

# 自死遺族等を支えるために

総合的支援の手引(改訂版)

令和6年9月



## 「自死遺族等を支えるために 総合的支援の手引(改訂版)」の作成にあたって

いまから24年前の平成12年のことです。自殺が「個人の問題」と認識されがちだった中で、「自殺は社会的な問題であり、社会的な対策が必要だ」と訴えた人たちがいました。その人たちの訴えがきっかけとなり、平成18年に自殺対策基本法（以下、基本法）が成立しました。この法律は、誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現を目指して、自殺対策を総合的に推進して、自殺の防止を図り、あわせて自殺者の親族等の支援の充実を図り、もって国民が健康で生きがいを持って暮らすことのできる社会の実現に寄与することを目的としています。

「訴えた人たち」とは、当時、あしなが育英会から支援を受けていた自死遺児11人です。自死遺児たちは、「自分たちは親の自殺を止められなかったが、自分たちの体験を通じて自殺が身近な問題であることを知ってもらいたい。社会的な対策を進めて、自分たちのように家族を自殺で亡くす体験をする人が、もうこれ以上増えないようにしてほしい」と、「自殺って言えない～自死で遺された子ども・妻の文集」を発売したのです。

この文集が多くの人の目に触れ、多くの人の心を突き動かし、実際に多くの人が行動したことで、基本法は作られました。基本法において「親族等の支援の充実」が重要な柱として位置づけられたこともあり、自死・自殺により家族や身近な人を亡くした人や支援者、当事者団体や支援団体などによる活動が、少しずつではありますが確実に、全国に広がってきています。

本手引は、自殺総合対策推進センターが平成30年11月に公表した「自死遺族等を支えるために～総合的支援の手引」を、令和4年10月に閣議決定された第4次自殺総合対策大綱の内容を踏まえて6年ぶりに見直したものです。この見直しでは、自死遺族等が置かれがちな状況や直面し得る課題、自死遺族等と接する際に心がけたいことや事業を実施する上でのポイントなどを整理し、人事異動がある地方公共団体職員を念頭に、初めて自死遺族等支援に関わる人でも、本手引を通して読んでいただければ、自死遺族等支援の全体像を把握できるようにしました。また、地方公共団体や民間団体の取組事例、公的手続や生活支援制度、法律問題を含め、近年の動向を反映しており、これまで自死遺族等支援に携わってきた人にも参考となる内容になっています。

本手引が自死遺族等支援に関わる関係者に広く読まれ、活用されることで、自死・自殺に対する社会的偏見を払拭し、自死・自殺により家族や身近な人を亡くした人が、本人の希望に応じて、心理面及び生活面において、必要な支援を必要なタイミングで受けることができる社会の実現に寄与することを期待しております。

最後に、本手引の作成にあたり、貴重なご意見、ご提案をいただいた有識者委員及び関係者の皆様に心から感謝いたします。

令和6年9月

厚生労働大臣指定法人・一般社団法人  
いのち支える自殺対策推進センター(JSCP)

