

令和5年8月29日

【照会先】

社会・援護局 総務課自殺対策推進室
室長補佐 桜井 宏充 (内線2899)
企画調整係長 宮本 和也 (内線2837)
(代表電話) 03(5253)1111
(直通電話) 03(3595)2092

報道関係者 各位

9月10日から9月16日は「自殺予防週間」です

～関係府省庁等と連携し、さまざまな取り組みを実施します～

厚生労働省は、毎年9月10日から9月16日の「自殺予防週間」において、自殺防止に向けた集中的な啓発活動を実施しています。このたび、関係府省庁、自治体、関係団体における、令和5年度の取り組みをまとめましたので公表します。

昨年の自殺者数は前年を上回り、特に小中高生の自殺者数が過去最多となるなど深刻な状況となっています。

自殺予防週間では、電話やSNSによる相談支援体制の拡充や、主に子ども・若者に向けて、ポスターや動画による相談の呼びかけなど集中的な啓発活動を実施します。

また今年も、自殺予防週間に先立ち、子ども・若者の自殺防止に向けた取り組みを強化するため、子ども家庭庁、文部科学省、内閣官房孤独・孤立対策担当室と連携し、8月1日から子ども・若者に向けた集中的な啓発活動を実施しています。

(参考URL：https://www.mhlw.go.jp/stf/jisatsutaisaku_press230801.html)

引き続き「誰も自殺に追い込まれることのない社会」の実現に向け、自殺対策を推進していきます。

また、自殺に関する報道は、その報じ方によっては自殺を誘発する可能性があるため、各メディアの皆様は、WHOの『自殺報道ガイドライン』を踏まえた報道を行っていただくよう、自殺対策へのご協力をお願いします。

○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しています。

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



○WHO「自殺報道ガイドライン」

自殺関連報道をする際の「やるべきこと」、「やってはいけないこと」など。

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hukushi_kaigo/seikatsuhogo/jisatsu/who_tebiki.html

令和5年度自殺予防週間の取り組み

自殺対策基本法では9月10日から9月16日の1週間を「自殺予防週間」と位置付けており、「誰も自殺に追い込まれることのない社会」の実現に向けて相談事業や啓発活動を集中的に実施します。

【取り組みの概要】

(1) 相談事業の拡充

- ところの健康相談統一ダイヤル（自治体）
都道府県・指定都市の13か所で拡充
 - ・運用時間の延長 11か所
 - ・回線の増設・新設 3か所
- SNS・電話相談事業等（民間団体）
5団体で拡充
 - ・相談員増員、相談時間延長 等
- 全国の自治体、民間団体による無料相談会等の実施

< 広報ポスター >



(2) 自殺防止に向けた啓発活動

- 全国での広報ポスターの掲示
全国の自治体、公共施設、学校、医療機関、駅舎、スーパー等に広報ポスターを掲示。
電話やSNSの相談窓口等を分かりやすく紹介している厚生労働省特設サイト「まもろうよこころ」を周知し、相談を呼びかけます。
- インターネット（PC、スマートフォン）を活用した広報
 - ・多くの国民が利用するYouTubeなどのSNS上での動画広告により相談を呼びかけ。
 - ・厚生労働省公式SNSで相談窓口やゲートキーパー等について投稿。
 - ・ポスターやリーフレット、動画等の広報素材を集約したページ(広げてみよう支え合い)について、SNS等を通じて広く拡散し、必要な方に支援情報を届けます。
(URL : <https://www.mhlw.go.jp/mamorouyokokoro/sasaeai/>)
- 関係府省庁、自治体、関係団体等による広報・啓発活動の実施
全国の約520の自治体(約750件)や関係団体等がさまざまな取り組みを実施します。
(心の健康づくり講座、ゲートキーパー養成研修、相談窓口のリーフレット配布、シンポジウム・研修会の開催、駅構内での広報動画の放映 等)

悩み別、方法別、地域別に検索できる「支援情報検索サイト」で自治体や関係団体が実施する各種相談会や啓発活動の情報が閲覧できます。(URL : <http://shienjoho.go.jp/>)

