

困ったときの 相談窓口



① 仕事上の悩みや不安なことについて、相談したい!

しまね けんちよう こようせいさく か 島根県庁雇用政策課

県では、労働者の方や事業主の方を対象に、労働相談窓口を設置しています。働くことに関する諸問題について、相談員がお話をうかがいます。お気軽にご利用ください。

例：賃金・退職金の支払い、労働時間、ハラスメントなど

〔電話・面談〕

相談日：毎週月・水・金曜日（原則）

相談時間：8：30～17：15

労働相談専用ダイヤル：0852-22-6557

〔メール〕

メールde労働相談

いつでもインターネットからメールでの労働相談が可能です。

雇用政策課のホームページ上に労働相談専用の入力フォームを用意しています。

島根県雇用政策課

検索



QRコードからも
アクセスできます。

問合せ先：島根県商工労働部雇用政策課 労働福祉グループ

☎0852-22-5297 FAX 0852-22-6150

働くうえでの困りごとは…

それぞれの職場の労働組合（参考：P.40）でも相談できます。

労働委員会は、「労働組合・労働者」と「事業主」との間のトラブルを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、県の機関です。

○中立・公正な立場で、3者の委員が問題解決のお手伝いをします。

- ・公益委員（弁護士など）
 - ・労働者委員（労働組合役員など）
 - ・使用者委員（企業経営者など）
- それぞれの視点を生かして、総合的な観点から、「不当労働行為の救済」や「労使紛争のあっせん」を行っています。

○労使トラブルの解決に向けて、次のようなお手伝いをします。

・不当労働行為（働く人が団結する権利を侵害する行為）の救済

使用者が不当労働行為（参考：P40）を行ったかどうか審査し、行っていた場合には是正させる命令を出して、労働組合や労働者を救済します。

・労使紛争のあっせん

当事者だけでは解決することが難しい、労働者と事業主とのトラブルについて、島根県労働委員会が円満解決のお手伝いをする「あっせん」制度があります。「労働組合・労働者」と「事業主」の間で発生した次のようなトラブルについて、お互いの言い分を聞いて、トラブルの解決に向けた話し合いを支援します。

例）賃金の引き上げについて、労働組合と事業主の折り合いがつかない。

突然、会社から解雇された。

事前に説明もなく給料が引き下げられた。

職場のトラブルでお困りの方に…

労働問題の専門家が解決をお手伝いします！

【問合せ先】

島根県労働委員会事務局

〒690-8501 松江市殿町8番地（島根県庁南庁舎1階）

☎0852-22-5450 FAX 0852-25-6950

Eメール rodou@pref.shimane.lg.jp

しまね ろうどうきょく そうごう ろうどう そうだん
島根労働局総合労働相談コーナー

国（厚生労働省島根労働局）では、県内5ヶ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 島根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
島根労働局 総合労働相談コーナー	0852-20-7009	松江市向島町134番10 松江地方合同庁舎5階 島根労働局雇用環境均 等室内	県内全域
松江総合労働相談コーナー	0852-31-1166	松江市向島町134番10 松江地方合同庁舎2階 松江労働基準監督署内	松江市・安来市・雲南 市のうち大東町、加茂 町、木次町・仁多郡・ 隠岐郡
出雲総合労働相談コーナー	0853-21-1240	出雲市塩冶善行町13番地3 出雲地方合同庁舎4階 出雲労働基準監督署内	出雲市・大田市・雲南 市のうち三刀屋町、吉 田町、掛合町・飯石郡
浜田総合労働相談コーナー	0855-22-1840	浜田市田町116-9 浜田労働基準監督署内	浜田市・江津市・邑智郡
益田総合労働相談コーナー	0856-22-2351	益田市あけぼの東町4-6 益田地方合同庁舎3階 益田労働基準監督署内	益田市・鹿足郡

利用時間：月～金曜日 8：30～17：15（祝日と年末年始を除きます）

くらしサポートセンター島根

仕事・家庭・暮らしの問題について相談をお受けしています。

雇用、賃金、パワハラ、セクハラ、差別などの労働問題全般および日常生活上にかかる生活苦、借金、子育て、医療・介護、こころの健康、家族関係などの悩みや問題について、どこに相談してよいかわからないとき…そんなとき、「くらしサポートセンター島根」がお力になります。

