



離職された皆様へ

ハローワークはあなたの就職のサポーターです。

失業給付を受けようとする方は…

退職後、あなたの住所を管轄するハローワークに必要な書類を持参のうえ、求職の申込みをする必要があります。詳しくは、1～15ページをご覧ください。

受給手続き先：あなたの住所を管轄するハローワーク（裏面一覧参照）
（船員だった方で、引き続き船員のお仕事を希望される場合は、
あなたの住所を管轄する地方運輸支局）

受付時間：平日8:30～17:15（土・日・祝日は休み）
（16時以降は大変混雑が予想されますので、お早めにご来所ください。）

※ 失業給付の支給を受けると老齢厚生年金等が支給されなくなる場合があります。
年齢が60歳から65歳未満の方は、18ページを必ずお読みください。

必要な書類は…

1. 雇用保険被保険者離職票－1及び離職票－2
2. 雇用（失業）保険被保険者証
3. 求職申込書（5ページの記入例を参考に、内容を記入のうえご持参ください。）
※様式はハローワークにも用意しております。お手元に無い場合は、手続きの際にハローワークでご記入ください。
4. 印かん
5. 本人確認、住居所及び年齢の確認ができる写真付きの官公署発行の書類
※運転免許証、住民基本台帳カード（写真付き）
これがない場合は、
 - ① 旅券（パスポート）又は、健康保険被保険者証
 - ② 住民票記載事項証明書（住民票の写し、印鑑証明書）
 - ③ 国民健康保険被保険者証のうちいずれか2種類（①、②、③から各1種類で合計2種類）
6. 写真2枚（3cm×2.5cm程度の正面上半身のもので3か月以内に撮影されたもの）
7. 本人名義の普通預（貯）金通帳
※インターネットバンク・外資系金融機関以外のもの



—ご不明な点がありましたら、ハローワークへお問い合わせください。—

（なお、東京都以外にお住まいの方は、住所を管轄するハローワークへお問い合わせください。）



東京労働局職業安定部
ハローワーク（公共職業安定所）

目 次

1. 雇用保険の失業給付とは 1 ページ
2. 失業給付を受けるためには 1～2 ページ
3. 求職申込書記入のお願い 3～5 ページ
4. 離職理由をご確認ください 6～7 ページ
5. 失業給付金の口座振込について 8 ページ
6. 給付される日数は 8～11 ページ
7. 給付される金額は 12～13 ページ
8. 給付が始まる時期と受けられる期間 14～15 ページ
9. 疾病等を理由とした受給期間の延長制度 16 ページ
10. 定年退職者等に対する受給期間の延長制度 17 ページ
11. 再就職手当のご案内 18 ページ
12. 失業給付と老齢厚生年金との併給調整について 18 ページ
13. 失業給付を受給しないですぐに再就職した場合は 19 ページ
- ※都内ハローワーク（公共職業安定所）所在地一覧 20～21 ページ

1. 雇用保険の失業給付とは

雇用保険の失業給付とは、雇用保険の被保険者の方が、倒産、定年、自己都合等により離職し、働く意思と能力がありながら就職できない場合に、再就職までの一定期間の生活を安定させ、安心して就職活動を行い、一日も早く職業生活へ復帰していただくために支給されるものです。

2. 失業給付を受けるためには

失業給付を受けるためには、次の(1)～(3)の要件をすべて満たしていることが必要です。

(1) 離職の日からさかのぼった一定期間に、次の①、②の「被保険者期間」があること。

- ① 原則として離職の日以前 2 年間に、離職日からさかのぼって1か月ごとに区切った期間に賃金の支払の基礎となった日数が11日以上ある月が 12 か月以上あり、かつ、雇用保険に加入していた期間が満 12 か月以上あること。(離職票-2の⑨欄参照。)
- ② 倒産、解雇、雇止め等により離職を余儀なくされた方(特定受給資格者又は特定理由離職者)上記①の要件を満たすか、もしくは離職の日以前1年間に、離職日からさかのぼって1か月ごとに区切った期間に賃金の支払の基礎となった日数が 11 日以上ある月が 6 か月以上あり、かつ、雇用保険に加入していた期間が原則満 6 か月以上あること。(離職票-2の⑨欄参照。)

※ 平成21年3月31日付け改正雇用保険法により、「特定受給資格者」に該当しない方であって、かつ、期間の定めのある労働契約が更新されなかったことその他やむを得ない理由により離職された方(特定理由離職者)の受給資格要件が緩和されました。

※ 改正雇用保険法は、受給資格に係る離職の日が平成21年3月31日以降の方が対象となります。

※ 「特定受給資格者」又は「特定理由離職者」に該当するかどうかは、10～11ページをご覧ください。

※ 65歳以上で離職された方は、離職の日以前1年間に、離職日からさかのぼって1か月ごとに区切った期間に賃金の支払の基礎となった日数が11日以上ある月が6か月以上あり、かつ、雇用保険に加入していた期間が満6か月以上あること。(離職票-2の⑨欄参照。)

(2) 「失業」の状態にあること。

「積極的に就職しようとする気持ち」と「いつでも就職できる能力（環境・健康状態）」があり、「積極的に就職活動を行っているにもかかわらず就職できない状態」にあることをいいます。

したがって、次のような場合は失業給付を受けることはできません。

- ア 病気やけがですぐに働けないとき（労災保険の休業補償または健康保険の傷病手当金などの支給を受けている場合も含まれます。）
- イ 妊娠・出産・育児などによりすぐに働けないとき
- ウ 親族の看護に専念し、すぐに働けないとき
- エ 定年などで退職してしばらく休養するとき

上記ア、イ、ウ、エ、の状態の方は、受給期間を延長する制度がありますので16～17ページをご覧ください。

オ 結婚して家事に専念するとき

カ 自営をはじめたとき（準備を開始した段階を含み、収入の有無を問いません。）

また、税理士等の有資格者で法律によりその業務を行うための登録が義務づけられている方は、原則失業給付を受けられません。

キ 新しい仕事に就いたとき（パート、アルバイトなども含み、収入の有無を問いません。）

ク 会社の役員に就任したとき（事業活動及び収入が無い場合は窓口でご相談ください。）

ケ 学生（夜間・定時制・通信制を除く。）

コ 就職することがほとんど困難な職業や労働条件（賃金・勤務時間等）にこだわり続けるとき

サ 雇用保険の被保険者とならないような短時間就労のみを希望するとき

※ その他ご不明な点は事前に必ずハローワークへご相談ください。

(3) ハローワークに「求職の申込み」をしていること。

失業給付を受給するためには、あなたの住所を管轄するハローワークに離職票を提出するとともに、求職の申込みをすることが必要となります。

したがって、離職日の翌日から離職票を提出するまでの期間については、給付の対象とはなりません。

※ 失業給付を受けられる期間は、離職日の翌日から1年間です。

よって、「離職票の提出と求職の申込み」が遅れると、給付が途中で打ち切られることがありますのでご注意ください。

詳しくは14～15ページをご覧ください。

3. 求職申込書記入のお願い

「求職の申込み」は「就職活動のはじめの一步」

失業給付は、安心して就職活動を行っていただくための制度です。

そして、「求職の申込み」は、皆様の就職活動のはじめの一步となる大切な手続きです。

本誌にお付けした求職申込書をハローワークに提出していただき、皆様の求職活動に対するご希望や条件を確認のうえ、ハローワークのシステムに登録させていただきます。その際には「ハローワークカード」をお渡しし、その後の就職活動を継続的に支援していきます。

再就職について、いろいろお聞かせください。

求職申込書に書かれた内容をもとに、再就職に関する様々なご相談を承っております。

(例えばこのようなこと)

- 再就職に対する希望
- これまでの経験
- お持ちの資格、取得しようと思っている資格
- 自分にできること、できないこと
- 得意なこと、不得意なこと

また、ハローワークでは、転職が初めての方、履歴書や職務経歴書の書き方がわからない方、面接の受け方がわからない方に対しましては、窓口でのアドバイスのほか、ハローワークが主催する各種セミナーなどのご案内をしております。

「求職申込書」は詳しく、正確に。

手続きをスムーズに行っていただくためにも、5ページの記入例を参照のうえ求職申込書はできるだけ詳しく、正確に記入してください。特に、「希望する仕事」・「収入」はもちろん、「経験した主な仕事」なども振り返りながら記入してください。

なお、わからないことは無理に記入せず、受給手続きの際に窓口職員にご相談ください。

障害をお持ちの方は、別様式の求職申込書がありますので、添付された求職申込書に記入せず、受付にお申し出ください。

プラスα (ｱﾙﾌｱ)

○ 履歴書を作ってみよう!

