

3 関係機関・支援機関と支援の概要

雇用、人材定着、人材育成に係る公的機関と提出・届出に係る機関を紹介します。

人材確保・定着・育成、組織活性化等に係る公的支援機関

公益財団法人東京都中小企業振興公社

中小企業の経営を幅広く支援します！

①ワンストップ総合相談窓口

- ・経営相談（融資・助成金・資金調達）
- ・労務相談（雇用、人事組織、能力開発等）
- ・法律相談

総合支援課

〒101-0025 千代田区神田佐久間町 1-9
東京都産業労働局秋葉原庁舎 5階

☎：03-3251-7881

※下記の支社でも相談窓口を設置しています。

城東支社：〒125-0062 葛飾区青戸 7-2-5
城東地域中小企業振興センター

☎：03-5680-4631

城南支社：〒144-0035 大田区南蒲田 1-20-20
城南地域中小企業振興センター 2階

☎：03-3733-6284

多摩支社：〒196-0033 昭島市東町 3-6-1
産業サポートスクエア・TAMA

☎：042-500-3901

②人材確保・育成総合支援

人材確保・定着・育成および組織活性化に関する様々な課題を抱える企業に対し、人材ナビゲータ（専門家）が課題解決に向けて現場支援を無料で実施。

③各種研修：経営者や従業員向け研修・セミナー、実践的内容を低廉な料金で提供。

④講師派遣型研修：個別企業（団体含む）の様々な要望に応じたオリジナル研修を企画。

⑤魅力体験（インターンシップ）受入支援：生徒・学生の中小企業でのインターンシップを支援。受入協力企業に対し奨励金（助成金）を交付。

⑥メンタルヘルスセミナー（働く人の心の健康づくり講座）：一般社員・管理監督者・メンタルヘルス推進リーダー向けに実践的なメンタルヘルスケア講座を実施。

企業人材支援課

〒101-0025 千代田区神田佐久間町 1-9
東京都産業労働局秋葉原庁舎 2階

②～⑤について ☎：03-3251-7904

⑥について ☎：03-3251-7905

詳しくは、東京都中小企業振興公社ホームページをご覧ください。

URL：<https://www.tokyo-kosha.or.jp/>

東京都労働相談情報センター

雇用環境の整備の推進支援をします！

①各種セミナー・研修会：使用者向けセミナー

②賃金等の調査資料提供：賃上げ、一時金や賃金・退職金の調査結果を提供。

③パートタイマー等の雇用環境整備支援：非正規雇用アドバイザーが事業所を訪問し、制度や法律に関するアドバイス。

④働きやすい職場環境づくり支援：専門家（社会保険労務士や中小企業診断士）による助言、取組実施に対する奨励金支給。

⑤相談：労働問題全般に関する相談を電話および面談等でお受けしています。

☎：0570-00-6110（東京都ろうどう110番）

東京都労働相談情報センター

〒102-0072 千代田区飯田橋 3-10-3 東京しごとセンター 9階

☎：03-5211-2200（代表）
03-3265-6110（労働相談）

大崎事務所

〒141-0032 品川区大崎 1-11-1
ゲートシティ大崎ウエストタワー 2階

☎：03-3495-4872（代表） 03-3495-6110（労働相談）

池袋事務所

〒170-0013 豊島区東池袋 4-23-9

☎：03-5954-6501（代表） 03-5954-6110（労働相談）

亀戸事務所

〒136-0071 江東区亀戸 2-19-1 カメリアプラザ 7階

☎：03-3682-6321（代表） 03-3637-6110（労働相談）

国分寺事務所

〒185-0021 国分寺市南町 3-22-10

☎：042-323-8511（代表） 042-321-6110（労働相談）

八王子事務所

〒192-0046 八王子市明神町 3-5-1

☎：042-643-0278（代表） 042-645-6110（労働相談）

詳しくは、東京都労働相談情報センターホームページをご覧ください。

URL：<https://www.hataraku.metro.tokyo.lg.jp/soudan-c/center/>

東京しごと財団