1 厚生労働省による取り組み

(1) 厚生労働省

【自殺対策推進室】※8月1日から9月末にかけて集中的に取り組みを実施

- ①施 策 名 関係省庁の連携強化、大臣連名メッセージの発信
概 要 政府一丸となった自殺対策の推進に向けて、8月29日の閣議で厚生労働大臣より関係閣僚に対して協力依頼。また、国民の皆様やこども・若者に向けたメッセージについて厚生労働大臣、文部科学大臣、こども政策担当大臣、孤独・孤立対策担当大臣の連名で広く情報発信を行う。(別添1、2)
参考 URL :
https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hukushi_kaigo/eikatsuhogo/jisatsu/r5_shukan_message.html
- ②施 策 名 全国での広報ポスターの掲示と広報動画での相談の呼びかけ(別添3)
概 要 こども・若者を中心としたポスターを自治体、公共施設、学校、医療機関、駅舎、スーパー等で掲示。広報動画は、YouTube や Yahoo! の広告、厚生労働省の SNS の活用や、関係省庁、自治体、関係団体との連携により様々な方面からの呼びかけを行う。
参考 URL (ポスター) : (別添3)
参考 URL (動画) :
(15秒版) <https://www.youtube.com/watch?v=VCKa931tm4o>
(6秒版) <https://www.youtube.com/watch?v=X8Agiprw5-E>
- ③施 策 名 SNSによる相談窓口等の周知
概 要 相談窓口やゲートキーパー等、自殺防止に向けた情報を厚生労働省公式 SNS に投稿。
- ④施 策 名 「広げてみよう支え合い」のウェブサイトの活用
概 要 ポスターやリーフレット、動画等の広報素材を集約したページ(広げてみよう支え合い)について、SNS等を通じて広く拡散し、国民の皆様とともに必要な方に支援情報を届ける。
参考 URL : <https://www.mhlw.go.jp/mamorouyokokoro/sasaeai/>
- ⑤施 策 名 リーフレット「ゲートキーパーになろう!」の配布
概 要 紙媒体でも直接配布できるよう相談窓口のリーフレットを配布。(自治体や関係団体等が自由に活用できるよう電子媒体で幅広く配布)。
参考 URL :
<https://www.mhlw.go.jp/mamorouyokokoro/sasaeai/#leaflet>

【労働基準局安全衛生部】

- ① 施策名 令和5年度「全国労働衛生週間」における自殺対策への取組促進
概要 「令和5年度全国労働衛生週間実施要綱」に基づき、各事業場において同週間の準備期間中に実施する事項の一つとして、「自殺予防週間（9月10日～9月16日）等をとらえた職場におけるメンタルヘルス対策への積極的な取組の実施」を主唱する。
準備期間 令和5年9月1日～9月30日
実施期間 令和5年10月1日～10月7日
- ② 施策名 インターネットを活用した啓発の実施
概要 職場のメンタルヘルス・ポータルサイト「こころの耳」において、自殺予防週間の啓発活動を実施する。

2 関係府省庁による主な取り組み

(1) 文部科学省

- ① 施策名 各都道府県・指定都市教育委員会等への周知
概要 自殺予防週間の実施について周知する通知を発出し、この週間の趣旨を踏まえ、児童生徒の自殺予防への一層の配慮を依頼する。
実施時期 令和5年8月
- ② 施策名 児童生徒や学生、保護者、学校関係者への呼びかけ、周知
概要 児童生徒や学生、保護者に向けた自殺予防に関する大臣メッセージを发出するとともに、悩みや不安を抱える児童生徒向けの相談窓口を周知する広告動画をYouTubeにおいて発信する。
実施時期 令和5年8月
- ③ 施策名 夏期休業後の児童生徒の自殺増加傾向への対応
概要 長期休業明けに18歳以下の自殺が急増する傾向に鑑み、組織的に対応できる体制の整備や、見守りの強化等の対応を各都道府県・指定都市教育委員会等に依頼する。（令和5年7月に通知済み。）
実施時期 令和5年7月・8月
- ④ 施策名 児童生徒の自殺予防に関する普及啓発協議会
概要 各教育委員会の生徒指導担当者や、校長・教頭などの管理職等を対象に、児童生徒の自殺予防に関する普及啓発協議会を実施する。
実施時期 令和5年7月～
- ⑤ 施策名 教職員に対する普及啓発等
概要 大学等の学生支援担当の教職員を対象とした会議等で、自殺対策週間に向けて、学生の自殺防止に対する指導の充実について、きめ細かい対応を依頼する。
実施時期 令和5年8月・9月

