2026年3月「JR東日本♥生きる支援」の取組み

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」の取組みとして、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各種啓発活動を実施します。

政府と連携した取組み

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

⑴厚生労働省が作成したポスターの掲出

内　　容：主要各駅に厚生労働省が制作したポスターを紙媒体、デジタルサイネージ等で掲出します。

掲出期間：2026年2月上旬～

⑵厚生労働省が作成した動画の放映

内　　容：トレインチャネルに厚生労働省が制作した自殺予防の動画の放映を予定しています。

放映期間：2026年3月を予定

実施線区：山手線、中央快速線、京浜東北・根岸線、横浜線、南武線、常磐線各駅停車、京葉線、埼京線、
中央・総武線各駅停車、横須賀・総武快速線

自治体と連携した取組み

自治体が実施する「自殺対策強化月間」の啓発活動への協力

⑴東京都が作成したポスターの掲出・リーフレットとチラシの配布

内　　容：東京都の主要各駅に東京都が制作したポスターをデジタルサイネージ等で掲出します。
リーフレットには自殺に至る前に様々な悩みを相談できる相談窓口一覧が記載されます。

掲出期間：2026年2月上旬～

⑵千葉県が作成したポスターの掲出

内　　容：千葉県の主要各駅に千葉県が制作したポスターをデジタルサイネージ等で掲出します

掲出期間：2026年2月上旬～

2026年3月「JR東日本♥生きる支援」の取組み

JR東日本独自の取組み

いのちのホットラインの開設と各NPO団体の啓発活動への協力

⑴いのちのホットラインの開設

内　　容：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JR東日本本社ビル内に設置
日　　時：2026年3月14日（土）、15日（日）16時～21時
電話番号：フリーダイヤル 0120-556-834

⑵各NPO団体の相談窓口といのちのホットラインの周知方法

①当社ホームページに特設サイトを開設
開設期間：2026年2月9日（月）～3月15日（日）※3月15日以降は常設サイトとして運営します。
特設サイト：https://www.jreast.co.jp/ikirushien/

②主要各駅のポスター・デジタルサイネージ等へ掲出
掲出期間：2026年2月上旬～3月15日（日）

③ティッシュ配布
配布期間：2026年2月中旬～3月15日（日）
配布個数：約5万個

④中づり広告の掲出（予定）
掲出期間：2026年3月上旬～

⑤自殺対策及び孤独対策のチャット相談窓口「あなたのいばしょ」の告知活動
内　　容:NPO法人「あなたのいばしょ」が運営する、24時間365日・無料・匿名のチャット相談窓口に
つながるＱＲコードをステッカー掲出で告知します。※QRコードは株式会社デンソーウェーブの登録商標

①特設サイトイメージ

②駅構内デジタルサイネージイメージ

③配布ティッシュイメージ

⑤ステッカーイメージ