問合せ先

目次

東京都産業労働局 …… 84
東京都政策連携団体等 …… 84
産業関係施設・窓口 …… 85
産業関係団体 …… 86
融資関連機関 …… 86
商工会議所 …… 87
商工会 …… 87
東京しごとセンター …… 88
労働相談情報センター・労政会館ほか …… 88
職業能力開発センター …… 89
職業・労働関係団体 …… 90
日本司法支援センター（法テラス） …… 90
アクティブシニア就業支援センター …… 91
シルバー人材センター …… 91
東京労働局 …… 92
労働基準監督署 …… 93
ハローワーク（公共職業安定所） …… 94
ハローワーク付属施設 …… 95
区市町村 …… 97

（東京都産業労働局）

〒163-8001　新宿区西新宿2-8-1　都庁第一本庁舎　☎ 03（5321）1111（代表）

名　　称		電 話 番 号
商工部（20F）	調整課	☎ 03（5320）4743
	創業支援課	☎ 03（5320）4761
	経営支援課	☎ 03（5320）4781
	地域産業振興課	☎ 03（5320）4747
東京都立産業貿易センター		（☎→p86）
東京都立皮革技術センター		（☎→p85）
金融部（19F）	金融課	☎ 03（5320）4874
	貸金業対策課	☎ 03（5320）4793
産業・エネルギー政策部（19F・20F）	計画課	☎ 03（5320）4736
	事業者エネルギー推進課	☎ 03（5388）3915
	新エネルギー推進課	☎ 03（5388）3570
観光部（19F）	企画課	☎ 03（5320）4765
	振興課	☎ 03（5320）4768
	受入環境課	☎ 03（5320）4802
農林水産部（21F）	調整課	☎ 03（5320）4813
雇用就業部（21F）	調整課	☎ 03（5320）4702
	就業推進課	☎ 03（5320）4662
	労働環境課	☎ 03（5320）4647
	能力開発課	☎ 03（5320）4715
東京都労働相談情報センター		（☎→p88）
東京都立職業能力開発センター		（☎→p89）
東京障害者職業能力開発校		（☎→p89）
東京しごとセンター		（☎→p88）
総務部（20F）	総務課	☎ 03（5320）4862
	企画調整課	☎ 03（5320）4602
	計理課	☎ 03（5320）4629
	国際金融都市推進課	☎ 03（5320）6274

（東京都政策連携団体等）

名　　称	電 話 番 号 等	所　　在　　地
(公財)東京都中小企業振興公社	☎ 03（3251）7886	〒101-0025　千代田区神田佐久間町1-9　産業労働局秋葉原庁舎
㈱東京ビッグサイト	☎ 03（5530）1111	〒135-0063　江東区有明3-11-1
㈱東京国際フォーラム	☎ 03（5221）9000	〒100-0005　千代田区丸の内3-5-1
(公財)東京観光財団	☎ 03（5579）2680	〒163-0915　新宿区西新宿2-3-1　新宿モノリス15F
(公財)東京都農林水産振興財団	☎ 042（528）0505	〒190_0013　立川市富士見町3_8_1
(公財)東京しごと財団	☎ 03（5211）2310	〒102-0072　千代田区飯田橋3-10-3　東京しごとセンター8F
(公財)東京都環境公社	☎ 03（3644）2189	〒130-0022　墨田区江東橋4-26-5　東京トラフィック錦糸町ビル8F
(一社)東京国際金融機構 略称：FinCity.Tokyo（フィンシティー・トーキョー）	【MAIL】 contact@fincity.tokyo	〒103-0026　中央区日本橋兜町6番5号　FinGATE KABUTO

（産業関係施設・窓口）

名　　称	電話番号	所　　在　　地
(公財)東京都中小企業振興公社　本社		
≪公社のワンストップ総合相談窓口≫	☎ 03（3251）7881	〒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〔JR秋葉原〕
総務課	☎ 03（3251）7886	
企画課	☎ 03（3251）7897	
総合支援課	☎ 03（3251）7882	
生産性向上支援課	☎ 03（3251）7917	
東京都受託取引適正化センター	☎ 03（3251）9390	
企業人財支援課	☎ 03（3251）7904	
海外人財支援担当	☎ 03（3434）4275	〒105-7505　東京都港区海岸1-7-1 東京ポートシティ　竹芝オフィスタワー5階
経営戦略課	☎ 03（5822）7232	〒101-0024 千代田区神田和泉町1-13　住友商事神田和泉町ビル9階〔JR秋葉原〕
取引振興課	☎ 03（5822）7250	
医工連携担当	☎ 03（5201）7323	〒103-0023　中央区日本橋本町2-3-11 日本橋ライフサイエンスビルディング603号室 東京都医工連携イノベーションセンター内　〔東京メトロ三越前〕
販路・海外展開支援課	☎ 03（5822）7241	〒101-0024 千代田区神田和泉町1-13　住友商事神田和泉町ビル9階〔JR秋葉原〕
助成課	☎ 03（3251）7926	〒101-0022　千代田区神田練塀町3-3　大東ビル2階　〔JR秋葉原〕
設備支援課	☎ 03（3251）7889	
東京都知的財産総合センター	☎ 03（3832）3656	〒110-0016　台東区台東1-3-5　反町商事ビル1階〔JR秋葉原〕
創業支援課 TOKYO創業ステーション	☎ 03（5220）1141	〒100-0005　千代田区丸の内2-1-1 明治安田生命ビル低層棟2階　〔JR東京〕
創業支援課 TOKYO UPGRADE SQUARE	☎ 03（6258）0811	〒163-0225　新宿区西新宿2-6-1　新宿住友ビル25階　〔JR新宿〕
多摩創業支援課 TOKYO創業ステーションTAMA	☎ 042（518）9671	〒190-0014　立川市緑町3-1 GREEN　SPRINGS　E2　3階　〔JR立川〕
城東支社	☎ 03（5680）4631	〒125-0062　東京都葛飾区青戸7-2-5　〔京成線青砥〕 城東地域中小企業振興センター
城南支社	☎ 03（3733）6284	〒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〔京急線京急蒲田〕
多摩支社	☎ 042（500）3901	〒196-0033　昭島市東町3-6-1　産業サポートスクエア・TAMA〔JR西立川〕
オープンイノベーションフィールド多摩国分寺館	☎ 042（329）5270	〒185-0021　国分寺市南町3-22-10
オープンイノベーションフィールド多摩八王子館	☎ 042（656）8280	〒192-0046　八王子市明神町3-5-1
(地独)東京都立産業技術研究センター（本部）	☎ 03（5530）2111	〒135-0064　江東区青海2-4-10　〔ゆりかもめテレコムセンター〕
（多摩テクノプラザ）	☎ 042（500）2300	〒196-0033　昭島市東町3-6-1　〔JR西立川〕
（城東支所）	☎ 03（5680）4632	〒125-0062　葛飾区青戸7-2-5　〔京成線青砥〕
（墨田支所）	☎ 03（3624）3731	〒130-0015　墨田区横網1-6-1　KFCビル12階　〔JR両国〕
（城南支所）	☎ 03（3733）6233	〒144-0035　大田区南蒲田1-20-20　〔京急線京急蒲田〕
（食品技術センター）	☎ 03（5256）9251	〒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6~8階〔JR秋葉原〕
東京都立皮革技術センター	☎ 03（3616）1671	〒131-0042　墨田区東墨田3-3-14　〔京成線八広〕
（台東支所）	☎ 03（3843）5912	〒111-0033　台東区花川戸1-14-16　〔東京メトロ浅草〕