(2) 警察庁

- 施策名 警察署等におけるポスターの掲示
概要 厚生労働省の作成するポスターを警察署等に掲示する。

(3) 金融庁

施策名 多重債務者相談強化キャンペーン 2023
概要 多重債務者対策本部、日本弁護士連合会、日本司法書士会連合会及び日本司法支援センターの連名で、都道府県の多重債務者相談担当部局及び商工担当部局に呼びかけ、キャンペーン期間中に都道府県、当該都道府県の弁護士会、司法書士会及び中小企業団体が共同で全国的に多重債務者向けの無料相談会等の開催や、自殺対策部局やギャンブル等依存症に関する相談窓口等との連携などを行うとともに、ヤミ金融の利用防止に係る周知・広報を行う。

(4) 消費者庁

施策名 関係団体に対するポスター掲示依頼
概要 消費者庁の関係団体に対し、ポスターの掲示依頼を行う。
実施時期 令和5年8月～9月

(5) 総務省

施策名 行政相談窓口における広報ポスターの掲示
概要 厚生労働省作成の広報ポスターを全国 50 か所の行政相談センターの相談窓口に掲示する。

(6) こども家庭庁

施策名 こどもや若者等への呼びかけ、周知
概要 こどもや若者、こどもたちと関わられる方に対して、自殺予防に関する大臣メッセージを発出するとともに、こども家庭庁ホームページ等において、相談窓口の案内や関係省庁の取組紹介を実施する。
実施時期 令和5年8月

(7) 内閣官房孤独・孤立対策担当室

施策名 孤独・孤立対策ウェブサイト（18歳以下向け）を利用した周知
概要 悩みに応じた相談窓口等の案内を自動応答で行う、孤独・孤立対策ウェブサイト（18歳以下向け）について、孤独・孤立対策担当室のSNS等での周知を行う。

3 自治体による主な取り組み

- (1) 各地域においても様々な取り組みを実施しています。全国の約 520 の自治体の取り組み約 750 件をまとめました。

参考 URL: <https://www.mhlw.go.jp/content/001136344.xlsx>

(無料相談会の開催、心の健康づくり講座、ゲートキーパー養成研修、相談窓口のリーフレット配布、ポスターの掲示、広報紙やホームページにおける相談窓口の周知 等)

- (2) こころの健康相談統一ダイヤルの拡充 (自治体)

(都道府県・指定都市 60 カ所のうち、13 カ所で拡充を実施)

・運用時間の延長 11 カ所

・回線の増設・新設 3 カ所

※下記の電話番号にかけると、最寄りの自治体が発着する電話相談に接続。

おこなおう まもろうよ こころ

0 5 7 0 - 0 6 4 - 5 5 6

参考 URL:

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hukushi_kaigo/seikatsuhogo/jisatsu/kokoro_dial.html

4 相談支援団体による取り組み (民間団体)

集中相談期間として、NPO法人等による相談事業を拡充して実施します。

- (1) 特定非営利活動法人自殺対策支援センターライフリンク

○SNS相談 (チャット相談)、電話相談、メール相談時間の拡充

※特にこどもの自殺リスクの高まる夏休み明け前後と自殺予防週間の期間中に、相談時間を拡充する

生きづらびっと <https://yorisoi-chat.jp/>

#いのちSOS <https://www.lifelink.or.jp/inochisos/>

実施時期

SNS相談 令和5年8月25日(金)～9月4日(月)、10日(日)～16日(土)

電話相談 令和5年9月10日(日)～16日(土)

