

## ステップ4 必携編 困ったときのページ

### ① 仕事上の悩みや不安なことについて相談したい！

#### ★みえけんろうどうそうだんしつ三重県労働相談室★

県では労働者の方や事業主の方であらゆる労働に関する困りごとの解決に少しでもお役に立てればと「労働相談室」を開設しています。とくめい(匿名でも受け付けます。)  
専門の相談員が解決に向けたアドバイスをいたします。お気軽にご利用ください。



**無料相談** ・津市栄町1丁目891 みえけんきんろうしやふくしかいかん 三重県勤労者福祉会館1F

#### ☆電話・メールでの相談も受け付けています！

・下記のメールアドレスに詳しい相談内容を明記のうえ、お送りください。

・ **059-213-8290** または **059-224-3110**

Eメール : [info@mie-kinfukukyo.or.jp](mailto:info@mie-kinfukukyo.or.jp)



☆時間 月・水・金曜日 午前9:00 ~ 午後5:00

火・木曜日 午前9:00 ~ 午後7:00

※但し、祝日、年末年始は除きます。

●働くうえでの困りごとは、それぞれの職場の労働組合しよくば ろうどうくみあい（参考：P38）でも相談できます。

まずは職場の労働組合に相談しましょう。

## ◎ 労働委員会のあっせんについて

三重県労働相談室に相談した結果、当事者だけでは解決することが難しいと判断された労働者と事業主とのトラブルについては、みえけんろうどういんかい三重県労働委員会が円満解決のお手伝いをする制度（あっせん制度）があります。あっせん申請は、「三重県労働相談室」が受け付けています。

### みえけんろうどういんかい ★三重県労働委員会★

労働委員会は、「労働組合や労働者」と「使用者」との間のトラブルを早期に解決するお手伝いをするために、全国の都道府県に設置されている行政委員会です。公益委員、労働者委員、使用者委員の三者で構成されており、公正・中立な立場で、

「ふとうろうどうこうい不当労働行為の審査」や「ろうしゆんそう労使紛争のあっせん」を行っています。（労働委員会のご利用は無料です。）

#### 「不当労働行為の審査」

労働組合法第7条で禁止されている不当労働行為（参考：P 38）の有無についての審査を行い、不当労働行為が行われている場合、労働組合や労働者を救済するための命令を使用者に発します。

#### 「労使紛争のあっせん」

「労働組合や労働者」と「使用者」の間で発生した次のような問題について、お互いの言い分を聞き、迅速な問題解決に向けた支援を行います。

- ・賃金の引き上げについて、労働組合と使用者の折り合いがつかない。
- ・突然、会社から解雇された。
- ・事前に説明もなく時給が引き下げられた。

三重県労働委員会事務局

〒 514-0004 津市栄町1丁目 954（三重県栄町庁舎 5 階）

☎ 059 - 224 - 3033



## ★三重労働局総合労働相談コーナー★

国（厚生労働省三重労働局）では、県内7か所で総合労働相談コーナーを設け、職場でのいじめ・嫌がらせ、解雇、労働条件引下げ等の職場のトラブルについて、労働者の方、事業主の方双方に対して、「個別労働関係紛争の解決の促進に関する法律」に基づき、次の3つの解決援助制度を用意しています。

