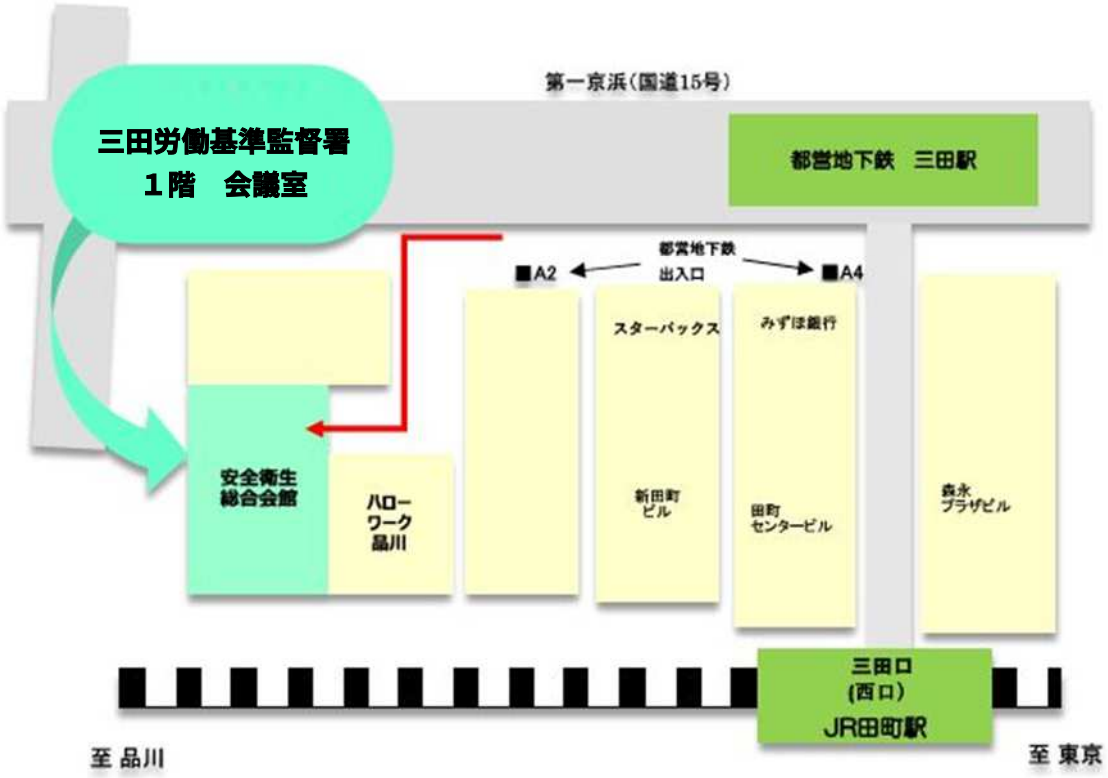
三田労働基準監督署

〒 108-0014

東京都港区芝5-35-2　安全衛生総合会館　1階会議室

「JR」田町駅下車徒歩 3 分

「地下鉄都営三田線・浅草線」三田駅下車(出口 A1)徒歩 2 分



※　A2 出口は工事中です。