雇用・就業を支援する「しごとに関するワンストップサービスセンター」

①求人のご相談、受付

求人についてのご相談、求人のお申込をお受けします。

②求人検索サイト「しごと検索システム」への掲載

求人情報をインターネット上に公開することができます。

東京しごとセンター

〒102-0072 千代田区飯田橋 3-10-3

☎：03-5211-1571

URL：https://www.tokyoshigoto.jp

多摩地域の「求人のご相談・受付」はコチラへ

東京しごとセンター多摩

〒185-0021 国分寺市南町 3-22-10

☎：042-329-4510 (代表)

URL：https://www.tokyoshigoto.jp/tama/

企業の採用力向上をサポートします！

①人材確保相談窓口

専任の相談員等が、採用活動に関する様々なお悩みや課題解決をサポート

②専門家派遣によるコンサルティング

③人材確保セミナー等の開催

雇用環境整備課

〒101-0065 千代田区西神田 3-2-1

住友不動産千代田ファーストビル南館 5階

☎：03-5211-2395

東京都立職業能力開発センター

①総合相談窓口：人材育成や人材確保に関する相談（※）。

②人材育成支援：現場訓練支援（※）、オーダーメイド講習、キャリアアップ講習、施設設備の貸し出し。

③人材確保支援：求職者と業界とのマッチング、セミナー及び講演会等（※）。

④公共職業訓練：求職中の方を対象に、機械、建築・造園、電気、塗装、印刷、介護等の分野で実施。

⑤求人受付：生徒や修了生への求人受付

※印については、★の各職業能力開発センターのみ実施しています。

★中央・城北職業能力開発センター

〒112-0004 文京区後楽 1-9-5

☎：03-5800-2611 (代表)

高年齢者校

〒102-0072 千代田区飯田橋 3-10-3

東京しごとセンター 10～12階

☎：03-5211-2340 (代表)

(⑤求人受付は実施していません)

板橋校

〒174-0041 板橋区舟渡 2-2-1

☎：03-3966-4131 (代表)

赤羽校

〒115-0056 北区西が丘 3-7-8

☎：03-3909-8333 (代表)

★城南職業能力開発センター

〒140-0002 品川区東品川 3-31-16

☎：03-3472-3411 (代表)

大田校

〒144-0044 大田区本羽田 3-4-30

☎：03-3744-1013 (代表)

★城東職業能力開発センター

〒120-0005 足立区綾瀬 5-6-1

☎：03-3605-6162

江戸川校

〒132-0021 江戸川区中央 2-31-27

☎：03-5607-3681 (代表)

台東分校

〒111-0033 台東区花川戸 1-14-16

☎：03-3843-5911 (代表)

(キャリアアップ講習および④公共職業訓練のみ実施しています)

★多摩職業能力開発センター

〒196-0033 昭島市東町 3-6-33

☎：042-500-8700 (代表)

八王子校

〒193-0931 八王子市台町 1-11-1

☎：042-622-8201 (代表)

府中校

〒183-0026 府中市南町 4-37-2

☎：042-367-8201 (代表)

東京障害者職業能力開発校

〒187-0035 小平市小川西町 2-34-1

☎：042-341-1411 (代表)

(キャリアアップ講習および④公共職業訓練のみ実施しています)

詳しくは、TOKYO はたらくネットをご覧ください。

URL：https://www.hataraku.metro.tokyo.lg.jp/



東京都職業能力開発協会

企業における職業能力開発の支援、職業能力の検定・評価を行う。

- ①各種人材育成研修：新入社員・中堅社員・管理者・部長等の職層別研修、営業研修等職能別研修。
- ②若年技能者の人材育成：新規技能の習得支援、ものづくりマイスターによる技能指導。
- ③各種検定・評価試験：技能検定試験、コンピュータサービス技能評価試験、ビジネス・キャリア検定試験。