希望の求人は、いつ、どこで見つかるかわかりません。いつでも応募できるよう、就職活動の最初の準備として履歴書（作ることができる方は職務経歴書も）を作成してみてください。

また、作成した履歴書は、ぜひハローワークにお持ちください。最近の転職事情なども踏まえた添削やアドバイスを行っております。

ハローワークで求職の申込みをしていただくことにより、職業相談をはじめ、様々なサービスを受けることができます（すべて無料です。）。

○ 求人検索サービス

ハローワークの求人情報は全国ネットワークでつながっており、常時50万件以上の求人を取扱っております。

ハローワークには求人情報検索用のパソコンが設置され、タッチパネル式の簡単操作で、ご希望の条件に合った求人情報を検索することができます。

また、ハローワークインターネットサービスをご利用になれば、ご自宅などのパソコンからも求人情報を検索することができます。ハローワークインターネットサービスで検索した求人情報の詳細をお知りになりたい方、応募をご希望の方は、「求人番号」を控えて、お近くのハローワークにご来所ください。

なお、ハローワークでは求人情報の提供のほか、職業に関する相談、応募書類の添削サービスなども行っております。

○ 各種セミナー

ハローワークでは、応募書類の書き方、面接の受け方など、就職活動に関する各種セミナーを開催しております。

○ スキルアップ

新しい技能、技術を身に付けたい方のために、公共職業訓練の受講案内、申込みの受け付けをしております。

○ 求人開拓

あなたのキャリアを企業にPRして、新たな求人を開拓いたします。

氏名や連絡先などの個人情報は企業に提供いたしません。

また、企業から直接連絡されることもありませんので安心です。

ハローワークは失業給付の受給に関係なくご利用いただけます。

「在職期間が短い」などの理由で失業給付を受給できない方も、就職活動にはぜひハローワークをご利用ください。

求職申込書の記入例

※ 機械で読み取りますので、鉛筆でご記入ください。

ハローワークから求人情報をお知らせしたり、セミナーや就職面接会などをご案内する場合があります。連絡を希望する場合は「可」に印をつけ、希望する連絡方法を選んでください。(複数可)
 なお、Eメールのお知らせは添付ファイル(PDF形式)で行います。携帯メールには連絡できませんのでご注意ください。
 FAXをご希望の方で、FAX番号と電話番号が異なる方は窓口にて職員にお伝えください。

希望職種はできるだけ詳しく記入してください。
 希望する業界があれば、それもあわせて記入してください。

「正社員」…正社員の希望がある方は「希望あり」に印をつけてください。
 「派遣」…派遣労働者で働くことを希望しない方は「否」、それ以外の方は「可」に印をつけてください。
 「請負」…実際に雇用される会社ではなく、仕事を発注した会社の現場で働くことになる請負事業所からの求人を希望しない方は「否」、それ以外の方は「可」に印をつけてください。

前職の給与明細などを参考に、税金や社会保険料等が引かれる前の金額を記入してください。

専修学校・専門学校を修了・卒業した方は「専修・専門」に印をつけてください。
 「高専」の欄は5年制の高等専門学校のことでですのでご注意ください。
 その他、職業訓練を受けた方、各種学校で学んだ方もそれぞれ印をつけて、科目名や内容を記入してください。

最近のものから順番に記入してください。
 過去の仕事の経験は、次にどんな仕事ができるか・就けるかを考えるうえでの基本となる最も重要な情報です。
 求人への選択の幅を広げるためにも「どんな仕事を体験したか」、「何ができたか」、「どんな立場(役職)だったか」など、できるだけ詳しく記入してください。

最終の勤務先(在職中の方は現在の勤務先)の内容を記入してください。
 短期アルバイトや複数の仕事をかけもちしていた(している)方については、窓口で記入方法をご相談ください。

【表面】

24時間表記で記入してください。
 勤務時間はできるだけ幅広く記入した方が求人への選択の幅が広がります。

就職するうえで考慮してもらいたい事項、就職先に望むこと、その他就職に関する希望があれば何でも記入してください。
 (記入例)
 ・19時位までなら残業可
 ・月1回程度であれば土曜日出勤可
 ※以下、パートの場合の記入例
 ・社会保険加入できる仕事を希望
 ・配偶者の扶養手当の範囲で働きたい。

パート希望の方は、希望賃金を時間額で記入してください。月額の希望がある場合は、隣の「条件・その他の希望」欄に希望額を記入してください。

最近のものから順番に記入してください。

最終の勤務先(在職中の方は現在の勤務先)の内容を記入してください。

希望職種はできるだけ詳しく記入してください。
 希望する業界があれば、それもあわせて記入してください。

「正社員」…正社員の希望がある方は「希望あり」に印をつけてください。
 「派遣」…派遣労働者で働くことを希望しない方は「否」、それ以外の方は「可」に印をつけてください。
 「請負」…実際に雇用される会社ではなく、仕事を発注した会社の現場で働くことになる請負事業所からの求人を希望しない方は「否」、それ以外の方は「可」に印をつけてください。

前職の給与明細などを参考に、税金や社会保険料等が引かれる前の金額を記入してください。

専修学校・専門学校を修了・卒業した方は「専修・専門」に印をつけてください。
 「高専」の欄は5年制の高等専門学校のことでですのでご注意ください。
 その他、職業訓練を受けた方、各種学校で学んだ方もそれぞれ印をつけて、科目名や内容を記入してください。

最近のものから順番に記入してください。
 過去の仕事の経験は、次にどんな仕事ができるか・就けるかを考えるうえでの基本となる最も重要な情報です。
 求人への選択の幅を広げるためにも「どんな仕事を体験したか」、「何ができたか」、「どんな立場(役職)だったか」など、できるだけ詳しく記入してください。

最終の勤務先(在職中の方は現在の勤務先)の内容を記入してください。
 短期アルバイトや複数の仕事をかけもちしていた(している)方については、窓口で記入方法をご相談ください。

希望職種はできるだけ詳しく記入してください。
 希望する業界があれば、それもあわせて記入してください。

「正社員」…正社員の希望がある方は「希望あり」に印をつけてください。
 「派遣」…派遣労働者で働くことを希望しない方は「否」、それ以外の方は「可」に印をつけてください。
 「請負」…実際に雇用される会社ではなく、仕事を発注した会社の現場で働くことになる請負事業所からの求人を希望しない方は「否」、それ以外の方は「可」に印をつけてください。

前職の給与明細などを参考に、税金や社会保険料等が引かれる前の金額を記入してください。

専修学校・専門学校を修了・卒業した方は「専修・専門」に印をつけてください。
 「高専」の欄は5年制の高等専門学校のことでですのでご注意ください。
 その他、職業訓練を受けた方、各種学校で学んだ方もそれぞれ印をつけて、科目名や内容を記入してください。

最近のものから順番に記入してください。
 過去の仕事の経験は、次にどんな仕事ができるか・就けるかを考えるうえでの基本となる最も重要な情報です。
 求人への選択の幅を広げるためにも「どんな仕事を体験したか」、「何ができたか」、「どんな立場(役職)だったか」など、できるだけ詳しく記入してください。

最終の勤務先(在職中の方は現在の勤務先)の内容を記入してください。
 短期アルバイトや複数の仕事をかけもちしていた(している)方については、窓口で記入方法をご相談ください。

障害をお持ちの方は、別様式の求職申込書がありますので、添付された求職申込書に記入せず、受付にお申し出ください。

4. 離職理由をご確認ください

雇用保険の失業給付金の所定給付日数は、離職理由によって異なる場合があります。
(8～11ページ、「6. 給付される日数は」をご覧ください。)

離職票—2の⑦欄には、事業主が離職の理由に該当する事業主用チェック欄に○印を付けるとともに具体的事情記載欄にその事情を記入しています。あなたの考える離職理由と相違ないか確認してください。

離職票と共に交付されたリーフレット「離職票—2の離職理由欄等(⑦欄及び⑰欄)の記載方法について」、離職票—2の裏面、及び下記の記載例を参考として記入してください。

事業主が記入した離職理由と、あなたの記入した離職理由が異なる場合

あなたの主張を客観的に証明できる書類をご持参ください。

事業主が記入した離職理由とあなたの記入した離職理由が同じ場合

年齢、被保険者であった期間、離職理由欄の記載内容に基づき、ハローワークにおいて、所定給付日数及び給付制限の有無(14ページ、「8. 給付が始まる時期と受けられる期間」をご覧ください。)を判断することとなります。

【記載例】

(チェック欄)

- ア 事業主記入欄…………… 事業主が○印をつけた離職理由が事実と相違ないか確認してください。
- イ 離職者記入欄…………… あなたの考える離職理由に○印を付けてください。