代表理事 清水 康之

# 目次

<b>第1章 はじめに／本手引について</b> . . . . .	5
1.1 手引改訂の経緯と目的 . . . . .	6
1.1.1 これまでの自死遺族等支援の歩み . . . . .	6
1.1.2 改訂の経緯 . . . . .	7
1.1.3 目的 . . . . .	7
1.2 本手引の利用にあたって . . . . .	8
1.2.1 想定される主な利用者 . . . . .	8
1.2.2 用語について . . . . .	8
1.2.3 本手引を利用する際の留意事項 . . . . .	9
<b>第2章 自死遺族等が置かれがちな状況</b> . . . . .	11
2.1 自死遺族等に起こり得るころやからだの反応、行動の変化 . . . . .	12
2.2 身近な人を自死・自殺で亡くしたこどもに起こり得る ころやからだの反応、行動の変化 . . . . .	16
2.3 亡くなった人との関係別に見られる特徴 . . . . .	20
2.4 自死遺族等が直面し得る課題 . . . . .	21
2.4.1 メンタルヘルスの課題 . . . . .	21
2.4.2 各種手続の課題 . . . . .	22
2.4.3 生活、経済上の課題 . . . . .	22
2.4.4 法的課題 . . . . .	23
2.4.5 誤った認識や偏見に伴う課題 . . . . .	23
<b>第3章 自死遺族等支援の枠組み</b> . . . . .	27
3.1 自死遺族等支援の法的根拠 . . . . .	28
3.2 地方公共団体の責務 . . . . .	30
3.3 自死遺族等支援に関する事業 . . . . .	32
3.4 都道府県や市区町村に期待される役割 . . . . .	33
3.4.1 都道府県に期待される役割 . . . . .	33
3.4.2 市区町村に期待される役割 . . . . .	33
<b>第4章 自死遺族等支援の実践</b> . . . . .	37
4.1 事業などを通じて自死遺族等と接する際に心がけたいこと . . . . .	38
4.1.1 自死遺族等と接する場合 . . . . .	38
4.1.2 身近な人を自死・自殺で亡くしたこどもと接する場合 . . . . .	40
4.2 自死遺族等支援事業を実施する上でのポイント . . . . .	42
4.2.1 地域におけるネットワークの強化 . . . . .	42
4.2.2 自死遺族等支援に関わる人材の育成 . . . . .	44
4.2.3 住民への啓発と周知 . . . . .	45

4.2.4	自死遺族等への情報提供	46
4.2.5	自死遺族等を対象とした相談	48
4.2.6	わかち合いの会や遺族のつどいの開催、運営	50
4.2.7	身近な人を自死・自殺で亡くしたこどもの支援	54
4.2.8	学校における対応	56
4.2.9	職場における対応	60

## 第5章 自死遺族等支援の取組事例

5.1	地域におけるネットワークの強化	66
5.2	自死遺族等支援に関わる人材の育成	67
5.3	住民への啓発と周知	68
5.4	自死遺族等への情報提供	69
5.5	自死遺族等を対象とした相談	70
5.6	わかち合いの会や遺族のつどいの開催、運営	73
5.7	身近な人を自死・自殺で亡くしたこどもの支援	74
5.8	学校における対応	76
5.9	職場における対応	76
5.10	多様化する遺族等支援	77

## 第6章 自死遺族等が直面し得る課題に対する参考情報

6.1	行う必要のある公的な手続リスト	82
6.2	行う必要のあるそのほかの一般的な手続リスト	86
6.3	利用できる可能性のある生活支援制度	88
6.4	直面し得る課題に対するQ & A	92
6.4.1	相続について	94
6.4.2	財産の処分（預貯金、遺品など）について	96
6.4.3	生命保険の免責について	97
6.4.4	賃貸トラブルや不動産売買について	98
6.4.5	過労自殺について	100
6.4.6	鉄道事故で亡くなった場合の損害賠償請求について	101
6.4.7	医療過誤問題について	101
6.4.8	インターネットに関するトラブルについて	102
6.4.9	児童生徒が自死・自殺で亡くなった場合（いじめ、不適切指導）	103
6.4.10	警察等が取り扱う死体の死因又は身元の調査等に関する法律について	106
6.4.11	失踪宣告について	107
6.5	課題に対応した相談窓口など	108
6.6	自死遺族等支援を実施する上で参考となる資料	110