〒102-8113 千代田区飯田橋 3-10-3
東京しごとセンター7階
☎：03-5211-2350

詳しくは、東京都職業能力開発協会ホームページをご覧ください。
URL：http://www.tokyo-vada.or.jp/

地方独立行政法人東京都立産業技術研究センター

中小企業の技術力向上や技術者の養成の支援、人材育成、社員教育の支援。

- ①技術セミナー：ものづくりの基礎技術から最先端技術や産業動向情報等を学習。
- ②講習会：様々な技術テーマを深く掘り下げ、座学と実践の両方を学ぶコース。
- ③オーダーメイドセミナー：企業・団体等の要望に応じ、カスタマイズしたセミナー。

本部
〒135-0064 江東区青海 2-4-10
☎：03-5530-2111（代表）

城東支所
〒125-0062 葛飾区青戸 7-2-5
☎：03-5680-4632（代表）

墨田支所・生活技術開発セクター
〒130-0015 墨田区横網 1-6-1KFC ビル 12階
☎：03-3624-3731

城南支所
〒144-0035 大田区南蒲田 1-20-20
☎：03-3733-6233

多摩テクノプラザ
〒196-0033 昭島市東町 3-6-1
☎：042-500-2300（代表）

詳しくは、東京都立産業技術研究センターホームページをご覧ください。
URL：https://www.iri-tokyo.jp/

産業技術大学院大学

企業での職業訓練や職業能力開発の支援、技能・職務能力評価制度の普及・促進を図る。

- ①IT系、デザインを含むものづくり系に係る高度専門職人材の育成の専門職大学院。
- ②社員教育への活用：2年間で「修士（専門職）」学位の取得。
- ③「キャリア開発室」を設置し、終了予定者の求人やインターンシップを実施。

〒140-0011 東京都品川区東大井 1-10-40
☎：03-3472-7831

詳しくは、産業技術大学院大学 ホームページをご覧ください。
URL：https://aiit.ac.jp/

全国健康保険協会（協会けんぽ）東京支部

- ①健康保険の給付。
- ②被保険者証の発行、任意継続被保険者に関する手続き。
- ③健康診査、保健指導、健康づくり。

〒164-8540 中野区中野 4-10-2
中野セントラルパークサウス7階
☎：03-6853-6111（代表）

詳しくは、下記ホームページをご覧ください。
URL：https://www.kyoukaikenpo.or.jp/shibu/tokyo

日本年金機構（年金事務所）

健康保険・厚生年金の加入や保険料の納付、事業所からの届出の受付。
年金手帳・年金証書の再発行。年金相談・問合せなどの業務。

下記ホームページを参照いただき、管轄の年金事務所にお問い合わせください。
URL：https://www.nenkin.go.jp/section/soudan/tokyo/

独立行政法人勤労者退職金共済機構

中小企業退職金共済制度（中退共制度）

国の退職金制度で、安全・確実・有利で、管理が簡単な退職金制度。

詳しくは、下記ホームページをご覧ください。
URL：https://www.taisyokukin.go.jp/

働き方改革の推進

◆ TOKYO 働き方改革宣言企業制度

長時間労働の削減・年次有給休暇等の取得推進に向け、目標や具体的な取組内容を定め、働き方・休み方の改善に取り組む企業を募集します。

TOKYO ライフ・ワーク・バランス推進窓口

☎ 03-3868-3401

◆ 働き方改革宣言奨励金

働き方・休み方の改善に向けて取組目標の設定や制度整備を行う企業を支援します。

東京都労働相談情報センター及び各事務所 (p.105 参照)