- ① 総合労働相談
- ② 助言指導（相手方への民事判例等のアドバイスによる自主解決の促進）
- ③ 三重紛争調整委員会によるあっせん（話し合いの機会の設定）

機関名	電話番号	所在地	管轄区域
三重労働局 総合労働相談コーナー	059-226-2110	〒 514-8524 津市島崎町 327-2 三重労働局雇用環境・均等室内	県内全域
四日市 総合労働相談コーナー	059-351-1662	〒 510-0064 四日市市新正 2-5-23 四日市労働基準監督署内	四日市市、桑名市 いなべ市、桑名郡 員弁郡、三重郡
津 総合労働相談コーナー	059-291-6788	〒 514-0002 津市島崎町 327-2 津労働基準監督署内	津市、鈴鹿市 亀山市
松阪 総合労働相談コーナー	0598-51-0015	〒 515-0011 松阪市高町 493-6 松阪労働基準監督署内	松阪市 多気郡
伊勢 総合労働相談コーナー	0596-28-2164	〒 516-0008 伊勢市船江 1-12-16 伊勢労働基準監督署内	伊勢市、鳥羽市 志摩市、度会郡
伊賀 総合労働相談コーナー	0595-21-0802	〒 518-0836 伊賀市緑ヶ丘本町 1507-3 伊賀労働基準監督署内	伊賀市 名張市
熊野 総合労働相談コーナー	0597-85-2277	〒 519-4324 熊野市井戸町 672-3 熊野労働基準監督署内	尾鷲市、熊野市 北牟婁郡 南牟婁郡

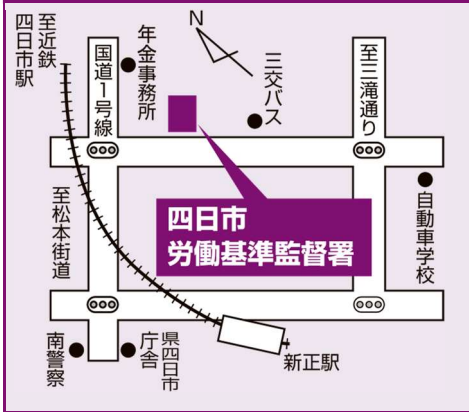
② <sup>かいこ</sup>解雇、<sup>ちんぎんふばらい</sup>賃金不払い、<sup>ろうどうさいがい</sup>労働災害・<sup>ほしやう</sup>補償について相談したい！

ろうどうきじゅんかんとくしょ  
★労働基準監督署★

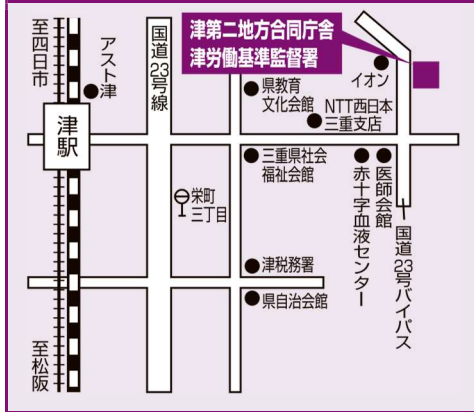
労働条件（労働時間、休日、休暇等）が労働基準法に違反していないかを監督する機関であり、解雇、賃金不払い、労働災害・補償の相談等を受け付けています。

機関名	電話番号	所在地	管轄区域
四日市労働基準監督署	方面（監督） 059-342-0340 安全衛生課 059-342-0341 労災課 059-351-1661	〒 510-0064 四日市市新正 2-5-23	四日市市、桑名市 いなべ市、桑名郡 員弁郡、三重郡
津労働基準監督署	方面（監督） 059-227-1282 安全衛生課 059-227-1284 労災課 059-227-1286	〒 514-0002 津市島崎町 327-2 (津第二地方合同庁舎 1F)	津市 鈴鹿市 亀山市
松阪労働基準監督署	0598-51-0015	〒 515-0011 松阪市高町 493-6 (松阪合同庁舎 3 F)	松阪市 多気郡
伊勢労働基準監督署	0596-28-2164	〒 516-0008 伊勢市船江 1-12-16	伊勢市、鳥羽市 志摩市、度会郡
伊賀労働基準監督署	監督・安衛課 0595-21-0802 労災課 0595-21-0803	〒 518-0836 伊賀市緑ヶ丘本町 1507-3 (伊賀上野地方合同庁舎 1 F・3 F)	伊賀市、名張市
熊野労働基準監督署	0597-85-2277	〒 519-4324 熊野市井戸町 672-3	尾鷲市、熊野市 北牟婁郡、南牟婁郡

