

9月は「新潟県自殺対策推進月間」です

人口動態統計（概数）によると、新潟県内の令和7年の自殺者数は393人、自殺死亡率は19.2であり、前年より減少しましたが、依然として全国平均を上回る状況が続いています。

新潟県では、自殺対策基本法で定められた自殺予防週間（9/10～16）を含む9月を「新潟県自殺対策推進月間」として、市町村や民間活動団体等と連携し、啓発活動や相談会等の自殺対策事業を集中的に実施します。

1 実施期間

令和8年9月1日から9月30日までの1か月間

2 取組の例

- (1) 広報媒体等を活用した自殺予防の呼びかけや相談窓口の周知
- (2) 県内各地でこころの健康などに関する相談会の開催

※詳細は別紙のとおり

3 相談窓口の例

- (1) 新潟県こころの相談ダイヤル（24時間365日対応）

電話：ナビダイヤル なやみ なしにいがた
0570-783-025

URL：<https://www.pref.niigata.lg.jp/sec/shougaifukushi/kokoronosoudan.html>

- (2) 〔児童生徒向け〕24時間子供SOSダイヤル（24時間365日対応）

電話：0120-0-78310 なやみ言おう または 025-285-1212

URL：<https://www.ijimetaisaku.pref.niigata.lg.jp/>

- (3) 〔厚生労働省ホームページ〕まもろうよ こころ

URL：<https://www.mhlw.go.jp/mamorouyokokoro/>

4 その他

8月から順次、県内の公共施設等において、アルビレックス新潟所属ゴールキーパーを起用した自殺予防の「ゲートキーパー」PRポスター・画像を掲出しています。

参考：「ゲートキーパー」とは、悩んでいる人に気づき、声をかけてあげられる人のことです。

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hukushi_kaigo/seikatsuhogo/gatekeeper.html

本件についての問い合わせ先

1、2、3 (1) (3)について	福祉保健部障害福祉課	〔担当〕 福島
	(直通) 025-280-5201	(内線) 2641
3 (2)について	教育庁生徒指導課	〔担当〕 山崎
	(直通) 025-280-5758	(内線) 4001

<ゲートキーパーPR ポスター・画像>

8月からポスター・画像の掲出を開始しており、9月の新潟県自殺対策推進月間に合わせて、ゲートキーパーの周知を重点的に進めます。

新潟県自殺予防キャンペーン

新潟県

いのちを守る
Gatekeeper
ゲートキーパー
になろう。

耳をかたむける
あたたかく見守る
変化に気づく
相談をうながす

ひとりで悩まずに相談してください。新潟県こころの相談ダイヤル（24時間365日対応）

☎0570-783-025

悩みに応じた相談窓口は

こころの相談 いがた 検索

【別紙】令和8年9月の自殺対策推進月間に合わせて実施する相談会等一覧

実施主体	日時・場所	名称・内容	問合せ先
新潟市	①令和8年9月18日(金) 10:30～19:30 新潟市総合福祉会館 ②令和8年9月29日(火) 17:30～20:30 オンライン(zoom)	◆くらしとこころの総合相談会 弁護士、保健師、薬剤師、こころの健康に関する相談員などが専門的な相談に対応します。 ※①の午後のみ薬剤師による服薬相談にも対応します。 ※要予約 ①は前日までに電話で申し込み ②は1週間前までに新潟市オンライン申請システムより申し込み	新潟市 こころの健康センター Tel.025-232-5570
五泉市	令和8年9月8日(火) 9:30～11:30 13:30～15:30 五泉市福祉会館	◆ワンストップ相談会 こころや身体の不調、仕事やお金、法律や生活支援に関することなど、多様な相談に応じます。 ※要予約(9/1まで)	五泉市健康福祉課 Tel.0250-43-3911
弥彦村	令和8年9月4日(金) 13:30～15:00 弥彦村役場	◆精神保健相談 こころの悩み等の相談に精神科医師が応じます。	弥彦村健康推進課 Tel.0256-94-3139
	令和8年9月10日(木) 13:30～15:00 弥彦村保健センター	◆もの忘れ・ストレス相談(こころの相談) こころの悩み等の相談に精神保健福祉士が応じます。	
新潟県弁護士会 田上町	令和8年10月1日(木) 11:00～16:00 田上町交流会館	◆くらしとこころの総合相談会 弁護士、社会保険労務士、ハローワーク、薬剤師、保健師、こころの健康に関する相談員などが専門的な相談に対応します。 ※要予約	田上町保健福祉課 Tel.0256-57-6112
田上町	令和8年9月7日(月) 令和8年9月28日(月) 9:00～11:30 田上町役場	◆心と身体の相談会 心と体の健康や栄養に関する相談を、保健師・栄養士が相談に応じます。 ※要予約	
加茂市	令和8年9月10日(木) 13:00～16:00 加茂市役所	◆こころと身体の健康相談 こころや身体の健康について、保健師が相談に応じます。 ※予約不要	加茂市健康福祉課 Tel.0256-52-0080
長岡市	令和8年9月5日(土) 13:30～15:00 長岡市立中央図書館	◆こころの健康づくり講演会 演題「こころとからだを整える～食事・睡眠・運動のススメ～」 精神科医による、ストレス対処法としての生活習慣についての講演です。 ※要申込(先着150名)	長岡市健康増進課 Tel.0258-39-7508
	令和8年9月8日(火) 14:00～16:00 さいわいプラザ	◆アルコール相談会 まわりからお酒の飲み方を心配された、やめたくてもやめられない、家族の飲み方で悩んでいる、などお酒のことで困っている方の相談に、精神保健福祉士が応じます。 ※要予約(先着2名、開催日の10日前まで)	
	令和8年9月18日(金) 14:30～16:30 さいわいプラザ	◆こころのとまり木相談会 病気、事故、自死など突然大切な方を亡くされ(概ね1年)、気持ちの整理ができない、こころの不調を感じている方の相談に、臨床心理士が応じます。 ※要予約(先着2名、開催日の10日前まで)	
	①令和8年9月10日(木) 14:00～16:00 ②令和8年9月12日(土) 9:30～11:30 ③令和8年9月29日(火) 14:00～16:00 さいわいプラザ	◆こころの相談会 「夜眠れない」「気持ちが沈む」など、こころの不調を感じている方の相談に、臨床心理士・公認心理師・精神保健福祉士が相談に応じます。 ※要予約(先着2名、開催日の10日前まで)	

