

令和8年8月吉日

関係機関・団体 御中

厚生労働省労働基準局監督課

ポータルサイト「確かめよう労働条件」及び労働条件相談窓口に係る  
周知用ポスター及びリーフレットの送付について

日頃から労働基準行政に格別の御配意を賜り、厚く御礼申し上げます。

さて、厚生労働省では、働く人にとって安心・安全な職場環境を実現するため、労働基準法などで定められた労働条件の確保・向上に向けた取組を行っています。

この取組の一環として、厚生労働省では、労働条件に関する基礎知識や相談窓口等をまとめた労働条件ポータルサイト「確かめよう労働条件」や、労働基準監督署の閉庁時間に日本語を含む14か国語で労働相談を受け付ける「労働条件相談ほっとライン」等を運営しています。

この度、ポータルサイト「確かめよう労働条件」及び労働条件相談窓口に係る周知用のポスター及びリーフレットを作成しましたので、掲示、関係者への配布等により、周知に御協力いただきますようお願い申し上げます。

なお、ポスター及びリーフレットは、「確かめよう労働条件」のサイトからダウンロードをすることも可能ですので、適宜御活用いただけますと幸いです。

確かめよう労働条件 <https://www.check-roudou.mhlw.go.jp/>



【担当】厚生労働省労働基準局監督課  
特定分野労働条件対策係  
【連絡先】03-5253-1111（内線 5542）

# 確かめよう 労働条件

吾輩は知っている  
サイト・電話で  
確認・相談できるのだ

ねえ、諭吉、  
これってみんな  
我慢してないかな？

解雇・  
雇止め

有給  
休暇

ハラス  
メント

長時間  
労働

©山田ヒツジ/講談社



サイトで確認

労働条件ポータルサイト

「確かめよう労働条件」



電話で相談

労働条件相談「ほっとライン」

は い ! ろう どう  
0120-811-610

相 談  
対応時間

月～金 17:00～22:00

土・日 9:00～21:00

※12月29日～1月3日は除きます。

◆専門知識を持つ相談員が対応します。  
◆厚生労働省委託事業  
(委託先: 株式会社東京リーガルマインド)

ひと、くらし、みらいのために  
厚生労働省  
Ministry of Health, Labour and Welfare



携帯電話・スマホでも





サイトで確認

— 労働条件ポータルサイト —

# 確かめよう労働条件

働くときのQ&Aやアルバイト向け情報で労働条件がわかる!

確かめよう労働条件

検索



FOR WORKERS 働いている方向けコンテンツ

使ってみよう!



アプリで学習



労働条件に関する法律を  
クイズやマンガを通して学習できる!

ダウンロードはこちら

※AppleおよびAppleロゴは米国および  
その他の国で登録されたApple Inc.の商標です。  
App StoreはApple Inc.のサービスマークです。  
※Google PlayおよびGoogle Playロゴは  
Google LLCの商標です。

App Store  
からダウンロード

Google Play  
で手に入れよう



アニメで学ぶ労働条件

ストーリーを楽しみながら労働関係法令を  
学習することができます。



マンガで学ぶ労働条件

働き始めるとき・働くときの注意点について、  
マンガでやさしく紹介します。



学習コンテンツ

働く方、事業主の方双方にとって  
有益な情報を網羅しています。

コンテンツ内容例(一部)

- 労働条件の明示
- 時間外・休日労働と割増賃金
- アルバイト先でのトラブル
- 退職、解雇、雇止め
- 過重労働の防止
- ハラスメント



労働条件Q&A

労働条件に関する疑問にお答えします。

Q&Aの一例

- 年次有給休暇をとる条件は? パート労働者でももらえますか?
- 社長から突然解雇を告げられました。労働基準法上問題はない?
- 労基法に違反する内容の契約を結んだ場合の効力は?
- 労働基準監督官は、どのように会社を監督しているのでしょうか。

LINEで相談



LINE公式アカウント  
「確かめよう労働条件」

利用者からのお問い合わせに対して、  
チャットボットが労働関係法令の解説や  
相談窓口のURLをご案内します。

01 「確かめよう労働条件」を検索

LINEアプリを開き、「ホーム」または「トーク」タブで表示される検索窓に、LINE公式アカウント名「確かめよう労働条件」を入力します。

02 該当アカウント友だち追加!

