大切な人を亡くされた方へ





はじめに

大切な人を亡くされたことは、
ご家族にとって、人生のなかで最もつらく悲しいことです。

残されたご家族は、『悲しみ』という感情とともに
『こころ』と『からだ』にも大きな反応が起こることがあります。
誰にでも起こりうるものですが、
その程度や内容など表れ方は一人ひとり違います。

それは、悲しみや苦しみからあなた自身を守るための自然な反応です。
「少し元気になってきたかな」と思うときもあれば、
突然、「大きな悲しみが襲ってきた」と思うこともあるかもしれません。
時間の経過と共に少しずつ変わってゆくといわれています。
これらのさまざまな反応は、あなただけではなく、
大切な人を亡くされたとき、多くの方がごくごく自然に体験します。

気持ちの整理や困ったときの助けになればと思い、この冊子を作成しました。
この冊子が少しでもお役に立てばと思います。



何か相談したいとき、助けを求めたいとき、
誰かに話を聞いて欲しいとき、そんなときは、
移植コーディネーターへご連絡をいただければと思っています。



目　次



1. 『こころ』と『からだ』の反応

- 『こころ』の反応　2 ページ
- 『からだ』の反応　3 ページ
- 回復のために大切なこと・役立つこと　4 ページ
- 大切な人を亡くしたときに抱きやすい感情　5 ページ
- 大切なお子様を亡くされた親御さんへ　6 ページ
- 臓器提供をしたときに起こりうること　8 ページ

2. 親を亡くした子どもに起こる反応

- 親を亡くした直後にみられる子どものこころの反応　10 ページ
- 親を亡くした直後にみられる子どもの様子　12 ページ
- 少し時間がたってからの子どもの様子
- 注意が必要な子どもの行動　13 ページ
- きょうだいを亡くすということについて
- 成長に応じた子どもの死の捉え方　14 ページ
- 子どもへ親の死を伝えるときに　16 ページ
- 子どもへ伝えた直後に　17 ページ
- 子どもへのかかわり方　18 ページ
- おわりに　19 ページ
- 相談窓口　20 ページ

3. 交通事故で大切な人を亡くされた方へ

- 起こりうるこころの反応　22 ページ
- 相談窓口　23 ページ
- 経済的支援　24 ページ
- 相談先にお困りのとき　26 ページ

4. 自死で大切な人を亡くされた方へ

- 抱きやすいさまざまな感情　28 ページ
- 相談窓口　29 ページ

おわりに

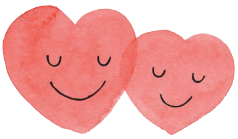
- 臓器提供後のドナー家族支援の取り組み　31 ページ

1. 『こころ』と『からだ』の反応



1. 『こころ』と『からだ』の反応

大切な人を亡くしたときに、誰にでも起こりうる反応についてお話しします。
大切な人が亡くなったのは、自分の責任だと思うこともあるかもしれませんが、
あなたの責任ではありません。あなた自身の生活を楽しむことは、
「大切な人を忘れる」ことでも、「悪い」ことでもありません。
大切な人との思い出を抱きながらあなた自身の
これからの人生を歩んでほしいと思います。



大切な人を亡くしたときに起こりうる複雑な感情やさまざまな反応は、大切な人を失うという大きな衝撃から、自分自身を守るための「正常な反応」です。

『こころ』の反応

- ショックで何も考えられない、何も感じない、悲しいのに悲しめない
- 亡くなったことが信じられない
- もの悲しく、涙が出る、亡くなった人のことが頭から離れない
- 不安、イライラ、怒りっぽくなる、落ち着かないなど感情の乱れがみられる
- 自分や周囲を責めてしまう
- 集中力や判断力が低下したり、簡単なことの決断ができない
- 無気力で何もしたくなくなる、物事に対して興味がわかない
- 今まで普通にできていたことができなくなる
- 自分の気持ちを素直に話せない
- 一人になりたくない、一人でいることが怖い
- 誰にも会いたくない、誰とも話したくない
- 思い出すことを避ける、思い出のものばかり見る
- 楽しんだり、笑ったりしてはいけないと感じる
- 「自分も死んでしまいたい」と思う



大切な人を亡くされた方へ～こころのケアのために～（北九州市立精神保健福祉センター）
大切な人を突然亡くされた方へ（福島県精神保健福祉センター）
京都市こころの健康増進センターだより「こころここ No.41」（京都市こころの健康増進センター）参考

