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。

＜子供たちへ＞

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３６５（さんびゃくろくじゅうご） 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

相談窓口名称	電話番号	受付時間	電話	面接
精神保健福祉相談 （愛知県精神保健福祉センター） ［精神疾患等、精神保健福祉に関する相談］	(052)962−5377	平日　9:00〜12:00 13:00〜16:30	○	○ （要予約）
■愛知県保健所（担当部署：健康支援課こころの健康推進グループ）				
瀬戸保健所	(0561)82−2158	平日　9:00〜12:00 13:00〜16:30	○	○ （まずは、お電話でご相談ください）
春日井保健所	(0568)31−0750			
江南保健所	(0587)56−2157			
清須保健所	(052)401−2100			
津島保健所	(0567)26−4137			
半田保健所	(0569)21−3340			
知多保健所	(0562)32−1637			
衣浦東部保健所	(0566)21−9337			
西尾保健所	(0563)56−5241			
新城保健所	(0536)22−2205			
豊川保健所	(0533)86−3626			
■中核市にお住まいの方は下記の窓口へご相談ください。				
豊橋市保健所　精神保健福祉相談	(0532)39−9145	平日 8:30〜17:15	○	○ （要予約）
岡崎市保健所　精神保健福祉相談	(0564)23−6715	平日 9:00〜17:00		
一宮市役所　福祉総合相談室	(0586)28−9145	平日 8:30〜17:15		
豊田市保健所　精神保健福祉相談	(0565)34−6855	平日 8:30〜17:15		
■名古屋市内にお住まいの方は下記の窓口へご相談ください。				
精神保健福祉相談 （名古屋市精神保健福祉センターここらぼ） ［精神疾患等、精神保健福祉に関する相談］	(052)483−2095	平日 8:45〜17:15	○	○ （要予約）
こころの健康電話相談 （名古屋市精神保健福祉センターここらぼ）	(052)483−2215	平日 12:45〜16:45	○	×
■名古屋市保健センター				
千種保健センター	(052)753−1981	平日　8:45〜12:00 13:00〜17:15	○	○
東保健センター	(052)934−1218			
北保健センター	(052)917−6572			
西保健センター	(052)523−4618			
中村保健センター	(052)433−3092			
中保健センター	(052)265−2264			
昭和保健センター	(052)735−3964			
瑞穂保健センター	(052)837−3267			
熱田保健センター	(052)683−9683			
中川保健センター	(052)363−4461			
港保健センター	(052)651−6509			
南保健センター	(052)614−2814			
守山保健センター	(052)796−4633			
緑保健センター	(052)891−3621			
名東保健センター	(052)778−3112			
天白保健センター	(052)807−3914			

最近眠れていますか？　ひとりで悩んでいませんか？



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

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。



愛知県