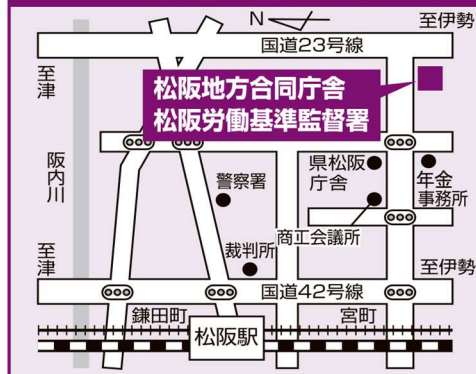
### 四日市労働基準監督署(付近図)



### 津労働基準監督署(付近図)



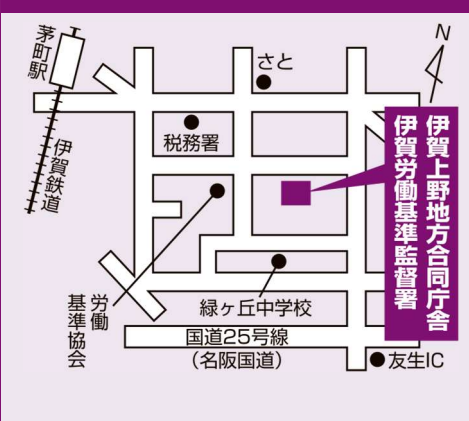
### 松阪労働基準監督署(付近図)



### 伊勢労働基準監督署(付近図)



### 伊賀労働基準監督署(付近図)



### 熊野労働基準監督署(付近図)



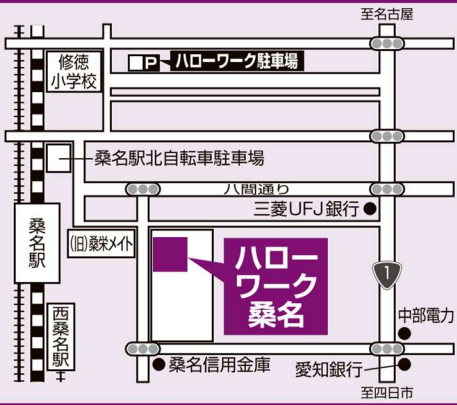
### ③ 仕事を探したい！

こうきょうしよくぎょうあんていじよ  
**★公共職業安定所（ハローワーク）★**

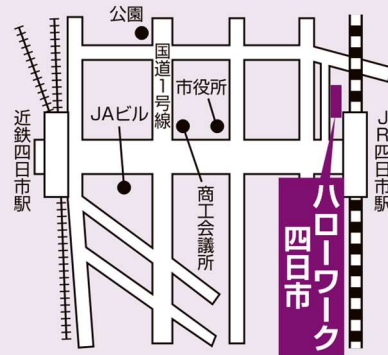
求人や求職の就職情報、労働者派遣事業、雇用保険、パートタイム労働に関する相談を受けています。

機関名	電話番号	所在地	管轄区域
ハローワーク桑名	0594-22-5141	〒 511-0078 桑名市桑栄町 1-2 サンファーレ北館 1F	桑名市、いなべ市 桑名郡、員弁郡 三重郡のうち朝日町
ハローワーク四日市	059-353-5566	〒 510-0093 四日市市本町 3-95	四日市市、三重郡 (朝日町除く)
ハローワーク鈴鹿	059-382-8609	〒 513-8609 鈴鹿市神戸 9-13-3	鈴鹿市、亀山市
ハローワーク津	059-228-9161	〒 514-8521 津市島崎町 327-1	津市
ハローワーク松阪	0598-51-0860	〒 515-8509 松阪市高町 493-6 (松阪合同庁舎 1F)	松阪市、多気郡
ハローワーク伊勢	0596-27-8609	〒 516-8543 伊勢市宮後 1-1-35 MiraISE 8階	伊勢市、鳥羽市 志摩市、度会郡 (大紀町錦を除く)
ハローワーク伊賀	0595-21-3221	〒 518-0823 伊賀市四十九町 3074-2	伊賀市、名張市
ハローワーク尾鷲	0597-22-0327	〒 519-3612 尾鷲市林町 2-35	尾鷲市、北牟婁郡度会郡のうち大紀町錦
ハローワーク熊野 (ハローワーク尾鷲・ 熊野出張所)	0597-89-5351	〒 519-4324 熊野市井戸町赤坂 739-3	熊野市、南牟婁郡