『からだ』の反応

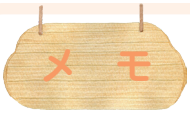
- 眠れない、眠りが浅くすぐ目が覚めてしまう、怖い夢を見る
- 食欲がない、何を見ても食べる気がしない
- 胃がもたれる、キリキリ痛む、便秘や下痢をするなど胃腸の調子が悪い
- 疲れやすい、だるい
- 頭痛がする、頭の芯が重い、めまいや動悸がする
- 肩こり、手足のだるさ、息苦しい、吐き気がする
- 心臓がドキドキする
- 漠然とした身体の不調が続く



大切な人を亡くした悲しみは、時間の経過とともに回復へ向かうといわれていますが、程度や回復までの期間は人によってさまざまです。回復の過程では、悲しみ、つらさ、怒りといった自分の正直な感情を表出し、こころに葛藤が残らないようにすることが重要です。あるがままの自分の感情を否定せず、大切にしましょう。そして、無理せず、話したいときに、家族や友人など安心できる相手に、自分のペースで話を聞いてもらいましょう。もし、それでも日常生活に支障が出るような心身の不調が続くときは、医療機関へ相談が必要な場合もあります。

もし相談できる人が近くにいないとき、どうしてよいか分からないときには、日本臓器移植ネットワークのご家族専用窓口 (P. 31) へご連絡ください。

大切な人を亡くされた方へ～こころのケアのために～（北九州市立精神保健福祉センター）
大切な人を突然亡くされた方へ（福島県精神保健福祉センター）
京都市こころの健康増進センターだより「こころここ No.41」（京都市こころの健康増進センター）参考





回復のために大切なこと・役立つこと



自分の気持ちを大切にしましょう

気力がわかない、涙があふれてばかり、なかなか元の生活に戻ることができない…「自分は異常ではないか」と思うかもしれませんが、そんなことはありません。
今起きているあなたの気持ちは自然なことなのです。あるがままの自分の感情を否定せずに大切にしましょう。

十分な休息や睡眠

深い悲しみはたくさんのエネルギーを使います。無理をせず、十分な休息や睡眠をとることは大切です。頑張りすぎないようにしましょう。

栄養のある食事

食欲がわかないかもしれませんが、栄養は体だけでなく心にも大切なことです。

癒しの本や音楽

何もする気がおきないかもしれません。本を読んだり、音楽を聴いたりすることが、心に安らぎを与えてくれるかもしれません。

ゆっくり、日常生活に戻ってゆきましょう

悲しみの深い期間が長引いたとしても、それはあなたにとって必要な時間であり、正常な過程なのです。

人とのふれあい

気の許せる方に話を聞いてもらいませんか?一緒にいてもらうだけでも良いかもしれません。同じような体験をされた方と思いや経験を共有する「わかちあいの会」に参加するのも一つの方法です。

大切な人を亡くされた方へ ～心のケアのために～（北九州市立精神保健福祉センター）一部改変
大切な人を亡くしたとき ～グリーフ（悲嘆）って何だろう?～（豊中市保健所）一部改変

記念日反応（命日反応）について

亡くなった人の誕生日や結婚記念日、命日など、思い出が深い特別な日が近づくと、気持ちが落ち込んだり体調が崩れるなど、亡くなった直後のような症状が再現することがあります。夏休みや年末年始など、周囲が「家族団らん」を強調するような時期が近づくと、同じような症状になったりすることもあります。これらの症状は、「記念日反応（命日反応）」といって大切な人を亡くした方にはよく起こりうる自然な反応です。

大切な人を亡くされたあなたへ - 身近な人を自死で亡くされたあなたのために -（愛知県・名古屋市）一部改変

大切な人を亡くしたときに抱きやすい感情

大切な人が亡くなる原因は、病気や事故などさまざまですが、残された家族は混乱し、パニックになってしまうことがあります。「信じられない！」「さっきまで一緒にいたのに」と、頭の中がゴチャゴチャになってしまって、目の前が真っ白になります。このとき、日常生活に支障が出ることもあるので、家族や友人、身近な人に身の周りのサポートをしてもらうとよいでしょう。

また、大切な人を亡くしたとき、とても寂しく悲しい思いをするとともに、さまざまな感情を抱くことがあります。

例えば、「もっといい病院（医師）を探せばよかった」「手術を勧めなければよかった」などの罪悪感、自責感、失望、いらだちなどを感じ、自分を追いつめるような感情を抱くことがあります。

