

あなたの悩みを受けとめます。

東京都産業労働局
金融部 貸金業対策課
0570-087478
14:00~翌朝5:30/年中無休

※相談料は無料です。
（別途送料がかかります。）

相談機関 その①

労働問題関連

人生には思いもよらない様々な出来事が起きるものです。仕事のことやこころの悩みで「死んだ方がまし」と考えたりもします。そういう時、自分で何とか解決しようと思いますが、自分だけではなおさら視野が狭くなり、深みにはまってしまうこともあります。

それぞれの問題に対して、相談できる専門の機関があります。自分だけでなく、友人、家族の方にも是非教えてあげてください。

きっとよい解決方法が見つかると思います。



多重債務・消費生活・法律問題等

東京都産業労働局 金融部 貸金業対策課	03-5320-4775	9時~12時・13時~17時 【月~金】 ※土日祝、12/29~1/3は休み
東京都生活再生相談窓口 【多重債務者生活再生事業】	03-5227-7266	9時半~18時【月~金】 ※土日祝、12/29~1/3は休み
東京都消費生活総合センター 架空請求 110番	03-3235-1155 03-3235-2400	消費生活相談 9時~17時【月~土】 ※日祝、12/29~1/3は休み
高齢者被害 110番	03-3235-3366	
TOKYOチャレンジネット 【住まいを失った方への生活支援】	0120-874-225 【フリーダイヤル】 0120-874-505 【女性専用フリーダイヤル】 03-5155-9501	10時~17時【月・水・金・土】 10時~20時【火・木】 ※日祝、12/29~1/3は休み フリーダイヤルで来所相談予約
日本司法支援センター 【法テラス】 法テラス東京【新宿】 法テラス多摩【立川】 法テラス上野 法テラス八王子	法テラスサポートダイヤル 0570-078374 【法的トラブル ナビダイヤル】 0570-079714 【犯罪被害支援 ナビダイヤル】	9時~21時【月~金】 9時~17時【土】 ※日祝、12/29~1/3は休み 9時~21時【月~金】 ※土日祝、12/29~1/3は休み 新宿では、土は予約相談のみ実施

労働問題について

東京都ろうどう 110番	0570-00-6110 【ナビダイヤル】	9時~20時【月~金】 9時~17時【土】 ※日祝、12/29~1/3は休み ※土については、祝日及び12/28~1/4は休み
東京都労働相談 情報センター【飯田橋】	03-3265-6110	
ご相談・お問い合わせ http://www.kenkou-hataraku.metro.tokyo.jp/		来所相談【予約制】 9時~17時【月~土】 ※土はセンター【飯田橋】のみ。 ただし、祝日及び12/28~1/4は休み。
大崎事務所	03-3495-6110	17時~20時は各事務所が 下記の曜日に 夜間来所相談を実施 【予約制】 センター【飯田橋】：月・金 大崎事務所：火 池袋事務所：木 亀戸事務所：火 国分寺事務所：月 八王子事務所：水 ※日祝、12/29~1/3は休み
池袋事務所	03-5954-6110	
亀戸事務所	03-3637-6110	
国分寺事務所	042-321-6110	
八王子事務所 【八王子市・府中市・調布市・町田市・ 日野市・狛江市・多摩市・稲城市】	042-645-6110	

独立行政法人労働者 健康安全機構 東京産業保健総合 支援センター	03-5211-4480	受付時間 13時半~16時半 【月~金】
---	--------------	----------------------------

相談したい・支援を受けたい

<http://www.tokyos.johas.go.jp/>

働く人のメンタルヘルス・ポータルサイト【こころの耳】

職場のメンタルヘルス対策や過剰労働対策について、事業者、労働者、
家族への情報提供を行うウェブサイト ※詳細はホームページをご覧ください。

<http://kokoro.mhlw.go.jp/> こころの耳

働く人の
【こころの耳電話相談】

0120-565-455
【フリーダイヤル】

17時~22時【月・火】
10時~16時【土・日】
※祝日、年末年始はのぞく