## 引用・参考文献リスト／参考資料

索引	120
----	-----



## はじめに／本手引について

### 1.1 手引改訂の経緯と目的

- 1.1.1 これまでの自死遺族等支援の歩み
- 1.1.2 改訂の経緯
- 1.1.3 目的

### 1.2 本手引の利用にあたって

- 1.2.1 想定される主な利用者
- 1.2.2 用語について
- 1.2.3 本手引を利用する際の留意事項

# 第1章 はじめに／本手引について

第1章では、本手引の作成の経緯や目的、想定される主な利用者、「自死」「自殺」といった用語の使い分け、留意事項について説明します。

## 1.1 手引改訂の経緯と目的

### 1.1.1 これまでの自死遺族等支援の歩み

自死・自殺により家族や身近な人を亡くすと、死別による心身への影響だけでなく、生活面における困難や周囲からの偏見に直面することが少なくありません。（詳細は、第2章「自死遺族等が置かれがちな状況」を参照）平成18年に「自殺対策基本法」（以下、基本法）が施行される以前は、自死・自殺は「個人の問題」と認識されることが多く、非常に限られた地方公共団体や民間団体などによる活動を除いては、自死遺族等への支援はほとんど行われていませんでした。

そのような中、自死遺児や自死遺族等が自らの体験を社会に向けて語り始め、その声が民間団体による自殺対策の法制化を求める署名活動につながり、この状況が変わり始めました。10万筆以上の署名が集まり、その結果を受け、同年6月に超党派の国会議員団による議員立法として基本法が成立しました。この法律により、自殺者の親族等に対する支援の充実、自殺者の親族等の名誉及び生活の平穏への配慮、国及び地方公共団体による自殺者の親族等への適切な支援が、初めて法律で定められました。

平成19年には、政府が推進すべき自殺対策の指針として定められた「自殺総合対策大綱」（以下、大綱）が閣議決定され、当面の重点施策の1つとして「遺された人の苦痛を和らげる」ことが盛り込まれました。さらに、平成28年の基本法改正により、全ての都道府県及び市区町村は地域自殺対策計画を策定することとされ、自死遺族等支援が地域自殺対策計画の重点施策として位置づけられるようになりました。

このように基本法施行以降、自死遺族等支援は国や地方公共団体を挙げて取り組むこととされました。一方で、支援の実施状況や内容には依然として地域間格差が存在していることも事実です。



### 1.1.2 改訂の経緯

平成29年7月に閣議決定された第3次大綱を基に、平成30年11月に「自死遺族等を支えるために～総合的支援の手引」が発行されました。その後、令和4年10月に閣議決定された第4次大綱において、同手引の「活用を推進するとともに、必要な見直しや情報の整理及び提供を行う」ことが盛り込まれました。これを受け、時代の変化や各地で新たな取組が始まっている状況もあることなどから、同手引を最新の内容に改訂することとなりました。

改訂にあたっては、自死遺族等支援に関わる地方公共団体職員や支援者が、自死遺族等の心情を深く理解し、事業の立案から実施に至る過程をより把握しやすくなるよう、全面的に構成の見直しを図りました。自死遺族等支援に関して高い知見を有する専門家や支援者に委員を委嘱し、有識者会議で出された意見を参考にした内容となっています。

### 1.1.3 目的

自死遺族等支援の目的は、自死・自殺に対する社会的偏見を取り除き、自死・自殺により家族や身近な人を亡くした人が、本人の希望に応じて、心理面及び生活面において、必要な支援を必要なタイミングで受けることができる社会の実現です。本手引は、自死遺族等と接する可能性のある地方公共団体職員や支援者が、自死遺族等の心情や置かれがちな状況、自死遺族等支援の法的根拠や責務などを理解し、実際に自死遺族等支援を行っていく上での参考資料となるように幅広い分野の情報をまとめたものです。既存事業のブラッシュアップや新規事業の検討の際に活用していただけるよう、「事業実施におけるポイントや配慮が必要なこと」「実際の自死遺族等支援の取組事例」「自死遺族等が直面し得る課題に対する参考情報」なども含めました。地方公共団体の担当者が活用することを想定した内容となっていますが、自死遺族等支援に携わる民間団体や様々な職種、職業の人にとっても、本手引が自死遺族等支援を理解、実施する上で参考となれば幸いです。