長期の入院であったり、入退院を繰り返したり、とても苦しんでいるところを見ていた場合は、安堵感や安心感といった感情も感じることがあります。そして、そう感じてしまったことに対して罪悪感や自責の念を持つことが多いです。

もし、あなたが自分を責めたり、追いつめたりしているのなら、その必要はありません。あなたは、大切な人と一緒に闘ってきました。そして、大切な人にとって何より心の支えだったはずです。

交通事故や自死で大切な人を亡くしたときの反応や感情については、
「交通事故で大切な人を亡くされた方へ」(P.22)、「自死で大切な人を亡くされた方へ」(P.28) で詳しくお話ししています。



グリーフケアに学ぶ、深い悲しみの癒し方　愛する人を失ったとき　あなたに起こること（松家かおり著 日貿出版社刊）一部改変

大切なお子様を亡くされた親御さんへ

大切なお子様を亡くされ、はかり知れない深い悲しみの中にいらっしゃることと思います。お子様を亡くすということは、これ以上ない悲しみです。悲しみがこころやからだに長く影響を与えることもあります。

抱きやすいさまざまな感情

お子様を亡くされた親御さんは、「わが子を守ることができなかった」「私はダメな親だ」と自分を責めてしまう傾向にあります。

「私がしっかりしていれば…」「私がちゃんと守ってあげていれば…」「私の不注意がいけなかった…」「私のせいで、こんなことになってしまった…」と罪悪感を感じ、自分を責め続けることで、悲しみが長く続くことがあります。

ときには、「なぜ、子どもが死んで、私が生きてるの…」「子どもを死なせてしまった私は、幸せになってはいけない…」と考えてしまう方もいます。

感情の持ち方は人それぞれ違います。今はお子様のことについて考え、悲しむことが大切なときです。たくさん涙を流していいのです。

夫婦の関係

お子様を亡くしたことで、夫婦の関係は危機的状況に追い込まれる可能性もあります。例えば、妻が夫と一緒に泣いたり、子どものことを話したりしたいと思っているのに、夫は家族のために一刻も早く仕事に戻ろうとして、妻と過ごす時間をなおざりにしてしまうことがあります。二人の気持ちや行動にズレが生じやすく、気持ちがどんどんすれ違いやすくなってしまいます。こういう状況だからこそ、できるだけ一緒に過ごす時間を作り、お互いを支え合うことが必要です。

お子様を亡くすという大きな衝撃の後ですから、悲しみを癒すには時間がかかります。ある程度の時間をかけ、ご夫婦でお子様のことについて語り、悲しみを分かち合うことが大切になります。



グリーフケアに学ぶ、深い悲しみの癒し方　愛する人を失ったとき　あなたに起こること（松家かおり著 日貿出版社刊）一部改変

父親と母親の悲しみの違い

<父親の悲しみ>

父親は、子どもを亡くした悲しみを表に出すことができません。感情を内にため込んでしまい、苦しむことになります。世間や自分自身が「父親の役割」を果たすことを期待し、求めるからです。父親の役割というのは、男らしくいること、自立していること、仕事をして家族を養うこと、家族を守ることなどです。多くの父親は、それに応えようとして冷静さを保とうとし、感情をあらわにしません。しかし、そのために、家族や周りの人たちには、「冷たい」「悲しんでいない」といった誤った印象を与えてしまうことになります。

また、誰かに頼ることも苦手なので、ひとりで抱えてしまう傾向があります。

<母親の悲しみ>

母親は、孤独感や喪失感を強く感じ、残された家族や周囲の人に目が向けられない状態になることがあります。家事ができない、人との交流（特に、ママ友や姑）を避けるようになる、家の中にいて引きこもる、子どものことしか考えられない、などのように、母親の役割を果たすことができなくなり、今までの生活が一変してしまうことがあります。母親の悲しみは、父親よりも深刻になりやすい傾向にあります。その理由として、母親は、子どもを授かったときから自分の体内に子どもがいることを実感していて、子どもが生まれる前から親子のつながりを強く感じてきたからです。

