

令和7年2月28日

【照会先】

社会・援護局 総務課自殺対策推進室

室長補佐 富原 博（内線2899）

室長補佐 宮本 和也（内線4260）

（代表電話）03(5253)1111

（直通電話）03(3595)2092

報道関係者 各位

3月は「自殺対策強化月間」です

～関係府省庁等と連携し、さまざまな取組を実施します～

厚生労働省は、毎年3月を「自殺対策強化月間」として、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6年度の同月間における取組をまとめましたので公表します。

昨年の自殺者数は、暫定値ではありますが、総数が20,268人と令和5年の確定値と比べ1,569人減少し、このまま人数が確定した場合、統計開始（1978（昭和53）年）以降2番目に少ない数値となります。一方、小中高生の自殺者数は527人と令和5年の確定値と比べ14人増加となり、このまま人数が確定した場合、統計のある1980（昭和55）年以降、最多の数値となり深刻な状況となっています。

自殺対策強化月間では、電話やSNSによる相談支援体制の拡充や、主に中高年層や子ども・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。

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』に沿った慎重な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

令和6年度自殺対策強化月間の取組

自殺対策基本法では3月を「自殺対策強化月間」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。

【取組の概要】

(1) 相談事業の拡充

- 心の健康相談統一ダイヤル（自治体）
都道府県・指定都市の9か所で拡充
 - ・運用時間の延長 7か所
 - ・回線の増設・新設 2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710の自治体(約1,100件)や関係団体等がさまざまな取組を実施します。(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 : <https://shienjoho.go.jp/>)

1 厚生労働省による取組

【自殺対策推進室】

- ①施 策 名 関係府省庁の連携強化、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2月28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関係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/saikatsuhogo/jisatsu/r6_gekkan_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
概 要 中高年層やこども・若者に向け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、関係府省庁、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。(別添3)
参考 URL (ポスター) : <https://www.mhlw.go.jp/content/001376528.pdf>
<https://www.mhlw.go.jp/content/001416206.pdf>
参考 URL (動画) :
(15 秒版) https://www.youtube.com/watch?v=Bzvnv1AsU_g
(6 秒版) <https://www.youtube.com/watch?v=NZftGlv0hYI>
- ③施 策 名 SNS による相談窓口等の周知
概 要 相談窓口等、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 ラジオを活用した自殺対策の普及・啓発活動
概 要 TOKYO FM をはじめとする JFN 全国 38 局フルネットで放送中の平日朝のワイド番組「ONE MORNING」のニュースを深掘りしていくコーナーにて、自殺対策に関する有識者を招き、自殺対策の普及啓発を図る。
実施時期 オンエア予定日：令和7年3月 毎週火曜 7:20~7:27
(期間限定でアーカイブ配信予定)

【労働基準局安全衛生部】

- 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、自殺対策強化月間の啓発活動を実施する。
参考 URL : <https://kokoro.mhlw.go.jp/>
実施時期 令和7年3月

2 関係府省庁による主な取組

(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 自殺対策強化月間の実施について周知する通知を発出し、この月間の趣旨を踏まえ、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7年3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7年3月
- ③施 策 名 長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。
実施時期 令和7年3月
- ④施 策 名 SNSを活用した相談窓口の周知
概 要 X、Facebook 等の SNS を活用し、文部科学省の24時間子供 SOS ダイヤル等の相談窓口を周知する。
実施時期 令和7年3月
- ⑤施 策 名 学生に対する相談窓口等の周知
概 要 各大学等に対し、学生の安心・安全に関する指導・啓発の充実に関する通知を发出し、学生の自殺対策に関する相談窓口や啓発資料等について周知する。
実施時期 令和7年3月

(2) こども家庭庁

- ①施 策 名 こども・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、自殺対策に関する大臣メッセージを发出するとともに、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府省庁の取り組み紹介を実施する。
実施時期 令和7年3月
- ②施 策 名 こども・若者への大臣メッセージ動画の発信
概 要 こども・若者に対して、自殺対策に関する大臣メッセージ動画を作成し、YouTube や SNS などを通じて、情報発信を行う。
参考 URL : <https://www.cfa.go.jp/policies/kodomonojisatsutaisaku/minister-message>
実施時期 令和7年1月～2月
- ③施 策 名 こどもの自殺対策の推進に資する広報啓発活動
概 要 こども・若者に届くような広報啓発活動を実施・検証することを目的に、高校生を対象にしたワークショップや、保護者等を対象にした講演会、幅広い世代を対象にした全国的なインターネット調査を実施し、その成果や実施状況をメディアを通じて発信する。
参考 URL : <https://www.cfa.go.jp/policies/kodomonojisatsutaisaku/digitalkoho>
実施時期 令和7年1月～3月

