



いのち支える

資料1

令和6年度 第1回生きることの包括的支援のための基礎研修

「自死遺族等を支えるために 総合的支援の手引(改訂版)」

作成の経緯、内容の説明

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)
Japan Suicide Countermeasures Promotion Center

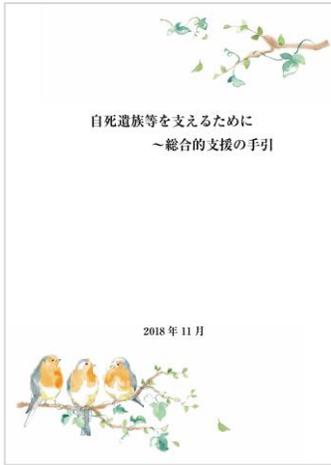
自殺総合対策部 自死遺族等支援室長
地域連携推進部 地域支援室長
菅沼 舞

第1章 はじめに/本手引について

【改訂版の手引 P6-P10】

- 手引改訂の経緯と目的
- 改訂のポイントや工夫点
- 用語について

手引改訂の経緯 (P7)



2017年7月 第3次自殺総合対策大綱閣議決定

2018年11月 「自死遺族等を支えるために～総合的支援の手引」を発行

(自殺総合対策推進センター)



2022年10月 第4次自殺総合対策大綱閣議決定

「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」

2024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)」を公開

(いのち支える自殺対策推進センター)

手引改訂の背景と目的(P7)

自死遺族等支援の
知識や経験がない

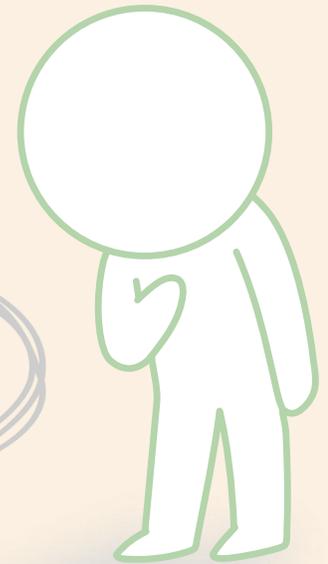


支援者

傷つけてしまうことを恐れて
何もできない

住んでいる地域によって
受けられる支援が異なる

必要な情報が入ってこない



自死遺族等

手引改訂の背景と目的(P7)

自死遺族等支援の
知識や経験がない

住んでいる地域によって
受けられる支援が異なる

自死遺族等支援に関わる支援者を後押しすることで、
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ようにしたい

支援者

傷つけてしまうことを恐れて
何もできない

自死遺族等

改訂のポイントや工夫点

- 自死遺族等の置かれがちな状況や心がけたいことなど具体例を提示
- 事業を実施する際の参考となるよう、地方公共団体や民間団体が実施している自死遺族等支援事業の事例を多数掲載
(改訂前の3事例から、27事例に増強)
- 研修資料や自死遺族等向けのリーフレット等の作成などへの活用
(手続一覧、相談窓口、イラスト等)
- 最新情報へアクセスしやすいように、URL及びQRコードを掲載
- 自死遺族等の心情にも配慮し、用語の使い方等を工夫

目次

目次

第1章 はじめに／本手引について	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
第2章 自死遺族等が置かれがちな状況	11
2.1 自死遺族等に起こり得るこ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
第3章 自死遺族等支援の枠組み	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
第4章 自死遺族等支援の実践	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	63
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	81
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	113
索引	120

自死・自殺の使い分け(P9)

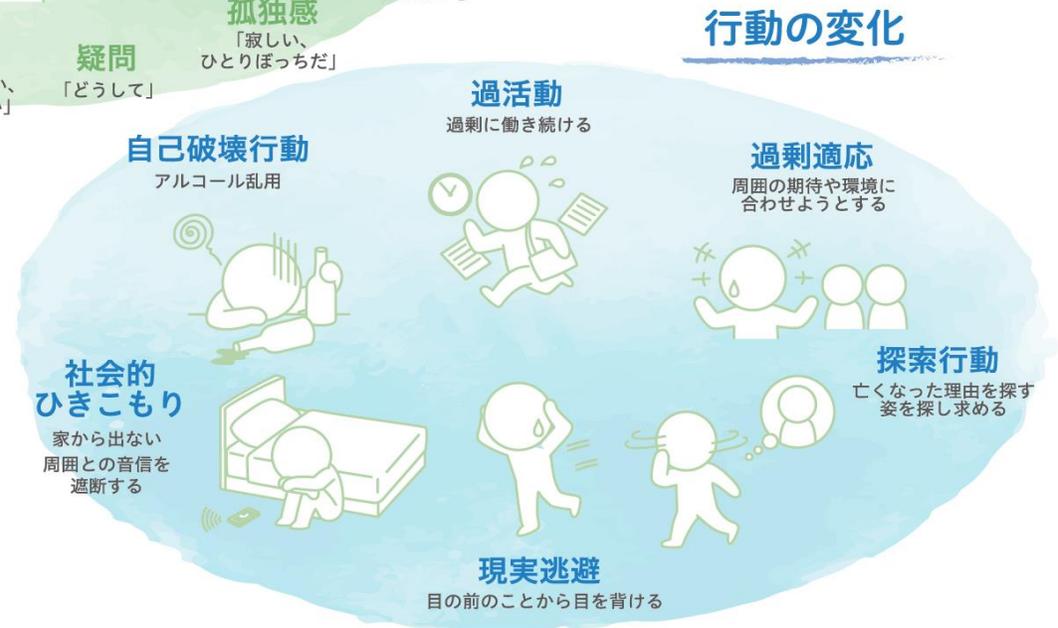
- 法令や医療などに関する用語・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・自殺
(例:自殺対策、自殺未遂)
- 身近な人を自死・自殺で亡くした人やこどもなどに関する用語・・自死
(例:自死遺族、自死遺児)
- そのほかの用語・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・自死・自殺
(例:自死・自殺で亡くなった)