このように、お子様を亡くしたときの悲しみは、父親と母親では違いがあります。
それぞれの悲しみの違いを理解することが大切になります。

グリーフケアに学ぶ、深い悲しみの癒し方　愛する人を失ったとき　あなたに起こること（松家かおり著 日貿出版社刊）一部改変





臓器提供をしたときに起こりうること

臓器提供をしたときには、大切な人を亡くす悲しみとは別に、さまざまな感情を抱くことがあります。また、臓器提供に対し周囲から理解されないことに苦しむことがあります。

抱きやすいさまざまな感情

臓器提供をした後は、本人の意思を叶えられたという達成感や、ただ灰になるだけではなく現世に何かを残せた、何か意味のあることが最期にできた、という肯定的な感情を持つ反面、本当に良かったのだろうかと自問自答し悩むこともあります。特に、本人の意思が不明だった場合は、あとで振り返ったときに、「本人にとって臓器提供をしたことが良かったのだろうか」という不安や迷いなどの気持ちを生じることがあります。

不安や迷いなどの気持ちを持ちながらも、提供した臓器が役に立っているのか、移植を受けた方は元気になったかなど心配されている方もいます。また、臓器提供ができたことだけで良かったと思う方や、悪い経過は聞きたくないと思う方もおり、みなさまいろいろな思いや考えを持っています。

周囲に伝えたときの反応

親戚や友人、職場の同僚などに臓器提供をしたことを伝えた際、誤った情報や偏見に基づく発言に接することがあり、移植医療に対するさまざまな意見があることに気付くことがあるかもしれません。心ない言葉に傷ついたり、悲しい思いをしてしまうこともあります。一方で、臓器提供をしたことを後押ししてくれる発言に接することで、肯定的に考えられるようになることもあります。傷つくことを恐れて臓器提供をしたことを人に言えないことも多く、一人で悩みを抱えてしまいやすくなります。

臓器提供について、悩みがあるとき、誰かと話をしたいとき、移植を受けた方の経過が知りたいときは、日本臓器移植ネットワークのご家族専用窓口 (P.31) へご連絡ください。

脳死下臓器提供における家族対応のためのガイドブック
(平成 25 年厚生労働科学研究費補助金難治性疾患等克服研究事業)　一部改変

一般社団法人臓器移植ドナー家族の会 くすのきの会

実際に臓器提供をされた方のご家族が運営しています。お互いの思いを共有し、支え合いを通して安心して過ごすことができるような活動を行っています。

▶ **くすのきの会　ホームページ**　https://kusunokinokai.com

2.　親を亡くした子どもに起こる反応



2.　親を亡くした子どもに起こる反応

　子どもが親を亡くしたときに表れる悲しみの表現の仕方は、
通常は大人と異なります。子どもは悲しみの表現を
一時しか見せない場合もありますが、
実際はずっとその子どもの中に存在し続け、
子どもが成長していくにつれ、かたちを変えて表れてきます。



※親だけでなく、大切な人を亡くしたときも同じような反応が起こることがあります。

親を亡くした直後にみられる子どものこころの反応

● 混乱

　子どもは自分には処理できない、あまりの大きな出来事に混乱することは当然です。叱るのではなく、「どうしていいかわからなくなるよね」などの声かけをしましょう。

● 怒り

　「なぜ自分が?」という気持ちや「なぜ私を捨てていったの?」という気持ちなどから怒りが強くなるのも当然です。いらいらしたり、当たり散らす時期もあるでしょう。当然の感情であることを告げて、子どもが罪悪感を持つことを防ぎましょう。

● 強い悲しみ・落ち込み・引きこもり

　親が亡くなった時には強い悲しみを感じると同時に、自分の存在自体が失われるような強い喪失感が出現します。そのために、落ち込んだり、引きこもったりすることがあります。初期には当然なこととして受け入れましょう。ただし、小さな子どもで強い食事の拒否がある時などは専門家と相談しましょう。

● なかったことにする

　子どもによくみられるのは、何もなかったように、あるいは亡くなった人が生きているようにふるまうことです。無理に認めさせる必要はありませんが、この状態が長期にわたることは決して良いことではありません。徐々に受け入れられる支援が必要です。

親を亡くした子どもへの対応（国立成育医療研究センター）一部改変

● 自分のせいにする

一般的に子どもは「死」の原因を自分に引き付けて考えることが多いものです。例えば、「昔、お父さんから怒られた時に『お父さんなんか死ねばいい』と思ったからお父さんが死んでしまった」と思う子どももいます。それを外に表現せずにいらいらしたり、引きこもったり、自暴自棄な行動をすることもあります。

