



2023年2月16日  
東日本旅客鉄道株式会社

## 「JR東日本♥生きる支援の強化月間」の実施について

JR東日本では、政府が3月を「自殺対策強化月間」と定めて自殺対策の啓発活動などを実施することに合わせ、「JR東日本♥生きる支援の強化月間」として、自殺に追い込まれようとしている人が生きることを選択できるように、「生きる支援」の取り組みを行います。

### 1 実施期間

2023年3月1日（水）～31日（金）

### 2 期間中の取り組み

#### (1) 「いのちのホットライン」の開設

一般社団法人日本いのちの電話連盟と共催で電話相談窓口を設置します。また、首都圏の主要駅に設置している異常時案内用ディスプレイやTwitterを用いた告知も行います。

- ・実施期間 … 3月18日（土） 16時00分～21時00分  
3月19日（日） 16時00分～21時00分
- ・電話番号 … フリーダイヤル 0120-<sup>ココロ・ヤサシイ</sup>556-834
- ・場 所 … JR東日本本社ビル内

#### (2) 厚生労働省が実施する「自殺対策強化月間」の啓発活動への協力

主要各駅に厚生労働省が制作したポスターの掲出を行います。

### 3 「生きる支援」公式ウェブサイトについて

「いのちのホットライン」開設の告知および当社の生きる支援活動に協賛いただいている各団体の活動内容を掲載しています。

生きる支援 URL : <https://www.jreast.co.jp/ikirushien/>



- ・異常時案内用ディスプレイイメージ

3月は「自殺対策強化月間」です。



JR東日本  
「いのちのホットライン」  
**0120-556-834**  
3月18日(土)・19日(日)  
16時～21時

JR東日本では、「生きる支援の取組み」を行っています。

- ・SNS (Twitter) イメージ

JR東日本/生きる支援  
@JR34695991

ありのままの、自分でいい。  
自分を見失ってしまう前に、あなたの  
気持ちを聞かせてくれませんか？

声に出したら、  
心に灯りがともった。

3月は、生きる支援の強化月間です。  
3月は生きる支援の強化月間です。

- ・駅掲出厚生労働省ポスターイメージ

相談してみた。  
少し気持ちが楽になった。

人に話すことで、心が軽くなるかもしれません。  
匿名でも大丈夫です。  
電話でも、SNSでも相談できます。

相談窓口は  
こちら まもろうよところ 検索

厚生労働省

3月は自殺対策強化月間です。