

令和8年3月26日  
健康福祉部

報道機関各位

「SOS の出し方に関する教育」に係る授業資料の作成について

山形県では、令和5年度から「SOS の出し方・受け止め方教育普及拡大モデル事業」を実施し、当該教育の全県的な展開を推進しているところですが、この度、市町村における当該教育の実施をサポートし、全県的な展開を加速化させるべく、小中学校向けの授業資料を作成しました。

つきましては、報道について特段の御配慮をお願いします。

記

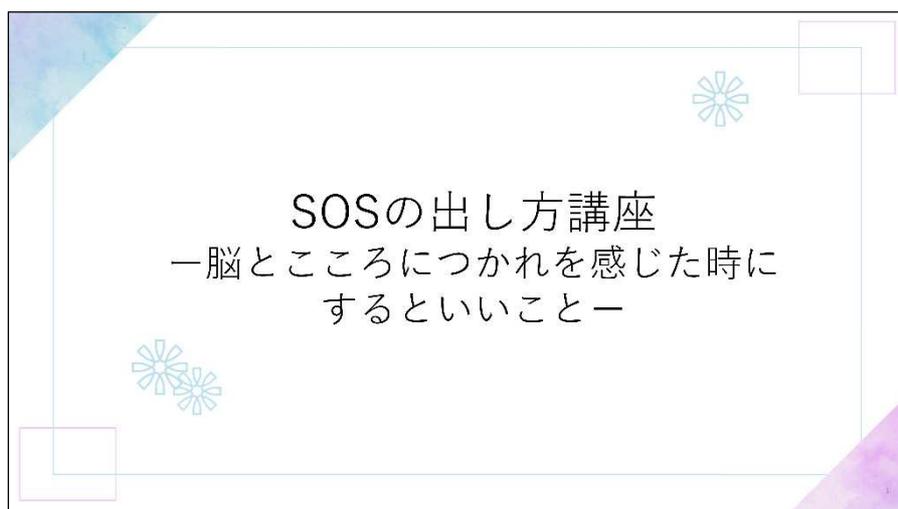
※県ホームページにおいて資料を公開しています。

[https://www.pref.yamagata.jp/090014/kenfuku/fukushi/jisatsutaisaku/zisatsutaisaku\\_sos.html](https://www.pref.yamagata.jp/090014/kenfuku/fukushi/jisatsutaisaku/zisatsutaisaku_sos.html)

【問合せ先】

健康福祉部地域福祉推進課  
課長補佐（総括・地域福祉担当） 今野 猛  
電話 023-630-2274  
広報監 健康福祉部次長 菅原 正春

<授業スライド抜粋>



## 1. 自分の信頼できる人に助けてもらう

あなたのことを理解してくれようとする人に伝えましょう

「私、こころが疲れている  
(傷ついている)感じなんだ。  
**話、聞いてほしい。」**



\* あなたのことを理解しようとしてくれる人がいることが重要です!

## 2. 信頼できる、継続できる、3人3か所とつながろう

- 1) 住んでいる町の健康課 (健康相談)
- 2) 24時間子どもSOSダイヤル  
(0120-0-78310)
- 3) こころの健康相談統一ダイヤル  
(0570-064-556)
- 4) 山形県親子のための相談LINE など



\* あなたの家族や大事な人が悩んでいる・つらそうだという悩みも相談できます  
例) 家族が病気になって、自分が家事を行っている きょうだいに困ったことが起きた