

3月は自殺対策強化月間です

—気づいてください！体と心の限界サイン—

県・政令市では、国の定める「自殺対策強化月間※1」に合わせ、自殺対策の普及啓発の一環として、神奈川県庁本庁舎等のライトアップや交通広告、Instagram 広告を行います。また、県では、「つらい」「苦しい」など、生きづらさを抱えた方に対する相談窓口を用意していますので、一人で悩まずぜひご利用ください。

※1 「自殺対策基本法」第7条第2項において3月を自殺対策強化月間と定めています。

1 グリーンライトアップ

(1) 事業概要

自殺対策の普及啓発の一環として、県では、神奈川県庁本庁舎をグリーン(※2)にライトアップします。また、横浜市も横浜市庁舎をライトアップします。

※2 自殺対策のテーマカラーを、「信頼の芽生え」や「生きる力の回復」等を表す「グリーン（もえぎ色）」としています。

(2) 実施場所・実施日

実施場所	実施日時	
神奈川県本庁舎 (横浜市中区日本大通1)	3月1日(金曜日)から 3月7日(木曜日) 18時30分から20時30分まで	
横浜市庁舎 (横浜市中区本町6-50-10)	3月1日(金曜日)から 3月7日(木曜日) 18時から22時まで	

2 交通広告

県では、交通広告を活用し、こころの健康に関する悩みの相談窓口等を動画広告で周知します。期間、場所については次のとおりです。

- ①場所：JR 横浜線、JR 横須賀・総武快速線と相鉄線の車内、そごう横浜店前
期間

相鉄線	令和6年3月4日（月曜日）から3月10日（日曜日）
JR 横浜線	令和6年3月11日（月曜日）から3月17日（日曜日）
JR 横須賀・総武快速線	令和6年3月18日（月曜日）から3月24日（日曜日）
そごう横浜店前	令和6年3月25日（月曜日）から3月31日（日曜日）



- ②場所：小田急線 26 駅の改札口付近のディスプレイ（34 箇所）で放映
期間：令和6年3月1日（金曜日）から3月31日（日曜日）



なお、次の路線は政令市が行います。

- 横浜市

場所：①横浜市営地下鉄ブルーライン・グリーンライン車内

②横浜市営バス車内 6 営業所（浅間町・滝頭・港北・本牧・保土ヶ谷・緑）、神奈中バス車内 3 営業所（舞岡・横浜・戸塚）

期間：①令和6年3月4日（月曜日）から3月17日（日曜日）

②令和6年3月1日（金曜日）から3月31日（日曜日）

内容：ゲートキーパーの役割を紹介する動画広告

悩みを抱える市民に相談を促す動画広告

- ・ 川崎市

場所：JR 南武線・JR 鶴見線

期間：令和 6 年 3 月 1 日（金曜日）から 3 月 31 日（日曜日）

内容：こころの健康に関する悩みの相談窓口等の窓上広告によるポスター掲示

- ・ 相模原市

場所：神奈川中央交通バス相模原営業所及び橋本営業所所管のバス 50 台の車内

期間：令和 6 年 3 月 1 日（金曜日）から 3 月 31 日（日曜日）

内容：市内スポーツ団体の協力を得て作成した自殺対策強化月間の啓発動画

3 Instagram 広告

(1) 事業概要

15 歳から 34 歳の「Instagram」の利用者に対して、相談窓口を案内する広告を表示して周知を図ります。

(2) 実施期間

令和 6 年 3 月 1 日（金曜日）から 3 月 31 日（日曜日）



なお、X（旧 Twitter）による広告は、通年で行っています。

4 こころの相談窓口(通年実施)

(1) LINE 相談「いのちのほっとライン@かながわ」

「生きるのがつらい」、「苦しい」など、こころの健康に関する悩みに専門の相談員が LINE で相談にお応えします。

相談時間：月曜日から金曜日・日曜日の 17 時から 22 時(受付は 21 時 30 分まで)

※祝日・休日・12 月 29 日（日曜日）から 1 月 3 日（金曜日）を除く。

右記二次元コードから友だち登録して、相談できます。



(2) こころの電話相談

生活・仕事に関する不安や悩み、対人関係の悩みなど、こころの健康に関する相談にお応えします。

相談時間：毎日 24 時間（年末年始、土日祝日含む）

※令和 6 年 3 月 31 日（日曜日）21 時から 4 月 1 日（月曜日）9 時までは休止します。

電話番号：0120-821-606

問合せ先

神奈川県健康医療局保健医療部

精神保健医療担当課長

渡邊

電話 045-285-0227

がん・疾病対策課精神保健医療グループ

浅岡

電話 045-210-4727