ひとりで悩まないで、お気軽にご相談ください。

〔電話・面談〕

相談日：月～金曜日 10：00～16：00（祝日を除く）

フリーダイヤル：0120-154-052

面談相談の場合は、事前予約が必要です。

問合せ先：一般社団法人島根県労働者福祉協議会

〒690-0007 松江市御手船場町557-7（労働会館内）

☎ 0852-23-3302 / FAX 0852-23-3303

URL：<http://shimane.rofuku.net/>



かいこ ちんぎん ふばら ろうどうさいがい ほししょう
② 解雇、賃金不払い、労働災害・補償について相談したい!

ろうどう きじゆんかんとくしよ
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・補償の相談などを受け付けています。

機関名	電話番号	所在地	管轄区域
松江労働基準監督署	0852-31-1166	松江市向島町134番10 松江地方合同庁舎2階	松江市・安来市・雲南市のうち大東町、加茂町、木次町・仁多郡・隠岐郡
松江労働基準監督署 隠岐の島駐在事務所	08512-2-0195	隠岐郡隠岐の島町 城北町55番地 隠岐の島地方合同庁舎	隠岐郡
出雲労働基準監督署	0853-21-1240	出雲市塩冶善行町13番地3 出雲地方合同庁舎4階	出雲市・大田市・雲南市のうち三刀屋町、吉田町、掛合町・飯石郡
浜田労働基準監督署	0855-22-1840	浜田市田町116-9	浜田市・江津市・邑智郡
益田労働基準監督署	0856-22-2351	益田市あけぼの東町4-6 益田地方合同庁舎3階	益田市・鹿足郡

利用時間：月～金曜日 8：30～17：15（祝日と年末年始を除きます）

こよう き かいきんとう りょうりつ しえん
③ 男女の雇用機会均等、仕事と家庭の両立支援、パート労働について相談したい!

男女雇用機会均等法や、育児介護休業法、パートタイム労働法上の問題で会社との間でトラブルがある場合、「労働局長による紛争解決の援助」「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。

しまね ろうどうきよく こようかんきょう きんとうしつ
島根労働局雇用環境・均等室

機関名	電話番号	所在地
島根労働局雇用環境・均等室	0852-31-1161	〒690-0841 松江市向島町134番10 松江地方合同庁舎5階

④ 仕事を探したい！

こうきょうしよくぎょうあんていしよ 公共職業安定所（ハローワーク）

職業相談、職業訓練、雇用保険に関する相談を受けています。
また、仕事上の不安などに関する相談も受けています

機関名	電話番号	所在地	管轄区域
ハローワーク松江	0852-22-8609	〒690-0841 松江市向島町134番10 松江地方合同庁舎2階	松江市
ハローワーク隠岐の島	08512-2-0161	〒685-0016 隠岐郡隠岐の島町城北町55 隠岐の島地方合同庁舎	隠岐郡
ハローワーク安来	0854-22-2545	〒692-0011 安来市安来町903-1	安来市
ハローワーク浜田	0855-22-8609	〒697-0027 浜田市殿町21-6	浜田市、江津市(桜江町を除く)
ハローワーク川本	0855-72-0385	〒696-0001 邑智郡川本町川本301-2	邑智郡、江津市桜江町
ハローワーク出雲	0853-21-8609	〒693-0023 出雲市塩冶有原町1-59	出雲市
ハローワーク益田	0856-22-8609	〒698-0027 益田市あけぼの東町4-6 益田地方合同庁舎1階	益田市、鹿足郡
ハローワーク雲南	0854-42-0751	〒699-1311 雲南市木次町里方514-2	雲南市、仁多郡、飯石郡
ハローワーク石見大田	0854-82-8609	〒694-0064 大田市大田町大田口1182-1	大田市