◆ 専門家による巡回・助言

働き方改革宣言企業を巡回し、円滑な制度利用等の観点から状況に応じた助言を行います。

◆ 働き方改革助成金

新たに整備した制度について利用実績があった働き方改革宣言企業に対し、助成を行います。

公益財団法人東京しごと財団 雇用環境整備課

☎ 03-5211-2396

テレワークの推進

◆ 東京テレワーク推進センター

東京都が国と連携し、テレワーク推進に向けた情報提供、相談、助言等を実施しています。

東京テレワーク推進センター

☎ 03-3868-0708

◆ ワークスタイル変革コンサルティング※

都内企業等のテレワーク導入を推進するため、専門のコンサルタントが訪問し、課題解決などの支援を無料で行います。

ワークスタイル変革コンサルティング ウェブサイト

<https://consulting.metro.tokyo.jp/workstyle/>

◆ はじめてテレワーク (テレワーク導入促進整備補助事業)

東京都が実施するテレワーク導入に向けたコンサルティング (※) を受けた中堅・中小企業等を対象に、テレワークをトライアル導入するための環境構築経費、及び制度整備費を補助します。

◆ テレワーク活用・働く女性応援助成金 (テレワーク活用推進コース)

働き方改革の推進に向けたテレワーク環境の整備 (機器導入、サテライトオフィス利用) に係る経費の一部を助成することで、中堅・中小企業等の職場環境整備を推進します。

公益財団法人東京しごと財団 雇用環境整備課

☎ 03-5211-1756 (はじめてテレワーク)

☎ 03-5211-2397 (テレワーク活用・働く女性応援助成金)

家庭と仕事の両立支援

◆ 家庭と仕事の両立支援推進ポータルサイト

育児・介護と仕事の両立支援に加え、病気治療・不妊治療と仕事の両立、妊活支援等様々な両立支援に関する情報を提供します。

家庭と仕事の両立支援ポータルサイト

<https://www.katei-ryouritsu.metro.tokyo.jp/>

◆ 働くババママ育休取得応援奨励金

育児中の女性の就業継続や男性の育児休業取得促進に取り組む都内企業等を支援します。

◆ 介護休業取得応援奨励金

従業員の介護休業取得を推進する都内中小企業等を支援します。

公益財団法人東京しごと財団 雇用環境整備課

☎ 03-5211-2399

女性の活躍推進

◆ 女性の活躍推進加速化事業

中小企業における女性活躍を推進するため、職場における女性の活躍推進の中心になる者に対し、企業の取組の進捗状況に応じたレベル別の研修や交流会等を実施します。

産業労働局雇用就業部労働環境課

☎ 03-5320-4645

◆ テレワーク活用・働く女性応援助成金 (女性の活躍推進コース)