第2章 自死遺族等が置かれがちな状況

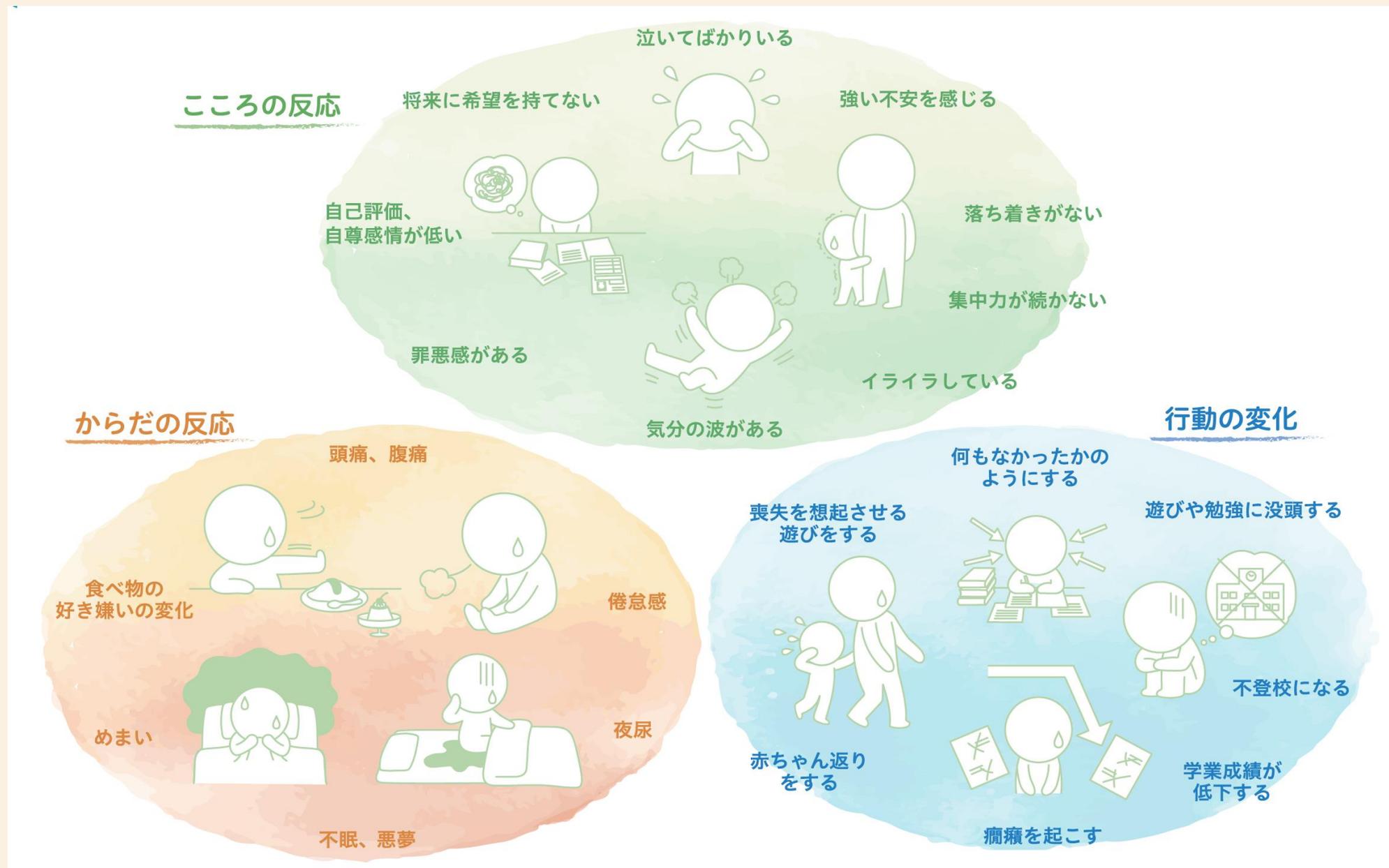
【改訂版の手引 P12-P26】

- 身近な人を自死・自殺で亡くした時の反応や変化
- 遺族等が直面し得る課題

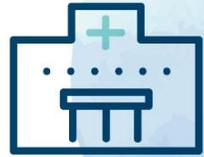
身近な人を自死・自殺で亡くした時の反応や変化 (P14-15)



身近な人を自死・自殺で亡くしたこどもの反応や変化 (P18-P19)



遺族等が直面し得る課題(P24-25)



メンタルヘルスの課題

適応障害
抑うつ障害
PTSD



各種手続の課題

葬儀
生命保険
名義変更



自死遺族等

生活、経済上の課題

収入減
借金返済
転居
遺品整理



誤った認識や偏見に伴う課題

偏見・差別
人間関係の悪化
誹謗中傷

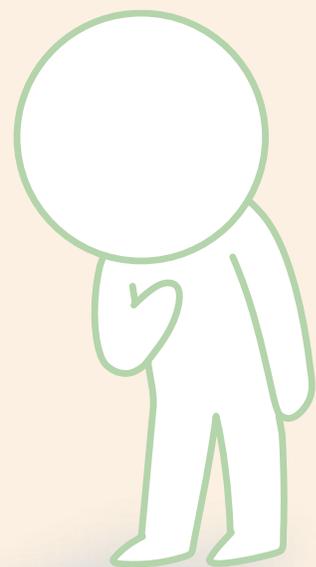


法的課題

損害賠償請求
賃貸トラブル
労災認定
相続



誤った認識や偏見に伴う課題(P23)



