

10月10日は「世界メンタルヘルスデー」 リラックマ・コリラックマが世界メンタルヘルスデー2026の 応援サポーターに就任！

「ともともフェスタ 2026」にコリラックマ、
「世界メンタルヘルスデー2026 東京フェスタ」にリラックマが登場♪

2026年10月1日
サンエックス株式会社

サンエックス株式会社（本社：東京都千代田区）は、10月10日の「世界メンタルヘルスデー」※に伴い、厚生労働省が実施する「世界メンタルヘルスデー2026」の応援サポーターに、リラックマとコリラックマが就任したことをお知らせします。2024年、2025年に続いて3年連続の就任となります。

※「世界メンタルヘルスデー」は、メンタルヘルスの問題に関する世間の意識や関心を高め、偏見をなくし、正しい知識を普及することを目的として定められた国際デーです。



10月9日（金）・10日（土）に開催される内閣府主催「ともともフェスタ 2026」にコリラックマが、10月10日（土）に開催されるシルバーリボンジャパン主催「世界メンタルヘルスデー2026 東京フェスタ」にリラックマが登場します。

イベントでは、リラックマやコリラックマと一緒に、「気づく」「声をかける」「お話を聞く」など、身近な人のこころを大切にするためにできることを、体験できます。

また、世界メンタルヘルスデーにあわせて、「世界メンタルヘルスデー2026 自治体ココサポ応援キャンペーン」も実施します。キャンペーンに参加する自治体が発行する「心のサポーター養成研修」を受講した方には、リラックマとのコラボステッカーをプレゼントします。

※ステッカーの配布は、キャンペーンに参加する自治体が発行する対象研修に限ります。また、数に限りがあります。



世界メンタルヘルスデー普及啓発ポスター

■内閣府主催「ともともフェスタ 2026」

内閣府が主催する「ともともフェスタ 2026」に、リラックマが登場します。

東京駅丸の内口の行幸通りでは、普及啓発動画の放映及びクリアファイルの配布を行います。

また、丸ビル1階マルキューブでは、リラックマと一緒に、「気づく」「声をかける」「お話を聞く」といった、心のサポーターの基本となる行動を体験できる企画を実施します。

※実施内容及び登場時刻は変更となる場合があります。

【会場】東京駅丸の内口 行幸通り

【日時】令和8年10月9日（金）～10日（土）

【内容】普及啓発動画の放映、クリアファイルの配布

【会場】丸ビル1階 マルキューブ

【日時】令和8年10月10日（土）12:00～12:30（予定）

【内容】リラックマと一緒に心身のサポーターの基本となる行動の体験



世界メンタルヘルスデー普及啓発資材
（クリアファイル）

■シルバーリボンジャパン主催「世界メンタルヘルスデー2026 東京フェスタ」

シルバーリボンジャパンが主催する「世界メンタルヘルスデー2026 東京フェスタ」にリラックマが登場します。

会場では、リラックマと一緒に、「気づく」「声をかける」「お話を聞く」といった、心のサポーターの基本となる行動を体験できます。

このほか、スタンプラリーや普及啓発動画の放映、アクリルスタンドとステッカーの配布も行います。

※実施内容及び登場時刻は変更となる場合があります。

【会場】スターライズタワー（東京タワーメディアセンター内）

【日時】令和8年10月10日（土）

【内容】

- ・リラックマと一緒に心をサポートの基本となる行動の体験
- ・スタンプラリーの実施
- ・「ともともフェスタ 2026」のマルキューブ企画の中継
- ・普及啓発動画の放映
- ・アクリルスタンドとステッカーの配布

【リラックマ登場予定時刻】

- ①11:00～11:20
- ②13:30～13:50
- ③15:00～15:20



世界メンタルヘルスデー普及啓発資材
（アクリルスタンド）

■「世界メンタルヘルスデー2026 自治体ココサポ応援キャンペーン」の実施

世界メンタルヘルスデーをきっかけに、全国の自治体で心をサポートを増やすため、「世界メンタルヘルスデー2026 自治体ココサポ応援キャンペーン」を実施します。

「心をサポート」は、メンタルヘルスやうつ病や不安など精神疾患への正しい知識と理解を持ち、メンタルヘルスの問題を抱える家族や同僚等に対する、傾聴を中心とした支援者のことです。

キャンペーンに参加する自治体の実施する「心をサポート養成研修」を受講した方には、受講特典としてリラックマとのコラボステッカーをプレゼントします。

【期間】令和8年9月15日（火）～11月30日（月）

【対象】

期間中に心をサポート養成研修を実施し、ステッカーの配布を希望する自治体。

【内容】

心をサポート養成研修の受講特典として、リラックマとのコラボステッカーを配布。

※研修の実施状況やステッカーの配布については、各自治体にお問い合わせください。

※ステッカーは数に限りがあります。



世界メンタルヘルスデー普及啓発資材
（ステッカー）

世界メンタルヘルスデー2026 は、「つながる、どこでも、だれにでも」をテーマに、ここを支える輪を広げていきます！

■参考

- 世界メンタルヘルスデー2026 特設サイト
https://www.mhlw.go.jp/kokoro/mental_health_day/index.html
- 世界メンタルヘルスデー2026 イベント詳細
https://www.mhlw.go.jp/kokoro/mental_health_day/mhdj.html
- 心のサポーター
<https://cocosapo.mhlw.go.jp/>
- ともともフェスタ 2026 特設サイト
<https://www.tomotomo.go.jp/festa2026/>

■リラックマとは



着ぐるみのクマ。コリラックマやキイロイトリと一緒に OL のカオルさんの家でお世話になり続けている。中に入っているのが誰かは不明。リラックマの一番の関心事は、毎日のごはんとおやつ。好きな食べ物はホットケーキ、オムライス、プリン、だんご。チャイロイコグマははちみつ森に住むお友達。

▶もっと詳しく見る

<https://www.san-x.co.jp/ja/characters/rilakkuma/>

▼リラックマ公式 X

https://twitter.com/rilakkuma_gyr

■サンエックスについて (<https://www.san-x.co.jp/company/>)

リラックマ、すみっコぐらし、たればんだなど、1,000 を超える 100% オリジナルキャラクターを生み出し続け、その不思議な魅力をオリジナルプロダクトやライセンス事業、様々なイベントやプロモーション、映像などを通じて世界中に届けています。見た目はかわいいのに、くすっと笑えるシュールさがあり、心に寄り添い包み込んでくれるような優しさを持つキャラクターたち。かわいいだけじゃないサンエックスキャラクターは多くの人々を引きつけています。



ずっといっしょに