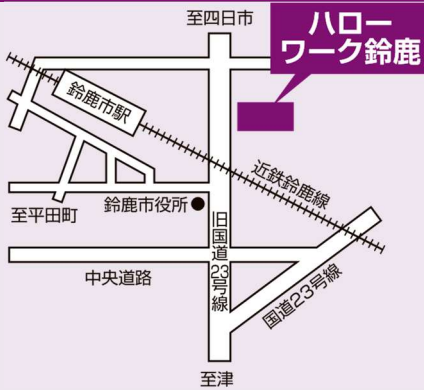
### ハローワーク桑名(付近図)



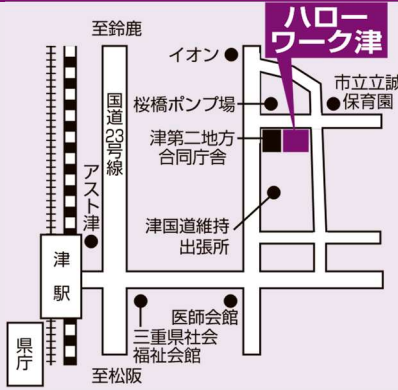
### ハローワーク四日市(付近図)



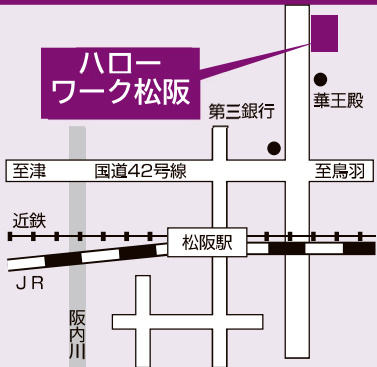
### ハローワーク鈴鹿(付近図)



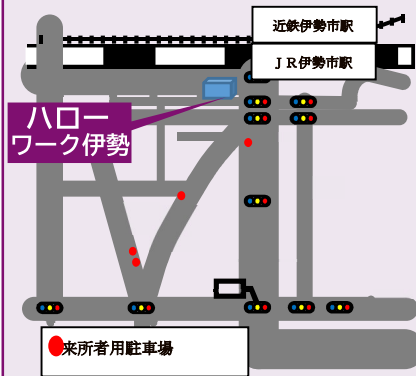
### ハローワーク津(付近図)



### ハローワーク松阪(付近図)



### ハローワーク伊勢(付近図)



### ハローワーク伊賀(付近図)





★その他の関連施設★

機関名	電話番号	所在地	業務内容
みえ新卒応援 ハローワーク	059-229-9591	〒514-0009 津市羽所町 700 アスト津3F (おしごと広場みえ内)	大学等卒業予定者、学卒等未就職者、若年求職者の職業相談・職業紹介
志摩市ふるさと ハローワーク	0599-46-0986	〒517-0501 志摩市阿児町鵜方 3098-9	職業相談 職業紹介
ハローワーク プラザ名張	0595-63-0900	〒518-0718 名張市丸之内 79 名張市総合福祉センター ふれあい1F	就職希望者を対象とした職業相談・職業紹介



#### ④ 働くことへの一歩を踏み出したい！

自立に悩みを抱える若者が社会への一歩を踏み出す応援をします。

#### ★地域若者サポートステーション（厚生労働省委託事業）★

地域若者サポートステーション（通称「サポステ」）は、厚生労働省の委託を受けた法人が運営しています。ご利用には予約が必要な場合もあります。事前にお問い合わせください。