女性の採用・職域拡大に向けた設備等の整備に係る経費の一部を助成することで、中小企業等の職場環境整備を推進します。

公益財団法人東京しごと財団 雇用環境整備課

☎ 03-5211-2397

その他

◆ 職場のメンタルヘルス対策推進事業

主に中小企業の経営者の方を対象に、メンタルヘルス対策の重要性や企業経営への好影響について紹介する「職場のメンタルヘルス対策シンポジウム」を開催します。

産業労働局雇用就業部労働環境課

☎ 03-5320-4652

ハローワーク（公共職業安定所）一覧

所名	所在地	電話
飯田橋	〒112-8577 文京区後楽 1-9-20 飯田橋合同庁舎	03-3812-8609
ハローワーク飯田橋 U-35	〒102-0072 千代田区飯田橋 3-10-3 東京しごとセンター 3階	03-5212-8609
ハローワーク飯田橋 シニアコーナー	〒102-0072 千代田区飯田橋 3-10-3 東京しごとセンター 1階	03-5211-2360
上野	〒110-8609 台東区東上野 4-1-2	03-3847-8609
品川	〒108-0014 港区芝 5-35-3	03-5419-8609
大森	〒143-8588 大田区大森北 4-16-7	03-5493-8609
蒲田ワークプラザ	〒144-0052 大田区蒲田 5-15-8 蒲田月村ビル 4階	03-5711-8609
渋谷	〒150-0041 渋谷区神南 1-3-5	03-3476-8609
マザーズ ハローワーク東京	〒150-0002 渋谷区渋谷 1-13-7 ヒューリック渋谷ビル 3階	03-3409-8609
東京わかもの ハローワーク	〒150-0002 渋谷区渋谷 2-15-1 渋谷クロスタワー 8階	03-3409-0328
ワークサポート せたがや	〒154-0004 世田谷区太子堂 2-16-7 世田谷区産業プラザ 2階 三茶おしごとカフェ内 (三軒茶屋就労支援センター内)	03-3413-8609
ワークサポート めぐろ	〒153-8573 目黒区上目黒 2-19-15 目黒区役所総合庁舎 1階	03-5722-9326
新 歌舞伎町庁舎	〒160-8489 新宿区歌舞伎町 2-42-10	03-3200-8609
宿 西新宿庁舎	〒163-1523 新宿区西新宿 1-6-1 新宿エルタワービル 23階	雇用保険給付課 03-5325-9580
東京新卒応援 ハローワーク	〒163-0721 新宿区西新宿 2-7-1 小田急第一生命ビル 21階	03-5339-8609
東京外国人雇用 サービスセンター	〒163-0721 新宿区西新宿 2-7-1 小田急第一生命ビル 21階	03-5339-8625
新宿外国人雇用支 援・指導センター	〒160-8489 新宿区歌舞伎町 2-42-10 ハローワーク新宿歌舞伎町庁舎 1階	03-3204-8609
杉並区就労 支援センター	〒167-0032 杉並区天沼 3-19-16 ウェルファーム杉並複合施設棟 1階 杉並ハローワークコーナー	03-3398-8619
池 本庁舎	〒170-8409 豊島区東池袋 3-5-13	03-3987-8609
袋 サンシャイン 庁舎	〒170-6003 豊島区東池袋 3-1-1 サンシャイン 60 3階	雇用保険給付課 03-5958-8609
ハローワーク プラザ成増	〒175-0094 板橋区成増 3-13-1 アリエス 2階	03-5968-8609
ワークサポート ねりま	〒177-0041 練馬区石神井町 2-14-1 石神井公園ビオレスA棟 2階 石神井公園区民交流センター内	03-3904-8609

所名	所在地	電話
王子	〒114-0002 北区王子 6-1-17	03-5390-8609
赤羽しごとコーナー	〒115-0045 北区赤羽 1-1-38 赤羽区民事務所内	03-3908-0161
足立	〒120-8530 足立区千住 1-4-1 東京芸術センター 6階～8階	03-3870-8609
あだち ワークセンター	〒120-8510 足立区中央本町 1-17-1 足立区役所北館 2階	03-3880-0957
JOB コーナー町屋	〒116-0002 荒川区荒川 7-50-9 センターまちや 3階ムーブ町屋内	03-3819-7771
マザーズ ハローワーク日暮里	〒116-0013 荒川区西日暮里 2-29-3 日清ビル 5階	03-5850-8611
日暮里わかもの ハローワーク	〒116-0013 荒川区西日暮里 2-29-3 日清ビル 7階	03-5850-8609
墨田	〒130-8609 墨田区江東橋 2-19-12	03-5669-8609
かつしか ワークプラザ	〒124-0003 葛飾区お花茶屋 1-19-18 ダイヤパレス・ステーション プラザお花茶屋 2階	03-3604-8609
木場	〒135-8609 江東区木場 2-13-19	03-3643-8609
船堀ワークプラザ	〒134-0091 江戸川区船堀 3-7-17 第5トヨダビル 6階	03-5659-8609
ほっとワーク えどがわ	〒132-8501 江戸川区中央 1-4-1 江戸川区役所東棟 1階	03-5662-0359
八王子	〒192-0904 八王子市市安町 1-13-1	042-648-8609
八王子 しごと情報館	〒192-0083 八王子市旭町 10-2 八王子 TC ビル 3階	042-656-4788
八王子新卒応援 ハローワーク	〒192-0083 八王子市旭町 10-2 八王子 TC ビル 6階	042-631-9505
ナイスワーク高幡	〒191-0031 日野市高幡 1011 日野市立福祉支援センター 2階	042-593-5991
立川	〒190-8609 立川市緑町 4-2 立川地方合同庁舎 1階～3階	042-525-8609
ハローワーク立川 北口駅前 JOB ぶらっと	〒190-0012 立川市曙町 2-7-16 鈴春ビル 5階	042-523-1509
マザーズ ハローワーク立川	〒190-0012 立川市曙町 2-7-16 鈴春ビル 5階	042-529-7465
東大和就職情報室	〒207-8585 東大和市中央 3-930 東大和市役所 5階	042-563-2111 内線 1194
こだいら 就職情報室	〒187-0043 小平市学園東町 1-19-13 小平市福祉会館 3階	042-344-1215
あきしま 就職情報室	〒196-0015 昭島市昭和町 3-10-2 昭島市勤労商工市民センター 1階	042-544-8617
東村山就職情報室	〒189-8501 東村山市本町 1-1-1 東村山市市民センター 1階	042-306-4080

