

自殺予防週間に向けて

自殺対策基本法では、9月10日から9月16日までを「自殺予防週間」と位置付け、啓発事業を広く展開しています。

厚生労働省では、電話やSNS相談支援体制の拡充に努めるとともに、十代の自殺は長期休暇明け前後に増加する傾向があることを踏まえて、夏期休暇中から、子ども・若者に向けたポスターの掲示や動画の配信、更にインターネットでの相談窓口の案内など、自殺防止への取り組みを進めています。

悩みをお持ちの方、困っている方は、どうかひとりで抱え込まずに、まずはご家族やご友人、職場の同僚など、身近な人に相談してください。また、身近な人に話しづらい時には、電話やSNSでの相談窓口もあるので、こうした窓口を利用してみるのも大切です。

もし、ご家族、ご友人、同僚など、身近な人の様子がいつもと違うと感じた場合には、声をかけ、耳を傾けてみましょう。支援が必要な人を支援先につなぎ、温かく見守るという意識と行動が重要です。悩んでいる方が孤立をしないよう、是非、温かく寄り添っていただくことをお願いいたします。

令和4年8月26日

厚生労働大臣

加藤勝信

厚生労働省ウェブサイト「まもろうよこころ」

▶電話やSNSの相談窓口等を分かりやすく紹介

<https://www.mhlw.go.jp/mamorouyokokoro/>