仕事に就くことへの不安がある、人と話すのが苦手であるなどのさまざまな理由で社会への第1歩を踏み出せないでいる若者や、そのことを心配しているご家族の方を対象に就労に向けた支援を行っている支援機関です。どうぞ、お気軽にご相談ください。

##### ○対象者

＊無業の状態にある 49 歳以下の方およびその家族

##### ○こんな方々は、ぜひご相談ください

＊働きたいけど人間関係が苦手

＊学校を中退、卒業したけど進路が決まっていない

＊仕事に就いても長続きしない

＊働いていない子どもの将来が不安

##### ○支援の内容

＊本人、ご家族の相談、カウンセリング

＊各種セミナー、親の会等の開催

＊就労体験の実施

＊各種専門機関への紹介 など

詳細は下記までお問い合わせください

## 北勢

北勢地域若者サポートステーション (NPO 法人 市民社会研究所)

開所時間：火～土曜日／ 9 時 30 分～18 時 (休：日・月・祝日・年末年始)

所在地：四日市市諏訪栄町 3-4 星座ビル2階

電話：059-359-7280

メール：wakamono@hokusapo.com

H P：http://hokusapo.com/

## 中勢・東紀州

若者就業サポートステーション・みえ (公益財団法人三重県労働福祉協会)

開所時間：月～金曜日／ 9 時～18 時 (休：土・日・祝日・年末年始)

所在地：津市羽所町 700 番地 アスト津 3 階

電話：059-271-9333

メール：saposute@mie-kinfukukyo.or.jp

H P：http://www.mie-kinfukukyo.or.jp/sapostemie/

## 伊勢・志摩

いせ若者就業サポートステーション (NPO 法人 いせコンビニネット)

開所時間：月・火・木～土曜日／ 9 時～18 時 (休：日・水・祝日・年末年始)

所在地：伊勢市岩淵 1 丁目 2-29

いせ市民活動センター北館 (シティプラザ) 内 1 階

電話：0596-63-6603

メール：spst@e-ise.net

H P：https://spst.e-ise.net/

## 伊賀・名張

いが若者サポートステーション (NPO 法人えん)

開所時間：月～金曜日／ 9 時～17 時 (休：土・日・祝日・年末年始)

所在地：伊賀市上野丸之内 500 ハイトピア伊賀3階

電話：0595-22-0039

メール：iga-saposute@npo-en.or.jp

H P：https://npo-en.or.jp/

### なばりサテライト

所在地：名張市南町 822-2 名張産業振興センター・Aspia (アスピア) 4 階

利用時間：10 時～16 時 (要予約)

利用の際には、必ず「いが若者サポートステーション」に電話をかけて  
事前に予約を取ってください。

## ⑤ 若者の就職活動をサポートしてほしい！

### ★おしごと広場みえ★

若者一人ひとりの就職活動を支援します！

どんな職業に就いたらいいかわからないといった相談から、職業紹介まで、総合的なサービスを提供しています！

#### ○こんな方々に

- ・大学・短大・専門学校などに在学中の方
- ・現在求職活動中の方
- ・U・Iターン就職を希望している方
- ・働きたい女性の方

#### ○サポート内容

- ・就職活動に関する様々な情報を提供しています。
- ・ハローワークによる職業相談、求人情報の検索、紹介状の発行ができます。
- ・職業適性診断を受けられます。
- ・県内企業の企業案内等を閲覧できます。
- ・就職に役立つセミナー（じぶん発見セミナー、模擬面接等）を開催しています。
- ・オンラインによるキャリアカウンセリング・模擬面接

