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