

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



悩みや不安



相談



解消

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

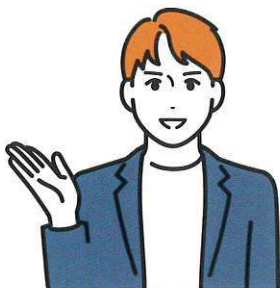
都内在勤の方、都内企業の経営者、人事労務担当などの皆様から「**介護と仕事の両立**」や「**制度等への対応**」に関するご相談を**電話や相談フォーム**で受け付けます。

※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 介護休業の制度に関することetc

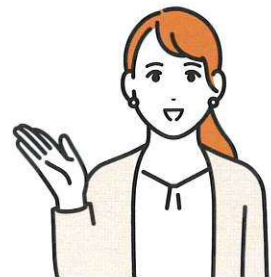


社会保険労務士



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

R60

古紙ハルプ配合率60%再生紙を使用

リサイクル適性(A)

この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。



東京都産業労働局



介護と仕事の両立応援窓口