#### ○利用時間

月～金曜日 9時～18時、第1・第3土曜日 11時～17時  
（休日：土日祝日〈第1・第3土曜日は開所します〉、年末年始）

#### ○問合せ先 ☎059-222-3309 [さあ・さあ・ワーク]

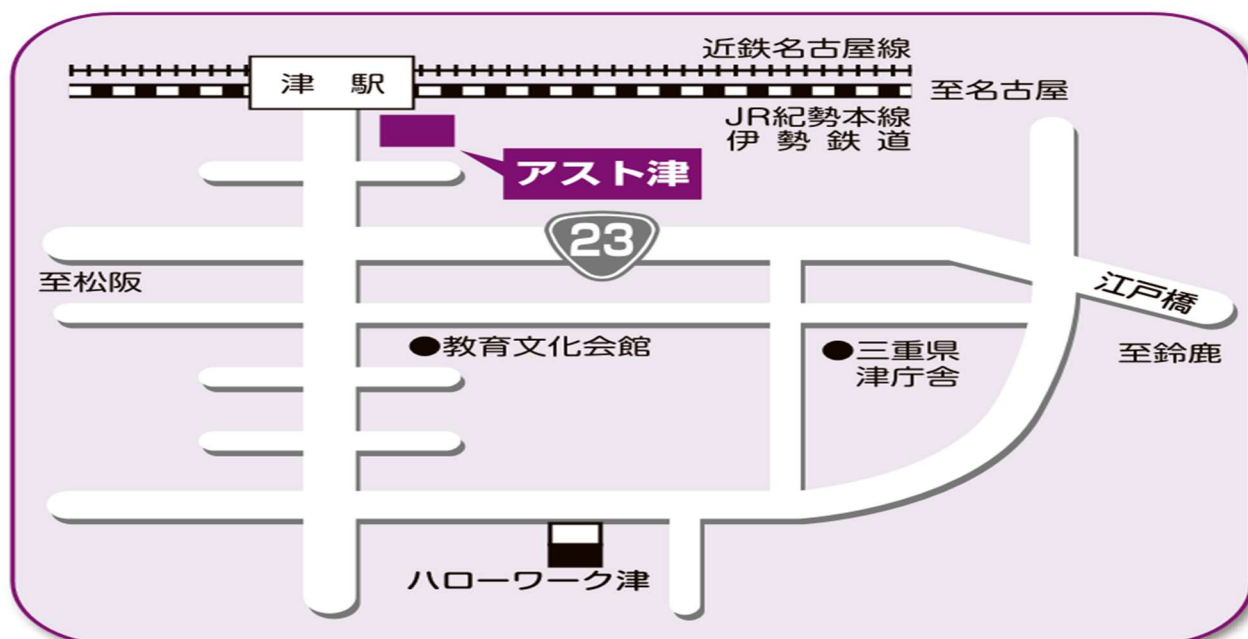
E - mail : [u-oshihiro@mie-kinfukukyo.or.jp](mailto:u-oshihiro@mie-kinfukukyo.or.jp)

HP : <https://www.oshigoto-mie.jp>

### ◎所在地&アクセス

住所：〒514-0009 津市羽所町700番地 アスト津3階

アクセス：近鉄・JR津駅東口 下車すぐ（駅直結）



⑥ 男女の雇用機会均等、仕事と家庭の両立支援、  
パートタイム・有期雇用労働等について相談したい！

★三重労働局 雇用環境・均等室★

- ・男女雇用機会均等法（職場におけるセクシュアルハラスメント対策を含む）、育児・介護休業法、パートタイム・有期雇用労働法、労働施策総合推進法等に関する相談を受け付けています。
- ・男女雇用機会均等法や、育児・介護休業法、パートタイム・有期雇用労働法、労働施策総合推進法上の問題で会社との間でトラブルがある場合、「助言・指導・勧告」「調停」といった紛争解決を援助するための制度が利用できます。

機関名	電話番号	所在地
三重労働局雇用環境・均等室	059-226-2318	〒 514-8524 津市島崎町 327-2 (津第二地方合同庁舎 2階)