名　　称	電話番号	所　　在　　地	担当地域
城東地域中小企業振興センター	☎ 03（5680）4632	〒125-0062　葛飾区青戸7-2-5　〔京成線青砥〕	足立区、葛飾区、荒川区、江東区、墨田区、台東区、江戸川区
城南地域中小企業振興センター	☎ 03（3733）6233	〒144-0035　大田区南蒲田1-20-20　〔京急線京急蒲田〕	港区、渋谷区、目黒区、品川区、大田区、世田谷区
産業サポートスクエア・TAMA	☎ 042（500）2300	〒196-0033　昭島市東町3-6-1　〔JR青梅線西立川〕	市町村（東京都内で23区と島しょ以外の地域）

名　　称	電話番号	所　　在　　地
東京都知的財産総合センター	☎ 03（3832）3656	〒110-0016　台東区台東1-3-5 反町商事ビル１階　〔JR秋葉原〕
（城東支援室）※	☎ 03（5648）6609	〒125-0041　葛飾区東金町1-23-2 澁澤金町ビル　〔JR金町〕
（城南支援室）	☎ 03（3737）1435	〒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　〔京急線京急蒲田〕
（多摩支援室）	☎ 042（500）1322	〒196-0033　昭島市東町3-6-1 産業サポートスクエア・TAMA　〔JR西立川〕

名称		電話番号	所在地
東京都立産業貿易センター	（浜松町館）	☎03（3434）4242	〒105-7501　港区海岸1-7-1 東京ポートシティ竹芝オフィスタワー1階（JR浜松町）
	（台東館）	☎03（3844）6190	〒111-0033　台東区花川戸2-6-5　（東京メトロ浅草）
東京都立多摩産業交流センター「東京たま未来メッセ」		☎042（697）0802	〒192-0046　八王子市明神町3-19-2（JR八王子、京王線京王八王子）

（産業関係団体）

名称	電話番号	所在地
東京都中小企業団体中央会	☎03（3542）0386	〒104-0061　中央区銀座2-10-18　東京都中小企業会館
（一社）東京工業団体連合会	☎03（3546）2525	〒104-0061　中央区銀座2-10-18　東京都中小企業会館4階
東京都商店街振興組合連合会	☎03（3542）0231	〒104-0061　中央区銀座2-10-18　東京都中小企業会館5階 （令和8年7月26日から6階に移転）
東京都商店街連合会	☎03（3542）0231	〒104-0061　中央区銀座2-10-18
独立行政法人中小企業基盤整備機構	☎03（3433）8811	〒105-8453　港区虎ノ門3-5-1　虎ノ門37森ビル
東京中小企業投資育成㈱	☎03（5469）1811	〒150-0002　渋谷区渋谷3-29-22
（公社）発明協会	☎03（3502）5421	〒105-0001　港区虎ノ門3-1-1　虎ノ門三丁目ビルディング
日本貸金業協会東京都支部	☎03（5739）3021	〒108-0074　港区高輪3-19-15　二葉高輪ビル2F

（融資関連機関）

	支店	電話番号	所在地	担当地域
東京信用保証協会	八重洲支店	☎03（6264）1830	〒104-0061　中央区銀座6-17-1　銀座６丁目-SQUARE　12Ｆ	千代田区、中央区、港区、島しょ
	池袋支店	☎03（3987）5445	〒170-0013　豊島区東池袋1-24-1　ニッセイ池袋ビル8F	豊島区、板橋区、練馬区
	五反田支店	☎03（5447）8250	〒141-0022　品川区東五反田2-10-2　東五反田スクエアビル4F	品川区、目黒区
	錦糸町支店	☎03（5608）2011	〒130-0013　墨田区錦糸1-2-1　アルカセントラルビル4F	墨田区、江東区、江戸川区
	新宿支店	☎03（3344）2251	〒160-0023　新宿区西新宿6-3-1　新宿アイランド・ウィングビル3F	新宿区、中野区、杉並区
	千住支店	☎03（3888）7231	〒120-0036　足立区千住仲町40-10　住友生命北千住ビル2F	足立区、荒川区、葛飾区
	上野支店	☎03（3847）3171	〒111-0041　台東区元浅草2-6-7　マタイビル5F	台東区、文京区、北区
	渋谷支店	☎03（5468）0135	〒150-0002　渋谷区渋谷3-28-13　渋谷新南口ビル5F	渋谷区、世田谷区
	大田支店	☎03（5710）3610	〒144-0035　大田区南蒲田1-20-20　東京都城南地域中小企業振興センター3F	大田区
	立川支店	☎042（525）6621	〒190-0012　立川市曙町2-37-7　コアシティ立川ビル5F	八王子支店担当地域以外の多摩地区
	八王子支店	☎042（646）2511	〒192-0046　八王子市明神町3-20-6　八王子ファーストスクエアビル3F	八王子市、町田市、日野市、多摩市、稲城市

名称	電話番号	所在地
日本政策金融公庫（東京支店）	☎03（3270）1282	〒100-0004　千代田区大手町1-9-4（大手町フィナンシャルシティノースタワー）
商工組合中央金庫（本店）	☎03（3272）6111	〒104-0028　中央区八重洲2-10-17

（商工会議所）

名　　称	電　話　番　号	所　　在　　地
東京商工会議所	☎ 03 (3283) 7700	〒100-0005　千代田区丸の内3-2-2　丸の内二重橋ビル5F
八王子商工会議所	☎ 042 (623) 6311	〒192-0062　八王子市大横町11-1
立川商工会議所	☎ 042 (527) 2700	〒190-0012　立川市曙町2-38-5　ビジネスセンタービル12F
武蔵野商工会議所	☎ 0422 (22) 3631	〒180-0004　武蔵野市吉祥寺本町1-10-7　武蔵野市立武蔵野商工会館内
青梅商工会議所	☎ 0428 (23) 0111	〒198-8585　青梅市上町373-1
むさし府中商工会議所	☎ 042 (362) 6421	〒183-0006　府中市緑町3-5-2
町田商工会議所	☎ 042 (724) 6614	〒194-0013　町田市原町田3-3-22
多摩商工会議所	☎ 042 (375) 1211	〒206-0011　多摩市関戸1-1-5