(具体的事情記載欄)

- ア 事業主記載欄…………… 事業主が記載した具体的離職理由を確認してください。
- イ 離職者記載欄…………… 事業主が記載した具体的離職理由が事実と異なる場合に、この欄にできる限り具体的に記載してください。

なお、事業主が記載した具体的離職理由が事実のとおりであれば、「同上」と記入してください。

(⑰欄)

以上の記入が終わりましたら、この欄に記名押印または自筆による署名をしてください。

⑦離職理由欄…離職者の方は、主たる離職理由が該当する理由を1つ選択し、左の離職者記入欄の□の中に○印を記入の上、下の具体的事情記載欄に具体的事情を記載してください。

【離職理由は所定給付日数・給付制限の有無に影響を与える場合があります、適正に記載してください。】

事業主記入欄	離職者記入欄	離職理由	※離職区分
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	1 事業所の倒産等によるもの … (1) 倒産手続開始、手形取引停止による離職 … (2) 事業所の廃止又は事業活動停止後事業再開の見込みがないため離職	1 A
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2 定年、労働契約期間満了等によるもの … (1) 定年による離職 (定年 歳) … (2) 採用又は定年後の再雇用時等にあらかじめ定められた雇用期限到来による離職 … (3) 労働契約期間満了による離職	1 B 2 A
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	① 一般労働者派遣事業に雇用される派遣労働者のうち常時雇用される労働者以外の者 (1回の契約期間 箇月、通算契約期間 箇月、契約更新回数 回) (契約を更新又は延長することの確約・合意の 有・無 (更新又は延長しない旨の明示の 有・無))	2 B
<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	労働者から契約の更新又は延長 {を希望する旨の申出があった を希望しない旨の申出があった の希望に関する申出はなかった	2 C
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	a 労働者が適用基準に該当する派遣就業の指示を拒否したことによる場合 b 事業主が適用基準に該当する派遣就業の指示を行わなかったことによる場合 (指示した派遣就業が取りやめになったことによる場合を含む)	2 D 2 E
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	(aに該当する場合は、更に下記の4のうち、該当する主たる離職理由を更に1つ選択し、○印を記入してください。該当するものがない場合は下記の5に○印を記入した上、具体的な理由を記載してください。)	3 A
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	② 上記①以外の労働者 (1回の契約期間 3 箇月、通算契約期間 5 箇月、契約更新回数 4 回) (契約を更新又は延長することの確約・合意の 有・無 (更新又は延長しない旨の明示の 有・無)) (直前の契約更新時に雇止め通知の 有・無)	3 B 3 C
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	労働者から契約の更新又は延長 {を希望する旨の申出があった を希望しない旨の申出があった の希望に関する申出はなかった	3 D
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	[契約の更新又は延長の希望の 有・無]	4 D
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	… (4) 早期退職優遇制度、選択定年制度等により離職	5 E
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	… (5) 移籍出向	5 E
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	3 事業主からの働きかけによるもの … (1) 解雇 (重責解雇を除く。) … (2) 重責解雇 (労働者の責めに帰すべき重大な理由による解雇) … (3) 希望退職の募集又は退職勧奨	1 A 1 B
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	① 事業の縮小又は一部休業に伴う人員整理を行うためのもの ② その他 (理由を具体的に)	2 A
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	4 労働者の判断によるもの (1) 職場における事情による離職 … ① 労働条件に係る重大な問題 (賃金低下、賃金遅配、過度な時間外労働、採用条件との相違等) があつたと労働者が判断したため … ② 就業環境に係る重大な問題 (故意の排斥、嫌がらせ等) があつたと労働者が判断したため … ③ 事業所での大規模な人員整理があつたことを考慮した離職 … ④ 職種転換等に適応することが困難であつたため (教育訓練の有・無) … ⑤ 事業所移転により通勤困難となつた (なる) ため (旧(新)所在地:) … ⑥ その他 (理由を具体的に)	2 B 2 C 2 D 2 E
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	(2) 労働者の個人的な事情による離職 (一身上の都合、転職希望等) … ① 職務に耐えられない体調不良、けが等があつたため … ② 妊娠、出産、育児等のため … ③ 家庭の事情の急変 (父母の扶養、親族の介護等) があつたため … ④ 配偶者等との別居生活が継続困難となつたため … ⑤ 転居等により通勤困難となつたため (新住所:) … ⑥ その他 (理由を具体的に)	3 A 3 B 3 C
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	5 その他 (1-4のいずれにも該当しない場合) (理由を具体的に)	3 D
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		4 D
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		5 E

具体的事情記載欄 (事業主用) 契約期間満了による離職

具体的事情記載欄 (離職者用) 事業主が記載した内容に異議がない場合は「同上」と記載してください。 契約を更新できなかったため

⑯離職者本人の判断 (○で囲むこと)
事業主が○を付けた離職理由に異議 有り・無し

⑰ ⑦欄の自ら記載した事項に間違いがないことを認めます。
記名押印又は自筆による署名 (離職者氏名) 天職 叶恵

5. 失業給付金の口座振込について

- ◎ 雇用保険の失業給付金の支払いについては、あなたの希望する金融機関の「普通預(貯)金口座」へ振込んでいます。

このため、離職票-1下部の「求職者給付等払渡希望金融機関指定届」を記入のうえ、受給手続きを行ってください。

なお、以下の金融機関は失業給付金の振込みを行えませんのでご注意ください。

★外資系銀行 ★インターネットバンク

★最近新設された金融機関の店舗など

- ◎ 指定届には、あなたの名義の普通預(貯)金口座の氏名と口座番号を記入したうえ、振込先金融機関に提出し、確認印及び金融機関コード・店舗コードを記入してもらってください。(あなた名義の普通預(貯)金通帳をお持ちいただいても結構です。)
- ◎ 振込先金融機関を途中で変更、解約しますと、失業給付金の振込みができなくなることがありますので、住所変更・結婚等に伴いやむを得ず普通預(貯)金口座を変更するときは、前もってハローワーク窓口に出してください。

【記載例】ボールペンでご記入下さい。

あなたの氏名、住所、電話番号を記入してください。

求職者給付等払渡希望金融機関指定届			
届出者	フリガナ	トウキョウ	ハナコ
	1 氏名	東京	花子
	住所又は居所	文京区 後楽 2-5-1 03(1234)5678	
払渡希望金融機関	フリガナ	チュウオウギンゴウ	イイダハシ
	3 名称	中央銀行	飯田橋
	預金(貯金)通帳の記号(口座)番号	12345678	
◆金融機関へのお願 雇用保険の失業等給付金を受給者の金融機関口座へ迅速かつ正確に振り込むため、下記のことについて御協力をお願いします。 1 上記届出書に記載された事項のうち「氏名」欄及び「4預金(貯金)通帳の記号(口座)番号」欄を確認した上「金融機関確認印」欄に貴金融機関確認印(店舗名の明示されたもの)を押印してください。 2 右の欄に「金融機関コード」を記入してください。			金融機関コード 店舗コード 0004 / 321

あなた名義の普通預金(貯金)口座の振込先金融機関名、支店名、口座番号を記入してください。

振込先金融機関から確認印及び銀行コード・店舗コードを記入してもらってください。(あなた名義の普通預(貯)金通帳をお持ちいただいても結構です。)

6. 給付される日数は

失業給付を受けることができる日数は、離職の日における「被保険者であった期間」などに応じて右記(1)、(2)のとおり定められています。

※ 「被保険者であった期間」には、今回離職した事業所以前の雇用保険に加入していた期間を通算することができます。ただし、失業給付（再就職手当等を含む）を受給した場合、又は雇用保険の資格を喪失してから再び雇用保険に加入するまでの期間が1年以上空いている場合には、通算できません。（19 ページ参照。）

なお、育児休業給付金（または、育児休業基本給付金）の支給を受けていた期間（該当期間中に就労した日は除く）も被保険者であった期間に通算しません。

※ 雇用保険の加入手続きは、これまで2年を限度に遡って行うことが可能でしたが、平成22年10月1日から、雇用保険料が給与から天引きされていたことが明らかである場合に限り、2年を超えて遡って雇用保険の加入手続きができるようになりました。

詳細はハローワークの窓口にてご相談ください。

※ 離職時に船員だった方は、取扱いが異なる場合があります。

(1) 65歳未満で離職された方

失業の認定を受けた各日について、下記の日数を限度として支給されます。

ア 定年・自己の都合・懲戒解雇等により離職した方

被保険者であった期間		10年未満	10年以上 20年未満	20年以上
離職時等の年齢				
全年齢共通		90日	120日	150日
障害者等の 就職困難者	45歳未満	300日		
	45歳以上 65歳未満	360日		