利用時間：月～金曜日 8：30～17：15（祝日と年末年始は除きます。）

※ハローワーク松江では、月・金曜日17：15～19：00まで、第二・第四土曜日は10：00～17：00まで、在職中の方など平日日中にハローワークを利用できない方を中心に職業相談を行っています。（雇用保険の手続きはお取り扱いできません。）

ハローワーク関連施設

※雇用保険の受給手続きなど一部お取り扱いできない業務がありますので、詳しくは各機関におたずねください。

機関名	電話番号	所在地利用時間	業務内容
駅前しごとプラザ松江	0852-28-8700		職業相談 職業紹介
ハローワーク松江 マザーズコーナー	0852-20-2949	〒690-0003 松江市朝日町478-18 松江テルサ3階 (利用時間9:30~18:00)	子育て中の方、これから子育てをお考えの方 対象 職業相談、職業紹介
松江新卒応援 ハローワーク	0852-28-8609		若年求職者対象 職業相談 職業紹介
ハローワーク出雲 マザーズコーナー	0853-24-8044	〒693-0001 出雲市今市町2065番地 パルメイト出雲2階 (利用時間9:00~17:00)	子育て中の方、これから子育てをお考えの方 対象 職業相談、職業紹介
ワークステーション江津	0855-54-0952	〒695-0011 江津市江津町1518-1 江津ひとまちプラザ (パレットごうつ)2階 (利用時間9:00~17:00)	職業相談 職業紹介

定休日：土日祝日及び年末年始

⑤若者の就職活動を強かにサポートしてほしい!

しんそつおうえん

新卒応援ハローワーク

大学生、短大生、専門学校生、高専学生等のための専門のハローワークです。
新卒の方、既卒（3年以内）の方を対象に就職支援を行っています。

○サポート内容

- ☆担当制により、就職実現まで一貫した職業相談、職業紹介をフォローします。
- ☆就活力アップや応募書類の書き方などの各種セミナー、企業との就職面接会を行います。
- ☆学校への出張相談も毎週行っています。
- ☆地元の求人情報や企業情報を提供します。
- ☆ご要望に応じて、個別の求人開拓や企業への問い合わせを行います。

○利用時間

9：30～18：00（定休日：土曜日、日曜日、祝日、年末年始）

○問合せ先

松江新卒応援ハローワーク

所在地：〒690-0003 松江市朝日町478-18 松江テルサ3階

☎0852-28-8609



ジョブカフェしまね

ジョブカフェしまねは、“島根で働く”を全力でバックアップします！

ハローワークで具体的な仕事を探す前に専門のキャリアアドバイザーによるきめ細かな相談対応でお役に立てます。

県内外で合同企業説明会や就職面接会などのイベントも実施しています。

就活に役立つ様々なサポートを無料でご利用いただけますので、お気軽にお越しください！

○サポート内容

①キャリア相談

就職に関することなら何でも、専門のキャリアアドバイザーに個別にご相談いただけます。

☆しっかり相談(要予約：50分)

☆ちょこっと相談(予約不要：20分まで)

②就職応援ミニセミナー

就活に役立つミニセミナーを開催しています。

面接トレーニング講座、ビジネスマナー講座などを開催しています。

③適職診断

パソコンで適性を探り、自分自身を知ることができます。

④求人企業情報の検索

⑤就活関連書籍の貸し出し

就活に役立つ本を1週間に3冊まで借りられます。

⑥応募書類の作成プリントアウト

パソコンを使って応募書類を作成できます。アドバイザーによる添削指導も受けられます。

○利用時間

9：30～18：00

○問合せ先

ジョブカフェしまね

松江センター 所在地：〒690-0003 松江市朝日町478-18 松江テルサ3階

☎0120-67-4510 (定休日：日、祝日、年末年始)

浜田ブランチ 所在地：〒697-0034 浜田市相生町1391-8 シティルク浜田2階

☎0120-45-4970 (定休日：土日、祝日、年末年始)



地域若者サポートステーション

地域若者サポートステーション（通称「サポステ」）は、自立に悩みを抱える若者が就労への一歩を踏み出す支援をしています。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。



○こんな方々は、ぜひご相談ください

- * 働きたいけど不安（働いたことがない、社会経験が少ない、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