メール相談 令和5年8月20日(日)～9月3日(日)、10日(日)～16日(土)

- (2) 特定非営利活動法人東京メンタルヘルス・スクエア

○「こころのほっとチャット」相談体制の強化等 (夜間シフトの強化)

○相談窓口広報活動 (HP、SNSによる自殺予防に関する呼びかけ、自殺予防週間対策のカードの配布を実施)

実施時期 令和5年9月10日(日)～16日(土)

- (3) 特定非営利活動法人あなたのいばしょ

○チャット相談対応拡充

○相談窓口広報活動

※東急電鉄にて「自殺予防週間」に合わせてあなたのいばしょ相談窓口のステッカーを主要駅および施設内に掲示を開始

実施時期 令和5年9月10日(日)～16日(土)

○こども優先相談週間 (夏休み開始時期・終了時期)

実施時期 令和5年7月21日(金)～31日(月)、8月20日(日)～9月4日(月)

- (4) 特定非営利活動法人チャイルドライン支援センター
夏休み終了時期の子どもの希死念慮が高まる時期に合わせ、さまざまなチャネルを用意し、相談体制および広報を強化する。
- フリーダイヤルによる電話相談体制強化
 - 「ネットでんわ」(アプリ)相談 8月21日(月)～28日(月)まで毎日実施(以降毎週月曜日定期実施)
 - オンラインチャット相談の期間中毎日実施及び体制強化
実施時期 令和5年8月22日(火)～9月4日(月)

- (5) 一般社団法人社会的包摂サポートセンター
- 令和5年度寄り添い型相談支援事業(9月度若者自殺予防週間追加稼働)
 - ※厚生労働省の自殺予防週間に合わせるとともに、夏休みの終わりから二学期が始まる期間において学生(若者)の自殺予防に対応するため、若年層に向けた動画配信を行い、若年層へより多くアプローチしてもらえような相談体制を整える。具体的には、若年層に向けて、SNS相談の時間を深夜帯へ変更する。
(変更前16:00～22:00 変更後18:00～24:00)。
 - 実施時期 令和5年8月28日(月)～9月15日(金)

5 関係団体等による主な取り組み(順不同)

全国の関係団体において、無料相談会の開催、シンポジウム・研修会の開催、駅構内でのポスターの掲示等を行っています。取り組みの詳細については各団体等へお問い合わせください。

※「実施時期」を記載していないものは9月中に実施する施策です。

- (1) 公益社団法人日本医師会
- 施策名 自殺予防週間ポスターの掲出
 - 概要 自殺予防週間ポスターを会員へ配布
 - 実施時期 令和5年9月上旬
- (2) 公益社団法人日本薬剤師会
- 施策名 薬局におけるポスターの掲示
 - 概要 厚生労働省の作成するポスターを、都道府県薬剤師会を通じ会員に案内。薬局での掲示を呼びかける。
- (3) 東日本旅客鉄道株式会社
- ① 施策名 広報ポスターの掲出
 - 概要 ・厚生労働省作成のポスター(デジタルサイネージ含む)を掲出。
・日本いのちの電話連盟作成のポスターを掲出。
 - 実施時期 令和5年8月上旬～令和6年1月末
 - ② 施策名 広告動画の放映
 - 概要 厚生労働省作成の自殺対策相談窓口(まもろうよ ころ)を案内する動画を首都圏エリアの各駅に設置しているディスプレイにて放映する。
 - 実施時期 令和5年8月21日(月)～9月16日(土)

- ③施 策 名 電車内デジタルサイネージの放映
概 要 電車内での広報を行い、通勤・通学者を始め、より多くの方々に相談窓口を周知する。
実施時期 令和5年9月4日（月）～10日（日）

(4) JR各社

- 施 策 名 広報ポスターの掲出
概 要 厚生労働省作成の広報ポスターを各駅に掲出。
実施社数 6社（北海道、東日本、東海、西日本、四国、九州）

(5) 一般社団法人日本民営鉄道協会

- 施 策 名 広報ポスター（デジタルサイネージ含む）の掲出
概 要 協会加盟各社において厚生労働省作成の広報ポスターを主要駅に掲出。
実施社数 48社（日本民営鉄道協会加盟鉄道事業者 計34社、関東鉄道協会加盟鉄道事業者 計14社）。東京地下鉄株式会社（東京メトロ）を含めると49社、民鉄協35社。