（商工会）

名　　称		電　話　番　号	所　　在　　地
三鷹商工会		☎ 0422 (49) 3111	〒181-0013　三鷹市下連雀3-37-15
小金井市商工会		☎ 042 (381) 8765	〒184-0013　小金井市前原町3-33-25
調布市商工会		☎ 042 (485) 2214	〒182-0026　調布市小島町2-36-21
狛江市商工会		☎ 03 (3489) 0178	〒201-0003　狛江市和泉本町1-2-34
小平商工会		☎ 042 (344) 2311	〒187-0032　小平市小川町2-1268
東村山市商工会		☎ 042 (394) 0511	〒189-0014　東村山市本町2-6-5
西東京商工会		☎ 042 (461) 4573	〒188-0012　西東京市南町5-6-18　商業ビルing3F
東久留米市商工会		☎ 042 (471) 7577	〒203-0052　東久留米市幸町3-4-12
清瀬商工会		☎ 042 (491) 6648	〒204-0021　東京都清瀬市元町1-2-11　アミュービル5階
国分寺市商工会		☎ 042 (323) 1011	〒185-0011　国分寺市本多2-3-3
国立市商工会		☎ 042 (575) 1000	〒186-0003　国立市富士見台3-16-4
東大和市商工会		☎ 042 (562) 1131	〒207-0015　東大和市中央3-922-14
武蔵村山市商工会		☎ 042 (560) 1327	〒208-0004　武蔵村山市本町2-5-1
昭島市商工会		☎ 042 (543) 8186	〒196-0034　昭島市玉川町4-9-22　イーストテラス・サブスリー2F
日野市商工会		☎ 042 (581) 3666	〒191-0062　日野市多摩平7-23-23
稲城市商工会		☎ 042 (377) 1696	〒206-0802　稲城市東長沼2112-1　稲城市地域振興プラザ2F
福生市商工会		☎ 042 (551) 2927	〒197-0022　福生市本町92-5　扶桑会館
日の出町商工会		☎ 042 (597) 0270	〒190-0182　日の出町平井3231-1　ひのでグリーンプラザ内
羽村市商工会		☎ 042 (555) 6211	〒205-0002　羽村市栄町2-28-7
瑞穂町商工会		☎ 042 (557) 3389	〒190-1211　瑞穂町石畑1973
あきる野商工会	本所	☎ 042 (559) 4511	〒197-0804　あきる野市秋川1-8　トラストルピア3F
	五日市支所	☎ 042 (596) 2511	〒190-0164　あきる野市五日市411　市役所五日市出張所内
大島町商工会		☎ 04992 (2) 3791	〒100-0101　大島町元町1-1-14
新島村商工会	本所	☎ 04992 (5) 1167	〒100-0402　新島村本村5-1-15
	式根島支所	☎ 04992 (7) 0312	〒100-0511　新島村式根島255-1
神津島村商工会		☎ 04992 (8) 0232	〒100-0601　神津島村1761
三宅村商工会		☎ 04994 (2) 1381	〒100-1101　三宅島三宅村神着894
八丈町商工会		☎ 04996 (2) 2121	〒100-1401　八丈島八丈町大賀郷2551-2
小笠原村商工会		☎ 04998 (2) 2666	〒100-2101　小笠原村父島字東町
東京都商工会連合会		☎ 042 (500) 1140	〒196-0033　昭島市東町3-6-1　産業サポートスクエア・TAMA内

（東京しごとセンター）

名　　称	電　話　番　号	所　　在　　地
東京しごとセンター	☎ 03（5211）1571	〒102-0072　千代田区飯田橋3-10-3 東京しごとセンター1F（総合相談窓口） 〔JR、東京メトロ、都営地下鉄飯田橋〕
東京しごとセンター多摩	☎ 042（526）4510	〒192-0023　立川市柴崎町 3-9-2 立川駅南口東京都・立川市合同施設３階

（労働相談情報センター・労政会館ほか）（大崎事務所には、労政会館（p82）が併設されています。）

名　　称	電　話　番　号
電話相談窓口 東京都ろうどう110番	☎ 0570（00）6110（ろうどう110番）
東京都LINE電話労働相談	LINE ID：tokyo-rodo-sodan

名　　称	電 話 番 号	所　　在　　地	担　当　地　域
東京都労働相談情報センター	☎ 03（5211）2200（代） ☎ 03（3265）6110（来所予約）	〒102-0072　千代田区飯田橋3-10-3 東京しごとセンター　9F 〔JR、東京メトロ、都営地下鉄飯田橋〕	千代田区、中央区、新宿区、渋谷区、中野区、杉並区、島しょ
大崎事務所（南部労政会館）	☎ 03（3495）4872（代） ☎ 03（3495）6110（来所予約） ☎ 03（3495）4915（労政会館）	〒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2F〔JR大崎〕	港区、品川区、目黒区、大田区、世田谷区
池袋事務所	☎ 03（5954）6501（代） ☎ 03（5954）6110（来所予約）	〒170-0013　豊島区東池袋4-23-9 〔JR、東京メトロ、西武線、東武線池袋〕	文京区、豊島区、北区、荒川区、板橋区、練馬区
亀戸事務所	☎ 03（3682）6321（代） ☎ 03（3637）6110（来所予約）	〒136-0071　江東区亀戸2-19-1 カメリアプラザ 7F　〔JR、東武線亀戸〕	台東区、墨田区、江東区、足立区、葛飾区、江戸川区
多摩事務所	☎ 042-595-8705（代） ☎ 042-595-8004（来所予約）	〒190-0023　立川市柴崎町3-9-2　6F 〔JR立川、多摩モノレール立川南〕	多摩地域の市町村全域 八王子市、立川市、武蔵野市、三鷹市、青梅市、府中市、昭島市、調布市、町田市、小金井市、小平市、日野市、東村山市、国分寺市、国立市、福生市、狛江市、東大和市、清瀬市、東久留米市、武蔵村山市、多摩市、稲城市、羽村市、あきる野市、西東京市、西多摩郡
青山事務所（はたらく女性スクエア）	☎ 03-6427-7253（代） ☎ 03-6803-8941（総合相談）	〒150-0001　渋谷区神宮前5-53-67 コスモス青山 地下1階EAST-A2 〔JR、東急東横線、京王井の頭線渋谷、東京メトロ表参道〕	

※はたらく女性スクエアは、事前の利用登録が必要です。

（労働資料センターほか）

名　　称	電　話　番　号	所　　在　　地
東京都労働資料センター	☎ 03（5215）5857	〒102-0072　千代田区飯田橋3-10-3　東京しごとセンター　9F 〔JR、東京メトロ、都営地下鉄飯田橋〕
家内労働相談コーナー	☎ 03（3871）4555	〒111-0032　台東区浅草5-70-11　川口ビル2F 〔東京メトロ、都営地下鉄浅草、都バス今戸・東浅草1丁目〕
東京都正規雇用化推進窓口	☎ 03（6205）6730	〒160-0021　新宿区歌舞伎町 2-42-10　5F 〔JR 新宿、新大久保、大久保、西武線西武新宿〕