イ 倒産・解雇等により離職を余儀なくされた方(特定受給資格者) 10 ページ参照

被保険者であった期間		1年未満	1年以上 5年未満	5年以上 10年未満	10年以上 20年未満	20年以上
離職時等の年齢						
30歳未満		90日	90日	120日	180日	—
30歳以上 35歳未満				180日		210日
35歳以上 45歳未満					240日	270日
45歳以上 60歳未満			180日		240日	270日
60歳以上 65歳未満			150日	180日	210日	240日
障害者等の 就職困難者	45歳未満	150日	300日			
	45歳以上 65歳未満		360日			

ウ 特定受給資格者以外で雇止め等により離職を余儀なくされた方(特定理由離職者)

受給資格にかかる離職の日が平成21年3月31日から平成24年3月31日までの間にある方に限り、所定給付日数が特定受給資格者と同様になる場合があります。特定理由離職者の判断基準については、11 ページをご覧ください。

(2) 65歳以上で離職された方

失業の認定を受けた後、下記の日数分を限度として一時金で支給されます。

被保険者であった期間	1年未満	1年以上
高年齢求職者給付金の額	30日分	50日分

特定受給資格者とは

特定受給資格者とは、離職理由が、倒産・解雇等により再就職の準備をする時間的余裕なく離職を余儀なくされた受給資格者（具体的には以下の「特定受給資格者の判断基準」に該当する方）です。

これに該当する方の所定給付日数は 9 ページ「6. 給付される日数は」(1) のイの表をご覧ください。

【特定受給資格者の判断基準】

I 「倒産」等により離職した者

- ① 倒産(破産、民事再生、会社更生等の各倒産手続の申立て又は手形取引の停止)に伴い離職した者
- ② 事業所において事業規模もしくは事業活動の縮小等により大量雇用変動の届出がされたため離職した者及び当該事業主に雇用される被保険者の3分の1を超える者が離職したため離職した者
- ③ 事業の廃止に伴い離職した者
- ④ 事業所の移転により、通勤することが困難となったため離職した者

II 「解雇」等により離職した者

- ① 解雇(重責解雇を除く。)により離職した者
- ② 労働契約の締結に際し明示された労働条件が事実と著しく相違したことにより離職した者
- ③ 賃金(退職手当を除く。)の額を3で除して得た額を上回る額が支払期日までに支払われなかった月が引き続き2か月以上となったこと等により離職した者
- ④ 賃金が、当該労働者に支払われていた賃金に比べて85%未満に低下した(又は低下することとなった)ため離職した者(当該労働者が低下の事実について予見し得なかった場合に限る。)
- ⑤ 離職直前3か月前に、労働基準法に基づき定める基準に規定する時間(各月45時間)を超える時間外労働が行われたため、又は事業主が危険もしくは健康障害の生ずるおそれがある旨を行政機関から指摘されたにもかかわらず、事業所において当該危険もしくは健康障害を防止するために必要な措置を講じなかったため離職した者
- ⑥ 事業所が労働者の職種転換等に際して、当該労働者の職業生活の継続のために必要な配慮を行っていないため離職した者
- ⑦ 期間の定めのある労働契約の更新により3年以上引き続き雇用されるに至った場合において当該労働契約が更新されないこととなったことにより離職した者
- ⑧ 期間の定めのある労働契約の締結に際し当該労働契約が更新されることが明示された場合において、当該労働契約が更新されなかったことにより離職した者(上記⑦に該当する者を除く。)
- ⑨ 上司、同僚等からの故意の排斥又は著しい冷遇若しくは嫌がらせを受けたことにより離職した者
- ⑩ 事業主から直接もしくは間接に退職するよう勧奨を受けたことにより離職した者(従来から恒常的に設けられている「早期退職優遇制度」等に応募して離職した場合はこれに該当しない。)
- ⑪ 事業所において使用者の責めに帰すべき事由により行われた休業が引き続き3か月以上となったことにより離職した者
- ⑫ 事業所の業務が法令に違反したため離職した者

特定理由離職者とは

特定理由離職者とは、特定受給資格者以外の者であって期間の定めのある労働契約が更新されなかったことその他やむを得ない理由により離職した者(具体的には以下の「特定理由離職者の判断基準」に該当する方)です。

これに該当する方は、受給資格にかかる離職の日が平成21年3月31日から平成24年3月31日までの間にある方に限り、所定給付日数が特定受給資格者と同様になる場合があります。(※1)

(※1) 下記Ⅱに該当する方は、被保険者期間が12か月未満(離職以前2年間)で、かつ、6か月以上(離職以前1年間)ある場合に限り、所定給付日数が特定受給資格者と同様になります。

【特定理由離職者の判断基準】

I 期間の定めのある労働契約の期間が満了し、かつ、当該労働契約の更新がないことにより離職した者(その者が当該更新を希望したにもかかわらず、当該更新についての合意が成立するに至らなかった場合に限る。)(左記「特定受給資格者の判断基準」のⅡの⑦及び⑧に該当する場合を除く。)(※2)

(※2) 労働契約において、契約更新条項が「契約を更新する場合がある」とされている場合など、契約の更新について明示があるが契約更新の確約がない場合がこの基準に該当します。

Ⅱ 以下の正当な理由のある自己都合により離職した者(※3)

- ① 体力の不足、心身の障害、疾病、負傷、視力の減退、聴力の減退、触覚の減退等により離職した者
- ② 妊娠、出産、育児等により離職し、雇用保険法第20条第1項の受給期間延長の措置を受けた者
- ③ 父もしくは母の死亡、疾病、負傷等のため、父もしくは母を扶養するために離職を余儀なくされた場合又は常時本人の看護を必要とする親族の疾病、負傷等のために離職を余儀なくされた場合のように、家庭の事情が急変したことにより離職した者
- ④ 配偶者又は扶養すべき親族と別居生活を続けることが困難となったことにより離職した場合
- ⑤ 次の理由により、通勤不可能又は困難となったことにより離職した者
 - i 結婚に伴う住所の変更
 - ii 育児に伴う保育所その他これに準ずる施設の利用又は親族等への保育の依頼
 - iii 事業所の通勤困難な地への移転
 - iv 自己の意思に反しての住所又は居所の移転を余儀なくされたこと
 - v 鉄道、軌道、バスその他運輸機関の廃止又は運行時間の変更等
 - vi 事業主の命による転勤又は出向に伴う別居の回避
 - vii 配偶者の事業主の命による転勤もしくは出向又は配偶者の再就職に伴う別居の回避
- ⑥ その他、「特定受給資格者とは」のⅡの⑩に該当しない企業整備による人員整理等で希望退職に応じて離職した者等

(※3) 給付制限を行う場合の「正当な理由」にかかる認定基準と同様に判断されます。

(※4) 特定理由離職者の判断基準については、受給資格決定にかかる離職日が、平成21年3月31日以降の離職者に適用されます。

(※5) 船員だった方については、取扱いが異なる場合があります。詳しくは受給手続の際に窓口職員にご相談ください。

7. 給付される金額は

雇用保険で受給できる1日あたりの金額を「基本手当日額」といいます。

この「基本手当日額」は原則として離職した日の直前6か月に毎月決まって支払われた賃金の合計を180で割って算出した金額(これを「賃金日額」といいます。)のおよそ5~8割(60~64歳については4.5~8割)となっており、賃金の低い方ほど高い率となっています。

基本手当日額は、離職時等の年齢に応じて下表を参考にしてください。

(1) 離職時等の年齢が30歳未満の方

賃金日額	給付率	基本手当日額
2,330円~4,650円	8割	1,864円~3,720円
(※1) 4,650円~11,770円	8割~5割	3,720円~5,885円
11,770円~12,910円	5割	5,885円~6,455円
12,910円~	—	6,455円(上限額)

(2) 離職時等の年齢が30歳以上45歳未満の方

賃金日額	給付率	基本手当日額
2,330円~4,650円	8割	1,864円~3,720円
(※1) 4,650円~11,770円	8割~5割	3,720円~5,885円
11,770円~14,340円	5割	5,885円~7,170円
14,340円~	—	7,170円(上限額)

(3) 離職時等の年齢が45歳以上60歳未満の方

賃金日額	給付率	基本手当日額
2,330円~4,650円	8割	1,864円~3,720円
(※1) 4,650円~11,770円	8割~5割	3,720円~5,885円
11,770円~15,780円	5割	5,885円~7,890円
15,780円~	—	7,890円(上限額)

