

※以下共通ダイヤルにお掛けいただくと、最寄りの社労士会に繋がります。

総合労働相談所・社労士会労働紛争解決センター共通ダイヤル

0570-064-794

都道府県社会保険労務士会 総合労働相談所

令和7年6月3日現在

北海道・東北地域

都道府県会名	電話番号	受付方法	相談日
北海道	011-520-1953	電話相談又は対面相談	月・水・金曜 17時～20時／土曜 13時～16時 ※祝日・年末年始を除く
青森県	017-773-5179	電話予約後、 指定日に電話相談又は対面相談	第3土曜 13時～16時
岩手県	019-651-2373	電話・県会 HP からの事前予約後、 指定日に電話相談又は対面相談	第2・4水曜 13時～16時 ※祝日を除く
宮城県	022-223-0573	電話予約後、 指定日に対面相談	水曜 13時～17時 ※祝日・夏季休暇・年末年始を除く
秋田県	018-853-9061	電話、FAX、メール、県会 HP 申込フォームからの予約後、指定日に対面相談	火・金曜 13時～17時 ※祝日・8/13～16・12/29～1/4を除く
山形県	023-631-2959	電話又はメール予約後、 指定日に対面相談又は電話相談	第2・4土曜 9時～13時
福島県	024-526-2270	電話予約後、指定日に電話相談又は 対面相談又は ZOOM 相談	第4水曜 13時～17時 ※祝日を除く

関東・甲信越地域

都道府県会名	電話番号	受付方法	相談日
茨城県	029-350-4864	県会 HP 申込フォーム又は FAX 予約後、指定日に対面相談	①水戸市役所 第4火曜 ②日立市役所 第4木曜 ③土浦市役所 第2金曜 ④古河市役所 第3火曜 ⑤龍ヶ崎市役所 第2水曜 ⑥つくば市役所 第2水曜 いずれも 13時30分～16時30分
栃木県	028-647-2028	電話又は県会 HP 申込フォームから予 約後、指定日に対面相談	第1・3水曜 13時30分～16時30分
群馬県	027-255-4864	電話予約後、指定日に対面相談	木曜（原則月4回）10時～15時 ※休日の場合は除く
埼玉県	048-826-4860	電話、FAX 又は県会 HP 申込フォーム から予約後、指定日に対面相談	水曜 10時～16時 ※祝日の場合は翌日とする
千葉県	043-224-8701	①電話予約後、指定日に電話相談又 は対面相談 ②県会 HP 申込フォームから予約後、 ZOOM 相談	①電話相談又は対面相談 水曜 10時～16時 ②ZOOM 相談 水曜 11時～16時 ※祝日を除く
東京都	①電話相談 03-5289-8844 ②対面相談（要予約） 03-5289-8833	電話相談又は電話予約後、指定日に 対面相談	①電話相談 月・水曜 10時～16時 ②対面相談 火・木曜／第1・3土曜 10時30分～15時50分 ※祝日・年末年始除く ※社労士会行事により変更の場合あり
神奈川県	045-650-5740	電話相談（当面の間）	火・木曜 10時～16時 ※祝日・事務局閉所日を除く
新潟県	025-250-7759	電話予約後、指定日に対面相談	月～金曜 10時30分～16時 ※祝日・夏季休暇・年末年始を除く
山梨県	055-244-6064	電話又はメール予約後、 指定日に対面相談	事務局で随時受付、可能な限り相談者の希望日に実施

長野県	026-267-6220	県会 HP より予約後、 指定日に電話相談	水曜 12 時～14 時 20 分 ※祝日を除く
-----	--------------	--------------------------	-----------------------------

中部地域

都道府県会名	電話番号	受付方法	相談日
富山県	076-413-4801	電話予約後、 指定日に電話相談又は対面相談	第 1・2・4 水曜 13 時 30 分～16 時
石川県	076-291-5418	電話相談又は対面相談	火・水・木曜 12 時～17 時 ※土・日・祝日及び年末年始等を除く
福井県	0776-21-8157	電話予約後、 指定日に電話相談又は対面相談	第 1・3 金曜 14 時～17 時 ※祝日を除く
岐阜県	058-272-2470	電話相談もしくは、電話又はメール 予約後、指定日に対面相談	月・水・金曜 13 時～17 時 ※祝日・夏季休暇・年末年始を除く
静岡県	054-249-1101	電話予約後、 指定日に電話相談又は対面相談	金曜 13 時～17 時 ※祝日を除く
愛知県	052-871-2278	電話予約後、 指定日に電話相談又は対面相談	月～金曜 10 時～16 時 ※祝日を除く
三重県	059-228-6064	電話相談	水曜 13 時～16 時 ※祝日を除く