（職業能力開発センター）

校　　名	電話番号	所　在　地	最　寄　り　駅
中央・城北職業能力開発センター ※「人材育成プラザ」併設	☎ 03（5800）2611㈹ ※☎ 03（5800）3420	〒112-0004 文京区後楽１-9-5	JR、東京メトロ、都営地下鉄飯田橋
しごとセンター校	☎ 03（5211）8181㈹	〒102-0072 千代田区飯田橋3-10-3 東京しごとセンター（10～12階）	JR、東京メトロ、都営地下鉄飯田橋 JR水道橋 東京メトロ、都営地下鉄九段下
高年齢者校	☎ 03（3227）5951㈹	〒169-0073 新宿区百人町3-25-1 サンケンビルヂング	JR大久保 JR新大久保
板橋校 ※「人材育成プラザ」併設	☎ 03（3966）4131㈹ ※☎ 03（3967）5421	〒174-0041 板橋区舟渡2-2-1	JR浮間舟渡
赤羽校	☎ 03（3909）8333㈹	〒115-0056 北区西が丘3-13-16	JR十条・都営地下鉄本蓮沼 JR赤羽西口からバス王子駅行 HPSC陸上門下車　又は、 赤羽車庫行HPSC南下車 JR十条からバス赤羽駅 西口行HPSC南下車
城南職業能力開発センター ※「人材育成プラザ」併設	☎ 03（3472）3411㈹ ※☎ 03（3472）3572	〒140-0002 品川区東品川3-31-16	京浜急行線青物横丁 りんかい線品川シーサイド
大田校	☎ 03（3744）1013㈹	〒144-0044 大田区本羽田3-4-30	京急空港線大鳥居
城東職業能力開発センター ※「人材育成プラザ」併設	☎ 03（3605）6140 ※☎ 03（3605）6162	〒120-0005 足立区綾瀬5-6-1	ＪＲ、東京メトロ綾瀬 つくばエクスプレス青井
江戸川校 ※「人材育成プラザ」併設	☎ 03（5607）3681㈹ ※☎ 03（5607）3684	〒132-0021 江戸川区中央2-31-27	JR新小岩 JR新小岩南口からバス西葛西駅前（葛西駅前）行江戸川区役所前下車 JR新小岩北口からバス葛西駅前（東京臨海病院前）行 大杉小学校前下車
台東分校	☎ 03（3843）5911㈹	〒111-0033 台東区花川戸1-14-16（3・4階）	東京メトロ、都営地下鉄、東武スカイツリーライン、つくばエクスプレス 浅草
多摩職業能力開発センター ※「人材育成プラザ」併設	☎ 042（500）8700㈹ ※☎ 042（500）8610	〒196-0033 昭島市東町3-6-33	JR西立川
八王子校 ※「人材育成プラザ」併設	☎ 042（622）8201㈹ ※☎ 042（622）8384	〒193-0931 八王子市台町1-11-1	JR八王子・京王線山田 JR八王子駅南口からバス上大船行（山田駅経由）、法政大学行（富士森公園経由）、東京家政学院行（山田駅経由）、西八王子駅南口行　実践高校又は富士森公園下車
府中校 ※「人材育成プラザ」併設	☎ 042（367）8201㈹ ※☎ 042（367）8204	〒183-0026 府中市南町4-37-2	京王線中河原

（障害者職業能力開発校）

校　　名	電話番号	所　在　地	最　寄　り　駅
東京障害者職業能力開発校 （国立・都営）	☎ 042（341）1411㈹	〒187-0035 小平市小川西町2-34-1	西武線小川

（職業・労働関係団体）

名　　称	電 話 番 号	所　　在　　地
京浜島勤労者厚生会館（ほっとプレイス京浜島）	☎ 03（3790）2491	〒143-0003　大田区京浜島2-9-1

名　　称		電 話 番 号	所　　在　　地
中央労働金庫本店　営業部		☎ 03（3293）1616	〒101-0062　千代田区神田駿河台2-5
(一社)東京都信用組合協会		☎ 03（3567）6211	〒104-0031　中央区京橋1-9-5
(独法)高齢・障害・求職者雇用支援機構東京支部		☎ 03（5638）2284	〒130-0022　墨田区江東橋2－19－12　ハローワーク墨田5F
東京都職業能力開発協会		☎ 03（6631）6050	〒102-8113　千代田区飯田橋3-10-3　東京しごとセンター7階
東京障害者職業センター		☎ 03（6673）3938	〒110-0015　台東区東上野4-27-3　上野トーセイビル3F
	リワークセンター東京	☎ 03（5246）4881	〒111-0041　台東区元浅草3-18-10　上野NSビル7F
	多摩支所	☎ 042（529）3341	〒190-0012　立川市曙町2-38-5　立川ビジネスセンタービル5F
国立職業リハビリテーションセンター		☎ 04（2995）1711	〒359-0042　埼玉県所沢市並木4-2
(公財)東京しごと財団障害者就業支援課		☎ 03（5211）2681	〒102-0072　千代田区飯田橋3-10-3　東京しごとセンター8F
(公財)21世紀職業財団　本部		☎ 03（5844）1660	〒113-0033　文京区本郷1-33-13　春日町ビル3F
(公財)介護労働安定センター　本部		☎ 03（5901）3041	〒116-0002　荒川区荒川7-50-9　センターまちや5F

（日本司法支援センター（法テラス））

名　　称		電 話 番 号	所　　在　　地
法テラス	東京	☎ 050（3383）5300	〒160-0023　新宿区西新宿1-24-1　エステック情報ビル13F
	上野	☎ 050（3383）5320	〒110-0015　台東区東上野4-27-3　上野トーセイビル6F
	多摩	☎ 050（3383）5327	〒190-0012　立川市曙町2-8-18　東京建物ファーレ立川ビル5F
	八王子	☎ 050（3383）5310	〒192-0046　八王子市明神町4-7-14　八王子ONビル4F
	東京 法律事務所	☎ 050（3383）0202	〒110-0015　台東区東上野4-27-3　上野トーセイビル6F
	多摩 法律事務所	☎ 050（3383）5314	〒190-0012　立川市曙町2-8-18　東京建物ファーレ立川ビル5F

（アクティブシニア就業支援センター）

名　　称	地域	電 話 番 号	所　　在　　地
シルバーワーク中央	中央	☎ 03（3551）9200	〒104-0032　中央区八丁堀3-17-9　京華スクエア1F
新宿わく☆ワーク	新宿	☎ 03（5273）4510	〒160-0022　新宿区新宿7-3-29　新宿ここ・から広場　しごと棟5F
サポしながわ	品川	☎ 03（5498）6357	〒141-0033　品川区西品川1-28-3　中小企業センター1F
大田区いきいきしごとステーション	大田	☎ 03（5713）3600	〒144-0051　大田区西蒲田7-49-2　大田区社会福祉センター7F
はつらつシニアいたばし	板橋	☎ 03（5943）1300	〒173-0004　板橋区板橋2-65-6　板橋区情報処理センター6F
はつらつシニアいたばし分室	板橋	☎ 03（3935）1811	〒175-0082　板橋区高島平8-29-1　高島平ふれあい館1F
立川商工会議所無料職業紹介所	立川	☎ 042（522）4611	〒190-0012　立川市曙町2-1-1　ルミネ立川1F
わくわくサポート三鷹	三鷹	☎ 0422（45）8645	〒181-0013　三鷹市下連雀4-17-23　三鷹市市民協働センター内
いきいきワーク府中	府中	☎ 042（336）4871	〒183-0055　府中市府中町2-25-1　中央文化センター5F
はつらつワーク稲城	稲城	☎ 042（379）1333	〒206-0802　稲城市東長沼2112-1　稲城市地域振興プラザ4F

