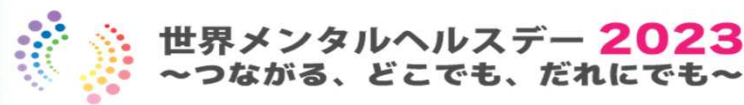


世界メンタルヘルスデー2023について

厚生労働省社会・援護局障害保健福祉部精神・障害保健課

世界メンタルヘルスデーとは



- 「世界メンタルヘルスデー」（10月10日）はメンタルヘルスに関する正しい知識の普及や偏見をなくすことを目的として設定された国際記念日であり、厚生労働省では、令和元年度から毎年、各界の著名人・関係団体の協力のもとでイベントを開催している。
- 今年度は著名人を招き「10代後半から20代前半」の方を対象としたトークイベントを実施。（後日youtube配信予定）
※厚生労働省における「精神障害にも対応した地域包括ケアシステムの構築支援事業」により実施
- 厚生労働省の「地域で安心して暮らせる精神保健医療福祉体制の実現に向けた検討会」においても、精神保健福祉上のニーズを有する方が安心して地域の一員として生活することができるよう、国民に対し、メンタルヘルスについての正しい情報を普及啓発することが重要であると示されている。

特設WEBサイト



世界メンタルヘルスデー 検索

https://www.mhlw.go.jp/kokoro/mental_health_day/

または、QRコードから特設サイトへ



こころの病気やメンタルヘルスに関する課題は身近な問題ですが、そのことに自分自身が気づいたり、周囲の人が気づいたりすることは難しかったりすることがあります。

あなたのこころがいつもと違う感じがしたとき、
まずは、ご自身でその不調に気づいてほしい。
そして、相談や受診などの行動に移してほしい。

周囲でこころの不調を感じていそうな人がいるとき、
まずは、その不調に気づいてほしい。
そして、その人に声をかけてみてほしい。

世界メンタルヘルスデーJAPANは、こころの健康に欠かせない
“人とのつながり”を大切にしたいイベントです。
「つながる、どこでも、だれにでも」をテーマとして掲げ、
こころを支える輪を広げていきます。



全国の名所やモニュメントがグリーンとシルバーでライトアップ

みんなで
メンタルヘルス
について
考えましょう

10月10日は世界メンタルヘルスデー

世界メンタルヘルスデーは、世界精神保健連盟が定め、WHOや厚生労働省など、多様なステークホルダーがサポートしている国際記念日。世界全体で、メンタルヘルス（こころの健康）への意識を高め、偏見をなくすことを目指す取り組みが行われます。

ライトアップ開催地やメンタルヘルスについての情報はこちら

【共催】特定非営利活動法人シルバーリボンジャパン/ランドベックジャパン株式会社
【後援】厚生労働省/東京都/神奈川県/横浜市健康福祉局/
公益財団法人こころのバリアフリー研究会/一般社団法人日本精神科看護協会

関連イベント：東京タワーライトアップ（後援：厚生労働省）