(3) 内閣府孤独・孤立対策推進室

- ① 施策名 孤独・孤立対策官民連携プラットフォームメールマガジンでの周知
概要 自殺対策強化月間について、孤独・孤立対策官民連携プラットフォームメールマガジンにて周知を行う。
実施時期 令和7年3月上旬
- ② 施策名 孤独・孤立対策ウェブサイトの周知
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「あなたはひとりじゃない」の18歳以下向けのページについて孤独・孤立対策推進室のX等で周知を行う。
参考URL：<https://www.notalone-cao.go.jp/under18/>

(4) 警察庁

- 施策名 警察署等における広報ポスターの掲示
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。
実施時期 令和7年2月～3月

(5) 消費者庁

- 施策名 関係団体に対する広報ポスター掲示依頼
概要 消費者庁の関係団体に対し、厚生労働省の作成するポスターの掲示依頼を行う。
実施時期 令和7年2月～3月

(6) 総務省

- ① 施策名 行政相談窓口における広報ポスターの掲示
概要 厚生労働省の作成するポスターを全国50か所の行政相談センターの相談窓口に掲示する。
実施時期 令和7年3月
- ② 施策名 行政相談
概要 自殺対策強化月間に関連して、孤独・孤立問題を抱えた方などを対象に行政相談を活用していただくようホームページ・SNS等で広報・周知を実施するとともに、全国50か所の行政相談センターで相談対応を行う。
実施時期 令和7年3月

(7) 法務省

- 施策名 インターネット広告による相談窓口への誘導
概要 自殺願望に関連する用語がインターネット上で検索された場合等に、人権相談受付窓口等を案内するホームページにリンクするインターネット広告を掲出する。
実施時期 令和7年2月～3月

(8) 経済産業省

- 施策名 中小企業関係機関・団体への周知
概要 中小企業関係機関・団体に対して、各種相談窓口の周知や中小企業者の相談対応におけるきめ細かい対応について依頼する。
実施時期 令和7年3月

3 自治体による主な取組

- (1) 各地域においても様々な取組を実施しています。全国の約 710 の自治体の取組約 1,100 件をまとめました。

参考 URL: <https://www.mhlw.go.jp/content/001362520.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、9 カ所で拡充を実施)

・運用時間の延長 7 カ所

・回線の増設・新設 2 カ所

※下記の電話番号にかけると、最寄りの自治体を実施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 (電話・SNS相談事業) による取組 (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) の相談時間の拡充

生きづらびっと <https://yorisoi-chat.jp/>

実施時期 令和 7 年 3 月 1 日 (土) ~ 7 日 (金) 24 時間受付

3 月 10 日 (月) ~ 31 日 (月) の月・水・金は 6 時から受付

※ 通常の受付時間 毎日 8 時から 22 時 30 分 (22 時まで受付)

