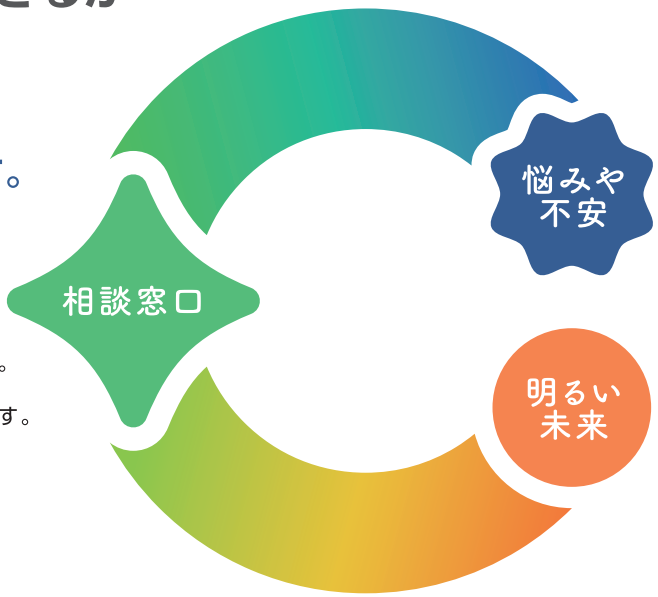
利用料 無料

不安を安心へつなげて、明るく働き続ける

介護と仕事の両立応援窓口

「介護」と「仕事」、両立できるか不安ではありませんか?



その悩み、ひとりで抱えなくて大丈夫です。

介護は、誰にとっても突然始まる可能性があります。
準備や知識が不足したまま対応すると、
離職や心身の不調につながってしまうケースも少なくありません。
従業員の離職は、企業にとっても大切な人材の損失につながります。
この相談窓口は、「介護があっても働き続けられる選択肢」を
一緒に考えるための場所です。

つながるケア、つづけるキャリア。

Connect Care, Continue Career.

まずはお気軽にご相談ください



解決にむけた第一歩、解決への糸口としてお気軽にご相談ください



- 突然、介護に向き合うことになり混乱している
- 介護休業や介護サービス等の制度がどこまで使えるのか分からない
- 上司や会社へ、どのように切り出せばいいか悩んでいる
- 介護休業や時短勤務の制度はあるが、どう運用すればよいのか不安
- 介護を抱える従業員に対して、業務配分やシフト調整をどのように行えばいいのだろう など

電話での相談はこちら

Tel.0120-483-672

受付時間:平日9:00～20:00 / 土日祝日 12/29～1/3を除く

1回最大30分、一人につき最大3回まで、匿名ご相談可

Webからの相談はこちら

介護と仕事の両立応援窓口 検索

※いただいたご相談の内容に応じ、お電話にて
ご連絡させていただく場合がございます

東京都産業労働局　介護と仕事の両立応援窓口

介護と仕事の両立応援窓口とは

都内在勤の方、都内企業の経営者、人事労務担当などの皆様から「介護と仕事の両立」や「制度等への対応」に関するご相談を電話や相談フォームで受け付けます。

※ご相談は1回あたり最大30分程度、一人あたり最大3回まで。匿名でご相談いただけます。
寄せられた相談内容の秘密は厳守いたします。

安心して相談できる体制

介護対応に精通した専門家が、相談に乗ります。相談内容がまとまっていなくても、大丈夫。
介護があっても働き続けられる方法を、一緒に考えましょう。お気軽にご相談ください!

私たちが対応します!



ケアマネジャー（介護支援専門員）
介護保険サービスに関することetc



社会保険労務士
介護休業の制度に関することetc



心理カウンセラー
不安や悩みに関することetc



介護福祉士
介護の実践に関することetc

相談にあたってのよくある質問



まだ何に困っているかも整理できて
いないのですが、相談してもいいですか。

「不安がある」「気になることがある」といった
段階から、お気軽にご相談ください。





相談窓口では、どのような支援を
受けることができますか。

状況の整理やアドバイス、介護制度のご案内や支援窓口の
紹介を行っています。詳しくは、右下のQRコードから事業
ホームページへアクセスいただき、詳細をご確認ください。



お問い合わせ先：介護と仕事の両立応援窓口　運営事務局
（受託者　アデコ株式会社）
https://www.kaigo-ryouritsu.metro.tokyo.lg.jp/

女性活躍の輪 Women in Action
R70 古紙パルプ配合率70%再生紙を使用
リサイクル適性Ⓐ この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。