(6) 東京地下鉄株式会社

- 施 策 名 「自殺予防週間」ポスターの掲出
概 要 厚生労働省作成の広報ポスターを全駅に掲出。
実施時期 令和5年9月11日（月）～17日（日）

(7) 横浜市交通局

- 施 策 名 横浜駅での取組
概 要 「横浜市健康福祉局こころの健康相談センター」と連携を図り、駅構内にポスターの掲出やリーフレットの配架等によるPRを行います。

(8) 鹿島臨海鉄道株式会社

- 施 策 名 ポスター及び電光掲示板への自殺予防啓発掲示及び表示
概 要 弊社有人駅へのポスター掲出により自殺予防の啓発。各駅電光掲示板への自殺予防のテロップ表示。HPで自殺予防週間の紹介や相談窓口「まもろうよこころ」の案内を掲出。

(9) 日本労働組合総連合会

- ①施 策 名 「働く人の電話相談室」の広報・周知
概 要 一般社団法人日本産業カウンセラー協会が「世界自殺予防デー」に合わせて実施する「働く人の電話相談室」（実施期間：令和5年9月10日（日）10時～22時）に協力。案内チラシの作成・配布・連合ホームページへの掲載、および加盟労働組合への周知を実施。（チラシ配布枚数：6万枚（予定））。
実施時期 令和5年9月10日（日）

- ②施 策 名 「自殺予防週間」の連合組織内への周知活動
概 要 連合主催の会議等において、厚生労働省作成の広報ポスターを掲示するとともに、構成組織・地方連合会を通じ組織内への周知を実施。

(10) 日本弁護士連合会

施策名 自殺予防週間における全国一斉「暮らしとこころの相談会」

概要 日本弁護士連合会・各弁護士会・日本司法支援センター（法テラス）の共催により、解雇や賃金未払いなどの労働問題、生活保護、公的貸付、多重債務などの生活問題、それらを原因とするこころの問題などに、各地で弁護士が無料で相談に応じる。

※各弁護士会の実施日は当連合会ウェブサイトに掲載予定

参考 URL :

https://www.nichibenren.or.jp/event/year/2023/230910_0916.html

(11) 日本司法支援センター（法テラス）

【東京司法書士会（主催）、法テラス東京（共催）】

施策名 いのちを守るなんでも相談会

概要 自死を考えるほど追い詰められた相談、その他複合的なトラブルについて、司法書士が精神保健福祉士等と連携し、相談会を開催する。

【茨城県弁護士会（主催）、法テラス茨城（共催）】

施策名 暮らしとこころの相談会

概要 法テラスが実施している民事法律扶助制度を利用した無料法律相談会を実施する（同制度の要件に該当しない相談については、弁護士会が実施する無料法律相談を実施。）。

事前予約制・面談相談。

実施時期 令和5年9月11日（月）、14日（木）、15日（金）

【福井県（福井健康福祉センター）（主催）、法テラス福井（共催）】

施策名 悩みごと総合相談会

概要 住民が身近な地域で専門的かつ総合的な相談を受けることができる相談会を行う（当事務所の常勤弁護士が法律相談を担当。）。

実施時期 令和5年9月10日（日）

【広島弁護士会（主催）、法テラス広島（共催）】

施策名 暮らしとこころの総合相談会

概要 自殺予防週間にあわせて、法律、労働、教育、健康などの問題や悩みに関する相談会を行う。

実施時期 令和5年9月5日（火）

【日本弁護士連合会、岩手弁護士会（主催）、法テラス岩手（共催）】

施策名 暮らしとこころの相談会

概要 電話による無料法律相談を実施する。予約不要とし、順次受け付ける。

実施時期 令和5年9月12日（火）10時～19時

【函館弁護士会（主催）、函館市、法テラス函館（共催）】

施策名 暮らしとこころの相談会

概要 職場、家庭、借金などの生活相談やこころの相談に、弁護士（スタッフ弁護士含む。）と保健師（函館市へ派遣要請）が面談・電話にて無料で対応。実施会場は函館弁護士会館。面談相談については事前予約制。

