

若年層の自殺対策の一環として、自殺予防啓発動画をSNSにより配信。

『あなたが悩みや不安を抱えて困っているときには、気軽に相談できる場所があります。』

## 啓発動画配信について

○啓発媒体：X（旧Twitter）、TikTok（9月、12月、1月、3月）

○ターゲット：こころの悩みを抱える若者

### 動画

つらい気持ちに悩んでいる方へ



悩んでいる方の周囲の方へ



### 若者向け相談窓口案内サイト

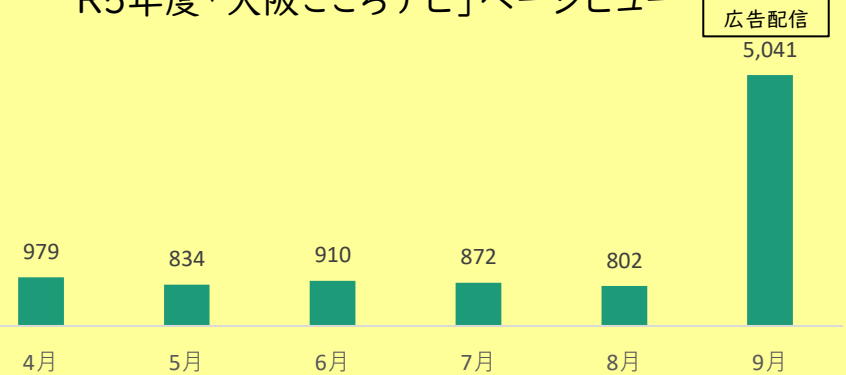


- 電話相談  
こころの健康相談統一ダイヤル等
- SNS相談  
大阪府こころのほっとライン等
- 対面相談  
こころの健康総合センター、保健所等

## ○ 広告配信実施状況

期 間	広告表示回数	クリック数	クリック率
R5年9/5～10/4	3,825,835	6,206	0.16

R5年度「大阪こころナビ」ページビュー



<参考> 令和4年度の広告配信状況

広告媒体: YouTube, TikTok, LINE, Instagram, Twitter, Yahoo!, SmartNews, Tver

期 間	広告表示回数	クリック数	クリック率
R4年7/21～R5年3/31	58,511,958	96,567	0.17

## 民間企業と連携した広報啓発

- ・民間企業と共同で啓発チラシ・ポスターの作成
- ・製薬会社開催の府民向けセミナーにおいて、啓発動画を放映
- ・民間企業が実施する、企業向けセミナーにおいて相談窓口の周知・啓発

# 若年層に向けた啓発事業について

## こころのSOSポスターコンテストについて

目的：つらい時や苦しい時はひとりで悩まず、助けを求めることの大切さを啓発するポスターを募集することで、府民がこころの健康について考える機会となり、SOS出し方教育の推進につなげる。

募集期間：9月6日（水）～11月10日（金）

応募対象：大阪府内の学校に通学している高校生以上の生徒・学生（高校生・大学生・専修学生等）

### ◆募集するポスターの内容

つらい時や苦しい時はひとりで悩まず、助けを求めることの大切さを啓発するもの、悩みは誰にでもあること、安心して相談できる場所があること、話をすることでこころが軽くなることもあること等、イメージできるようなイラスト

以下のいずれかの語句を必ず入れること。

『ひとりで悩まないで』

『あなたのお思い聞かせてください』

『話してみよう、その気持ち』

『あなたの声を聴いてくれる場所があります』

◆応募数 36作品 最優秀賞（1作品）、優秀賞（3作品）

最優秀作品をもとにポスターを作成し、令和6年3月の自殺対策強化月間等自殺対策の啓発に活用

大阪府

# こころのSOS

## ポスターコンテスト

こころの健康、あなたの未来。助けを求める一歩を大切に。  
つらい時や苦しい時はひとりで悩まず、助けを求めることの大切さを啓発するポスターを募集します。

募集期間	2023年 9月6日（水）～11月10日（金）
応募対象	大阪府内の学校に通学している高校生以上の生徒・学生 （高校生、大学生、専修学生等）
賞の内容	最優秀賞（1名）、優秀賞（2名） 最優秀賞作品をもとにポスターを作成し、令和6年3月の「自殺対策強化月間」の啓発に広く活用します。
審査方法 賞 表	・大阪府健康医療部で審査を行い入賞者を決定します。 ・入賞者のみ12月頃に連絡します。（入賞以外の人への通知はしません） ・3月に表彰式を予定しています。
問い合わせ 応募先	大阪府健康医療部保健医療地域保健精神保健グループ 住所：〒540-8570 大阪府中央区大寺南2-1 電話：06-6941-0351（代表）

大阪府ホームページ  
「大阪府こころのSOS  
ポスターコンテスト」

こころのSOSについて

ストレスを受けることで、体調を崩すだけでなく、気持ちが不安定になることは誰でも経験することです。  
つらくて食欲がなくなったり、気持ちが落ち着かなくて眠れなくなったりすることも、早めにストレスに気づき、対処することがこころとからだの健康には大切です。  
「困っているんだけど」「どうすればいいのかわからない」など、信頼できる人に気持ちを伝えてみてください。

安心して相談できる場所があります。 [大阪こころナビ](#) [検索](#)