○ オンライン居場所事業「かくれてしまえばいいのです」啓発・周知

※公式 SNS 等での情報発信の強化

参考 URL: <https://kakurega.lifelink.or.jp/>

- (2) 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

※ 24 時間より安定した相談運営ができるよう拡充する。

実施時期 令和 7 年 3 月

○ 相談窓口広報活動

※ JR 東日本のサイネージ・特設サイトにてあなたのいばしょチャット相談を掲出する。

※ JR 東日本の駅にて配布するポケットティッシュに掲載する。

※ 東急主要施設・主要駅にてあなたのいばしょチャット相談窓口を周知する。

※ 公式 SNS で相談窓口等について投稿

実施時期 令和 7 年 3 月

- (3) 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（相談員増員）
実施時期 令和7年3月
 - 相談窓口広報活動（LINE公式アカウントによるプッシュ通知（3月1日～15日）、公式SNSによる相談窓口案内に関する声かけ告知（3月））
 - SNS相談案内カードを困っている人が利用する団体（子ども食堂運営場所など）に郵送
実施時期 令和7年3月
- (4) 一般社団法人日本いのちの電話連盟
- 自殺予防いのちの電話フリーダイヤル2025
※下記実施時期の毎日24時間連続して電話相談を実施する。
自殺予防いのちの電話 0120-783-556
実施時期 令和7年3月10日(月)～17日(月)
- (5) 一般社団法人社会的包摂サポートセンター
- 令和6年度寄り添い型相談支援事業（自殺対策強化月間追加稼働）
※厚生労働省の自殺対策強化月間に合わせ、全国の地域センターにおいて通常の電話回線に臨時回線を一回線程度追加して相談を実施する。
参考URL：<https://www.since2011.net/yorisoi/>
実施時期 令和7年3月
 - 令和6年度被災者見守り・相談支援事業（自殺対策強化月間追加稼働）
※厚生労働省の自殺対策強化月間に合わせ、被災地の地域センターにおいて通常の電話回線に臨時回線を一回線程度追加して相談を実施する。
参考URL：<https://www.since2011.net/yorisoi/n8/>
実施時期 令和7年3月

5 関係団体等による主な取組（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。取組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3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 自殺対策強化月間ポスターの掲出
概要 厚生労働省の作成するポスターを会員へ配布。
実施時期 令和7年3月上旬

(2) 公益社団法人日本薬剤師会

施策名 薬局における広報ポスターの掲示
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。
実施時期 令和7年2月～3月

(3) 日本弁護士連合会

- 施策名 自殺対策強化月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/2025/250303_0307.html

(4) 東日本旅客鉄道株式会社

- ① 施策名 「いのちのホットライン」開設
概要 一般社団法人日本いのちの電話連盟と共催で電話相談窓口を設置。
(周知方法)
① JR 東日本ホームページに特設サイトを開設
② 駅構内のデジタルサイネージ等へ掲出
③ ティッシュ配布
※「JR 東日本♥生きる支援」の取組みに協賛いただいている各団体の相談窓口も合わせて掲出。
実施時期 令和7年3月15日(土)、16日(日)
- ② 施策名 広報ポスターの掲出
概要 厚生労働省の作成するポスターを主要各駅に掲出。
実施時期 令和7年2月上旬～
- ③ 施策名 駅構内デジタルサイネージ等の放映
概要 主要各駅に設置しているデジタルサイネージ等に厚生労働省・東京都・千葉県が制作したポスターを放映。
実施時期 令和7年2月上旬～3月31日(月)
- ④ 施策名 電車内トレインチャンネルによる動画放映
概要 首都圏主要線区の電車内トレインチャンネルに、厚生労働省が作成した自殺予防の動画を放映。
実施時期 令和7年3月下旬

(5) 西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 厚生労働省の作成するポスターを主要各駅に掲出。
実施時期 令和7年3月
- ② 施策名 駅ディスプレイでの静止画放映
概要 近畿圏主要駅の駅ディスプレイにて、厚生労働省作成の静止画を放映。
実施時期 令和7年3月
- ③ 施策名 WESTビジョン（車内ディスプレイ）による動画放映（予定）
概要 近畿圏主要線区のWESTビジョン（車内ディスプレイ）に、厚生労働省作成の動画を放映予定。
実施時期 令和7年3月

(6) JR各社

施策名 広報ポスターの掲出
概要 厚生労働省の作成するポスターを各駅に掲出。
実施社数 4社（北海道、東海、四国、九州）

(7) 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の作成するポスターを主要駅に掲出。
実施社数 45社（日本民営鉄道協会加盟鉄道事業者 計35社、関東鉄道協会加盟鉄道事業者 計10社）

(8) 東京地下鉄株式会社

施策名 「自殺対策強化月間」ポスターの掲出
概要 厚生労働省の作成するポスターを全駅に掲出。
実施時期 令和7年3月3日(月)～9日(日)

(9) 各都道府県司法書士会（日本司法書士会連合会）

【埼玉司法書士会】

施策名 暮らしとこころの総合相談会
概要 埼玉県が2010年より週1回のペースで、自殺対策のワンストップサービス相談会である「暮らしとこころの総合相談会」を実施しており、司法書士会も相談員を派遣している。法律相談を弁護士・司法書士、生活相談を社会福祉士、こころの相談を精神保健福祉士が相談に乗っており、複合的な相談に対しては、異なる士業複数人で相談に乗り、問題解決を図っている。
実施時期 令和7年3月6日(木)、13日(木)、20日(木)、27日(木)