第3章 自死遺族等支援の枠組み

【改訂版の手引 P28-P36】

- 自死遺族等支援の法的根拠
- 自死遺族等支援に関する事業
- 国・地方公共団体・関係機関の役割

(目的)

第一条 この法律は、近年、我が国において自殺による死亡者数が高い水準で推移している状況にあり、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、これに対処していくことが重要な課題となっていることに鑑み、自殺対策に関し、基本理念を定め、及び国、地方公共団体等の責務を明らかにするとともに、自殺対策の基本となる事項を定めること等により、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する。

(名誉及び生活の平穩への配慮)

第九条

自殺対策の実施に当たっては、自殺者及び自殺未遂者並びにそれらの者の親族等の名誉及び生活の平穩に十分配慮し、いやしくもこれらを不当に侵害することのないようにしなければならない。

(自殺者の親族等の支援)

第二十一条 国及び地方公共団体は、自殺又は自殺未遂が自殺者又は自殺未遂者の親族等に及ぼす深刻な心理的影響が緩和されるよう、当該親族等への適切な支援を行うために必要な施策を講ずるものとする。

(民間団体の活動の支援)

第二十二条 国及び地方公共団体は、民間の団体が行う自殺の防止、自殺者の親族等の支援等に関する活動を支援するため、助言、財政上の措置その他の必要な施策を講ずるものとする。

自死遺族等支援の法的根拠(P29)

自殺総合対策大綱

令和4年10月閣議決定

第3 自殺総合対策の基本方針

1. 生きることの包括的な支援として推進する
2. 関連施策との有機的な連携を強化して総合的に取り組む
3. 対応の段階に応じてレベルごとの対策を効果的に連動させる
4. 実践と啓発を両輪として推進する
5. 国、地方公共団体、関係団体、民間団体、企業及び国民の役割を明確化し、その連携・協働を推進する
6. 自殺者等の名誉及び生活の平穏に配慮する

