

自殺予防啓発にかかる

県民の皆様への知事メッセージ

2026年7月の警察庁の自殺統計（暫定値）によると、本年1月から7月までの間、全国で10,605人、愛知県では578人の方が亡くなられています。自殺の背景には、過労、生活困窮、育児や介護疲れ、いじめや孤立などの社会的要因が複雑に絡み合っているといわれております。

<子どもたちへ>

夏休みが終わるこの時期、不安な気持ちになったり、学校へ行くことがつらく感じられたりすることがあるかもしれません。そんなときは、一人で抱え込まず、家族や先生、友だちなど、信頼できる人に気持ちを話してみてください。身近な人に話しづらいときは、SNS や電話による相談窓口もあります。あなたの気持ちを受け止め、一緒に考えてくれる人がいます。

<つらく苦しい思いをされている方へ>

一人で、苦しい思いを抱え込まず、家族や友人、職場の仲間など、あなたが信頼できる方に気持ちを伝えてください。

身近な人に話しづらい、あるいは、話ができる人が周りにいない方は、県やお住まいの市町村の相談窓口にご相談してください。

県では、SNS や電話での相談窓口を設置しています。また、精神保健福祉センターや保健所でも相談をお受けしています。

あなたは決して一人ではありません。あなたのつらい思いを打ち明けてください。あなたからの相談をお待ちしています。

<全ての県民の皆様へ>

「眠れない」、「食欲がない」など、いつもと違う何らかのサインを発している方があなたの周りにいれば、声をかけて、「心配している」の気持ちを伝えてください。

2026年8月19日

愛知県知事 大村 秀章

愛知県のこころの相談体制

1 子供（小・中・高校生）対象（全国共通）

相談窓口名	相談時間	利用方法
チャイルドライン 0120-99-7777	【電話】 毎日 16:00～21:00 【チャット】 毎週月～土曜日16:00～21:00 第4日曜日16:00～18:30 ※8/22～9/4は毎日15:00～22:00 (期間中は日曜日でもチャット可)	電話 通話無料 チャット相談
24時間子供SOSダイヤル 0120-0-78310	24時間	電話 通話無料
子どもの人権110番 0120-007-110	平日：8:30～17:15	電話 通話無料
LINEじんけん相談	平日：8:30～17:15	LINE 友だち追加 ID検索 @linejinkensoudan 

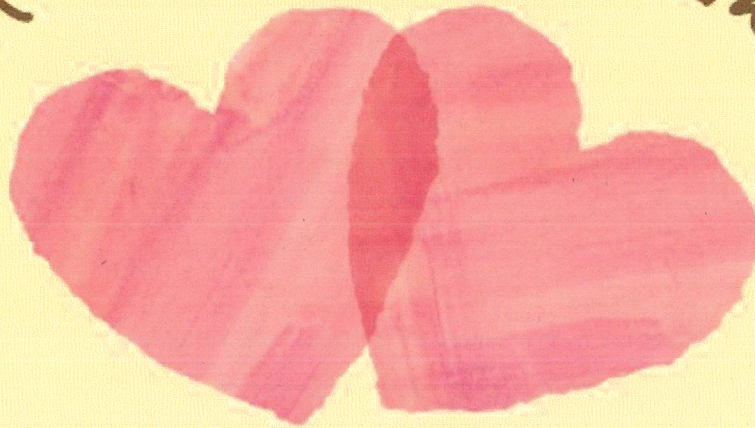
2 子供(小4～中3)対象

あいちこども相談	火、木、日曜日：16:00～22:00 (8/23～9/6、1/3～1/17は毎日)	LINE 友だち追加 ID検索 @aichi-kodomosoudan 
----------	---	---

3 全県民対象

相談窓口名	相談時間	利用方法
あいちこころほっとライン さんびやくろくじゅうご 365 052-951-2881	毎日：9:00～20:30	電話
あいちこころのサポート相談	月～土曜日：20:00～24:00 (最終受付23:30) 日曜日：20:00～翌8:00 (最終受付7:30)	LINE 友だち追加 ID検索 @aichi_soudan 

最近眠れていますか？ ひとりで悩んでいますか？



★ 夜間・深夜のこころの相談



あいちこころのサポート相談



LINE

@aichi_soudan



相談時間 月～土曜日 20時～24時(最終受付23時30分) / 日曜日 20時～翌日(月)8時(最終受付7時30分)

☀ 日中から夜のこころの相談



あいちこころほっとライン365

毎日9時～20時30分 052-951-2881



あいち相談窓口ナビ

愛知県内の各種相談窓口をご案内します。