【東京司法書士会】

施策名 いのちを守る何でも相談会
概要 東京司法書士会が開催する面談・電話による相談会を実施。（司法書士が精神保健福祉士又は公認心理師・臨床心理士とともに相談を受付）
※相談料無料 ※事前予約不要
実施時期 【面談相談】 令和7年3月26日(水)18:00～21:00(最終受付19:50)
司法書士会館（東京都新宿区四谷本塩町4-37）
【電話相談】 令和7年3月5日(水)、19日(水)18:00～21:00(最終受付20:30)

【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7年3月7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7年3月8日(土)、15日(土)

【静岡県司法書士会】

施策名 ホームページにおける相談喚起

概要 静岡県司法書士会ホームページにおいて、自殺の背景にある各種問題について法的な解決が可能なものも多いこと、司法書士が相談に応じることなどを紹介し、相談を喚起する。

参考URL:<https://tukasanet.jp/news/post-2771/#gsc.tab=0>

【京都司法書士会、認定特定非営利活動法人京都自死・自殺相談センター】

施策名 こころとくらしの法律相談会

概要 借金や相続の法律問題、家庭や職場・学校の悩みなどの相談について、面談と電話により対応します。

実施時期 令和7年3月1日(土)13時～16時(最終受付 15:30)

【兵庫県司法書士会】

施策名 神戸自殺総合対策フォーラム

概要 自死問題について毎年開催している神戸市・神戸市医師会・兵庫県弁護士会との共催事業を実施する。

参考URL:<https://www.city.kobe.lg.jp/a37430/forum.html>

実施時期 令和7年3月8日(土)

【福岡県司法書士会】

①施策名 ハローワークにおけるワンストップ相談 (久留米市)

概要 久留米市保健所主催の相談会へ司法書士を派遣します。様々な法律問題や心の問題に悩む方等を対象に、司法書士が保健師や精神保健福祉士とともに相談に応じ、抱える問題の軽減を図る。

場所：ハローワーク久留米3階会議室

実施時期 令和7年3月26日(水)13:30～16:30

②施策名 くらしとこころの総合相談会 (北九州市)

概要 北九州市立精神保健福祉センター主催の相談会へ司法書士を派遣します。相談会は、困難な背景を抱える方からの相談に、様々な専門職(弁護士、司法書士、精神保健福祉士、臨床心理士、保健師、自立相談支援員)からなる相談員が応じることで、問題解決の道筋をたてる。

場所：総合保健福祉センター5階精神保健福祉センター

実施時期 令和7年3月13日(木)17:00～20:00

③施策名 こころと法律の相談会 (福岡市)

概要 福岡市、福岡県弁護士会と共催で、様々な法律問題や心の問題に悩む者等を対象に、弁護士、司法書士の法律専門職と臨床心理士、精神保健福祉士、精神科医等のこころや生活分野の専門職が連携して相談に応じ、抱える問題の軽減を図る。

場所：あいれふ3階カンファレンス室

実施時期 令和7年3月5日(水)10:00～16:00

④施策名 自殺対策研修会

概要 希死念慮を抱えた相談者・依頼者に対する司法書士の適切な支援を図るため、及び司法書士のゲートキーパーとしての取組みを促進するため、自殺対策に関する司法書士会会員向けの研修会を実施します。

実施時期 令和7年3月24日(水)18:00～20:00

【広島司法書士会】

施策名 労働トラブルホットライン・暮らしとこころの総合相談会
概要 弁護士及び他の専門家の連携による無料相談活動を実施する。
実施時期 令和7年3月25日(火)10時～16時

【宮崎県司法書士会】

施策名 悩み事一斉相談
概要 宮崎県が主催する「悩み事一斉相談」の相談窓口となり、司法書士の取り扱う事務に関して9時から16時まで電話相談を受ける。
実施時期 令和7年3月1日(土)～31日(月) (土日祝日を除く)