「公式アカウント」タブに切り替えると、検索結果が一覧表示されます。該当するアカウントをタップして「追加」と友だち登録が完了します。

友だち  
追加完了!

こちらの2次元コードからも  
LINEの友だちに追加可能!

※2次元コードをスキャンするには、  
LINEアプリのコードリーダーを  
ご利用ください。





# FOR MANAGERS

事業者・企業の労務管理  
担当の方向けコンテンツ

## 3ステップで診断!



### 労働条件の診断や就業規則作成をサポートします!

### ～スタートアップ労働条件～

## ★ WEB診断

労働条件や就労環境を **3ステップ** で診断できます!



### STEP1 カテゴリー選択

- ☐ 一般の設問のみ (47問)
- ☐ 一般の設問+外国人労働者 (56問)
- ☐ 一般の設問+パートタイム労働者 (56問)
- ☐ 一般の設問+自動車運転者【トラック】 (55問)
- ☐ 一般の設問+自動車運転者【バス】 (55問)
- ☐ 一般の設問+介護 (57問)

一般的な設問と、トラックやバスの自動車運転者、介護業界、外国人労働者、パートタイム労働者の設問に回答することができます。



### STEP2 診断

問A-1 A 募集・採用、労働契約の締結

労働者を募集・採用する際に年齢を制限していますか。  
いずれか一つを選んでください。 01/05問

- ☐ 1.特段の必要性がある訳ではないが、制限している。
- ☐ 2.特段の必要性があつて制限している。
- ☐ 3.制限していない。

設問画面です。いずれか一つを選んでください。



### STEP3 診断結果

問A-1 労働者を募集・採用する際に年齢を制限していますか。いずれか一つを選んでください。

あなたの回答 3.制限していない。

評価コメント 問題はありません。年齢によって一律に選別するのではなく、業務等に応じて適性や能力を見極めて採否を決めることが肝要です。今後とも、この方針を維持してください。

評価を記録 簡易印刷 詳細印刷

設問毎の回答に対する評価コメント、基本情報、参考・支援情報も提示します。

## ★ 電子申請様式作成支援ツール

36協定届等を電子申請!



### STEP1 データを入力

画面内の各項目に、労使で協定する内容を入力していきます。



### STEP2 出力

実際の36協定届として出力されます。



### STEP3 電子申請

管轄の労働基準監督署にそのまま電子申請ができます。

## ★ 就業規則作成支援ツール

そのまま出せる就業規則を作成!



### STEP1 データを入力

画面内の各項目に、タイトルと内容を入力していきます。



### STEP2 出力

就業規則のPDFデータを出力できます。



### STEP3 電子申請

管轄の労働基準監督署にそのまま電子申請ができます。

※就業規則を作成し、又は変更する場合の所轄労働基準監督署長への届出については、労働者の過半数で組織する労働組合がある場合はその労働組合、過半数で組織する労働組合がない場合は労働者の過半数を代表する者の意見を記し、その者の氏名を記載した書面(意見書)を添付してください。





HOTLINE

## 労働条件相談

「ほっとライン」に相談してみよう!

労働条件などの悩みや不安・疑問を相談できる! **14言語**に対応  
“Labour Standards Advice Hotline” Foreign Language support is also available!日本語 / English / 汉语 / Português / Español / Tagalog / Tiếng Việt / မြန်မာဘာသာစကား /  
नेपाली भाषा / 한국어 / ภาษาไทย / Bahasa Indonesia / ភាសាខ្មែរ / Монгол хэл

日本語 &gt;

