



労働条件相談

「ほっとライン」に相談してみよう!

労働条件などの悩みや不安・疑問を相談できる! **14言語**に対応
“Labour Standards Advice Hotline” Foreign Language support is also available!

日本語 / English / 汉语 / Português / Español / Tagalog / Tiếng Việt / မြန်မာဘာသာစကား /
नेपाली भाषा / 한국어 / ภาษาไทย / Bahasa Indonesia / ភាសាខ្មែរ / Монгол хэл



日本語

0120-811-610

相談
対応時間

[月～金] 17:00～22:00
[土・日・祝日] 9:00～21:00

※12月29日～1月3日は除く

Labour Standards Advice Hotline	0120-531-401	(Mon～Sun)
劳动条件咨询热线	0120-531-402	(周一～周日)
Linha direta de consultoria trabalhista	0120-531-403	(Segunda a sábado)
Línea directa de asesoramiento sobre normas laborales	0120-531-404	(Jueves, viernes, sábado)
Hotline sa telepono para sa pagkonsulta tungkol sa mga kondisyon sa paggawa	0120-531-405	(Martes, Miyerkules, Sabado)
Đường dây nóng tư vấn điều kiện lao động	0120-531-406	(Thứ 3, Thứ 4, Thứ 6 ~ Chủ nhật)
လုပ်ငန်းခွင်အခြေအနေအထားတို့ပတ်သက်သည့် Hot line	0120-531-407	(ဗုဒ္ဓဟူး, တနင်္ဂနွေ)
श्रम अवस्था परामर्श हट लाइन	0120-531-408	(बुधवार, आइतवार)
외국인 노동조건 상담 핫라인	0120-613-801	(목, 일)
สายด่วนปรึกษาปัญหาแรงงาน	0120-613-802	(วันพฤหัสบดี วันอาทิตย์)
Hotline Konsultasi Standar Ketenagakerjaan	0120-613-803	(Kamis, Minggu)
លេខទូរស័ព្ទនានាស្តីពីការងារសម្រាប់ពិគ្រោះយោបល់ពីស្តង់ដារការងារ	0120-613-804	(ច័ន្ទ និង សៅរ៍)
Хөдөлмөрийн стандартын тухай зөвлөгөө өгөх тусгай дугаар	0120-613-805	(Даваа, Бямба)

「外国人労働者向け相談ダイヤル」

Telephone Consultation Service for Foreign Workers

相談対応時間 [月～金] 10:00～15:00 ※正午～13:00は除く

Telephone Consultation Service for Foreign Workers	0570-001-701	(Mon～Fri)
面向外籍劳动者的咨询专线	0570-001-702	(周一～周五)
centrais de atendimento para trabalhadores estrangeiros	0570-001-703	(Segunda à sexta)
Servicio de consultas telefónicas para los trabajadores extranjeros	0570-001-704	(De lunes a viernes)
Konsultasyon sa telepono para sa mga dayuhang manggagawa	0570-001-705	(Lunes-Biyernes)
Số điện thoại tư vấn dành cho lao động nước ngoài	0570-001-706	(Thứ 2 ~ thứ 6)
နိုငျငံခွားသားအလုပ်သမားများအတွက်ကျဆုံးရှုံးတိုငျပုဂျန်နွာနု	0570-001-707	(သောကြာနေ့)
विदेशी कामदारहरूको लागि टेलिफोन परामर्श	0570-001-708	(सोम ~ बिदि)
외국인 노동자를 위한 상담 콜센터	0570-001-709	(목, 금)
บริการให้คำปรึกษาสำหรับแรงงานต่างชาติ	0570-001-712	(วันพฤหัสบดี)
Layanan Konsultasi via Telepon untuk Pekerja Asing	0570-001-715	(selasa)
សេវាកម្មពិគ្រោះយោបល់តាមទូរស័ព្ទសម្រាប់ពលករបរទេស	0570-001-716	(ពុធ)
Гадаад ажилчдад утсаар зөвлөгөө өгөх үйлчилгээ	0570-001-718	(Баасан)



はたらく細胞
BLACK



一人で背負い込まないで、
理不尽な働き方に悩んだら
すぐに確かめよう!

確かめよう労働条件

ハラス
メント

過 重
労 働

賃 金
不払残業

労働条件
明 示

解雇・
雇止め

サイトで確認

労働条件ポータルサイト

「確かめよう労働条件」

確かめよう労働条件

検索



携帯電話・スマホでも



電話で相談

労働条件相談「ほっとライン」

は い ! ろ う ど う
0120-811-610

相談
対応時間

[月～金] 17:00～22:00

[土・日・祝日] 9:00～21:00

※12月29日～1月3日は除きます。

◆専門知識を持つ相談員が対応します。
◆厚生労働省委託事業
(委託先: 株式会社東京リーガルマインド)

厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare



サイトで確認

— 労働条件ポータルサイト —

「確かめよう労働条件」

働くときのQ&Aやアルバイト向け情報で労働条件がわかる！

確かめよう労働条件

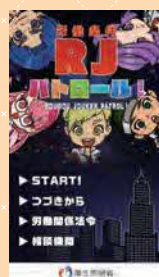
検索



FOR WORKERS

働いている方向けコンテンツ

使ってみよう！



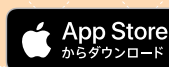
アプリで学習

労働条件に関する法律をクイズやマンガを通して学習できる！



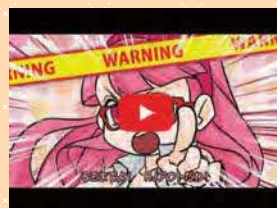
ダウンロードはこちら

※AppleおよびAppleロゴは米国およびその他の国で登録されたApple Inc.の商標です。App StoreはApple Inc.のサービスマークです。※Google PlayおよびGoogle PlayロゴはGoogle LLCの商標です。



アニメで学ぶ労働条件

ストーリーを楽しみながら労働関係法令を学習することができます。



マンガで学ぶ労働条件

働き始めるとき・働くときの注意点について、マンガでやさしく紹介します。



学習コンテンツ

働く方、事業主の方双方にとって有益な情報を網羅しています。

コンテンツ内容例(一部)

- 労働条件の明示
- 時間外・休日労働と割増賃金
- アルバイト先でのトラブル
- 退職、解雇、雇止め
- 過重労働の防止
- ハラスメント



労働条件Q&A

労働条件に関する疑問にお答えします。

Q&Aの一例

- 年次有給休暇はもらえるのですか？ また、パートタイム労働者も、もらえるのでしょうか？
- 社長から突然解雇を告げられました。労働基準法上、問題はないのでしょうか？
- 労基法に違反する内容の契約でも、結んでしまえばこれに従わなければならないのですか？
- 労働基準監督官はどのようにして会社を監督しているのでしょうか？

LINEで相談

LINE公式アカウント「確かめよう労働条件」

利用者からのお問い合わせに対して、チャットボットが労働関係法令の解説や相談窓口のURLをご案内します。

友だち追加完了！

こちらのQRコードからもLINEの友だちに追加可能！

※QRコードをスキャンするには、LINEアプリのコードリーダーをご利用ください。



FOR MANAGERS

事業者・企業の
労務管理担当の方向けコンテンツ

3ステップで
診断できる！

労働条件の診断や就業規則作成をサポートします！
～スタートアップ労働条件～

WEB診断

労働条件や就労環境を3ステップで診断できます！



STEP1 カテゴリー選択

- 一般の設問のみ(47問)
- 一般の設問+外国人労働者(56問)
- 一般の設問+パートタイム労働者(56問)
- 一般の設問+自動車運転者[トラック](55問)
- 一般の設問+自動車運転者[バス](55問)
- 一般の設問+介護(57問)

一般的な設問と、トラックやバスの自動車運転者、介護業界、外国人労働者、パートタイム労働者の設問に回答することができます。



STEP2 診断

問A-1 A 募集・採用、労働契約の締結

労働者を募集・採用する際に年齢を制限していますか。いずれか一つを選んでください。 01/05問

- ☐ 1.特段の必要性がある訳ではないが、制限している。
- ☐ 2.特段の必要性があって制限している。
- ☐ 3.制限していない。

設問画面です。いずれか一つを選んでください。



STEP3 診断結果

問A-1 労働者を募集・採用する際に年齢を制限していますか。いずれか一つを選んでください。

あなたの回答 3.制限していない。

評価コメント 問題はありません。年齢によって一律に選別するのではなく、業務等に応じて適性や能力を見極めて採否を決めることが肝要です。今後とも、この方針を維持してください。

評価を記録 簡易印刷 詳細印刷

設問毎の回答に対する評価コメント、基本情報、参考・支援情報も提示します。

36協定届等作成支援ツール

そのまま出せる36協定届等を作成！



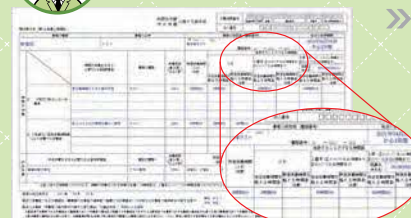
STEP1 データを入力



画面内の各項目に、労使で協定する内容を入力していきます。



STEP2 出力



実際の36協定届として出力されます。



STEP3 提出



管轄の労働基準監督署にそのまま届け出ることができます。

2021年4月1日より、36協定届における使用者の押印及び署名が不要となりました。

就業規則作成支援ツール

そのまま出せる就業規則を作成！



STEP1 データを入力



画面内の各項目に、タイトルと内容を入力していきます。



STEP2 出力



就業規則のPDFデータを出力できます。



STEP3 提出



管轄の労働基準監督署にそのまま届け出ることができます。

※就業規則を作成し、又は変更する場合の所轄労働基準監督署長への届出については、労働者の過半数で組織する労働組合がある場合はその労働組合、過半数で組織する労働組合がない場合は労働者の過半数を代表する者の意見を記し、その者の氏名を記載した書面(意見書)を添付してください。

令和5年1月12日