（シルバー人材センター）　※シルバー人材センターは、区市町村毎にあります。（利島、御蔵島、青ヶ島、小笠原を除く。）

区市町村	電　話　番　号	区市町村	電　話　番　号	区市町村	電　話　番　号
千代田区	☎ 03（3265）1903	足　立　区	☎ 03（5856）6866	東大和市	☎ 042（565）0531
中　央　区	☎ 03（3551）2700	葛　飾　区	☎ 03（5670）5536	清　瀬　市	☎ 042（494）0903
港　　区	☎ 03（5232）9681	江戸川区	☎ 03（3652）5091	東久留米市	☎ 042（475）0738
新　宿　区	☎ 03（3209）3181	八王子市	☎ 042（673）6753	武蔵村山市	☎ 042（564）1081
文　京　区	☎ 03（3814）9248	立　川　市	☎ 042（527）2204	多　摩　市	☎ 042（371）3580
台　東　区	☎ 03（5817）4919	武蔵野市	☎ 0422（55）1231	稲　城　市	☎ 042（377）2212
墨　田　区	☎ 03（3616）5048	三　鷹　市	☎ 0422（48）6721	羽　村　市	☎ 042（554）5131
江　東　区	☎ 03（3649）3533	青　梅　市	☎ 0428（24）8171	あきる野市	☎ 042（558）1414
品　川　区	☎ 03（3450）0711	府　中　市	☎ 042（366）2322	西東京市	☎ 042（428）0787
目　黒　区	☎ 03（3793）0181	昭　島　市	☎ 042（544）7060	瑞　穂　町	☎ 042（557）4566
大　田　区	☎ 03（3739）6666	調　布　市	☎ 042（487）9375	日の出町	☎ 042（597）0501
世田谷区	☎ 03（3426）9211	町　田　市	☎ 042（723）2147	檜　原　村	☎ 042（598）0167
渋　谷　区	☎ 03（5465）1876	小金井市	☎ 0422（27）7117	奥多摩町	☎ 0428（83）2815
中　野　区	☎ 03（3366）7971	小　平　市	☎ 042（344）2120	大　島　町	☎ 04992（2）1777
杉　並　区	☎ 03（3317）2217	日　野　市	☎ 042（581）8171	新　島　村	☎ 04992（5）1472
豊　島　区	☎ 03（3982）9533	東村山市	☎ 042（395）1851	神津島村	☎ 04992（8）1881
北　　区	☎ 03（3908）8400	国分寺市	☎ 042（325）4011	三　宅　村	☎ 04994（6）1244
荒　川　区	☎ 03（3810）1141	国　立　市	☎ 042（577）0919	八　丈　町	☎ 04996（2）4666
板　橋　区	☎ 03（3964）0871	福　生　市	☎ 042（553）3261		
練　馬　区	☎ 03（3993）7168	狛　江　市	☎ 03（3488）6735		

ホームページ　https://www.tokyosilver.jp

（東京労働局）

名称		電話番号	担当業務内容	所在地
総務部（14階）	総務課	☎ 03（3512）1600	庶務、人事、研修、福利厚生、情報公開	〒102-8305 （総務部、雇用環境・均等部、職業安定部） 〒102-8306 （労働基準部） 〒102-8307 （労働保険徴収部） 東京労働局　九段第３合同庁舎 千代田区九段南1-2-1 12～14F
	会計課	☎ 03（3512）1602	会計事務に関する業務	
雇用環境・均等部（14階）	企画課（企画担当）	☎ 03（6867）0212	企画・調整、広報	
	企画課（助成金担当）	☎ 03（6893）1100	雇用環境・均等部所管の助成金（両立支援、業務改善、働き方改革推進支援、人材確保等支援（テレワークコース））	
	指導課（働き方・休み方改善担当）	☎ 03（6867）0211	労働時間等設定改善業務（企業の働き方・休み方改善に関する取組支援）、無期転換ルールに関する届出・認定等、フリーランスの就業環境整備	
	指導課	☎ 03（3512）1611	男女雇用機会均等法、育児・介護休業法、パート・有期法、ハラスメント対策に関する相談・指導等、一般事業主行動計画に関する届出・認定等	
	指導課（総合労働相談コーナー）	☎ 03（3512）1608	個別労働紛争解決制度に関すること	
労働基準部（13階）	監督課	☎ 03（3512）1612	法定労働基準の履行確保、事業場に対する監督指導、司法警察業務に関すること	
	安全課	☎ 03（3512）1615	産業安全、労働災害防止、特定機械の製造許可・検査、ボイラー・クレーン等の安全関係の免許に関すること	
	健康課	☎ 03（3512）1616	健康確保対策（過重労働による健康障害防止対策を含む）、化学物質対策、メンタルヘルス対策、粉じん・石綿等による職業性疾病の予防対策、じん肺管理区分、健康管理手帳に関すること、衛生管理者等の衛生関係の免許に関すること	
	賃金課	☎ 03（3512）1614	賃金・退職金制度、最低賃金に関すること（賃金不払等の相談又は個別紛争に関するものは除く）、家内労働・賃金統計調査に関すること	
	労災補償課　総合案内	☎ 03（3512）1617	労働者の業務上又は通勤による負傷・疾病・障害・死亡等に対する各種労災保険給付に関すること（手続き先は、管轄の労働基準監督署労災課となります。） アフターケアの実施、義肢の支給等、社会復帰促進等事業等に関すること	
	労災補償課　診療費関係	☎ 03（5812）8391		
	労災補償課　第三者行為	☎ 03（3512）1622		
	労災補償課　社会復帰促進等事業	☎ 03（3512）1620		
労働保険徴収部（12階）	徴収課	☎ 03（3512）1627	労働保険料（労災保険料・雇用保険料）の納付・納付相談、労働保険料の納入証明、過誤納還付、口座振替	
	適用・事務組合課（適用担当）	☎ 03（3512）1628	労働保険関係成立届、変更届、申告書（継続事業・有期事業）、労働保険料の精算還付、継続事業一括申請、電子申請	
	適用・事務組合課（事務組合室）	☎ 03（3512）1629	労働保険事務組合の認可・指導、事務組合の労働保険料徴収、労災保険特別加入の承認業務、電子申請	
職業安定部（12階）	職業安定課	☎ 03（3512）1653	職業紹介・指導、若年者雇用対策、雇用関係等統計・調査、福祉人材の確保対策	
	職業対策課	☎ 03（3512）1664	高齢者・障害者・外国人等の雇用対策、公正採用選考	
	雇用保険課	☎ 03（3512）1670	雇用保険関係業務〈各種助成金関係を除く〉	
	訓練課	☎ 03（6684）1700	職業訓練関係業務	
職業安定部	ハローワーク助成金事務センター	☎ 03（5337）7411	各種助成金による雇用支援等に関するお問合せ先	〒169-0073 新宿区百人町4-4-1 新宿労働総合庁舎1～3F
需給調整事業部〈海岸庁舎〉	需給調整事業第一課	☎ 03（3452）1472	労働者派遣事業・職業紹介事業等に関する許可・各種届出	東京労働局　海岸庁舎 〒108-8432 港区海岸3-9-45
	需給調整事業第二課	☎ 03（3452）1474	労働者派遣事業所及び職業紹介事業所等に関する指導監督、相談	
雇用環境・均等部	有楽町総合労働相談コーナー	☎ 03（5288）8500	個別労働紛争解決制度に関すること	〒100-0006 千代田区有楽町2-10-1 東京交通会館3F