(4) 離職時等の年齢が 60 歳以上 65 歳未満の方

賃金日額	給付率	基本手当日額
2,330円～4,650円	8割	1,864円～3,720円
(※2) 4,650円～10,600円	8割～4.5割	3,720円～4,770円
10,600円～15,060円	4.5割	4,770円～6,777円
15,060円～	—	6,777円 (上限額)

(5) 離職時等の年齢が 65 歳以上の方

賃金日額	給付率	基本手当日額
2,330円～4,650円	8割	1,864円～3,720円
(※1) 4,650円～11,770円	8割～5割	3,720円～5,885円
11,770円～12,910円	5割	5,885円～6,455円
12,910円～	—	6,455円 (上限額)

(注) ※印の部分の基本手当日額の正確な算出式は次のとおりです。

※1

$$Y = (-3W^2 + 70,910W) / 71,200$$

W=賃金日額、Y=基本手当日額

※2

$$Y = (-7W^2 + 127,750W) / 119,000$$

$$Y = 0.05W + 4,240$$

のいずれか低い方の額

W=賃金日額、Y=基本手当日額

なお、「賃金日額下限額」及び「基本手当日額下限額」が下表のように定められています。

賃金日額下限額	基本手当日額下限額
2,330円	1,864円

※ 上記の金額及び計算式は、雇用保険法第 18 条の規定により、前年度の毎月勤労統計における平均給与額の変動比率に応じて、毎年 8 月 1 日以降変更となることがあります。

8. 給付が始まる時期と受けられる期間

● 給付が始まる時期は

ハローワークへ来所し離職票の提出と求職の申込みを行った日(受給資格決定日)から失業状態の日が通算して7日間は支給されません。(これを待期といいます。)

その後・・・①会社都合(倒産、人員整理など)による解雇や雇止め、定年などの理由で離職された方は、

→待期(7日間)の翌日から支給の対象となります。… **例1 参照**

②自己の都合により離職した方や自己の責任による重大な理由により解雇された方は

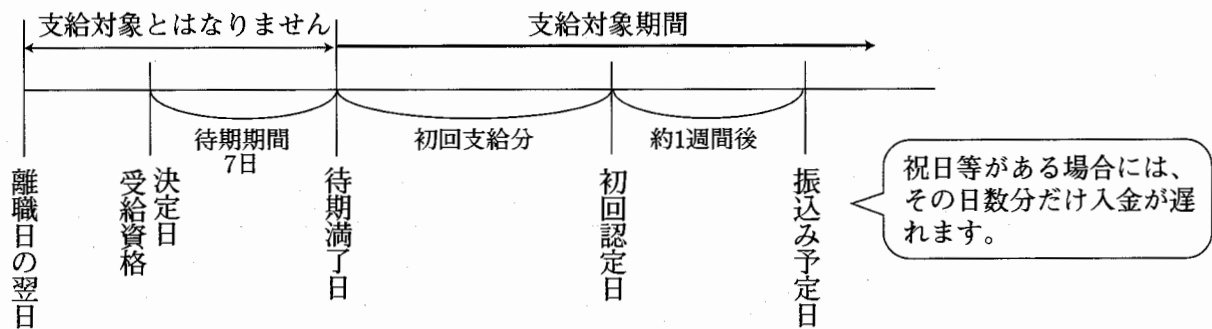
→待期(7日間)後、さらに3か月経過した日から支給の対象となります。

(これを給付制限といいます。)… **例2 参照**

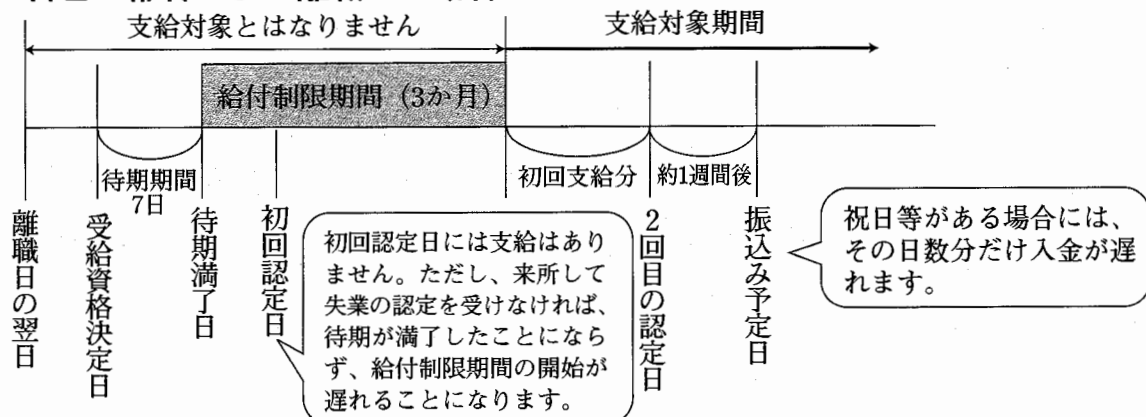
③なお、「自己の都合」による退職であってもやむを得ない事情によるものとハローワークが判断した場合は、①と同様の取り扱いを受けられる場合があります。

※ 11ページⅡの②の理由により延長措置を受けた方のうち、90日未滿で延長理由が消滅した場合は給付制限がかかります。

例1 会社の都合により離職した場合



例2 自己の都合により離職した場合



給付金は、安定所長が指定する認定日（失業の状態にあったことを確認する日）にハローワークに来所し、待期の翌日から認定日前日（給付制限のある方は給付制限期間の翌日から認定日前日まで）の失業と認定された日数分が、認定日から約1週間後に、あなたの指定した普通預（貯）金口座に振り込まれます。（祝日等がある場合には、その日数分だけ入金が遅れます。）

初回の認定日は受給資格決定日のおおむね3週間後に、その後は原則として4週間ごとに指定されます。（初回の認定日は、受給資格決定時に安定所長が指定します。）

※ 高年齢求職者給付金は一時金であるため、失業の認定は原則1回となります。

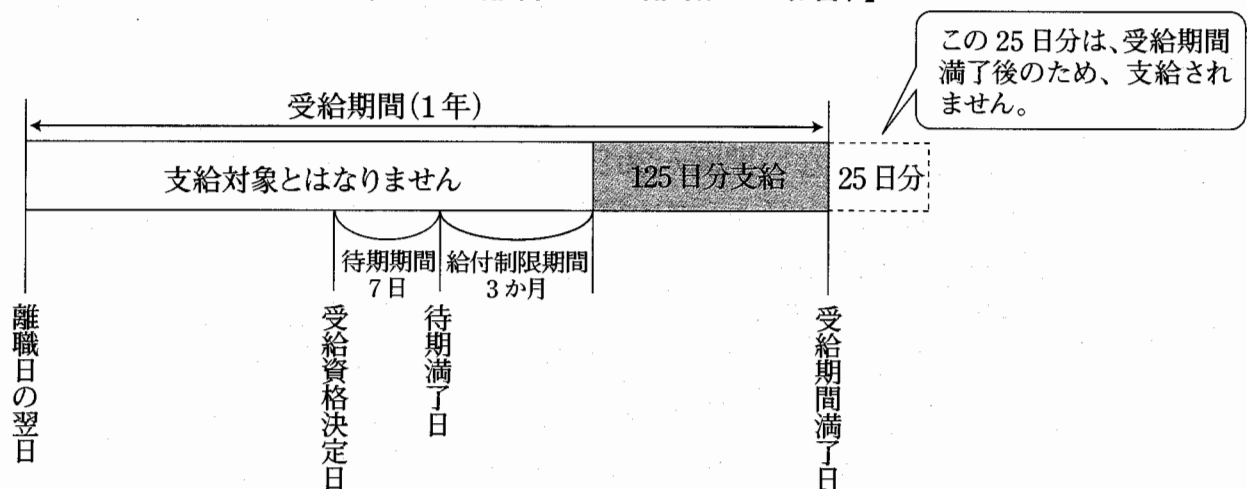
● 支給を受けられる期間は

支給を受けられる期間は、離職した日の翌日から1年間（受給期間）となっており、この期間内に所定給付日数分を限度として受給することとなります。

（ただし、所定給付日数330日の方の受給期間は1年+30日、360日の方は、1年+60日となります。）

したがって、離職後、相当期間を経過した後に受給の手続きをした場合は、下図のように受給期間満了日以後、給付日数が残っていても給付が打ち切られることがありますので、ご注意ください。

【所定給付日数が150日の方（自己の都合により離職した場合）】



9. 疾病等を理由とした受給期間の延長制度

雇用保険の受給期間は、原則として離職した日の翌日から1年間（所定給付日数330日の方は1年+30日、360日の方は1年+60日）ですが、その間に下記の理由により引き続き30日以上働くことができなくなったときは、その働くことのできなかった日数だけ、受給期間を延長することができます。

