

労働や職場の人間関係などに関する相談窓口

【 国・県・その他の窓口 】

相談できる内容	相談機関	電話番号	相談時間など
40代前半までの方の就労について	ジョブカフェ信州(松本センター)	0263-39-2250	月～金 (祝日・年末年始を除く) 8:30～17:15
	ジョブカフェ信州(長野分室)	026-228-0320	月～金 (祝日・年末年始を除く) 9:00～17:15
賃金やパワハラなど 労働問題全般についての相談	長野県東信労政事務所 常設労働相談	0268-23-1629	月～金 (祝日・年末年始を除く) 8:30～17:15
職場のトラブルなど総合労働相談	小諸労働基準監督署 総合労働相談コーナー	0267-22-1760	月～金 (祝日・年末年始を除く) 9:00～17:00
	長野労働局雇用環境・均等室 総合労働相談コーナー	026-223-0551	
就職相談、メンタルサポートなど	ジョブながの ライフサポートセンター佐久 長野県労働者福祉協議会	78-3029	月・火・木・金 9:00～17:00 水11:00～19:00 (祝日・年末年始を除く)
自立に向けた包括的な支援に 関する相談	長野県・佐久市生活就労支援センター “まいさぼ佐久”	78-5255	月～金 (祝日・年末年始を除く) 9:30～17:00