（労働基準監督署）①

署　名	電　話　番　号	所　在　地	管　轄　区　域
中　央	方面（労働条件・解雇・賃金） ☎ 03(5803)7381 安衛 ☎ 03(5803)7382 労災 ☎ 03(5803)7383	〒112-8573　文京区後楽1-9-20 飯田橋合同庁舎6F・7F	千代田区、中央区、文京区、島しょ ※小笠原村は、小笠原総合事務所 （父島字東町152）☎ 04998 (2) 2102
上　野	方面（労働条件・解雇・賃金） ☎ 03(6872)1230 安衛 ☎ 03(6872)1315 労災 ☎ 03(6872)1316	〒110-0008　台東区池之端1-2-22 上野合同庁舎7F	台東区
三　田	方面（労働条件・解雇・賃金） ☎ 03(3452)5473 安衛 ☎ 03(3452)5474 労災 ☎ 03(3452)5472	〒108-0014　港区芝5-35-2 安全衛生総合会館3F	港区
品　川	方面（労働条件・解雇・賃金） ☎ 03(3443)5742 安衛 ☎ 03(3443)5743 労災 ☎ 03(3443)5744	〒141-0021　品川区上大崎3-13-26	品川区、目黒区
大　田	方面（労働条件・解雇・賃金） ☎ 03(3732)0174 安衛 ☎ 03(3732)0175 労災 ☎ 03(3732)0173	〒144-8606　大田区蒲田5-40-3 TT蒲田駅前ビル8F・9F	大田区
渋　谷	方面（労働条件・解雇・賃金） ☎ 03(3780)6527 安衛 ☎ 03(3780)6535 労災 ☎ 03(3780)6507	〒150-0041　渋谷区神南1-3-5 渋谷神南合同庁舎5F・6F	渋谷区、世田谷区
新　宿	方面（労働条件・解雇・賃金） ☎ 03(3361)3949 安衛 ☎ 03(3361)3974 労災 ☎ 03(3361)4402	〒169-0073　新宿区百人町4-4-1 新宿労働総合庁舎4F・5F	新宿区、中野区、杉並区
池　袋	方面（労働条件・解雇・賃金） ☎ 03(3971)1257 安衛 ☎ 03(3971)1258 労災 ☎ 03(3971)1259	〒171-8502　豊島区池袋4-30-20 豊島地方合同庁舎1F	板橋区、練馬区、豊島区
王　子	方面（労働条件・解雇・賃金） ☎ 03(6679)0183 安衛 ☎ 03(6679)0186 労災 ☎ 03(6679)0226	〒115-0045　北区赤羽2-8-5	北区
足　立	方面（労働条件・解雇・賃金） ☎ 03(3882)1188 安衛 ☎ 03(3882)1190 労災 ☎ 03(3882)1189	〒120-0026　足立区千住旭町4-21 足立地方合同庁舎4F	足立区、荒川区
向　島	方面（労働条件・解雇・賃金） ☎ 03(5630)1031 安衛 ☎ 03(5630)1032 労災 ☎ 03(5630)1033	〒131-0032　墨田区東向島4-33-13	墨田区、葛飾区
亀　戸	方面　（労働条件・解雇・賃金） ☎ 03(3637)8130 安衛 ☎ 03(3637)8131 労災 ☎ 03(3637)8132	〒136-8513　江東区亀戸2-19-1 カメリアプラザ8F	江東区
江戸川	方面（労働条件・解雇・賃金） ☎ 03(6681)8212 安衛 ☎ 03(6681)8213 労災 ☎ 03(6681)8232	〒134-0091　江戸川区船堀2-4-11	江戸川区
八王子	方面（労働条件・解雇・賃金） ☎ 042(680)8752 安衛 ☎ 042(680)8785 労災 ☎ 042(680)8923	〒192-0046　八王子市明神町4-21-2 八王子地方合同庁舎３F	八王子市、日野市、多摩市、稲城市
立　川	方面（労働条件・解雇・賃金） ☎ 042(523)4472 安衛 ☎ 042(523)4473 労災 ☎ 042(523)4474	〒190-8516　立川市緑町4-2 立川地方合同庁舎3F	立川市、昭島市、府中市、小金井市、小平市、国分寺市、国立市、東村山市、東大和市、武蔵村山市

（労働基準監督署）②

所　名	電 話 番 号	所　　在　　地	管　轄　区　域
青　　梅	監督 ☎ 0428(28)0058 安衛 ☎ 0428(28)0331 労災 ☎ 0428(28)0392	〒198-0042　青梅市東青梅2-6-2	青梅市、福生市、羽村市、あきる野市、西多摩郡
三　　鷹	方面(労働条件・解雇・賃金) ☎ 0422(67)0651 安衛 ☎ 0422(67)1502 労災 ☎ 0422(67)3422	〒180-8518　武蔵野市御殿山1-1-3 クリスタルパークビル3F	三鷹市、武蔵野市、調布市、西東京市、狛江市、清瀬市、東久留米市
※ 町　　田	監督 ☎ 042(718)8610 安衛 ☎ 042(718)9134 労災 ☎ 042(718)8592	〒194-0022　町田市森野2-28-14 町田地方合同庁舎2F	町田市

※　町田は八王子署の支署です。

（ハローワーク（公共職業安定所））

所　名	電 話 番 号	所　　在　　地	管　轄　区　域
飯 田 橋	☎ 03 (3812) 8609	〒112-8577　文京区後楽1-9-20 [JR、東京メトロ、都営地下鉄飯田橋]	千代田区・中央区・文京区・島しょ ※小笠原村は、小笠原総合事務所 (父島字東町152)　☎ 04998 (2) 2102
上　　野	☎ 03 (5818) 8609	〒110-8609　台東区東上野2-7-5　偕楽ビル(東上野Ⅱ)2F・3F [JR上野]	台東区
品　　川	☎ 03 (5419) 8609	〒108-0014　港区芝5-35-3　[JR田町、都営地下鉄三田]	港区・品川区
大　　森	☎ 03 (5493) 8609	〒143-8588　大田区大森北4-16-7　[JR大森]	大田区
渋　　谷	☎ 03 (3476) 8609	〒150-0041　渋谷区神南1-3-5 [JR、東京メトロ、京王線、東急線渋谷]	渋谷区・世田谷区・目黒区
新　　宿	☎ 03 (3200) 8609	〒160-8489　新宿区歌舞伎町2-42-10 [JR、東京メトロ、都営地下鉄、西武線新宿]	新宿区・中野区・杉並区
(西新宿庁舎)	雇用保険給付課 ☎ 03 (5325) 9580 職業相談 ☎ 03 (5325) 9593	〒163-1523　新宿区西新宿1-6-1 新宿エルタワービル23F [JR、東京メトロ、都営地下鉄、西武線新宿]	
池　　袋	☎ 03 (3987) 8609	〒170-8409　豊島区東池袋3-5-13 [JR、東京メトロ、西武線、東武線池袋]	豊島区・板橋区・練馬区
(サンシャイン庁　舎)	雇用保険給付課 ☎ 03 (5958) 8609 職業相談 ☎ 03 (5911) 8609	〒170-6003　豊島区東池袋3-1-1 サンシャイン60　3F [JR、東京メトロ、西武線、東武線池袋]	
王　　子	☎ 03 (5390) 8609	〒114-0002　北区王子6-1-17　[東京メトロ王子神谷・JR王子]	北区
足　　立	☎ 03 (3870) 8609	〒120-8530　足立区千住1-4-1　東京芸術センター　6F～8F [JR、東武線、TX、東京メトロ北千住]	足立区・荒川区
墨　　田	☎ 03 (5669) 8609	〒130-8609　墨田区江東橋2-19-12 [JR、東京メトロ錦糸町]	墨田区・葛飾区
木　　場	☎ 03 (3643) 8609	〒135-8609　江東区木場2-13-19　[東京メトロ木場]	江東区・江戸川区
八 王 子	☎ 042 (648) 8609	〒192-0904　八王子市子安町1-13-1　[JR八王子]	八王子市・日野市
立　　川	☎ 042 (525) 8609	〒190-8609　立川市緑町4-2　立川地方合同庁舎1F～3F [JR立川]	立川市・国立市・小金井市・昭島市・小平市・東村山市・国分寺市・東大和市・武蔵村山市
青　　梅	☎ 0428 (24) 8609	〒198-0042　青梅市東青梅3-12-16　[JR東青梅]	青梅市・福生市・あきる野市・羽村市・西多摩郡
(分庁舎)		〒198-0042　青梅市東青梅3-20-7　山崎ビル　[JR東青梅]	
三　　鷹	☎ 0422 (47) 8609	〒181-8517　三鷹市下連雀4-15-18　[JR三鷹]	三鷹市・武蔵野市・西東京市・東久留米市・清瀬市
(分庁舎)		〒181-8517　三鷹市下連雀4-15-31 KDXレジデンス三鷹1F・2F [JR三鷹]	
町　　田	☎ 042 (732) 8609	〒194-0022　町田市森野2-28-14　町田合同庁舎１F [JR、小田急線町田]	町田市
(森野ビル庁舎)		〒194-0022　町田市森野1-23-19 小田急町田森野ビル2F [JR、小田急線町田]	
府　　中	☎ 042 (336) 8609	〒183-0045　府中市美好町1-3-1　[京王線府中]	府中市・稲城市・多摩市・調布市・狛江市