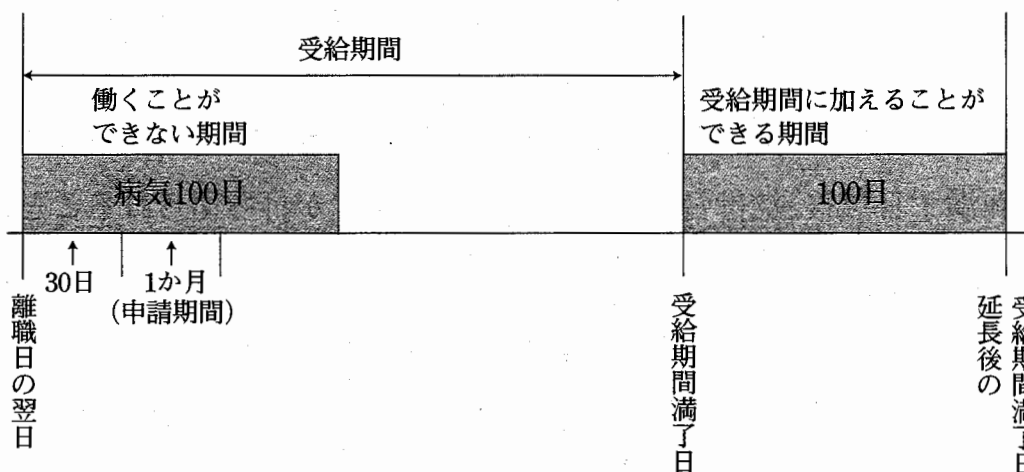
ただし、延長できる期間は最大限3年間となっています。

なお、所定給付日数330日及び360日の方の延長できる期間は、それぞれ最大限3年-30日及び3年-60日となります。（給付制限の対象となる場合は異なります。）

〔延長できる理由〕

- ア. 妊娠
- イ. 出産
- ウ. 育児（3歳未満）
- エ. 本人の病気、けが
- オ. 親族等の看護（6親等以内の血族、配偶者及び3親等以内の姻族）
- カ. 事業主の命により海外勤務する配偶者に同行
- キ. 青年海外協力隊など公的機関が行う海外技術指導による海外派遣

〔在職中からの病気等により、働けない状態で離職した場合〕



申請期間 働くことができないう期間が30日経過した日から1か月以内です。

なお、離職理由と延長理由が同一の場合は、離職日の翌日以後30日を経過した日から1か月以内です。

申請手続 受給期間延長申請を行う場合には、離職票と延長理由を確認できる書類、及び印鑑を持参して、受給期間延長申請書を住所又は居所を管轄するハローワークへ提出してください。この場合、代理人又は郵送により申請することもできますが、代理人の場合は委任状が必要です。（受給期間延長申請書の用紙は、ハローワークに備え付けてあります。）

※ なお、高年齢継続被保険者、短期雇用特例被保険者であった方には適用されません。

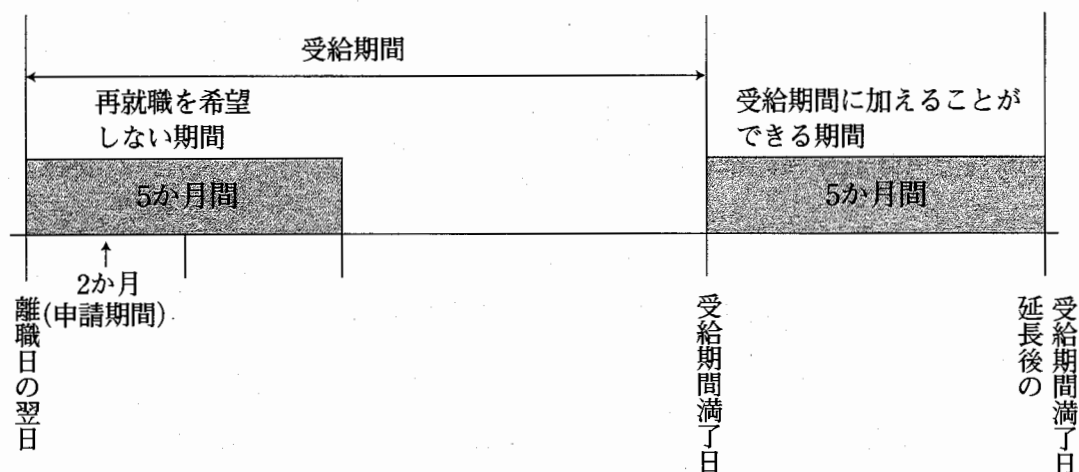
10. 定年退職者等に対する受給期間の延長制度

「60歳以上の定年に達して離職した方」や「60歳以上の定年後の継続雇用制度を利用し同一の事業所で引き続き被保険者として雇用され、かつ高年齢者雇用安定法に定められた年齢以上で、その制度の終了により離職した方」が離職日の翌日から一定の期間再就職を希望しない場合には、その期間（最長1年）をハローワークへ申請することにより、受給期間を延長することができます。

なお、延長後の受給期間内に前記9の「延長できる理由」に該当する場合には、さらに延長が認められます。

ただし、この場合でも延長できる期間は最大限3年（所定給付日数360日の方は3年－60日）となります。

[一定期間再就職を希望しない場合]



申請期間 離職日の翌日から2か月以内です。

申請手続 離職票と印鑑を持参して、受給期間延長申請書を住所又は居所を管轄するハローワークへ提出してください。

(受給期間延長申請書の用紙は、ハローワークに備え付けてあります。)

※ なお、高年齢継続被保険者、短期雇用特例被保険者であった方には適用されません。

11. 再就職手当のご案内

雇用保険の受給手続きを取った方が、次の①～⑨の要件を全て満たして、早期に再就職した場合には、再就職手当が支給されます。

- ① 就職日の前日までの認定を受けたうえで、支給残日数が3分の1以上残っていること。
- ② 1年を超えて引き続き雇用されると認められること。
- ③ 採用の内定が「受給資格決定日」以後であること。
- ④ 「待期」が経過した後、職業に就いたこと。
- ⑤ 「給付制限」がある方の場合には、「待期」満了後の1か月間はハローワークの紹介または厚生労働大臣が許可した職業紹介事業者の紹介により職業に就いたこと。
- ⑥ 離職前の事業主または関連事業主に雇用されたものでないこと。
- ⑦ 過去3年以内の就職について、「再就職手当」、「常用就職支度手当」の支給を受けていないこと。
- ⑧ 雇用保険の被保険者資格を取得していること。
- ⑨ 再就職手当の支給申請後一定の期間が経過する前に離職したものでないこと。

支給される金額は…

支給残日数※	×	60%	×	基本手当日額 (基本手当日額には上限があります)
		(支給残日数が2/3以上の場合)		
		又は		
		50%		
		(支給残日数が1/3以上の場合)		

※ 「支給残日数」とは、就職日の前日までの失業の認定を受けたうえで残っている日数です。早期に再就職した場合は再就職手当の給付率が高くなります。

12. 失業給付と老齢厚生年金との併給調整について

受給手続きのために求職の申込みをした場合、老齢厚生年金の支給が停止されます。

●年金が支給停止

65歳未満の老齢厚生年金を受けられる方が、失業給付を受けるために求職の申込みをした場合は、失業給付の支給が終了するまでの間、老齢厚生年金の支給が停止されます。

●老齢厚生年金が対象

失業給付との調整の対象となる年金は、60歳代前半の老齢厚生年金です(下記参照)。ただし、65歳未満で受けられる繰り上げ支給の老齢基礎年金については、調整対象とはなりません。

失業給付との調整の対象となる年金

- ・老齢厚生年金で65歳未満の人に支給されるもの
- ・国家公務員共済組合法による退職共済年金で65歳未満の人に支給されるもの
- ・地方公務員等共済組合法による退職共済年金で65歳未満の人に支給されるもの
- ・私立学校教職員共済法による退職共済年金で65歳未満の人に支給されるもの
- ・農林漁業団体職員共済組合法による退職共済年金で65歳未満の人に支給されるもの