(12) 各都道府県司法書士会（日本司法書士会連合会）

【静岡県司法書士会】

施策名 ホームページにおける相談の呼びかけおよび司法書士による無料電話相談

概要 静岡県司法書士会ホームページや YouTube において相談を呼びかけるとともに常設電話相談で相談を受付。

参加方法 電話相談 TEL 054-289-3704（平日 14:00～17:00）

周知方法 静岡県司法書士会ホームページにおいて、司法書士総合相談センターでの無料電話相談を案内し、法的問題等に関する積極的な相談を呼びかける。

参考 URL : <https://tukasanet.jp/#gsc.tab=0>

【岡山県司法書士会】

① 施策名 自殺予防街頭啓発活動

概要 岡山駅周辺で自殺予防のチラシが入ったポケットティッシュを配布する。（倉敷駅・津山駅周辺での開催も調整中）

実施時期 令和5年9月8日（金）

② 施策名 暮らしとこころの相談会

概要 岡山弁護士会主催の無料相談会に、相談員として参加する。（実施箇所：県内2箇所）

実施時期 令和5年9月16日（土）、23日（土）

③ 施策名 暮らしとこころの相談会

概要 倉敷市保健所主催の無料相談会に、相談員として参加する。

実施時期 令和5年9月30日（土）

【宮崎県司法書士会 主催・宮崎県福祉保健部福祉保健課】

施策名 ワンストップ相談会（自殺対策）

概要 不動産登記、商業法人登記、供託、クレジット・サラ金等の借金返済、敷金問題、相続、給料不払いなどの労働問題、交通事故の物損、成年後見制度、クーリング・オフのような消費者トラブルなどの相談に対応する。開催場所 宮崎市 イオンモール宮崎 イオンホール

実施時期 令和5年9月10日（日）午前10時から午後4時まで

(13) 特定非営利活動法人全国自死遺族総合支援センター

施策名 自死遺族相談ダイヤル（自死遺族のための電話相談）

概要 身近な人、大切な人、かけがえのない人（親族をはじめ恋人、職場の同僚、級友等々）を自死（自殺）で亡くした方のための電話相談を実施

実施時期 令和5年9月11日（月）～13日（水）10時～20時

(14) 公益社団法人日本社会福祉士会

施策名 正会員事務所等におけるポスター掲示

概要 厚生労働省の自殺予防週間におけるポスターを正会員（47都道府県社会福祉士会）に掲示依頼。

実施時期 令和5年8月中旬～9月16日（土）

- (15) 公益社団法人日本精神神経科診療所協会
施策名 令和5年度 自殺予防週間の周知
概要 協会ホームページでの周知、協会員、関連機関への周知
参考URL：<https://japc.or.jp/>
- (16) 一般社団法人日本産業精神保健学会
①施策名 令和5年度自殺予防週間の会員への周知
概要 令和5年度自殺予防週間のポスターを当該期間中に本学会ホームページに掲載し、会員に対する周知を行う。
参考URL：<https://www.jsomh.org/>
②施策名 第30回学術総会にて自殺予防大綱についての教育講演を実施
概要 日本産業精神保健学会第30回学術総会において、自殺予防大綱の見直しについて専門家による教育講演を実施する。
実施時期 令和5年8月27日（日）
- (17) 特定非営利活動法人国際ビフレンダーズ東京自殺防止センター
施策名 フリーダイヤル特別相談
概要 8/20（日）～9/5（火）通常時間帯にフリーダイヤル「0120-58-9090」を設置、夜8時～翌朝2時30分。但し、8/22、29、9/5（火）は、夕方5時～翌朝2時30分まで、8/21、28、9/4（月）は、夜10時30分～翌朝2時30分まで。
参考URL：<https://www.befrienders-jpn.org/archives/1006>
実施時期 令和5年8月20日（日）～9月5日（火）
- (18) 特定非営利活動法人国際ビフレンダーズ宮崎自殺防止センター
①施策名 ワンストップ相談会
概要 弁護士会、司法書士会、精神保健福祉士会、臨床心理士会、看護協会、公共職業安定所、宮崎自殺防止センターなどと連携し、法律や心、福祉の相談窓口を一カ所に設け、県民の相談にワンストップで対応する。
実施時期 令和5年9月10日（日）10時～16時
②施策名 夜間電話相談
概要 相談者の不安や悩みを解消するため、通常の日中も拡大して設置する。
参考URL：<http://www.befrienders-jpn.org/miyazaki/>
実施時期 令和5年9月11日（月）～15日（金）（日中対応時間9時～20時）
③施策名 自死遺族等支援
概要 第12回「いのち灯すコンサート」と称し、専門家による講演会と心癒す音楽コンサートを実施する。
実施時期 令和5年8月26日（土）13時～16時