（ハローワーク付属施設）
①専門的な職業相談・紹介施設

名　　称	電 話 番 号	所　　在　　地
ハローワーク飯田橋U-35	☎ 03 (5212) 8609	〒102-0072　千代田区飯田橋3-10-3　東京しごとセンター３F 〔JR、東京メトロ、都営地下鉄飯田橋〕
ハローワーク飯田橋 （シニアコーナー）	☎ 03 (5211) 2360	〒102-0072　千代田区飯田橋3-10-3　東京しごとセンター１F 〔JR、東京メトロ、都営地下鉄飯田橋〕
東京新卒応援ハローワーク	☎ 03 (5339) 8609	〒163-0721　新宿区西新宿2-7-1　新宿第一生命ビルディング21F 〔JR、東京メトロ、都営地下鉄、西武線新宿〕
八王子新卒応援ハローワーク	☎ 042 (631) 9505	〒192-0083　八王子市旭町10-2　八王子TCビル6F　〔JR八王子〕
東京外国人雇用サービスセンター	☎ 03 (5361) 8722	〒160-0004　新宿区四谷1-6-1　コモレ四谷　四谷タワー13F 〔JR、東京メトロ四ツ谷〕
新宿外国人雇用支援・指導センター	☎ 03 (3204) 8609	〒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1F 〔JR、東京メトロ、都営地下鉄、西武線新宿〕
渋谷わかものハローワーク	☎ 03 (3409) 0328	〒150-0002　渋谷区渋谷2-15-1　渋谷クロスタワー8F 〔JR、東京メトロ、京王線、東急線渋谷〕
新宿わかものハローワーク	☎ 03 (5909) 8609	〒160-0023　新宿区西新宿1-7-1　松岡セントラルビル9F 〔JR、東京メトロ、都営地下鉄、西武線新宿〕
日暮里わかものハローワーク	☎ 03 (5850) 8609	〒116-0013　荒川区西日暮里2-29-3　日清ビル7F 〔JR、京成電鉄、日暮里舎人ライナー日暮里〕
マザーズハローワーク東京	☎ 03 (5728) 8609	〒150-0031　渋谷区桜丘町1-2 渋谷サクラステージセントラルビル　SHIBUYAサイド10階 〔JR、東京メトロ、京王線、東急線渋谷〕
マザーズハローワーク日暮里	☎ 03 (5850) 8611	〒116-0013　荒川区西日暮里2-29-3　日清ビル5F 〔JR、京成電鉄、日暮里舎人ライナー日暮里〕
マザーズハローワーク立川	☎ 042 (529) 7465	〒190-0023　立川市柴崎町3-9-2　立川駅南口東京都・立川市合同施設４F 〔JR立川、多摩モノレール立川南〕

②地域の職業相談・職業紹介施設

名　　称	電 話 番 号	所　　在　　地
品川区就業センター	☎ 03 (5498) 6353	〒141-0033　品川区西品川1-28-3　品川区中小企業センター1F 〔東急線下神明〕
蒲田ワークプラザ	☎ 03 (5711) 8609	〒144-0052　大田区蒲田5-15-8　蒲田月村ビル4F　〔JR蒲田〕
ワークサポートせたがや （世田谷区ふるさとハローワーク）	☎ 03 (3413) 8609	〒154-0004　世田谷区太子堂2-16-7　世田谷産業プラザ2F 三軒茶屋就労支援センター内　〔東急線三軒茶屋〕
ワークサポートめぐろ （目黒区ふるさとハローワーク）	☎ 03 (5722) 9326	〒153-8573　目黒区上目黒2-19-15　目黒区役所総合庁舎1F 〔東急線、東京メトロ中目黒〕
杉並区就労支援センター	☎ 03 (3398) 8619	〒167-0032　杉並区天沼3-19-16　ウェルファーム杉並1F 〔JR、東京メトロ荻窪〕
ハローワークプラザ成増	☎ 03 (5968) 8609	〒175-0094　板橋区成増3-13-1　アリエス2F　〔東武線成増〕
ワークサポートねりま （練馬区ふるさとハローワーク）	☎ 03 (3904) 8609	〒177-0041　練馬区石神井町2-14-1　石神井公園ピアレスA棟2F 石神井公園区民交流センター内　〔西武線石神井公園〕
赤羽しごとコーナー （北区ふるさとハローワーク）	☎ 03 (3908) 0161	〒115-0045　北区赤羽1-1-38　赤羽区民事務所　〔JR赤羽〕
あだちワークセンター	☎ 03 (3880) 0957	〒121-0816　足立区梅島２-２-２　足立区役所別館２Ｆ　〔東武線梅島〕
JOBコーナー町屋 （荒川区ふるさとハローワーク）	☎ 03 (3819) 7771	〒116-0002　荒川区荒川7-50-9　センターまちや3Fムーブ町屋内 〔京成線町屋〕
かつしかワークプラザ	☎ 03 (3604) 8609	〒124-0003　葛飾区お花茶屋1-19-18 ダイアパレスステーションプラザお花茶屋2F　〔京成線お花茶屋〕
船堀ワークプラザ	☎ 03 (5659) 8609	〒134-0091　江戸川区船堀3-7-17　第5トヨダビル6F〔都営地下鉄船堀〕
ほっとワークえどがわ	☎ 03 (5662) 0359	〒132-8501　江戸川区中央1-4-1　江戸川区役所東棟1F　〔JR新小岩〕
八王子しごと情報館	☎ 042 (656) 4788	〒192-0083　八王子市旭町10-2　八王子TCビル3F　〔JR八王子〕
ナイスワーク高幡 （日野市ふるさとハローワーク）	☎ 042 (593) 5991	〒191-0031　日野市高幡1011　日野市立福祉支援センター2F 〔京王線高幡不動〕
ワークプラザ立川南	☎ 042 (523) 1509	〒190-0023　立川市柴崎町3-9-2　立川駅南口東京都・立川市合同施設４Ｆ 〔JR立川、多摩モノレール立川南〕
東大和就職情報室 （東大和市ふるさとハローワーク）	☎ 042 (563) 2111	〒207-8585　東大和市中央3-930　東大和市役所5F　〔西武線東大和市〕
こだいら就職情報室 （小平市ふるさとハローワーク）	☎ 042 (344) 1215	〒187-0043　小平市学園東町1-19-13　小平市福祉会館3F 〔西武線一橋学園〕
あきしま就職情報室 （昭島市ふるさとハローワーク）	☎ 042 (544) 8617	〒196-0015　昭島市昭和町3-10-2　昭島市勤労商工市民センター1F 〔JR昭島・中神〕
東村山就職情報室 （東村山市ふるさとハローワーク）	☎ 042 (306) 4080	〒189-8501　東村山市本町1-1-1　東村山市民センター1F 〔西武線東村山・久米川〕
あきる野ハローワーク求人情報コーナー （あきる野市ふるさとハローワーク）	☎ 042 (550) 0458	〒197-0814　あきる野市二宮350　あきる野市役所別館3F 〔JR秋川〕
瑞穂ハローワーク求人情報コーナー （瑞穂町ふるさとハローワーク）	☎ 042 (568) 5141	〒190-1221　西多摩郡瑞穂町大字箱根ヶ崎2335　瑞穂町役場庁舎3F 〔JR箱根ケ崎〕
東久留米ワークコーナー （東久留米市ふるさとハローワーク）	☎ 042 (470) 7777	〒203-8555　東久留米市本町3-3-1　東久留米市役所2F 〔西武線東久留米〕
西東京就職情報コーナー （西東京市ふるさとハローワーク）	☎ 042 (464) 1860	〒188-8666　西東京市南町5-6-13　西東京市役所田無庁舎2F 〔西武線田無〕
清瀬・ハローワーク就職情報室 （清瀬市ふるさとハローワーク）	☎042 (494) 8609	〒204-0021　清瀬市元町1-2-11　アミュービル5階　〔西武線清瀬〕
調布国領しごと情報広場	☎ 042 (480) 8103	〒182-0022　調布市国領町2-5-15　コクティー2F　〔京王線国領〕
永山ワークプラザ （多摩市ふるさとハローワーク）	☎ 042 (375) 0951	〒206-0025　多摩市永山1-5　ベルブ永山4F　〔小田急線、京王線永山〕