所名	所在地	電話
青 梅	本庁舎 〒198-0042 青梅市東青梅 3-12-16	0428-24-8609
	分庁舎 〒198-0042 青梅市東青梅 3-20-7 山崎ビル	
	あきる野 ハローワーク 求人情報コーナー 〒197-0814 あきる野市二宮 350 あきる野市役所別館 3 階	042-550-0458
	瑞穂ハローワーク 求人情報コーナー 〒190-1221 西多摩郡瑞穂町大字箱根ヶ崎 2335 番地 瑞穂町役場庁舎 3F	042-568-5141
三 鷹	〒181-8517 三鷹市下連雀 4-15-18	0422-47-8609
	東久留米 ワークコーナー 〒203-8555 東久留米市本町 3-3-1 東久留米市役所 2 階	042-470-7777 内線 3221
	西東京 就職情報コーナー 〒188-8666 西東京市南町 5-6-13 西東京市役所田無庁舎 2 階 市民ロビー内	042-464-1860
	清瀬・ハローワーク 就職情報室 〒204-0021 清瀬市元町 1-4-5 クレア 4 階	042-494-8609
町 田	〒194-0022 町田市森野 2-28-14 町田合同庁舎 1 階	042-732-8609
府 中	〒183-0045 府中市美好町 1-3-1	042-336-8609
	調布国領 しごと情報広場 〒182-0022 調布市国領町 2-5-15 コクティ 2 階	042-480-8103
	永山ワークプラザ 〒206-0025 多摩市永山 1-5 ベルブ永山 4 階	042-375-0951

- 雇用保険の各種手続、職業訓練の受講申込み、求人の受付等は、平日は午後 5 時 15 分まで、土曜日はご利用いただけません。
なお、土曜日開庁ハローワーク及び附属施設において、土曜日が祝祭日と重なる日は閉庁となりご利用いただけません。
- 各ハローワークの地図は東京労働局ホームページ (<https://jsite.mhlw.go.jp/tokyo-roudoukyoku>) からご覧いただけます。

総合労働相談コーナー一覧

コーナー名	所在地	電話
有楽町 総合労働相談コーナー	〒100-0006 千代田区有楽町 2-10-1 東京交通会館 3 階	03-5288-8500
東京労働局 総合労働相談コーナー	〒102-8305 千代田区九段南 1-2-1 九段第 3 合同庁舎 14 階	03-3512-1608
各労働基準監督署内 総合労働相談コーナー	各労働基準監督署参照 総合労働相談コーナー (厚生労働省 東京労働局); https://jsite.mhlw.go.jp/tokyo-roudoukyoku/roudoukyoku/kanren_shisetsu/annai.html	