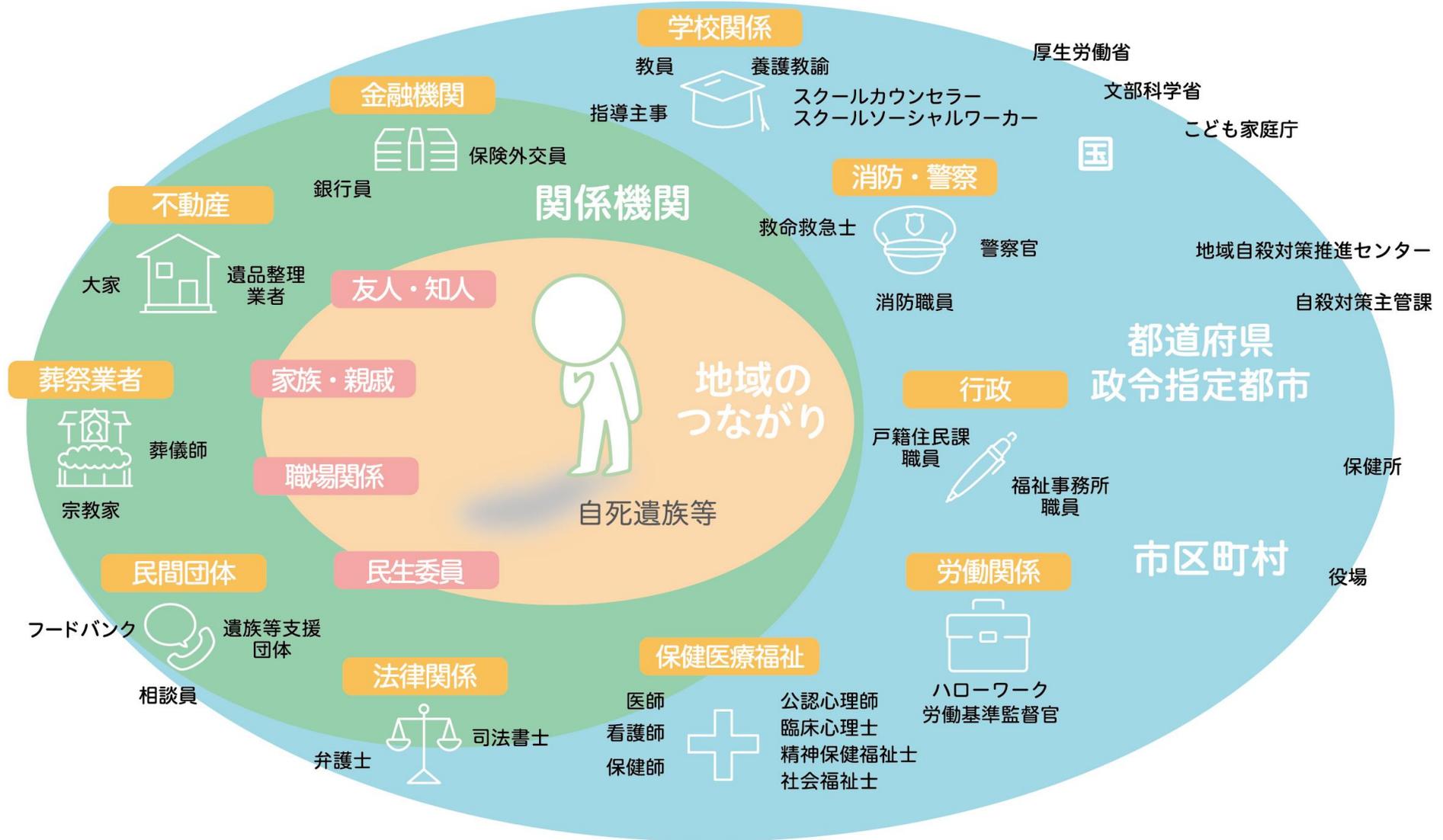
第4 自殺総合対策における当面の重点施策

1. 地域レベルの実践的な取組への支援を強化する
2. 国民一人ひとりの気付きと見守りを促す
3. 自殺総合対策の推進に資する調査研究等を推進する
4. 自殺対策に関わる人材の確保、養成及び資質の向上を図る
5. 心の健康を支援する環境の整備と心の健康づくりを推進する
6. 適切な精神保健医療福祉サービスを受けられやすくする
7. 社会全体の自殺リスクを低下させる
8. 自殺未遂者の再度の自殺企図を防ぐ
9. 遺された人への支援を充実する
10. 民間団体との連携を強化する
11. 子ども・若者の自殺対策を更に推進する
12. 勤務問題による自殺対策を更に推進する
13. 女性の自殺対策を更に推進する

9. 遺された人への支援を充実する

- 遺族の自助グループ等の運営支援
- 学校、職場等での事後対応の促進
 - ・学校、職場、公的機関における遺族等に寄り添った事後対応等の促進
- 遺族等の総合的な支援ニーズに対する情報提供の推進等
 - ・遺族等が直面する行政上の諸手続や法的問題等への支援の推進
- 遺族等に対応する公的機関の職員の資質の向上
- 遺児等への支援
 - ・ヤングケアラーとなっている遺児の支援強化

国・地方公共団体・関係機関の役割 (P34-P35)



都道府県に期待される役割(P33)

- 自死遺族等支援団体などを含めた会議体の設置
- 支援者向けの研修やマニュアルの作成
- 自死遺族等に配布するパンフレットなどの作成や相談窓口の設置
- 複雑な事案の支援に関わる職員のフォロー
- 「要保護児童対策地域協議会」や「ひとり親家庭等の支援」「ヤングケアラー支援」
など既存の支援制度の枠組みとの連携

市区町村に期待される役割(P33)

- 自死遺族等が来訪する窓口でのパンフレットや相談窓口一覧の配布
- 自死遺族等支援に関するケース会議などの実施
- 警察や消防、医療機関と連携した自死遺族等への個別訪問
- ほかの市区町村や民間団体などと連携した啓発イベントやわかち合いの会の実施

第4章 自死遺族等支援の実践

【改訂版の手引 P38-P62】

- 自死遺族等と接する際に心がけたいこと
- 事業を実施する上でのポイント

自死遺族等と接する際に心がけたいことの例(P38-P39)

- 落ち着いた環境で、プライバシーが守られ、感情表出できるよう配慮する
- 相談対応に十分な時間を確保する
- 背景には様々な課題があるかもしれないことを想像する
- 主訴を整理し、抱えている課題や必要な支援を明確にしていく

自死遺族等と接する際に心がけたいことの例(P38-P39)

- ゆっくりとわかりやすく説明する
- 具体的な情報はメモで渡す
- 「なにかあれば、いつでも、また相談してください」と伝える

自死遺族等と接する際に心がけたいことの例(P38-P39)

- 亡くなった理由や(場所や手段など)詳細を無理に聞き出したりしない
- 「〇〇すべき、〇〇すべきでない」と一方的な意見や判断を押し付けない
- 無理やり感情を吐き出させようとするしない
- 安易な慰めをしない
- 精神科医療につなぐ必要があるなどと断定的な対応をしない
- 自死遺族等を傷つける可能性がある言葉を使わない

身近な人を自死・自殺で亡くしたこどもと接する場合(P40-P41)

- 保護者の合意を得て、相談の上で行う
- 安心して感情表現でき、自然で普通にいられる場を作る
- 発達段階に応じた、対応や言葉遣いを心がける
- 質問には誠実に答える

身近な人を自死・自殺で亡くしたこどもと接する場合 (P40-P41)

- こどもにプレッシャーを与える可能性がある励ましの言葉を使わない
- 絵を描くなどの遊びを通し、言葉以外で感情を表出できるようにする
(無理強いしたり、評価をしたりしない)
- からだを動かし、エネルギーや感情を発散できるようにする
- 過剰な心配をしない

こどもに事実をどう伝えるべきか(P41)

こどもに事実をどう伝えるべきか⁽⁵⁾

「身近な人を自死・自殺で亡くした事実をこどもにどう伝えるべきか」という問いに、明確な答えはありません。こどもを守りたい気持ちから保護者が事実を話せないことも多い一方で、誰かが話しているのを見聞きしたり、インターネットやSNSなどから情報を得たりして、こども自身が状況を察することもあります。大人になり、後から突然事実を告げられることで、隠されてきた事実を知るショックに加えて、「(信頼できる人から) ずっと嘘をつかれていた」「誠実に対応してもらえなかった」などのつらさを感じる可能性もあります。こどもに事実を伝える場合は、まず大まかな事実を伝え、こどもが成長する中で出てくる質問や疑問に、誠実に答えていくことが望ましいとされています。事実を告げる際は、伝える側も、伝えられる側も、無理のない落ち着いた状況にあることが大切です。伝える側が整理できていない状態では、誤った情報を伝えてしまったり、事実を受け入れる段階にないこどもを事実と直面させ、傷つけてしまったりする場合があります。1人で事実を告げることが不安な場合は、信頼のできる知人や、支援団体の職員などに同席してもらうこともよいでしょう。