（区市町村）

区市町村	電話番号		所在地
千代田区	☎ 03 (3264) 2111	〒102-8688	千代田区九段南1-2-1
中央区	☎ 03 (3543) 0211	〒104-8404	中央区築地1-1-1
港区	☎ 03 (3578) 2111	〒105-8511	港区芝公園1-5-25
新宿区	☎ 03 (3209) 1111	〒160-8484	新宿区歌舞伎町1-4-1
文京区	☎ 03 (3812) 7111	〒112-8555	文京区春日1-16-21
台東区	☎ 03 (5246) 1111	〒110-8615	台東区東上野4-5-6
墨田区	☎ 03 (5608) 1111	〒130-8640	墨田区吾妻橋1-23-20
江東区	☎ 03 (3647) 9111	〒135-8383	江東区東陽4-11-28
品川区	☎ 03 (3777) 1111	〒140-8715	品川区広町2-1-36
目黒区	☎ 03 (3715) 1111	〒153-8573	目黒区上目黒2-19-15
大田区	☎ 03 (5744) 1111	〒144-8621	大田区蒲田5-13-14
世田谷区	☎ 03 (5432) 1111	〒154-8504	世田谷区世田谷4-21-27
渋谷区	☎ 03 (3463) 1211	〒150-8010	渋谷区宇田川町1-1
中野区	☎ 03 (3389) 1111	〒164-8501	中野区中野4-11-19
杉並区	☎ 03 (3312) 2111	〒166-8570	杉並区阿佐谷南1-15-1
豊島区	☎ 03 (3981) 1111	〒171-8422	豊島区南池袋2-45-1
北区	☎ 03 (3908) 1111	〒114-8508	北区王子本町1-15-22
荒川区	☎ 03 (3802) 3111	〒116-8501	荒川区荒川2-2-3
板橋区	☎ 03 (3964) 1111	〒173-8501	板橋区板橋2-66-1
練馬区	☎ 03 (3993) 1111	〒176-8501	練馬区豊玉北6-12-1
足立区	☎ 03 (3880) 5111	〒120-8510	足立区中央本町1-17-1
葛飾区	☎ 03 (3695) 1111	〒124-8555	葛飾区立石5-13-1
江戸川区	☎ 03 (3652) 1151	〒132-8501	江戸川区中央1-4-1
八王子市	☎ 042 (626) 3111	〒192-8501	八王子市元本郷町3-24-1
立川市	☎ 042 (523) 2111	〒190-8666	立川市泉町1156-9
武蔵野市	☎ 0422 (51) 5131	〒180-8777	武蔵野市緑町2-2-28
三鷹市	☎ 0422 (45) 1151	〒181-8555	三鷹市野崎1-1-1
青梅市	☎ 0428 (22) 1111	〒198-8701	青梅市東青梅1-11-1
府中市	☎ 042 (364) 4111	〒183-8703	府中市宮西町2-24
昭島市	☎ 042 (544) 5111	〒196-8511	昭島市田中町1-17-1
調布市	☎ 042 (481) 7111	〒182-8511	調布市小島町2-35-1
町田市	☎ 042 (722) 3111	〒194-8520	町田市森野2-2-22
小金井市	☎ 042 (383) 1111	〒184-8504	小金井市本町6-6-3
小平市	☎ 042 (341) 1211	〒187-8701	小平市小川町2-1333
日野市	☎ 042 (585) 1111	〒191-8686	日野市神明1-12-1
東村山市	☎ 042 (393) 5111	〒189-8501	東村山市本町1-2-3
国分寺市	☎ 042 (325) 0111	〒185-8501	国分寺市泉町2-2-18
国立市	☎ 042 (576) 2111	〒186-8501	国立市富士見台2-47-1
西東京市	☎ 042 (464) 1311	〒188-8666	西東京市南町5-6-13
福生市	☎ 042 (551) 1511	〒197-8501	福生市本町5
狛江市	☎ 03 (3430) 1111	〒201-8585	狛江市和泉本町1-1-5
東大和市	☎ 042 (563) 2111	〒207-8585	東大和市中央3-930
清瀬市	☎ 042 (492) 5111	〒204-8511	清瀬市中里5-842
東久留米市	☎ 042 (470) 7777	〒203-8555	東久留米市本町3-3-1
武蔵村山市	☎ 042 (565) 1111	〒208-8501	武蔵村山市本町1-1-1
多摩市	☎ 042 (375) 8111	〒206-8666	多摩市関戸6-12-1
稲城市	☎ 042 (378) 2111	〒206-8601	稲城市東長沼2111
羽村市	☎ 042 (555) 1111	〒205-8601	羽村市緑ヶ丘5-2-1
あきる野市	☎ 042 (558) 1111	〒197-0814	あきる野市二宮350
瑞穂町	☎ 042 (557) 0501	〒190-1292	西多摩郡瑞穂町大字箱根ケ崎2335
日の出町	☎ 042 (597) 0511	〒190-0192	西多摩郡日の出町平井2780
奥多摩町	☎ 0428 (83) 2111	〒198-0212	西多摩郡奥多摩町氷川215-6
檜原村	☎ 042 (598) 1011	〒190-0212	西多摩郡檜原村467-1
大島町	☎ 04992 (2) 1443	〒100-0101	大島町元町1-1-14
新島村	☎ 04992 (5) 0240	〒100-0402	新島村本村1-1-1
三宅村	☎ 04994 (5) 0981	〒100-1212	三宅村阿古497
八丈町	☎ 04996 (2) 1121	〒100-1498	八丈町大賀郷2551-2
利島村	☎ 04992 (9) 0011	〒100-0301	利島村248
神津島村	☎ 04992 (8) 0011	〒100-0601	神津島村904
御蔵島村	☎ 04994 (8) 2121	〒100-1301	御蔵島村字入かねが沢
青ヶ島村	☎ 04996 (9) 0111	〒100-1701	青ヶ島村無番地
小笠原村	☎ 04998 (2) 3111	〒100-2101	小笠原村父島字西町