## ⑦ 働くために必要な知識、技術、技能を身につけたい！

### ★三重県立津高等技術学校★

#### 「ものづくり」の基本は、技術・技能です。

技能・技術の習得と資格取得にチャレンジして、「ものづくり業界」で活躍できる卓越した技能者・技術者をめざしましょう。

「ものづくり業界」からのニーズが高い5つの科を用意しています。

訓練科	期間	目標
自動車技術科	2年	自動車業界で即戦力とされる2級自動車整備士をめざします
アーキデザイン科	1年	建築設計・現場管理に必要な知識・技能の習得をめざします

令和6年度より開講の新設科

ICTエンジニア科	2年	DX社会に対応できる、技術・技能の習得をめざします
産業技術科	1年	機械・電気電子・金属加工系の基本技能の習得をめざします

令和5年度より開講の新設科（修学期間：1年）

産業技術専攻科	1年	機械・電気制御・金属加工系の専門的な技能の習得をめざします
---------	----	-------------------------------

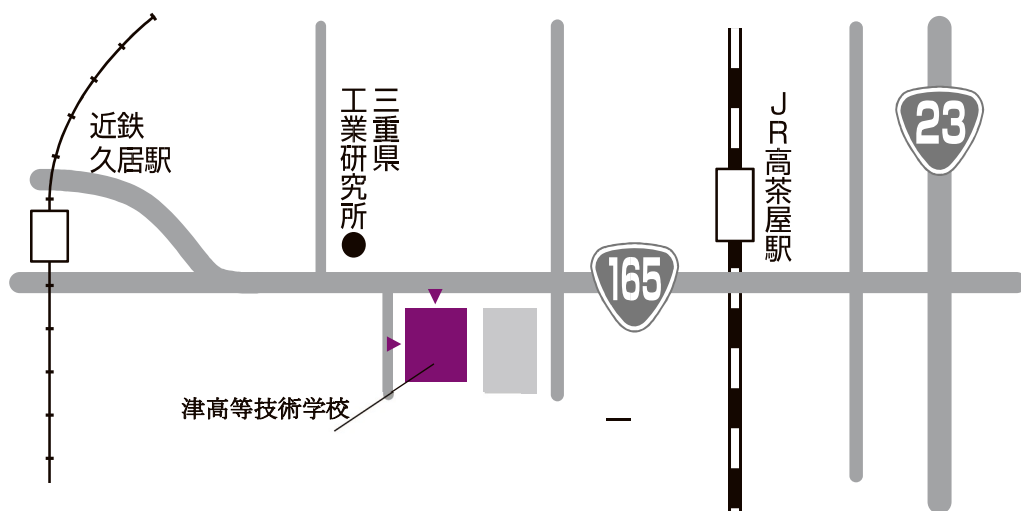
※その他詳細については県立津高等技術学校のホームページをご覧ください。

**【問合せ先】** 所在地：津市高茶屋小森町 1176-2  
 電 話：059-234-2839 / F A X：059-234-3668  
 E-mail：・kougi@kr.tcp-ip.or.jp  
 HP アドレス：https://www2.tcp-ip.or.jp/~tsutech/



**【アクセス】** 近鉄久居駅東口から三重交通バス（のりば1）で高茶屋団地前下車  
 徒歩5分（雲出鋼管町または香良洲公園行き）JR高茶屋駅下車徒歩15分

【付近の地図】



## ⑧ 健康保険、厚生年金、国民年金について知りたい！

### ★にほんねんきんきこう日本年金機構・ねんきんじむしょ年金事務所★

国民年金、健康保険（うち加入、保険料の納付手続に関する事）、厚生年金に関する相談を受け付けています。

機 関 名	電話番号	所 在 地
四日市年金事務所	059-353-5515	〒 510-8543 四日市市十七軒町 17-23
津年金事務所	059-228-9112	〒 514-8522 津市桜橋 3-446-33
松阪年金事務所	0598-51-5115	〒 515-8973 松阪市宮町 17-3
伊勢年金事務所	0596-27-3601	〒 516-8522 伊勢市宮後 3-5-33
尾鷲年金事務所	0597-22-2340	〒 519-3692 尾鷲市林町 2-23