○対象者

- * 15歳から39歳の無業状態にある方で就職への意欲などがあると認められる方及びその家族

○支援の内容

- * 個別相談、出張相談（松江、出雲、安来、雲南、隠岐、大田、浜田、益田）
- * 臨床心理士による心の専門相談、キャリアカウンセラーによるお仕事相談
- * 各種セミナー（コミュニケーションセミナー、お仕事セミナー、社会人セミナー）
- * 保護者交流会
- * 就労後の定着及びステップアップ支援など

詳細は、下記へお問い合わせください

【問合せ先】

しまね東部若者サポートステーション

所在地：〒690-0003松江市朝日町498 松江センタービル5階

☎ 0852-33-7710 Email：matsue@genki-ouen.or.jp

しまね西部若者サポートステーション

所在地：〒697-0016浜田市野原町1826-1 いわみーる1階

☎ 0855-22-6830 Email：hamada@genki-ouen.or.jp

⑥ 働くために必要な知識、技術、技能を身につけたい!

しまね けんりつこうとう ぎじゅつこう 島根県立高等技術校

就職するために必要な技術、専門知識や資格を習得するための職業訓練を行う職業能力開発施設です。県内産業界で活躍できる技術者、技能者を目指しましょう。

校	区分	訓練科名	期間	主な取得資格
東部高等技術校	普通課程	美容科	2年	美容師国家資格
		自動車工学科	2年	2級自動車整備士（ガソリン・ジーゼル）
		住環境・土木科	2年	測量士補、2級土木及び2級管工事施工管理技士（学科）等
		ものづくり機械加工科	1年	技能検定2級（普通・NC旋盤等）、溶接技能特別講習
		Webデザイン科	1年	ウェブデザイン技能検定等
	短期課程	建築科	1年	技能検定2級（建築大工）
		ハウスアート科	1年	技能検定2級（左官）、車両系建設機械、特別教育等
		介護サービス科 （知的障がい者対象）	1年	介護職員初任者（旧ホームヘルパー2級）
西部高等技術校	普	OAシステム科	1年	ITパスポート、日商PC検定2級、日商簿記検定2級
	短期課程	建築科	1年	技能検定2級（建築大工）
		機械加工・溶接科	1年	技能検定2級（普通・NC旋盤等）、溶接技能特別講習
		事務ワーク科	6月	日商簿記検定3級、QC検定3級
		総合実務科 （障がい者対象）	5月	進路に応じて個別にサポート

普通課程：入校料（5,650円）と授業料（118,800円／年）が必要（免除規定あり）。
教材費等実費負担あり。

短期課程：入校料、授業料は無料。教材費等実費負担あり。

【問合せ先】

東部高等技術校 〒693-0043 出雲市長浜町3057-11 ☎0853-28-2733

西部高等技術校 〒698-0041 益田市高津4丁目7-10 ☎0856-22-2450

ポリテクカレッジ島根

「ものづくり」に興味があり、国際化、情報化時代に適応できる感性を持った「実践技術者」として科学（知識）・技能・技術を身に付け、自分の強みを伸ばしたいと思う意欲ある「あなた」をサポートします。

専門課程	科名	期間	主な取得資格
	生産技術科	2年	技能検定2級（旋盤・フライス・盤機械保全）
	電子情報技術科	2年	基本情報技術者試験, 技能検定（電子機器組立て等）
	住居環境科	2年	2級建築士受験資格, 建築CAD検定試験

入学金（169,200円）と授業料（390,000円／年）が必要。教材費等実費負担あり。（H28.10.31現在）

【問合せ先】

〒695-0024 島根県江津市二宮町神主1964-7

ポリテクカレッジ島根（独立行政法人高齢・障害・求職者雇用支援機構島根支部中国職業能力開発大学校附属島根職業能力開発短期大学校）

☎ 0855-53-4567

ポリテクセンター島根

技能と技術を身に付けて“就活のスタートライン”に立ちませんか？

まずは、見学会（無料）に参加しましょう！

訓練期間は、6か月。ただし、導入訓練から始める場合は7か月になります。

訓練科名	
CADオペレーション科	電気設備技術科（若年者コース）
実践機械加工科（若年者コース）	住宅リフォーム技術科
金属加工科	情報システムサービス科
ビル管理技術科	ビジネスワーク科
電気設備技術科	

