

投票番号

10

# 20代女性のメンタルヘルスをサポート

- 20代女性のメンタルヘルスサポートのための専用サイトを新設
- セルフケアや相談窓口に関する情報を若年層に向けて広く発信



専用サイトの新設  
ポスターやSNSを通じて情報発信



セルフケアの促進  
相談への心理的ハードルが下がる

期待される  
効果

- 情報発信の強化により、自然と必要な情報を得られるようになる
- 自分自身のストレスや心身の変化に気づくことによる、セルフケアの促進
- 必要な時に早期に相談につながる