## 1.2 本手引の利用にあたって

### 1.2.1 想定される主な利用者

- 都道府県、政令指定都市の地域自殺対策推進センター関係者  
(地域自殺対策推進センター、精神保健福祉センター、自殺対策主管課、保健所などの職員)
- 地方公共団体(都道府県、市区町村)の自死遺族等と接する可能性がある関係者  
(自殺対策担当、戸籍住民課、公営住宅課、納税課などの庁内関係部署の職員)
- 自死遺族等に接する可能性がある団体などの関係者(社会福祉協議会、年金事務所などの職員)
- 自死遺族等支援に取り組む民間団体などの関係者
- 上記の機関以外に自死遺族等と接する可能性がある職種、職業など(以下を参照)

精神保健医療関係	保健師、精神保健福祉士、公認心理師、臨床心理士、医師、看護師 など
社会福祉関係	社会福祉士、ソーシャルワーカー、ケースワーカー、自立相談支援員、 児童相談業務員、虐待対応協力員、児童相談員、放課後児童支援員 など
教育関係	教員、養護教諭、スクールカウンセラー、スクールソーシャルワーカー、 指導主事 など
国家公務員	公共職業安定所(ハローワーク)職員、労働基準監督官 など
地方公務員	警察官、消防職員、救急救命士 など
法律関係	弁護士、司法書士 など
自死遺族等と接する可能性がある者	葬祭業者、宗教関係者、金融機関職員、遺品整理業者、民生委員、 児童委員、町会長 など

### 1.2.2 用語について

「自死」「自殺」の表現については、自死遺族等や自死遺族等支援に携わる関係者の間でも多様な考えや思いがあります。「自らを殺したのではなく、死に追いやられたのであるから、自死という用語を使いたい」「殺という言葉に抵抗を感じる」など、「自殺ではなく、自死という用語を使うべき」という意見がある一方で、「社会から殺されたのだから、自殺という用語を使いたい」「自殺を自死に言い換えられると、まるで自分の家族が自殺という悪い亡くなり方をしたから言い換えられているのだと感じ、悲しくなる」など、「自死ではなく、自殺という用語を使うべき」という意見もあります。さらには、「自死、自殺、いずれの用語も受け入れがたい」といった意見もあります。本手引の作成においても、検討時間が限られた中、有識者会議の場で活発な議論が行われました。

以下に示したものは、様々な意見がある中で、現段階における使い分け方として、本手引において用いることになったものです。なお、有識者会議における「自死」「自殺」の表現に関する議論についての詳細は、JSCPホームページを参照ください。

[https://jscp.or.jp/izoku\\_support/handbook2024.html](https://jscp.or.jp/izoku_support/handbook2024.html)



#### (1) 自死、自殺の使い分け

- 法令や医療などに関する用語 . . . . . 自殺（例：自殺対策、自殺未遂）
- 身近な人を自死・自殺で亡くした人やこどもなどに関する用語 . . . 自死（例：自死遺族等支援）
- そのほかの用語 . . . . . 自死・自殺（例：自死・自殺で亡くなった）

#### (2) 自死遺族等

本手引において「自死遺族等」とは、主に以下の身近な人の自死・自殺により影響を受けた、または受ける可能性のある人を指します。

例：親族（血族、姻族）、内縁関係にある人、婚約者、友人、同僚など

#### (3) 自死遺児等あるいは身近な人を自死・自殺で亡くしたこども

本手引において「自死遺児等」「自死・自殺で身近な人を亡くしたこども」とは、主に以下の身近な人の自死・自殺により影響を受けた、または受ける可能性のあるこどもや若者を指します。

例：保護者やきょうだいなどの親族や友人を亡くしたこども、若者（小、中、高、大学などに通う年齢層）など

### 1.2.3 本手引を利用する際の留意事項

本手引は、全ての自死遺族等に画一的な対応を行うことを推奨しているものではありません。包括的な自殺対策の一環として、自死遺族等支援の取組を推進している地方公共団体や関係団体においては、それぞれの地域や社会資源の実情を踏まえた活動を展開する必要があります。この点に留意した上で、本手引を活用してください。