近畿地域

都道府県会名	電話番号	受付方法	相談日
滋賀県	077-526-3760	電話予約後、指定日に対面相談	土曜 13 時～17 時
京都府	075-417-1881	電話予約後、 指定日に電話相談又は対面相談	水曜 10 時～16 時 ※祝日・社労士会行事日を除く
大阪府	06-4800-8188	電話相談又は対面相談	火曜（社会保険関係）木曜（労働関係） いずれも 13 時～17 時（受付は 16 時 30 分まで） ※祝日・年末年始・社労士会行事日を除く
兵庫県	078-360-4864	電話予約	原則月・金曜 13 時～16 時
奈良県	0742-23-3917	電話相談又は対面相談	土曜 13 時～17 時 ※祝日を除く
和歌山県	073-425-6584	電話予約後、指定日に対面相談	第 2 水曜 13 時～16 時 ※祝日を除く

中国・四国地域

都道府県会名	電話番号	受付方法	相談日
鳥取県	0857-36-0291	電話予約後、指定日に対面相談	水曜 10 時～16 時 ※祝日を除く
島根県	0852-26-0402	電話予約後、指定日に対面相談	事務局で随時受付、可能な限り相談者の希望日に実施
岡山県	086-226-0164	前日までに電話予約後、指定日に電 話相談	第 1～4 金曜 13 時～16 時
広島県	0120-73-0610	電話予約後、 指定日に電話相談又は対面相談	第 2・3・4 木曜 10 時～16 時 ※祝日を除く
山口県	083-923-1720	電話予約後、 指定日に対面相談	木曜 14 時～17 時 ※祝日を除く
徳島県	088-654-7777	電話予約後、 指定日に電話相談又は対面相談	月～金曜 9 時～17 時 ※祝日・8/13～8/15・12/29～1/3を除く

香川県	087-862-1040	電話予約後、 指定日に対面相談	火曜 9時～12時／水曜（隔週） 9時30分～12時 ※祝日を除く
愛媛県	089-907-4868	電話予約後、 指定日に対面相談又は電話相談	月～金曜 10時～13時 ※祝日を除く
高知県	088-833-1151	①高知市 電話予約後、指定日に電話相談又は対面相談 ②宿毛市 予約不要	①高知市 第2・4水曜 13時～16時 ②宿毛市 第3金曜 13時～15時 ※祝日を除く

九州地域

都道府県会名	電話番号	受付方法	相談日
福岡県	092-414-4864	電話相談もしくは電話予約後、 指定日に対面相談	火・木曜 12時～18時／第1土曜・第3日曜 10時～16時 ※勤労感謝の日（11/23）10時～16時 社労士の日（12/2）12時～18時
佐賀県	0952-26-3946	電話予約後、 指定日に電話相談又は対面相談	水曜 13時30分～16時30分
長崎県	095-824-8230	可能であれば、電話予約後、電話相談又は対面相談	水曜 13時30分～16時
熊本県	096-324-1365	電話予約後、 指定日に対面相談又は電話相談	第1・3木曜 13時30分～16時30分
大分県	097-536-5437	電話予約後、対面相談	①大分商工会議所 第2・4水曜 10時～16時 ②別府市役所 第2水曜 13時～16時 ③中津商工会議所 第1水曜 13時～16時 ④日田商工会議所 第2水曜 10時～12時30分 ⑤杵築市役所 年2回 8月第3金曜・1月第2金曜 ⑥国東市役所 年2回 8月・1月第4金曜 ※⑤・⑥はいずれも13時～16時
宮崎県	0985-60-3876	電話予約後、 指定日に電話相談	事務局で随時受付、相談者の可能な限り希望日に実施
鹿児島県	099-257-4827	電話相談又は対面相談	火・木曜 17時～19時／第3土曜 13時～17時 ※祝日を除く
沖縄県	098-863-4395	電話予約後、 電話相談又は対面相談	第1水曜・第3土曜 14時～16時 ※祝日を除く

※県会によって、お昼休憩・祝日・夏季休暇・年末年始等によって実施していない場合あり