・授業料は無料 ・教科書代3,000円～30,000円 ・訓練科の変更の可能性あり

【問合せ先】

〒690-0001 島根県松江市東朝日町267

ポリテクセンター島根（独立行政法人高齢・障害・求職者雇用支援機構島根支部島根職業能力開発促進センター）

☎0852-31-2309

⑦ 健康保険、厚生年金、国民年金について知りたい！

にっぽんねんきん きこう ねんきんじむしょ 日本年金機構・年金事務所

健康保険、厚生年金、国民年金に関する相談を受け付けています。ただし、健康保険の給付申請、健康診査など、全国健康保険協会の事業に関する相談は、全国健康保険協会島根支部にお問い合わせください。

機 関 名	電話番号	所 在 地
松江年金事務所	0852-23-9540(代)	〒690-8511 島根県松江市東朝日町107
出雲年金事務所	0853-24-0045(代)	〒693-0021 島根県出雲市塩冶町1516-2
浜田年金事務所	0855-22-0670(代)	〒697-0017 島根県浜田市原井町908-26

※ 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構（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 しまねしぶ 全国健康保険協会（協会けんぽ）島根支部

健康保険の給付申請、生活習慣病予防健診・特定健康診査、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。

〒690-8531 松江市学園南1-2-1くにびきメッセ西棟2階

☎0852-59-5139（代）

URL: <http://www.kyoukaikenpo.or.jp/shibu/shimane/>

⑧ その他の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	所在地電話番号	相談時間 (祝日及び年末年始を除く)
島根県消費者センター	商品の購入やサービスの提供に関する事業者とのトラブルなどについて、電話相談、来所相談を実施しています。	〒690-0887 松江市殿町8-3 市町村振興センター5階 ☎0852-32-5916	日～金曜日 8：30～17：00 (日曜日は電話のみで 12：00～13：00を除く)
島根県消費者センター 石見地区相談室		〒698-0007 益田市昭和町13-1 県益田合同庁舎2階 ☎0856-23-3657	月～金曜日 8：30～12：00 13：00～17：00
島根県交通事故相談所	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、電話相談、面談相談を行っています。	〒690-8501 松江市殿町8 県庁南庁舎別館1階 ☎0852-22-5102	月～金曜日 9：00～12：00 13：00～16：00
島根県交通事故相談所 浜田相談室		〒697-0041 浜田市片庭町254 県浜田合同庁舎1階 ☎0855-29-5563	毎週水曜日 9：00～12：00 13：00～16：00
島根県人権啓発推進センター	人権に関する相談に応じたり、相談内容によって専門の相談機関を紹介するなど、問題の解決に向けた支援を行います。電話相談、面接相談を実施しています。	〒690-8501 松江市殿町8 県庁南庁舎1階 ☎0852-22-7701	月～金曜日 8：30～17：15
島根県西部人権啓発推進センター		〒697-0041 浜田市片庭町254 県浜田合同庁舎1階 ☎0855-29-5530	月～金曜日 8：30～17：15
島根県女性相談センター	配偶者や恋人など、パートナーからの暴力などについて電話・面接相談を行っています。	〒690-0882 松江市北田町48-1 ☎0852-25-8071	月～金曜日 8：30～17：00 *女性相談センターでは土日の電話相談も行います。
島根県女性相談センター西部分室 (あすてらす女性相談室)		〒694-0064 大田市大田町大田イ236-4 ☎0854-84-5661	*このほか、児童相談所（出雲、浜田、益田、隠岐）でも相談できます。(祝日・休日・年末年始を除く)
島根県立心と体の相談センター (心のダイヤル)	気分が沈みがちでよくよする、仕事が見つからないなど心の健康に関する相談を行っています。	〒690-0011 松江市東津田町1741-3 いきいきプラザ島根2階 ☎0852-21-2885	月～金曜日 8：30～17：15