(19) 公益社団法人日本公認心理師協会

① 施策名 広報ポスターの活用

概要 厚労省作成の広報ポスターを協会内会議室に掲示する。

② 施策名 こころの健康相談統一ダイヤル

概要 厚生労働省による「こころの健康相談統一ダイヤル」を実施する。

(20) 一般財団法人メンタルケア協会

施策名 自殺予防週間における全国一斉対面相談「ほっ！と相談」

概要 各地で様々な精神的悩みに対する無料対面相談を実施

実施箇所：全国 33 箇所の地域会場

参考 URL：<https://www.mental-care.jp/>

(21) 一般社団法人日本自殺予防学会

① 施策名 第 47 回日本自殺予防学会総会

概要 ハイブリッド開催にて、「“生きるすべ”を求めて—生活の場での自殺予防」をテーマに総会を実施。

詳細は以下 URL 先に掲載。

[第 47 回日本自殺予防学会総会ホームページ]

参考 URL：<https://sites.google.com/view/jasp47oita/home>

実施時期 令和 5 年 9 月 15 日（金）～17 日（日）

② 施策名 学会認定研修会

概要 対面にて、心理職向け「自殺予防と危機介入」研修会を実施。詳細は以下 URL 先に近日中に掲載予定。

[第 47 回日本自殺予防学会総会ホームページ]

参考 URL：<https://sites.google.com/view/jasp47oita/home>

実施時期 令和 5 年 9 月 15 日（金）

③ 施策名 第 47 回日本自殺予防シンポジウム

ハイブリッド開催にて、「誰もが住みやすい地域づくり～いいやん大分」をテーマにシンポジウムを実施（日本いのちの電話連盟主催、日本自殺予防学会共催）詳細は以下 URL 先に近日中に掲載予定。

[第 47 回日本自殺予防学会総会ホームページ]

参考 URL：<https://sites.google.com/view/jasp47oita/home>

実施時期 令和 5 年 9 月 17 日（日）

(22) 一般財団法人児童健全育成推進財団

① 施策名 自殺予防週間に向けたメッセージの発信

概要 学校の長期休暇明けに 10 代の自殺リスクが高まることから、自殺予防週間に向けた取組「いましんどくなっている子へのメッセージ『じどうかんもあるよ』」のメッセージカード（PDF 名刺サイズ）、ポスター（A 4 サイズ PDF）を作成・配布するとともに、電子データをダウンロードできるように当財団ウェブサイトに掲載する。また、メッセージが多くの子どもたちの目に止まるように全国約 4, 400 の児童館及び関係者の協力を得て一斉取組を行う。

参考 URL：<https://www.jidoukan.or.jp/>

実施時期 令和 5 年 8 月 1 日（火）～9 月 16 日（土）

- ②施 策 名 自殺予防週間の周知広報
概 要 当財団ウェブサイトには厚生労働省の自殺対策のホームページをリンクし、自殺予防週間を周知するとともにSNSにて広報する。
参考 URL : <https://www.jidoukan.or.jp/info/news/7d39362d592b>

