

女性の活躍応援プログラム

「年収の壁」を知る

3つの事業メニューで個人・企業の
年収の壁に関する課題に対応します

1

個別相談窓口

個人

企業

「年収の壁」に関する相談を電話、メール、オンラインで受付、社労士・税理士・FPが対応

2

専門家派遣

企業

従業員の就業調整や人材活用等に課題を抱える企業に対し専門家を派遣

3

オンラインセミナー

女性が活躍するための「年収の壁」普及啓発セミナー

個人

企業

「年収の壁」の基礎知識や最新の動向、社会保険加入のメリットなどを詳しく解説

企業向け「年収の壁」対策セミナー

企業

従業員の就業調整に悩む企業へ、どう解決していくか、他社の取り組み事例や国の支援策を紹介

集合型セミナー

個人

将来設計に役立つ「年収の壁」集合型セミナー

基礎知識を学んだうえで、将来のライフ・キャリアについてシミュレーションを実施

詳細な内容は裏面に記載>>

東京都

女性活躍の輪
Women in Action

「年収の壁」を知る

令和8年度
企業における「年収の壁突破」総合対策促進事業

お問い合わせ窓口

0120-041-052

年収の壁を知る

検索



受付：平日 9:00 ~ 17:00 (年末年始・祝日を除く)

●メール：ade.jp.nenshunokabe@jp.adecco.com

※当事業は東京都より委託を受け、アデコ株式会社が運営しています。

個別相談窓口

個人・企業対象

利用料
無料

「年収の壁」に関して電話・メール・オンラインで相談できる窓口です。個人や企業の個別の事情に応じた相談を受け付けます。回答は社会保険労務士、税理士、ファイナンシャルプランナーなどの専門家が対応します。

開設期間 2026年4月1日(水)～2027年3月31日(水)

対象者 都内在住の方 都内勤務の方 都内企業(個人事業主含む)

相談内容 年収201万までの「年収の壁」(税・社会保険等)に関する相談

相談例

- ・年収の壁とは何か教えてほしい。
- ・扶養から外れる条件や、メリット・デメリットについて知りたい。
- ・年収の壁に関する、国や東京都の助成金について教えてほしい。

電話での相談はこちら

0120-545-027

※受付時間 平日9:00-17:00土日祝日・年末年始除く
※メール・オンライン相談はWEBから受付ます。

メール・オンライン相談はこちら

年収の壁を知る

検索



専門家派遣

企業対象

募集枠
30社

利用料
無料

「年収の壁」による従業員の就業時間の調整等により、人材活用に課題を抱える企業に対し、事前ヒアリングを行ったのちに適切な専門家を派遣し、個別相談・講習会・個別相談会を実施します。

募集期間

第1期 4月30日(木)～6月30日(火)

第2期 7月1日(水)～7月31日(金)

第3期 8月1日(土)～8月31日(月)

相談例

- ・パートやアルバイトが就業調整を行っており人手が足りない。
- ・年収の壁に関する制度の理解を高めるために社員教育をしたい。
- ・年収の壁に対応するため就業規則等の見直しをしたい。

専門家派遣の申し込みはこちら

年収の壁を知る

検索



オンラインセミナー

<女性が活躍するための「年収の壁」普及啓発セミナー>

個人・企業対象

「年収の壁」の基礎知識から最新の動向、キャリア形成の重要性や社会保険に加入するメリットなどを専門家が詳しく解説します。各回で専門家やテーマが異なります。

開催日時

第1回 2026年6月16日(火)

第2回 2026年8月26日(水)

第3回 2026年10月20日(火)

第4回 2026年12月16日(水)

第5回 2027年2月18日(木)

開催時間 全日程共通 13:30～15:30

定員
200名
程度

参加費
無料

対象者

都内在住の方 都内勤務の方 都内企業(個人事業主含む)

セミナーの申し込みはこちら

年収の壁を知る

検索



<企業向け「年収の壁」対策セミナー>

企業対象

パートやアルバイトの就業調整や雇用の安定化に課題を感じる企業向けに「年収の壁」に関する制度の最新の動向、国の助成金や都の支援制度、他社の解決事例などを専門家が解説します。

開催日時

第1回 2026年6月11日(木)

第2回 2026年11月17日(火)

開催時間 全日程共通 13:30～14:30

定員
50社
程度

参加費
無料

対象者

都内企業(個人事業主含む)

セミナーの申し込みはこちら

年収の壁を知る

検索



集合型セミナー

個人対象

FPIに相談できる相談会も同時開催!

<将来設計に役立つ「年収の壁」集合型セミナー>

基礎知識を学んだうえで、将来のライフ・キャリアについてシミュレーションを実施します。

開催日時

第1回 (新宿会場) 2026年7月23日(木)

第2回 (青山会場) 2026年8月19日(水)

第3回 (新宿会場) 2026年9月12日(土)

第4回 (青山会場) 2026年11月25日(水)

第5回 (新宿会場) 2027年1月19日(火)

開催時間 全日程共通 13:30～15:00 相談会 15:00～16:00

定員
20名

参加費
無料

抽選制

対象者

都内在住の方 都内勤務の方

開催形式

集合型 ●託児サービスあり

セミナーの申し込みはこちら

年収の壁を知る

検索



新宿会場

東京都新宿区西新宿1-26-2 新宿野村ビル4F NEON

▷JR・小田急線・京王線「新宿」駅西口 徒歩7分

▷東京メトロ丸の内線「西新宿」駅2番出口 徒歩4分

▷都営地下鉄大江戸線「都庁前」駅B2出口 徒歩3分

青山会場 ※女性限定

東京都渋谷区神宮前5-53-67 コスモス青山 地下1階EAST-A2

はたらく女性スクエア

▷JR・東急東横線・京王井の頭線・東京メトロ副都心線 渋谷駅 宮益坂口から徒歩12分

▷東京メトロ銀座線・半蔵門線・千代田線 表参道駅 B2出口から徒歩7分