自死遺族等支援事業を実施する上でのポイント(P42-P62)

※赤字は旧手引からの追加箇所

- 地域におけるネットワークの強化(不特定多数を対象とした調査、支援者支援)
- 自死遺族等支援に関わる人材の育成
- 住民への啓発と周知
- 自死遺族等への情報提供(提供の時期及び提供方法、社会資源、検索キーワード)
- 自死遺族等を対象とした相談
- わかち合いの会や遺族のつどいの開催、運営(進行役の役割、決まり事、当日の流れ)
- 身近な人を自死・自殺で亡くしたこどもの支援(ひとり親家庭等の支援、ヤングケアラー)
- 学校における対応(対応の流れ、大学における対応)
- 職場における対応

不特定多数を対象とした調査を行う際のポイント(P42)

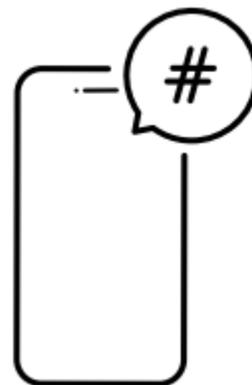
- 受け取った時に、すぐに「自死」「自殺」という言葉が目に入らないようにする
- 回答は任意であることや、不特定多数に送られていることを明確にする
- 体調不良になった時の相談先を明記する
- 郵送する際は、白黒の封筒など、「喪」を思い起こさせるような様式を使用しない

啓発活動を実施する際のポイント(P45)

- 申込方法や開催場所など、参加者のプライバシーに配慮する
(匿名性を保つ、撮影が入る場合は顔が映らないエリアを作るなど)
- 参加者の突然の体調不良などに備え、休憩できる場所を別に用意する
- 「自死」「自殺」の使い分けなど自死遺族等の心情に配慮した言葉を検討する
- 「いのちを大切に」「いのちを捨てないで」「自死・自殺は防げる」「汚名返上」
など、自死遺族等が傷つく可能性のある言葉は使わない

自死遺族等への情報提供を行う際のポイント(P46-P47)

情報提供の時期 (目安)	自死遺族等が必要とする情報	主な提供方法
亡くなった直後	<ul style="list-style-type: none"> 遺体の引き取り方 起こり得るころやからだの反応 遺されたこどもへの接し方 学校、職場への報告の仕方 	地方公共団体のホームページ/警察、消防、医療機関、葬儀社を通じたパンフレットの配布 など
1週間～ 1か月前後	<ul style="list-style-type: none"> 遺品などの片づけ方 生命保険などへの申請方法 利用できる可能性のある生活支援制度 公的書類などの名義変更の諸手続 家計の見直し、借金への対応 	地方公共団体のホームページ/手続を行う窓口でのパンフレットの配布/対面や電話相談での案内/総合相談会での対応 など
1か月以上～ 中長期	<ul style="list-style-type: none"> わかち合いの会や自助グループの情報 こどものこころのケア 奨学金などの進学に関する情報 	地方公共団体のホームページ/パンフレットの配布/広報誌を通じた周知/個別訪問 など



#自死遺族(等) #自死遺児(等) #グリーフ
 #グリーフケア #グリーフサポート #グリーフワーク
 #死別 #喪失体験 #自死遺族(等) 支援
 #自死遺族(等) のつどい #自助グループ
 #わかち合いの会 #自死遺族(等) 相談

第5章 自死遺族等支援の取組事例

【改訂版の手引 P64-P80】

自死遺族等への情報提供(P69)

警察を通じた自死遺族等への情報提供(岩手県)

情報提供:岩手県精神保健福祉センター

岩手県は、2005年度(平成17年度)から、「自死遺族こころのケア支援事業」を開始。事業立ち上げ当初から、警察本部には自殺対策推進協議会に出席してもらい、警察と連携してできることを模索。2008年(平成20年)2月からは、県内の全警察署において、自死・自殺の可能性がある事例における死体検案の際に、警察署員から自死遺族等に対して、相談窓口や交流会に関するリーフレットを配布し、情報が確実に届くような体制を整備。現在は、ほぼ全ての自死遺族等の手元に届くよう配布できている。何年も前に渡されたリーフレットにより、相談などの支援につながった人もいるため、紙媒体での情報提供の重要性を感じている。警察本部には、年度初めや定期的にリーフレットの配布状況(配布枚数)の確認や情報提供をお願いしている。

(参考:https://www.pref.iwate.jp/_res/projects/default_project/_page/_001/015/900/r6.5.jsiizoku-kouryu.pdf)

利点

- ・警察が関わることにより、亡くなった直後から、迅速かつ確実な情報提供ができる。
- ・自死遺族等に対して支援者側からアプローチができる。



岩手県精神保健福祉センター(岩手県自殺対策推進センター)

自死遺族交流会のご案内

～大切な人を自死で亡くされたご遺族の語り合いと交流の場～

大切な人を突然に自死で失うということは、とても辛いことです。生きていくことが難しいと感じるほどの深い悲しみを抱えることもあります。そうした心の痛みを、周囲の人に話すことは難しく、心理的・社会的に孤立してしまうことも少なくありません。