(23) 一般社団法人日本臨床救急医学会

- 施 策 名 第4回群馬 PEEC コース（対面開催）
概 要 PEEC コースは、精神科的問題を有する救急患者に標準的な初期診療を提供するため、救急医療スタッフとして必要な医学的知識、接遇法、入院管理、リソースの有効活用、外来フォローアップへのつなぎ方を身につけるコースです。

参考 URL : <https://jsem.me/training/peec.html>

実施時期 令和5年9月10日（日）9時～13時

(24) 公益社団法人日本看護協会

- 施 策 名 自殺予防週間広報ポスターの掲示
概 要 自殺予防週間広報ポスターを事業所内ホール等に掲示

あなたの声を聞かせてください

私たちも、何となく不安を感じたり、職場や家族に関する悩みを抱えたりすることがあります。そんな時は、深呼吸をしたり、ストレッチをするなど体を動かしたり、人と話をしたりすることで、気持ちの切り替えができることもあります。

悩みをお持ちの方、困っている方は、どうか一人でかかえこまな
いでください。ご家族やご友人、職場の同僚など、身近な人に相談
してみることで、気持ちが少し楽になることもあると思います。身
近な人に話しづらい時には、悩みや困りごとの内容に応じた電話
やSNSでの相談窓口もありますので、ぜひ連絡してみてください。

また、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、声をかけてみてください。声をかけあうこと
で、不安や悩みを少しでもやわらげることができるかもしれません。

特に、こどもは、長期休暇明けに、不安を感じたり、悩んだりする
ことがあると思います。保護者の皆様は、こどもの態度に現れる微
妙なサインに注意を払い、声をかけ、不安や悩みの声に耳を傾け
るようにしてください。

あなたの声かけを待っている人がいます。

令和5年8月 29 日



厚生労働大臣 加藤勝信

文部科学大臣 永岡桂子

こども政策担当大臣

孤独・孤立対策担当大臣

小倉将信

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/>



別添2 大臣連名メッセージ（こども・若者向け）

わか せだい
若い世代のみなさんへ

なつやす あ しんがっき はじ ゆううつ かん
夏休みが明け、新学期が始まります。憂鬱に感じることもありま
すよね。多くの人おお ひとが、進路や友人しんろ ゆうじん、家族かぞく かんに関する悩みを抱え、ま
た、何なんとなく不安ふあん かんを感じたりしています。

わたし いろいろ なや かか とき しんこきゅう
私たちも、色々な悩みを抱えてきました。そんな時は、深呼吸を
したり、ストレッチをするなど体からだ うごを動かしたりすることで、気持ちきも きの切り
替かえができることもあります。

かぞく ゆうじん みちか ひと はな こころ らく
家族や友人など、身近な人に話してみることで、心が楽になる
こともあります。身近な人に話しづらい時には、若い世代のみなさ
んを対象としたSNSでの相談窓口たいしょう えすえぬえす そうだんまどぐちもあります。ぜひ、スマホから
気軽きがる なや きも つたに悩みや気持ちを伝えてみてください。

ゆうじん ようす ちが かん こえ
また、友人の様子がいいつもと違うと感じたときには、声をかけてみ
てください。声をかけあうことで、不安や悩みを少しでもやわらげるこ
とができるかもしれません。

こえ ま ひと
あなたの声かけを待っている人がいます。

れいわ ねん がつ にち
令和5年8月29日

こうせいろうどうだいじん か とうかつのぶ
厚生労働大臣 加藤勝信
もんぶか がくだいじん ながおかけい こ
文部科学大臣 永岡桂子

せいさくたんとうだいじん
こども政策担当大臣
こどく こりつたいたいさくたんとうだいじん
孤独・孤立対策担当大臣

おぐらまさのぶ
小倉将信



こうせいろうどうしょう
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/>



知らせてほしい、心のSOS。

心がもやもやしたり、ざわついたら、
ひとりで悩まず伝えてほしい。



相談窓口はこちら
電話やSNSで相談ができます。



まもろうよこころ **検索**



9月10日～9月16日は自殺予防週間です。