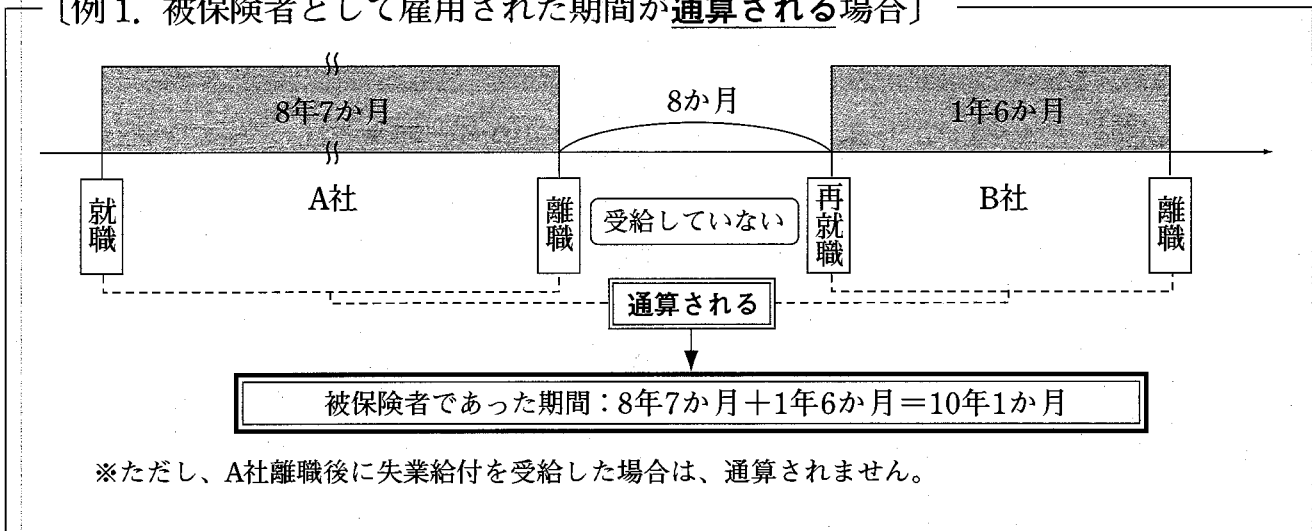
※ 詳細については、最寄りの年金事務所等にお問い合わせください。

13. 失業給付を受給しないですぐに再就職した場合は

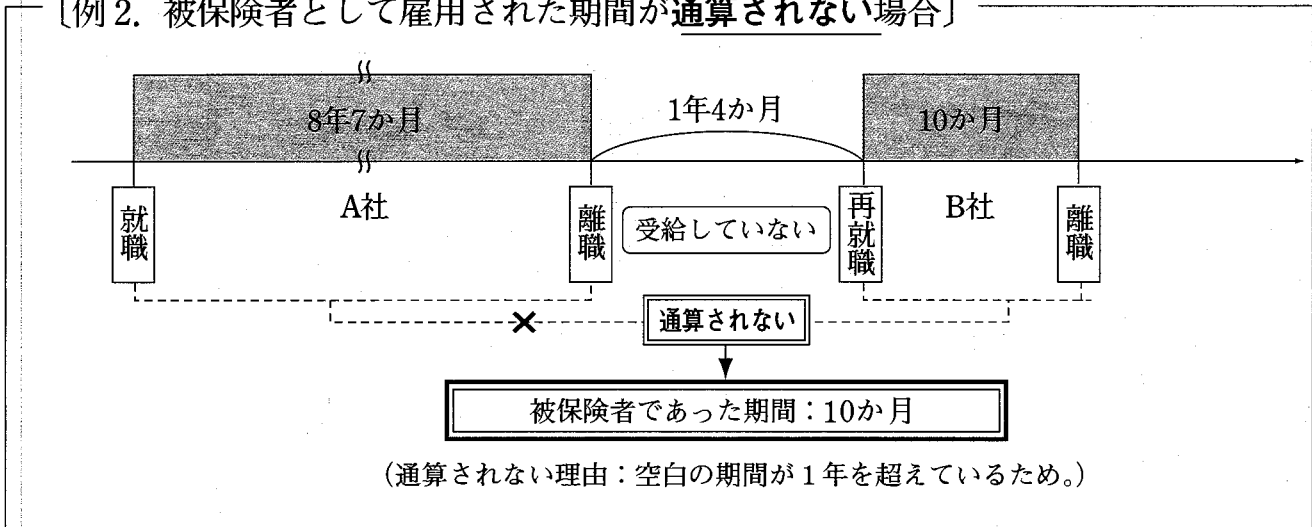
すでに再就職が決まっている方は、失業の状態ではありませんので失業給付の支給対象にはなりません。受給期間（15 ページ参照）中に再就職先を退職するなど失業の状態になったときは、その時点で受給手続きができる場合がありますので、**離職票は大切に保管**してください。

なお、失業給付（再就職手当等を含む）を1日も受給せずに再就職し、再び雇用保険の被保険者になった場合で、その空白の期間が1年以内のときは、前の会社での「被保険者として雇用された期間」と再就職後の「被保険者として雇用された期間」が通算されますので、再就職先に「雇用保険被保険者証」を提出してください。

〔例1. 被保険者として雇用された期間が通算される場合〕

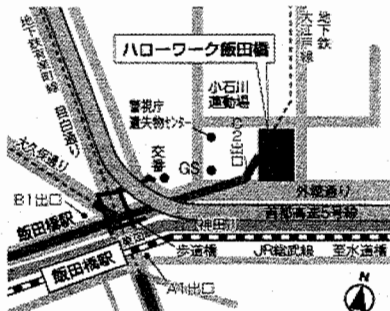


〔例2. 被保険者として雇用された期間が通算されない場合〕



※ 過去に失業給付（再就職手当等を含む）を受給した場合は、それ以前の期間は通算されません。

飯田橋公共職業安定所



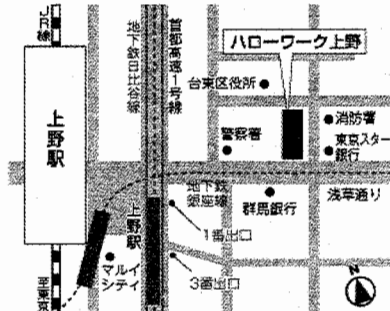
〒112-8577 文京区徳業1-9-20 ☎ (3812) 8609
JR総武線・地下鉄東西線 有楽町線 南北線飯田橋駅下車 徒歩6分 大江戸線徒歩1分

新宿公共職業安定所
(西新宿庁舎)



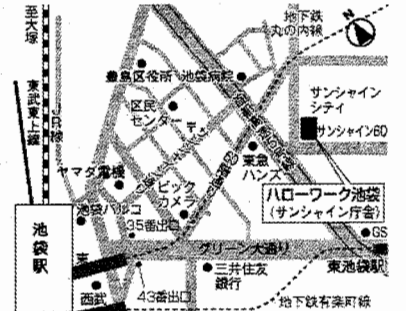
〒163-1523 新宿区西新宿1-6-1 新宿エルタワービル23階 ☎ (5325) 9580
JR山手線新宿駅下車 徒歩2分

上野公共職業安定所



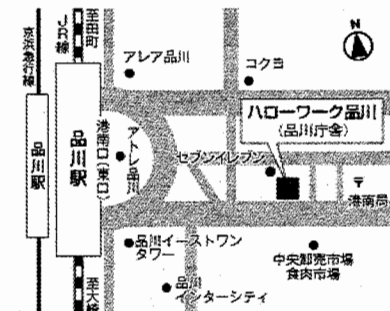
〒110-8609 台東区東上野4-1-2 ☎ (3847) 8609
JR山手線上野駅下車 徒歩5分

池袋公共職業安定所
(サンシャイン庁舎)



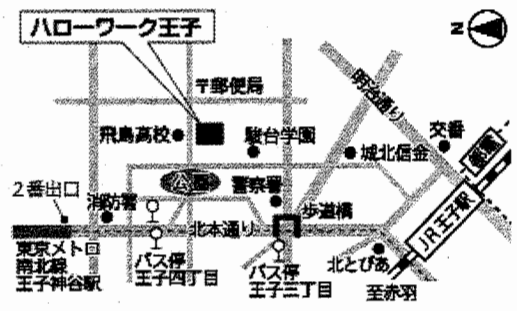
〒170-6003 豊島区池袋3-1-1 サンシャイン60 3階 ☎ (5958) 8609
JR山手線池袋駅下車 徒歩10分 地下鉄有楽町線池袋駅下車 徒歩10分

品川公共職業安定所



〒108-0076 港区港南2-5-12 品川NBSビル ☎ (3450) 8609
JR山手線品川駅下車 徒歩3分

王子公共職業安定所



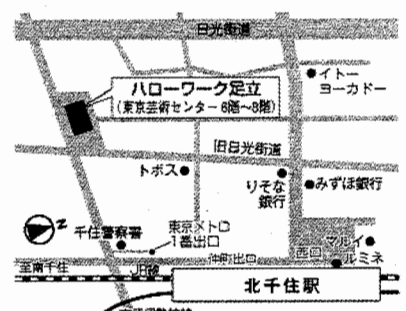
〒114-0002 北区王子6-1-17 ☎ (5390) 8611 (給付課) (5390) 8609 (代表)
地下鉄南北線王子神谷駅下車 徒歩7分 都営バス王子四丁目下車 徒歩3分