- 解雇、労働条件、募集・採用、いじめ・嫌がらせ、セクシャルハラスメント等を含めた労働問題に関するあらゆる分野の相談を、専門の相談員が面談あるいは電話で受け付けます。
- 労働局長の助言・指導制度、紛争調整委員会によるあっせん制度により、問題の早期解決を支援します。
- 総合労働相談はフリーダイヤル [0120-601-556] でもご利用可能です。(都内の一般電話から通話できます。) 通話は有楽町総合労働相談コーナーにつながります。

労働基準監督署一覧

署名	所在地	電話
中 央	〒112-8573 文京区後楽 1-9-20 飯田橋合同庁舎 6・7 階	方 面：03-5803-7381 安全衛生：03-5803-7382 労 災：03-5803-7383
上 野	〒110-0008 台東区池之端 1-2-22 上野合同庁舎 7 階	方 面：03-6872-1230 安全衛生：03-6872-1315 労 災：03-6872-1316
三 田	〒108-0014 港区芝 5-35-2 安全衛生総合会館 3 階	方 面：03-3452-5473 安全衛生：03-3452-5474 労 災：03-3452-5472
品 川	〒141-0021 品川区上大崎 3-13-26	方 面：03-3443-5742 安全衛生：03-3443-5743 労 災：03-3443-5744
大 田	〒144-8606 大田区蒲田 5-40-3 月村ビル 8・9 階	方 面：03-3732-0174 安全衛生：03-3732-0175 労 災：03-3732-0173
澁 谷	〒150-0041 渋谷区神南 1-3-5 渋谷神南合同庁舎 5・6 階	方 面：03-3780-6527 安全衛生：03-3780-6535 労 災：03-3780-6507
新 宿	〒169-0073 新宿区百人町 4-4-1 新宿労働総合庁舎 4・5 階	方 面：03-3361-3949 安全衛生：03-3361-3974 労 災：03-3361-4402
池 袋	〒171-8502 豊島区池袋 4-30-20 豊島地方合同庁舎 1 階	方 面：03-3971-1257 安全衛生：03-3971-1258 労 災：03-3971-1259
王 子	〒115-0045 北区赤羽 2-8-5	方 面：03-6679-0183 安全衛生：03-6679-0186 労 災：03-6679-0226
足 立	〒120-0026 足立区千住旭町 4-21 足立地方合同庁舎 4 階	方 面：03-3882-1188 安全衛生：03-3882-1190 労 災：03-3882-1189
向 島	〒131-0032 墨田区東向島 4-33-13	方 面：03-5630-1031 安全衛生：03-5630-1032 労 災：03-5630-1033
亀 戸	〒136-8513 江東区亀戸 2-19-1 カメラプラザ 8 階	方 面：03-3637-8130 安全衛生：03-3637-8131 労 災：03-3637-8132
江戸川	〒134-0091 江戸川区船堀 2-4-11	方 面：03-6681-8212 安全衛生：03-6681-8213 労 災：03-6681-8232
八王子	〒192-0046 八王子市明神町 3-8-10	方 面：042-680-8752 安全衛生：042-680-8785 労 災：042-680-8923
立 川	〒190-8516 立川市緑町 4-2 立川地方合同庁舎 3 階	方 面：042-523-4472 安全衛生：042-523-4473 労 災：042-523-4474
青 梅	〒198-0042 青梅市東青梅 2-6-2	方 面：0428-28-0058 安全衛生：0428-28-0331 労 災：0428-28-0392
三 鷹	〒180-8518 武蔵野市御殿山 1-1-3 クリスタルパークビル 3 階	方 面：0422-67-0651 安全衛生：0422-67-1502 労 災：0422-67-3422
町 田*	〒194-0022 町田市森野 2-28-14 町田地方合同庁舎 2 階	方 面：042-718-8610 安全衛生：042-718-9134 労 災：042-718-8592

*町田は八王子署の支署です。

- 各監督署の地図は東京労働局ホームページからご覧いただけます。
(<https://jsite.mhlw.go.jp/tokyo-roudoukyoku>)