『自死遺族交流会』は、同じ経験を持つご遺族が集い、自分の体験や想いを語り合い、支え合う場です。抱える悲しみや苦しみを語り合い、分かち合ってみませんか？

●要予約です。内容、日時等は次ページをご確認ください。

会…会場、問…お問合せ先

<p>りんどうの会(分かち合い)</p> <p>和やかで落ち着けるような雰囲気づくり心がけています。</p> <p>会:岩手県福祉総合相談センター 問:精神保健福祉センター ☎019-629-9617</p>	<p>こころサロン 久慈</p> <p>誰かに思いを話すことが、生きる力になると感じます。どうぞ、足を運んでみてください。</p> <p>会問:久慈保健所 保健課 ☎0194-66-9680</p>
<p>こころサロン 北上</p> <p>迷ったらお電話ください。温かく迎える仲間がいます。個別にお問合せください。</p> <p>会:北上地区合同庁舎 問:中部保健所 保健課 ☎0198-22-2331</p>	<p>こころサロン 二戸</p> <p>苦しいこと、つらいことは、話すことで半減します。楽しいこと、うれしいことは話すことで倍になります。いろんなことを語り合える場です。お待ちしております。</p> <p>会問:二戸保健所 保健課 ☎0195-23-9206</p>
<p>こころサロン 奥州</p> <p>安心して思いを語れる「分かち合い」の会を開催しています。誰も話せなかった思い、少しお話してみませんか。</p> <p>会問:奥州保健所 保健課 ☎0197-22-2831</p>	<p>わかちあいの会(ソーシャルサポートセンターもりおか)</p> <p>一人で背負ってきたものを、ここでゆっくりおろしていきませんか。</p> <p>問:ソーシャルサポートセンターもりおか ☎019-652-8221</p>
<p>こころサロン 一関</p> <p>普段のくらしの中では語れない思いを語り、聞くことができます。ご連絡、ご参加心からお待ちしております。</p> <p>会問:一関保健所 保健課 ☎0191-34-4689</p>	<p>はーとステーション花あかり</p> <p>一人ひとり違う状況や気持ちを尊重しながら語りあいができるようつどいを運営しております。</p> <p>会:盛岡市プラザおでっ/一関市なのはなプラザ/岩手町プラザあいい 問:はーとステーション花あかり ☎090-2842-9795 (担当:成務係 北川)</p>
<p>釜石・大槌わかち合いの集い</p> <p>ありのままの思いを語り合い、聴き合い、そして支え合う場です。参加をお待ちしております。</p> <p>会:釜石地区合同庁舎 大槌町文化交流センター 問:釜石保健所 保健課 ☎0193-25-2710</p>	<p>※詳細は次ページをご覧ください。</p>
<p>わかち合いの会 宮古</p> <p>想いを語りながら、ゆっくりとした時間を過ごせる雰囲気づくりを心がけています。</p> <p>会:宮古地区合同庁舎/山田町中央コミュニティセンター/岩泉町保健センター 問:宮古保健所 保健課 ☎0193-64-2218</p>	

発行:岩手県精神保健福祉センター(岩手県自殺対策推進センター)

令和6年度

岩手県内 自死遺族交流会のご案内

～大切な人を自死で亡くされたご遺族の語り合いと交流の場～

大切な人を突然に自死で失うということは、とても辛いことです。生きていくことが難しいと感じるほどの深い悲しみを抱えることもあります。そうした心の痛みを、周囲の人に話すことは難しく、心理的・社会的に孤立してしまうことも少なくありません。

『自死遺族交流会』は、同じ経験を持つご遺族が集い、自分の体験や想いを語り合い、支え合う場です。抱える悲しみや苦しみを語り合い、分かち合ってみませんか？

●要予約です。内容、日時等は次ページをご確認ください。

会…会場、問…お問合せ先

りんどうの会(分かち合い)

和やかで落ち着けるような雰囲気づくり心がけています。

会:岩手県福祉総合相談センター
問:精神保健福祉センター ☎019-629-9617

こころサロン 久慈

誰かに思いを話すことが、生きる力になると感じます。どうぞ、足を運んでみてください。

会問:久慈保健所 保健課 ☎0194-66-9680

こころサロン 北上

迷ったらお電話ください。温かく迎える仲間がいます。個別にお問合せください。

会:北上地区合同庁舎
問:中部保健所 保健課 ☎0198-22-2331

こころサロン 二戸

苦しいこと、つらいことは、話すことで半減します。楽しいこと、うれしいことは話すことで倍になります。いろんなことを語り合える場です。お待ちしております。

会問:二戸保健所 保健課 ☎0195-23-9206

こころサロン 奥州

安心して思いを語れる「分かち合い」の会を開催しています。誰も話せなかった思い、少しお話してみませんか。

会問:奥州保健所 保健課 ☎0197-22-2831

わかちあいの会(ソーシャルサポートセンターもりおか)

一人で背負ってきたものを、ここでゆっくりおろしていきませんか。

問:ソーシャルサポートセンターもりおか ☎019-652-8221

こころサロン 一関

普段のくらしの中では語れない思いを語り、聞くことができます。ご連絡、ご参加心からお待ちしております。

会問:一関保健所 保健課 ☎0191-34-4689

はーとステーション花あかり

一人ひとり違う状況や気持ちを尊重しながら語りあいができるようつどいを運営しております。

会:盛岡市プラザおでっ/一関市なのはなプラザ/岩手町プラザあいい
問:はーとステーション花あかり ☎090-2842-9795 (担当:成務係 北川)