大森公共職業安定所



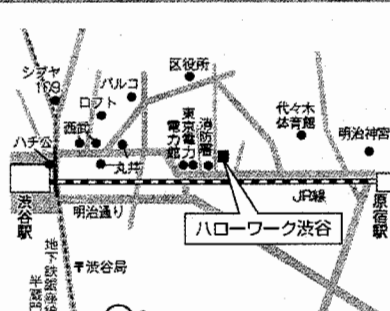
〒143-8586 大田区大森北4-16-7 ☎ (5493) 8796 (給付課) (5493) 8609 (代表)
JR京浜東北線大森駅下車 徒歩8分

足立公共職業安定所



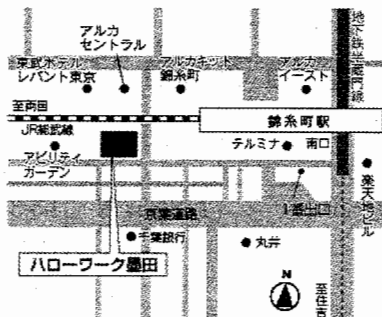
〒120-8530 足立区千住1-4-1 東京芸術センター6F~8F ☎ (3870) 8893
JR・東武・地下鉄 北千住駅下車 徒歩6分

渋谷公共職業安定所



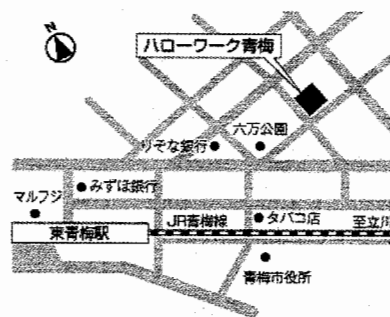
〒150-0641 渋谷区神南1-3-5 ☎ (3476) 8609
JR山手線渋谷駅下車 徒歩10分

墨田公共職業安定所



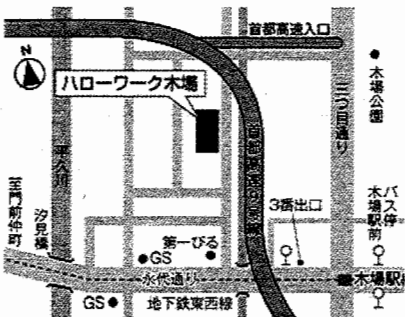
〒130-8609 墨田区江東橋2-19-12 ☎ (5669) 8609
JR総武線錦糸町駅・地下鉄半蔵門線錦糸町駅下車 徒歩2分

青梅公共職業安定所



〒198-0042 青梅市東青梅3-12-16 ☎ 0426 (24) 8636
JR青梅線東青梅駅下車 徒歩6分

木場公共職業安定所



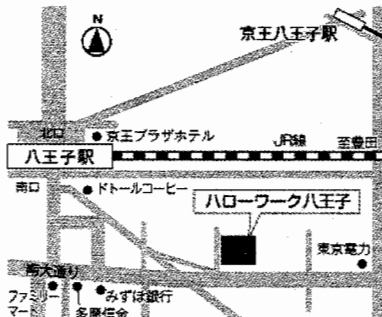
〒135-8609 江東区木場2-13-19 ☎ (3643) 8603
地下鉄東西線木場駅下車 徒歩3分 都営バス木場駅前下車 徒歩3分

三鷹公共職業安定所



〒181-8517 三鷹市下連雀4-15-18 ☎ 0422 (47) 8649
JR中央線三鷹駅下車 徒歩14分

八王子公共職業安定所



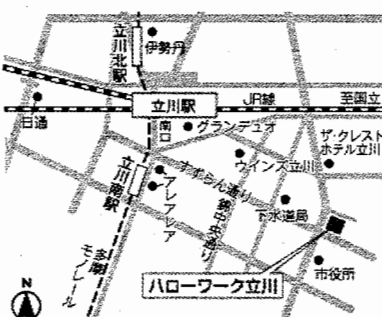
〒192-0904 八王子市子安町1-13-1 ☎ 042 (648) 8656
JR中央線八王子駅下車 徒歩3分

町田公共職業安定所



〒194-0022 町田市森野2-28-14 ☎ 042 (732) 7399
JR横浜線町田駅下車 徒歩13分 小田急線町田駅下車 徒歩10分

立川公共職業安定所



〒190-8509 立川市錦町1-9-21 ☎ 042 (525) 8605
JR中央線立川駅下車 多摩都市モノレール立川南駅下車 徒歩7分

府中公共職業安定所



〒183-0045 府中市美好町1-3-1 ☎ 042 (336) 8686
京王線府中駅下車 徒歩7分 京王線 JR南武線 分倍河原駅下車 徒歩8分

お知らせ

失業給付の受給の手続きにつきましては、平日の午前8時30分から午後5時15分までとなっております。

※ 都内のハローワーク（出先施設含む）では、職業の相談・紹介を平日は午後7時、土曜日は午後5時までに行っている施設がありますが、失業給付の受給の手続きにつきましては、上記の時間帯（平日8:30～17:15、土・日・祝日は休み）となりますのでご注意ください。

都内 ハローワーク 一覧

— 雇用保険の受給手続きは、あなたの住所を管轄するハローワークへ —

あなたの住所	管轄 ハローワーク	所在地 (もより駅)	[郵便番号]	電話番号
千代田区、中央区、文京区、大島、三宅島、八丈島などの島しょ地区 (※島しょ地区にお住まいの方は各町村役場で取次ぎをしています)	飯田橋	文京区後楽1-9-20 (JR飯田橋)	[112-8577]	03-3812-8609(代表)
台東区	上野	台東区東上野4-1-2 (JR上野)	[110-8609]	03-3847-8609(代表)
港区、品川区	品川	港区港南2-5-12 品川NBSビル (JR品川)	[108-0075]	03-3450-8609(代表)
大田区	大森	大田区大森北4-16-7 (JR大森)	[143-8588]	03-5493-8796(給付) 03-5493-8609(代表)
渋谷区、世田谷区、目黒区	渋谷	渋谷区神南1-3-5 (JR渋谷)	[150-0041]	03-3476-8609(給付)
中野区、杉並区、新宿区	新宿	新宿区西新宿1-6-1 新宿エルタワー 23 階 (JR新宿)	[163-1523]	03-5325-9580(給付)
豊島区、板橋区、練馬区	池袋	豊島区東池袋3-1-1 サンシャイン 60・3 階 (JR池袋)	[170-6003]	03-5958-8609(給付)
北区	王子	北区王子6-1-17 (JR王子、南北線王子神谷)	[114-0002]	03-5390-8611(給付) 03-5390-8609(代表)
足立区、荒川区	足立	足立区千住1-4-1 東京芸術センター 6F~8F (JR北千住)	[120-8530]	03-3870-8893(給付)
墨田区、葛飾区	墨田	墨田区江東橋 2-19-12 (JR錦糸町)	[130-8609]	03-5669-8609(代表)
江戸川区、江東区	木場	江東区木場 2-13-19 (東西線木場)	[135-8609]	03-3643-8603(給付)
八王子市、日野市	八王子	八王子市子安町 1-13-1 (JR八王子)	[192-0904]	042-648-8656(給付)
立川市、昭島市、小金井市、小平市、東村山市、国分寺市、国立市、東大和市、武蔵村山市	立川	立川市錦町 1-9-21 (JR立川)	[190-8509]	042-525-8605(給付)
青梅市、福生市、あきる野市、西多摩郡、羽村市	青梅	青梅市東青梅 3-12-16 (JR東青梅)	[198-0042]	0428-24-8636(給付)
三鷹市、武蔵野市、西東京市、清瀬市、東久留米市	三鷹	三鷹市下連雀 4-15-18 (JR三鷹)	[181-8517]	0422-47-8649(給付)
町田市	町田	町田市森野 2-28-14 (小田急線町田)	[194-0022]	042-732-7399(給付)
府中市、調布市、多摩市、稲城市、狛江市	府中	府中市美好町 1-3-1 (京王線府中)	[183-0045]	042-336-8666(給付)
東京都にお住まいの船員の方が、引き続き船員のお仕事を希望される場合	東京運輸支局	江東区青海 2-7-11 (ゆりかもめテレコムセンター)	[135-0064]	03-5530-2327

[注]他府県にお住まいの方は、あなたの住所を管轄するハローワーク等で受給手続きをしてください。