(10) 公益社団法人日本精神神経科診療所協会

施策名 自殺対策講演会オンデマンド配信
概要 毎年開催している自殺対策講演会の収録動画をオンデマンド配信予定。
実施時期 令和7年3月～4月を予定

(11) 日本自殺総合対策学会

施策名 日本自殺総合対策学会第4回大会の開催
概要 当学会では、第4回大会テーマ～「孤独・孤立」を考える～をオンラインにて開催する。本大会では、1. 現場のセッション、2. 学術のセッションを予定している。参加費無料。
参考URL：https://jscsc.smoosy.atlas.jp/ja/conference_04
実施時期 令和7年3月11日(火)

(12) 一般社団法人日本臨床心理士会

施策名 自殺対策強化月間のPR
概要 ・当会会員にメールマガジンなどで、自殺対策強化月間を周知する。
・当会47都道府県団体会員に、自殺対策強化月間を周知する。
実施時期 令和7年2月～3月

(13) 一般財団法人メンタルケア協会

施策名 自殺対策強化月間における全国一斉相談会「ほっ！と相談」
概要 当協会から資格付与された、専門知識と温かな対話で人を癒す心のケアの専門職「精神対話士」が、対面型相談で自殺予防を図り、将来の希望や心配などについて、一歩先への解決に向けて対応。
実施箇所：全国50箇所の地域会場
参考URL：<https://www.mental-care.jp/wp/2025/02/07/>
実施時期 令和7年3月1日(土)～31日(月)

(14) 一般社団法人日本精神科救急学会

- ① 施策名 役員・団体会員所属機関における広報ポスターの掲示
概要 厚生労働省の作成するポスターを役員・団体会員所属機関に掲示を依頼。
実施時期 令和7年3月1日(土)～31日(月)
- ② 施策名 ホームページによる周知
概要 学会ホームページにて自殺対策強化月間を周知、厚生労働省の自殺対策のホームページリンクを張る。
実施時期 令和7年3月1日(土)～31日(月)

(15) 公益社団法人日本社会福祉士会

- ①施 策 名 本会及び正会員事務所等におけるポスター掲示
概 要 厚生労働省の作成するポスターを本会事務局内に掲示するとともに、本
会正会員(47都道府県社会福祉士会)へポスターを配付・掲示依頼を行う。
実施時期 令和7年2月～3月
- ②施 策 名 自殺対策強化月間に関する周知記事の掲載
概 要 本会発行の機関紙『日本社会福祉士会ニュース』(都道府県社会福祉士
会会員向け年4回・48,000部発行)に自殺対策強化月間に関する記事を
掲載。
実施時期 令和7年3月

【北海道社会福祉士会】

- 施 策 名 生活困難者支援セミナー
概 要 社会構造の変化により単身世帯が増加し、家族とのつながりが希薄化す
る中で、住まいや地域での暮らしに課題を抱える生活困窮者や高齢者の
増加が懸念され、地域における、住宅の確保から日常生活の支援、居場
所の確保等の社会参加支援、残置物処理や賃貸借契約の解除等の退居時
の支援までの一連の支援の重要性が増している。困窮者支援(生活困難
者支援)については、どの分野にも属さない横断的な問題であり、直接
的ではないが、自殺対策にもつながるものとする。本セミナーは、居
住支援の基本的な知識や実践を学び、グループワークをとおして、分野
を問わない「すまい」の課題解決について考えることを目的として開催
する。
参考 URL: <https://www.hokkaido-csw.or.jp/25447.html>
実施時期 令和7年3月8日(土)

(16) 一般社団法人日本自殺予防学会

- ①施 策 名 自殺再企図防止のための救急患者精神科継続支援研修会
概 要 Zoomによるオンライン研修会を実施する。
詳細は以下 URL 先に掲載。
[日本自殺予防学会ホームページ内]
<http://jasp.gr.jp/seminar.html>
実施時期 令和7年3月8日(土)、9日(日)
- ②施 策 名 第1回メディアカンファレンス「自殺予防のためのメディア表現－何を
どう書くか、どう表現するか」
概 要 メディア表現によって自殺を増やす場合があるだけでなく、自殺を減ら
す効果も明らかになり、世界では自殺の報道やコンテンツの表現を向上
させる取り組みが盛んになってきている。本学会では2023年よりメ
ディア表現支援委員会を設置し、報道から映画、ウェブにいたる幅広いコ
ンテンツの表現手法をメディアと共に向上させる取り組みとして、第1回
メディアカンファレンスを実施する。
詳細は以下 URL 先に掲載予定。
[日本自殺予防学会ホームページ内]
<https://jasp.gr.jp/>
実施時期 令和7年3月22日(土)