釜石・大槌わかち合いの集い

ありのままの思いを語り合い、聴き合い、そして支え合う場です。参加をお待ちしております。

会:釜石地区合同庁舎
大槌町文化交流センター
問:釜石保健所 保健課 ☎0193-25-2710

※詳細は次ページをご覧ください。

わかち合いの会 宮古

想いを語りながら、ゆっくりとした時間を過ごせる雰囲気づくりを心がけています。

会:宮古地区合同庁舎/山田町中央コミュニティセンター/岩泉町保健センター
問:宮古保健所 保健課 ☎0193-64-2218

自死遺族等への情報提供(P69)

自死遺族等に対するパンフレットの作成、配布(福岡県)

情報提供:福岡県精神保健福祉センター、福岡県保健医療介護部健康増進課こころの健康づくり推進室



福岡県では、2008年度(平成20年度)から、自死遺族への情報提供を目的に、パンフレットを作成し、配布を開始した。自死遺族以外にもグリーフケアを必要とする遺族の方に向け情報提供をしてほしい、といった県民からの要望を受け、2022年(令和4年)3月発行分から、タイトルを「大切な人を病気や事故、自死等で亡くされた方へ」に変更し、県内の死亡届の窓口や葬儀場などで配布している。パンフレットは、作成当時から関わっている人にイラストの作成を依頼し、パステルカラーの色合いを含め、柔らかい印象の仕上げとした。掲載内容については、毎年、関係機関に照会をかけ、情報を更新している。作成部数は3,500部程度を葬儀場、市町村(火葬場含む)、保健所や警察署など県機関、救命救急センター含む精神科医療機関、自死遺族等支援団体などに送付している。葬儀場などからは、パンフレットのニ

ズはあるように受け止めている。パンフレットのデータは、県のホームページに掲載されており、誰でも閲覧・ダウンロードが可能。(参考:<https://www.pref.fukuoka.lg.jp/contents/taisetunahito.html>)

利点

- ・対象を限定していないため、配布する側も受け取る側も授受しやすい。
- ・ホームページに掲載することで、いつでも、どこでも、閲覧できる。



★ 大切な人を 病気や事故、自死等で亡くされた方へ

大切な人を亡くしたとき
遺された人のからだやこころに
様々な変化があらわれることがあります
それは誰にでも起こることです
人それぞれの悲しみのあらわれ方や
立ち直り方は同じではないので
ご自分のペースを大切にしてください

福岡県



自死遺族等を対象とした相談(P71)

消防職員による自死遺族等への個別訪問 (鹿児島県日置市)

情報提供:日置市市民福祉部健康保険課健康づくり係



日置市では、第一期自殺対策計画の策定において、自殺未遂者及び自死遺族等支援の必要性に関する見解が消防本部と健康保険課で一致し、消防を中心とした事業を検討。2020年度(令和2年度)から、救急対応の対象となった本人及び家族に対して、対応から1か月~2か月後に、消防職員が訪問を行う事業を開始した。既に亡くなっている場合は、自死遺族等の心情に配慮し、四十九日法

要が終わった時期を目安に、警防課救急係が電話で個別訪問の同意を確認。自死遺族等から同意を得ることができた場合は、消防職員が個別訪問をしている。訪問時には、相談先などが記載されたカードで情報提供を行い、自死遺族等から希望があった場合は、自殺対策担当課(健康保険課)へのつなぎ支援も行う。救急搬送に出動した救急隊が、直接対応をすることは心理的及び業務上の負担が大きいため、俯瞰的な立場で対応できる警防課救急係が電話対応をしている。自死遺族等の対応にあたっては、留意点をまとめた「未遂者支援の手引き」を作成しており、担当者打合せや庁内連絡会議にて情報共有、意見交換を行っている。

利点

- ・亡くなって早い段階から、確実な情報提供やつなぎ支援ができる。
- ・自殺未遂者支援の対象となっていた人が亡くなった場合にも、自死遺族等に対して継続的に支援ができる。

身近な人を自死・自殺で亡くしたこどもの支援(P74)

自死遺児等の保護者向け パンフレットの作成、配布(愛知県名古屋市)

情報提供:名古屋市精神保健福祉センターこころば、リメンバー名古屋 自死遺族の会



名古屋市では、2007年度(平成19年度)に自死遺族等支援事業を開始し、自死遺族等向けリーフレットを作成。翌年度に、リーフレットの作成協力をした「リメンバー名古屋自死遺族の会」から、市内には、自死遺児等を継続して支援できる機関がないことから、自死遺児等向けのパンフレット作成について提案があった。それを受け、「自死・自殺で亡くなったことを子どもにどう伝えるか」など、問い合わせが多い内容に絞ったパンフレット「自死遺児の保護者の方へ」を作成。内容は、自死遺児等の保護者が、悩みや課題に応じてそれらの情報を参照、活用できるよう配慮するとともにQRコードを掲載するなど手軽に情報が入手できるよう工夫した。パンフレットは、保健センターや教育機関、区役所(おくやみコーナーなど)、児童相談所などの行政機関だけでなく、社会福祉協議会や市内の斎場、医療機関へも配布。ウェブサイトにもデータを掲載すること

で、この情報を必要とする誰もが参照、活用できるよう配慮した。

(参考:<https://www.city.nagoya.jp/kenkofukushi/cmsfiles/contents/0000175/175015/zisihogosyaPDF.pdf>)

利点

- ・自死遺児等やその保護者が直面し得る課題の解決につながる支援や相談先の情報を得ることができる。
- ・支援者が自死遺児等やその保護者と接する際の留意点や対応方法などを知ることができる。

