

令和8年2月26日  
記者発表資料

# 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・政令市等では、国が定める「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、神奈川県庁本庁舎のライトアップや啓発動画広告、LINE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相談ください。

## 1 自殺対策強化月間の取組

### (1) グリーンライトアップ

#### ア. 事業概要

県では、横浜市・横須賀市・藤沢市・厚木市と協調して、代表的な建物等をグリーンにライトアップ(※2)します。

#### イ. 実施場所・実施期間

別紙のとおりです。

### (2) 交通広告等

#### ア. 事業概要

県・政令市では、こころの健康に関する悩みの相談窓口等を交通広告等で周知します。

#### イ. 実施場所・実施期間等

##### (7) 神奈川県実施

##### ① 静止画動画広告

相鉄線の車内	令和8年3月2日(月曜日)から3月8日(日曜日)
そごう横浜店前	令和8年3月9日(月曜日)から3月15日(日曜日)
江ノ島電鉄鎌倉駅	令和8年3月9日(月曜日)から3月15日(日曜日)
JR藤沢駅 NewDaysVISION	令和8年3月9日(月曜日)から3月15日(日曜日)
Youtube インストリーム広告	令和8年3月16日(月曜日)から3月29日(日曜日)

(放映イメージ)



② 動画広告

- ・実施場所：小田急線 26 駅の改札口付近のディスプレイ（34 箇所）
- ・実施期間：令和 8 年 3 月 1 日（日曜日）から 3 月 31 日（火曜日）  
（放映イメージ）



(イ) 横浜市実施

- ・実施場所：横浜市営地下鉄ブルーライン・グリーンラインの車内
- ・実施期間：令和 8 年 3 月 9 日（月曜日）から 3 月 22 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

(ウ) 川崎市実施

- ・実施場所：JR 南武線・JR 鶴見線の車内
- ・実施期間：①令和 8 年 3 月 1 日（日曜日）から 3 月 31 日（火曜日）  
②令和 8 年 3 月 2 日（月曜日）から 3 月 15 日（日曜日）
- ・内容：①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  
②自殺対策・メンタルヘルス普及啓発の動画広告

(イ) 相模原市実施

- ・実施場所：神奈川中央交通バス相模原及び橋本営業所所管のバス 50 台の車内
- ・実施期間：令和 8 年 3 月 1 日（日曜日）から 3 月 31 日（火曜日）
- ・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広告

(3) LINE 広告

ア. 事業概要

15 歳から 34 歳の「LINE」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。

イ. 実施期間

令和 8 年 3 月 1 日（日曜日）から 3 月 31 日（火曜日）

（広告イメージ）



## 2 こころの相談窓口等（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でお応えします。

- ・相談時間

水曜日を除く毎日 17時から 24時まで（受付は 23時 30分まで）

※祝日（振替休日を含む。）・年末年始を除く。

- ・LINE二次元コード

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（365日）

※令和8年4月1日（水曜日）午前0時から4月1日（水曜日）午前9時までは  
休止します。

- ・電話番号：0120-821-606

### （3）かながわ自殺対策ポータルサイト

思い悩んでいる方に様々な相談窓口などの情報を一元的にご案内するため、専用のポータルサイトを開設し、県内の行政機関や関係団体で実施されている相談窓口や自殺対策の取組、支援者の研修等の内容を情報発信しています。



【ウェブサイトのURL】

<https://www.pref.kanagawa.jp/osirase/1383/jisatsu-portal/index.html>

#### (4) かながわストレスチェックサイト

県では気軽にストレスチェックができる「かながわストレスチェックサイト」を開設しています。スマートフォンで扱いやすい専用画面であり、「過去6ヶ月以内に経験した出来事」をチェックするだけで、ストレス蓄積度を簡単に調べることができます。



【ウェブサイトのURL】

<https://www.pref.kanagawa.jp/osirase/1383/kanagawa-stress-check/index.html>

#### (5) X (旧Twitter) 広告

X (旧 Twitter) 上に自殺願望等につながる表現が投稿・検索された場合、広告を表示させ、県の相談窓口へつなぎます。

(広告イメージ)



- ※1 自殺対策強化月間：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。
- ※2 ライトアップ：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。ただし横須賀市では、ピンク色に近い藤色に市役所本庁舎をライトアップします（横須賀市自殺対策推進協議会において「ピンク色に近い藤色の2枚のカタバミ」をシンボルマークとして制定しているため）。

#### 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

がん・疾病対策課こころの未病グループ

白石

大川

電話 045-285-0227

電話 045-285-0716

## 【3月自殺対策強化月間におけるライトアップについて】

	実施場所	実施日	実施時間	問合せ先
1	神奈川県庁本庁舎 (横浜市中区日本大通1) 	3月2日(月曜日)から 3月8日(日曜日)	18時30分から 20時30分まで	神奈川県健康医療局 保健医療部 がん・疾病対策課 電話 045-285-0716
2	横浜市庁舎 (横浜市中区本町 6-50-10) 	3月1日(日曜日)から 3月7日(土曜日)	17時から 22時まで	横浜市こころの健康 相談センター 電話 045-662-3558
3	横須賀市役所本庁舎※ (横須賀市小川町11)   ※ピンク色に近い藤色に市役所本庁舎を ライトアップします(横須賀市自殺対策 推進協議会において「ピンク色に近い藤 色の2枚のカタバミ」をシンボルマーク として制定しているため)。	3月13日(金曜日)から 3月15日(日曜日)	17時から 21時まで	横須賀市保健所 保健予防課 電話 046-822-4336
4	江の島シーキャンドル (藤沢市江の島2-3-28) 	3月13日(金曜日)から 3月14日(土曜日)	日没から 22時まで	藤沢市保健所 保健予防課 電話 0466-50-3593
5	アミューあつぎ (厚木市中町2丁目12-15)	3月1日(日曜日)から 3月31日(火曜日)	18時から 22時まで	厚木市健康こども みらい部健康医療課 電話 046-225-2201