※社会保険庁（社会保険事務所）の業務は、平成22年1月に設立された日本年金機（年金事務所）に引き継がれました。

### ★ぜんこくけんこうほけんきょうかいみえしぶ全国健康保険協会三重支部★

健康保険の給付申請、健康診査、保健指導、健康保険の任意継続などに関する相談を受け付けています。

〒 514 - 1195 津市栄町 4 丁目 255 番地 津栄町三交ビル  
電話 059 - 225 - 3311（代表）

⑨ その他いろいろな困りごとについて相談したい！

相談窓口名	相談内容	電話番号	相談時間 (祝日及び年末年始を除く)
三重県消費生活センター	商品の購入やサービス利用などのトラブルについて、電話相談、面接相談を実施しています。	059-228-2212	月～金曜日／ 9 時～12 時 13 時～16 時
三重県 交通事故相談窓口	交通事故でお悩みの方に、損害賠償、示談の進め方等について、電話、面接相談を実施しています。	059-224-2201	火～金曜日／9時～12 時 13 時～16 時
三重県人権センター	人権問題でお悩みの方に、助言や専門機関の紹介などを行い、相談者の自主的な解決を支援する電話相談、面接相談を実施しています。	059-233-5500	9 時～17 時 (年末年始を除く) ※弁護士による法律相談 (予約制) 第3水曜日／13 時～16 時
三重県 犯罪被害者等支援 総合的対応窓口	犯罪被害に遭われた方やその御家族等からの相談・問合せについて、総合的な対応を行うほか、三重県犯罪被害者等見舞金給付申請を受け付けています。	059-224-2664	月～金曜日／ 8 時 30 分～17 時 15 分

みえ性暴力被害者支援センター よりこ		性犯罪・性暴力の被害に遭われた方からの相談について、電話、メール、SNS(LINE)、面接相談を実施しています。	059-253-4115 又は #8891	月～金曜日/10時～17時							
三重県女性相談所 DV(ドメスティック・バイオレンス)相談		配偶者や恋人など、親しいパートナーからの暴力(DV)についての電話相談やSNS(LINE)相談を行っています。	059-231-5600	月、火、木、金曜日/9時～17時、水曜日/9時～20時 ※ご相談内容によっては、来所相談・法律相談等にもお繋ぎいたします。							
三重県こころの健康センター 自殺予防・自死遺族電話相談		こころの不調を感じている人、自死で家族を失った方の相談を行っています。	059-253-7823 0120-01-7823 (三重県内のみ)	月～金曜日/13時～16時							
三重県こころの健康センター ひきこもり・依存症専門電話相談		ひきこもり、アルコール、薬物、ギャンブル等依存症の方やその家族の方の相談を行っています。	059-253-7826	水曜日/13時～16時							
フレンテ みえ 相談室 (三重県男女共同参画センター)	女性のための総合相談(電話相談・面接相談・弁護士による法律相談・臨床心理士による心理相談)	女性の相談員による女性のための相談	電話相談 059-233-1133 (直通) (面接相談・弁護士による法律相談・臨床心理士による心理相談は電話相談にて予約)	時間・曜日	月	火	水	木	金	土	日
				朝 9:00～12:00	○	○	○	○	○	○	○
				昼 13:00～15:30	○	—	—	○	○	○	○
				夜 17:00～19:00	—	—	○	—	—	—	—
※・月曜日が祝日の場合、朝・昼の相談あり(翌平日は休館日)											
	男性のための電話相談	男性の相談員による男性のための電話相談	059-233-1134 (直通)	毎月第1木曜日 17時～19時							
	みえにじいろ相談 ～性の多様性に関する相談～	性の多様性に関するさまざまな悩みについて、ご本人や周囲の方のための電話・SNS相談	059-233-1134 (直通)	(電話相談) 毎月第1日曜日 13時～19時 毎月第3金曜日 14時～20時 (SNS相談) 毎月第2金曜日 14時～20時 毎月第4日曜日 13時～19時							