(17) 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 厚生労働省の作成するポスターを協会内会議室に掲示する。
実施時期 令和7年2月～3月
- ②施 策 名 ホームページ及び公式SNSにおける周知
概 要 当協会ホームページ、公式Facebook、Xにおいて自殺対策強化月間を周知する。
参考URL：<https://www.jacpp.or.jp/>

(18) 一般社団法人日本臨床救急医学会

- ①施 策 名 学会公認研修会 PEEC コースの共催での開催
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 第10回さが PEEC コース 令和7年2月16日(日)
第33回横浜市大 PEEC コース 令和7年2月23日(日)
第7回山梨 PEEC コース 令和7年3月2日(日)
第19回沖縄 PEEC コース 令和7年3月2日(日)
第37回熊本 PEEC コース 令和7年3月2日(日)
第5回伊勢日赤 PEEC コース 令和7年3月16日(日)
- ②施 策 名 学会公認研修会 PPST コースの共催での開催
概 要 PPST コースは、病院前救護における自殺企図者のケア方法の普及を目的としており、病院前救護職員（主に救急隊員・救急救命士・消防隊員ほか）を対象に、シミュレーションを通して PEEC スキルを学ぶコースです。
参考URL：<https://onl.bz/hjqmZnS>
実施時期 第3回横浜市大 PPST コース 令和7年2月24日(月・祝)
令和6年度自殺未遂者等支援拠点医療機関整備事業
熊本 PPST コース 令和7年2月24日(月・祝)
第1回伊勢日赤 PPST コース 令和7年3月15日(土)
- ③施 策 名 シンポジウムでの発表
概 要 日本薬学会第145年会（福岡開催）にて、シンポジウム『薬剤師が過量服薬（オーバードーズ）や自殺のゲートキーパーとして活躍するために：現状とエビデンスの提供』の開催が予定されており、本会の自殺企図者のケアに関する検討委員会所属の委員が発表します。
参考URL：<https://pub.conf.it.atlas.jp/ja/event/pharm145>
実施時期 令和7年3月29日(土)

(19) 一般社団法人日本医薬品卸売業連合会

- 施 策 名 自殺対策強化月間の周知
概 要 本会正会員（47都道府県組合・協会）へ事務連絡を発出、本会職員に対してメールにて自殺対策強化月間を周知する。
実施時期 令和7年3月

(20) 一般財団法人児童健全育成推進財団

施策名 自殺対策強化月間の周知
概要 当財団ウェブサイトに厚生労働省の自殺対策のホームページをリンクし、自殺対策強化月間を周知する。
参考 URL : <https://www.jidoukan.or.jp/>
実施時期 令和7年3月～

(21) 公益社団法人日本看護協会

施策名 「自殺対策強化月間」広報ポスターの掲示
概要 厚生労働省の作成するポスターを事業所内へ掲示。
実施時期 令和7年3月～

(22) 特定非営利活動法人 LightRing.

- ① 施策名 自殺対策に関する SNS での発信
概要 自殺予防に関する情報や当法人の活動、若者ゲートキーパーの相談事例を整理し、Instagram を通じて発信する。これにより、若年層を中心とした広い世代に自殺予防の重要性を伝え、相談窓口の利用促進と支援体制の強化を目指す。
実施時期 令和7年3月
- ② 施策名 若者ゲートキーパー支援
概要 若者ゲートキーパーを対象に座談会を開催し、希死念慮者やその周囲を支援する際の課題や悩みを共有します。この場を通じて、支援方法の改善や地域社会での支援体制の強化を目指す。
実施時期 令和7年3月中旬

(23) 一般社団法人いのち支える自殺対策推進センター

- ① 施策名 自殺対策強化月間に活用できる啓発コンテンツの紹介
概要 自殺対策強化月間に活用できる啓発コンテンツを紹介する。
参考 URL : <https://jscp.or.jp/action/Content-Summary-March.html>
実施時期 令和7年2月初旬～
- ② 施策名 ニュースレター、SNS での周知等
概要 JSCP ニュースレターで自殺対策強化月間についての記事掲載及び上記コンテンツページを紹介予定。また、公式 SNS において上記のページに掲載されているコンテンツを発信する予定。