0120-811-610

相談 対応時間 [月~金] 17:00~22:00 ※12月29日~1月3日は除く  
[土・日・祝日] 9:00~21:00

|                                                                             |              |                                  |
|-----------------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------------------|
| Labour Standards Advice Hotline                                             | 0120-531-401 | (Mon~Sun)                        |
| 劳动条件咨询热线                                                                    | 0120-531-402 | (周一~周日)                          |
| Linha direta de consultoria trabalhista                                     | 0120-531-403 | (Segunda a sábado)               |
| Línea directa de asesoramiento sobre normas laborales                       | 0120-531-404 | (Jueves, viernes, sábado)        |
| Hotline sa telepono para sa pagkonsulta tungkol sa mga kondisyon sa paggawa | 0120-531-405 | (Martes, Miyerkules, Sabado)     |
| Đường dây nóng tư vấn điều kiện lao động                                    | 0120-531-406 | (Thứ 3, Thứ 4, Thứ 6 ~ Chủ nhật) |
| လုပ်ငန်းခွင်အခြေအနေအထားတုံ့ပြန်ရင်းနှီးမြှုပ် Hot line                      | 0120-531-407 | (ဗုဒ္ဓဟူး, တနင်္ဂနွေ)            |
| श्रम अवस्था परामर्श हट लाइन                                                 | 0120-531-408 | (बुधवार, आइतवार)                 |
| 외국인 노동조건 상담 핫라인                                                             | 0120-613-801 | (목, 일)                           |
| สายด่วนปรึกษาปัญหาแรงงาน                                                    | 0120-613-802 | (วันพฤหัสบดี วันอาทิตย์)         |
| Hotline Konsultasi Standar Ketenagakerjaan                                  | 0120-613-803 | (Kamis, Minggu)                  |
| សេវាទូរស័ព្ទទាក់ទងនឹងការងារសម្រាប់ពិគ្រោះយោបល់ពីស្តង់ដារការងារ              | 0120-613-804 | (ច័ន្ទ គិង សៅរ៍)                 |
| Хөдөлмөрийн стандартын тухай зөвлөгөө өгөх тусгай дугаар                    | 0120-613-805 | (Даваа, Бямба)                   |

## 「外国人労働者向け相談ダイヤル」

Telephone Consultation Service for Foreign Workers

相談対応時間 [月~金] 10:00~15:00 ※12:00~13:00は除く

|                                                                     |              |                            |
|---------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------------|
| Telephone Consultation Service for Foreign Workers                  | 0570-001-701 | (Mon~Fri)                  |
| 面向外籍劳动者的咨询专线                                                        | 0570-001-702 | (周一~周五)                    |
| Centrais de atendimento para trabalhadores estrangeiros             | 0570-001-703 | (Segunda à sexta)          |
| Servicio de consultas telefónicas para los trabajadores extranjeros | 0570-001-704 | (De lunes a viernes)       |
| Konsultasyon sa telepono para sa mga dayuhang manggagawa            | 0570-001-705 | (Lunes-Biyernes)           |
| Số điện thoại tư vấn dành cho lao động nước ngoài                   | 0570-001-706 | (Từ thứ 2 ~ thứ 6)         |
| နိုငျငံခွားသားအလုပ်သမားများအတွက်ကျေးဇူးတုံ့ပြန်ရန်                  | 0570-001-707 | (အင်္ဂါ, ဗုဒ္ဓဟူး, သောကြာ) |
| विदेशी कामदारहरूको लागि टेलिफोन परामर्श                             | 0570-001-708 | (सोमबार ~ शुक्रबार)        |
| 외국인 노동자를 위한 상담 콜센터                                                  | 0570-001-709 | (화요일~금요일)                  |
| บริการให้คำปรึกษาสำหรับแรงงานต่างชาติ                               | 0570-001-712 | (วันอังคารและวันพฤหัสบดี)  |
| Layanan Konsultasi via Telepon untuk Pekerja Asing                  | 0570-001-715 | (Selasa, Kamis)            |
| សេវាកម្មពិគ្រោះយោបល់តាមទូរស័ព្ទសម្រាប់ពលករបរទេស                     | 0570-001-716 | (ពុធ)                      |
| Гадаад ажилчдад утсаар зөвлөгөө өгөх үйлчилгээ                      | 0570-001-718 | (Баасан)                   |