実施主体	日時・場所	名称・内容	問合せ先
見附市	令和8年9月16日(水) 13:30~16:20 見附市保健福祉センター	◆ こころの相談会 ご自身やご家族の心身の不調や悩みについて、臨床心理士が相談に応じます。(1組50分 各日3組) ※要予約(相談日の3営業日前まで)	見附市健康福祉課 Tel.0258-61-1370
魚沼市	令和8年9月9日(水) 18:00~18:30 魚沼市立小出病院	◆ 素早い講座 表題「こころのSOSに気づき、つなぎ、支える地域づくり」 ※要申込(電話またはFAX) ※ZOOMで参加の場合はE-mail申込	地域医療魚沼学校(小出病院教育・研修センター内) Tel.025-792-1167
南魚沼市	令和8年9月2日(水) 14:00~15:30 南魚沼市民会館	◆ こころの健康講演会 精神科医からメンタルヘルスに関連する睡眠やアルコールの影響、うつ病等の精神疾患や自殺との関連について、保健師から市の現状やゲートキーパーについての講話です。 ※要申込(電話)	南魚沼市健康推進課 Tel.025-773-6811
	令和8年9月16日(水) 午後 南魚沼市役所 塩沢庁舎	◆ 精神科医による心の健康相談会 眠れない、不安がある、仕事が続かない、家族がひきこもりがち、物忘れが気になる、アルコールの飲み方が心配などの相談を受付けます。 ※要予約(9/11まで) ※精神科等を受診中の方は、主治医へご相談のうえお申込みください。	
十日町市	令和8年9月18日(金) 14:00~16:00 十日町保健センター	◆ 精神科医によるこころの健康相談 不眠、不安、意欲の低下などでお悩みのことはありませんか。本人でも家族でも精神科医に無料で相談できます。(1人30分) ※要予約(開催日の7日前まで) ※心療内科等を受診中の方は、主治医へご相談ください。	十日町市健康づくり推進課 Tel.025-757-9764
糸魚川市	令和8年9月11日(金) 13:30~15:00 こころの総合ケアセンター	◆ 専門医によるこころの健康相談会 本人や家族のこころの健康などについて、精神科医が相談に応じます。 ※要予約(9/4まで)	糸魚川市健康増進課 Tel.025-552-1511
村上地域振興局 健康福祉部	令和8年9月12日(土) 10:00~15:00 村上市生涯学習推進センター	◆ くらしとこころの総合相談会 弁護士、保健師、こころの健康に関する相談員などが専門的な相談に対応します。 ※要予約	村上地域振興局 健康福祉部地域保健課 Tel.0254-53-8369
新潟県精神保健 福祉センター	令和8年9月10日(木) 13:30~16:00 新潟ユニゾンプラザハート館	◆ 思春期青年期精神保健福祉相談会 思春期・青年期における心理的な問題や行動上の問題について精神科医師がご相談を受けています。 ※要予約(電話) ※新潟市を除く新潟県内にお住まいのおおむね15歳から30歳くらいまでの方と、そのご家族等が対象です。	新潟県精神保健福祉センター(相談専用) Tel.025-280-0113

※9月の月間に合わせた取組に限って掲載しています。

※原則、実施主体の市町村にお住まいの方を対象としています。

※上記相談会以外にも、相談ができる窓口があります。

詳しくは下記URLを参照してください。

URL : <https://www.pref.niigata.lg.jp/sec/shougai-fukushi/kokoronosoudan.html>