別添1 大臣連名メッセージ（一般向け）

あなたの声を聞かせてください

何となく不安を感じたり、心がもやもやしたりすることはありませんか。そんな時は、ご家族やご友人など、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ります。身近な人に話しづらい時は、悩みや困りごとの内容に応じた電話やSNSでの相談窓口もあるので、ぜひ連絡してみてください。匿名でも大丈夫です。

また、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。こどもの周りにいる大人の皆様は、こどもの態度に現れる小さなサインを見逃さないよう、こどもの声に耳を傾けるようにしてください。その声かけが、不安や悩みを少しでもやわらげることにつながるかもしれません。

令和7年2月 28 日

厚生労働大臣 福岡 資麿

文部科学大臣 みづほ 綾子

こども政策担当大臣

孤独・孤立対策担当大臣

三原 じゅん子



相談してみたら、少しほっとした。

人に話すことで、心が軽くなるかもしれません。匿名でも大丈夫です。電話でもSNSでも相談できます。

心がもやもやしたり、ざわついたら、電話やSNSで気軽に相談できます。

相談窓口はこちら  まもろうよところ  検索 

 厚生労働省

3月は自殺対策強化月間です。



ひとりで悩んでいるあなたへ。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、電話やSNSで気軽に相談できます。

相談窓口はこちら  まもろうよところ  検索 

 厚生労働省

3月は自殺対策強化月間です。

厚生労働省 Web サイト「まもろうよところ」

▶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）

わかもの
こども・若者のみなさんへ

はる せいかつかんきょう へんか ひと おも しんろ しょうらい
春から生活環境が変化する人もいます。進路や将来のこと
ゆうじん かぞく なや なん ふあん かん
と、友人や家族のことで悩んだり、何となく不安を感じたりしていませんか。

とき だれ はな すこ きも へんか い
そんな時は、誰かに話すことで少し気持ちが変化することもあると言
われています。家族や友人など、身近な人に話してみることで、心が
らく みちか ひと はな とき えすえぬえす
楽になることもあります。身近な人に話しづらい時には、SNSでの
そうだんまどぐち お つ うえぶ じぶん なまえ
相談窓口やころを落ち着けるためのWebサイトもあります。自分の名前
い だいじょうぶ じぶん
を言わなくても大丈夫です。ぜひ、スマホなど自分にとってやりやすい
ほうほう なや つた おも
方法で、悩みを伝えてみていただけたらと思います。

ようす ちが かん ひと こえ
もしあなたのまわりで様子がいいつもと違うと感じる人がいたら、声をかけ
しんらい おとな いっぽ なや かた
て、信頼できる大人につないでください。その一歩が、悩んでいる方に
おお さき みな ふあん なや ひとり せ
っては、大きな支えとなります。また、皆さんが不安や悩みを一人で背
お かんきょう わたし いっしょ かんが
負わなくていいような環境を私たちも一緒に考えていきます。

れいわ ねん がつ にち
令和7年2月28日

こうせいろうどうだいじん ふくおか たかまる
厚生労働大臣 福岡 資麿

もんぶかがくだいじん としこ
文部科学大臣 みづほ子

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

み はら こ
三原 じゅん子



ひとり悩んでいるあなたへ。
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、電話やSNSで気軽に相談できます。

相談窓口はこちら [まもろうよこころ](#) 検索 

 厚生労働省

3月は自殺対策強化月間です。

こうせいろうどうしょうまぶ
厚生労働省Webサイト「まもろうよこころ」

でんわ えすえぬえす そうだんまどぐちとう わ しょうかい
▶ 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3 令和6年度自殺対策強化月間ポスター



相談してみた。
少しほっとした。

人に話すことで、
心が軽くなるかもしれません。
匿名でも大丈夫です。
電話でも、SNSでも相談できます。

心がもやもやしたり、ざわついたら、電話やSNSで気軽に相談できます。

相談窓口はこちら  まもろうよこころ 検索 

 

3月は自殺対策強化月間です。



ひとりで悩んでいるあなたへ。
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、電話やSNSで気軽に相談できます。

相談窓口はこちら  まもろうよこころ 検索 

 

3月は自殺対策強化月間です。