自死遺児の保護者の方へ

親やきょうだい、祖父母など、
大切な人を自死で亡くした子どもに寄り添うために



発行・問合せ先:名古屋市精神保健福祉センターこころば
〒453-0024 名古屋市中村区名楽町4-7-18
TEL: 052-483-2095 FAX: 052-483-2029
<https://www.city.nagoya.jp/kurashi/category/22-5-3-0-0-0-0-0-0.html>
成・監修:リメンバー名古屋自死遺族の会

第6章 自死遺族等が直面し得る課題 に対する参考情報

【改訂版の手引 P82-P112】

自死遺族等が行う必要がある手続リスト(P82-P87)

期限	内容	申請先
亡くなった事実を知った日から7日以内 (国外は3か月以内)	死亡届	故人の死亡地、本籍地または 届出人の住所地の市区町村窓口
	火葬許可申請、埋葬許可申請	
亡くなった日から10日以内	厚生年金の手続 (死亡届の提出)	届出人の住所地を管轄する年金事務所 お問い合わせ 年金相談センター
亡くなった日から14日以内	国民年金の受給停止	届出人の住所地を管轄する年金事務所 お問い合わせ 年金相談センター
	国民健康保険資格喪失の手続 (資格喪失、保険証の返還)	届出人の住所地の市区町村窓口
	介護保険資格喪失届 (介護保険被保険者証、限度額 認定証、負担割合証の返還)	故人の住所地の市区町村窓口
	世帯主変更届	届出人の住所地の市区町村窓口
	在留カードの返納	住居地を管轄する 地方出入国在留管理官署
亡くなった日の翌日から 15日以内	児童手当の受給者変更	請求者の住所地の市区町村窓口
相続が開始したことを 知った日から3か月以内	相続放棄または熟慮期間の伸長	故人の住所地を管轄する家庭裁判所
相続が開始したことを 知った日の翌日から 4か月以内	所得税の準確定申告、納税	故人の住所地を管轄する税務署

行う必要のある公的な手続の流れの目安

亡くなった日から	主な公的な手続
7日以内	<ul style="list-style-type: none"> ● 死亡届 ● 火葬許可申請、埋葬許可申請 <small>※起算日：亡くなった事実を知った日（国外は3か月以内）</small>
10日以内	<ul style="list-style-type: none"> ● 厚生年金の手続
14日以内	<ul style="list-style-type: none"> ● 国民年金の受給停止 ● 国民健康保険資格喪失の手続 ● 介護保険資格喪失届 ● 世帯主変更届 ● 在留カードの返納
15日以内	<ul style="list-style-type: none"> ● 児童手当の受給者変更 <small>※起算日：亡くなった日の翌日</small>
3か月以内	<ul style="list-style-type: none"> ● 相続放棄または熟慮期間の伸長 <small>※起算日：相続が開始したことを知った日</small>
4か月以内	<ul style="list-style-type: none"> ● 所得税の準確定申告、納税 <small>※起算日：相続が開始したことを知った日の翌日</small>
6か月以内	<ul style="list-style-type: none"> ● 未支給失業等給付の請求 <small>※起算日：亡くなった日の翌日</small>
10か月以内	<ul style="list-style-type: none"> ● 相続税の申告、納税 <small>※起算日：亡くなった事実を知った日の翌日</small>
2年以内	<ul style="list-style-type: none"> ● 国民年金の死亡一時金の請求 ● (健保) 埋葬料の請求 ● (国保、後期高齢) 葬祭費の請求 <small>※起算日：亡くなった日の翌日</small>
3年以内	<ul style="list-style-type: none"> ● 不動産登記の相続手続 <small>※起算日：不動産の相続を知った日</small>
5年以内	<ul style="list-style-type: none"> ● 遺族年金の請求 <small>※起算日：亡くなった日の翌日</small>

利用できる可能性のある生活支援制度 (P88-P91)

※赤字は旧手引からの追加箇所

- (1) 遺族年金
- (2) 生活福祉資金貸付制度
- (3) 生活困窮者自立支援制度
- (4) 生活保護制度
- (5) ひとり親家庭等の支援制度
- (6) 災害共済給付制度
- (7) 就学援助制度
- (8) 高等学校等就学支援金制度
- (9) 高等教育の修学支援新制度
(授業料等減免と給付型奨学金支給)
- (10) 国の教育ローン
- (11) 奨学金制度(日本学生支援機構)
- (12) 奨学金制度(あしなが育英会)

直面し得る課題に対するQ & A (P92-P107)

※赤字は旧手引からの追加箇所

- (1) 相続
- (2) 財産の処分
(預貯金、**デジタル遺品**)
- (3) 生命保険の免責
- (4) 賃貸トラブルや不動産売買
- (5) 過労自殺
- (6) 鉄道で亡くなった場合の
損害賠償請求
- (7) 医療過誤問題
- (8) **インターネットに関するトラブル**
- (9) いじめ・**不適切指導**
- (11) **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**
- (12) **失踪宣告**

自死遺族等を支えるために 総合的支援の手引(改訂版)

※画像をクリックいただくと、紹介ページに移行します。

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

【公開】令和6年9月30日
【作成】いのち支える自殺対策推進センター(JSCP)
【内容】A4、128ページ、全6章



自殺対策や自死遺族等支援に関連する民間団体の方向けに、各団体1冊まで手引の冊子を郵送しております。
(地方公共団体の方は、地域自殺対策推進センターに確認ください)

民間団体の方で、郵送を希望される方は、下記のフォームに必要情報をご入力ください。
(受付後、お届けまでは1~2週間程度かかります。)

<https://forms.office.com/r/KYg3QJ6Hss>

ご清聴ありがとうございました

自殺対策の「いま」を届ける
JSCPニュースレターにご登録ください。
登録はこちら