大切な人の「死」はあなたのせいではないことをあらかじめ伝えておくことは必要なことです。また、子どもと話をして、そのような気持ちを持っていないかを確かめることも大切です。

● 罪悪感を抱く

自分だけ助かったこと、自分が親を守れなかったことなどから、罪悪感を抱くことは多いものです。「あなたは悪くない」というメッセージを伝えましょう。

● 死にたいと思う

しばらくしてから、うつ状態が悪化して死にたいという思いに至ることもありますが、稀に、子どもの中には亡くなった人の後を追いたい、もしくは追わなければならないという気持ちに駆られる時があります。亡くなった人の死を受け入れられない場合が多いのです。

子どもに寄り添って、亡くなった人の生きていた時のことを話題にしたり、十分に話を聞いてあげていれば、後を追うことは少ないものです。しかし、亡くなった人に会いに行くといってきかなかったり、死にたいと訴える時には早期に専門家へ相談しましょう。

親を亡くした子どもへの対応（国立成育医療研究センター）一部改変

年少児は食欲不振・おねしょ・便秘
年長児は学習障害が目立ちます。



移植コーディネーター向け研修会資料（大阪市立総合医療センター 多田羅竜平）一部改変

親を亡くした直後にみられる子どもの様子

● 赤ちゃんがえりや分離不安

赤ちゃんがえりをしたり、一人になることを不安がって残された家族に付きまとうこともあります。叱ったりするのではなく、スキンシップを心がけましょう。

● 「良い子」になりすぎる

がんばって、「良い子」の行動をすることも多いものです。決して悪いことではなく、褒めることは大切ですが、極端に褒めるのではなく、時々、肩の力を抜けるような場を作りましょう。そして、もともとのあなたで十分であることを伝えましょう。

● 自分を亡くなった人に重ねる

母親を亡くした子どもが母親のようにふるまってケアをしようとすることもあります。時には、亡くなった人の声色を使うなど、自分が亡くなった人になったかのように行動する子どももいます。子どもが自分自身を取り戻すように、「亡くなった人」の話をして、客観視できるように支援しましょう。それでも続く時には専門家に相談しましょう。

● 亡くなった人の声を聞く

亡くなった人の声を聞くことは少なくありません。拒否するのではなく、聞こえるのは不思議ではないが、現実には声はしていないことを確認しましょう。それでも現実に聞こえると言い張ることが長期化していたり、その声に従おうとしたりする時には専門家に相談することが必要です。

● 新しい親代わりとの関係性を築くことを避ける

本来は、子どもが安心して依存できる人（新しい愛着対象）ができることが重要なのですが、その人との関係性ができることが、亡くなった親を裏切るような気がするために拒否することがあります。また、中には自分を捨てた親への怒りを新しい親代わりの方にぶつける子どももいます。初期にはその気持ちを大切にしてあげましょう。亡くなった人のご位牌に、一緒に手を合わせるなどが役に立つこともあります。



親を亡くした子どもへの対応（国立成育医療研究センター）一部改変

少し時間がたってからの子どもの様子

子どもは発達に応じて時折、質問をしたり、亡くなった親の話をしてくることがあります。動揺せずにしっかり向き合って答えましょう。子どもにとって、亡くなった人の話をすることは、「死」の話をしているわけではないのです。その人が「生きていた時間」を話していますし、それは、その子ども自身の心の中に大事にされていることに他なりません。「お父さん、そう言ってたんだね」「お母さん、これ好きだったよね」などと、ともにわかちあって下さい。わからないことはわからないと答えることも必要です。

また、初期には当たり前の反応でもそれが長期に強く出現するときには注意が必要です。初期には何も反応を見せていなかった子どもがうつ状態になったり引きこもったりすることもあります。3〜4か月以上たっても反応が強い時には専門家へ相談しましょう。

親を亡くした子どもへの対応（国立成育医療研究センター）一部改変

注意が必要な子どもの行動

- 些細なことに心を動かされやすい
- 気分が変わりやすい
- 引きこもり、ボーっとしている
- 身体的な症状を訴える
- 勉強が手につかない
- がむしゃらに取り組む

これらの行動は大切な人を亡くした直後にのみ認めるとは限らず、特別な日（命日、誕生日など）に再来することもあります。（記念日反応について P.4）

移植コーディネーター向け研修会資料（大阪市立総合医療センター 多田羅竜平）一部改変

きょうだいを亡くすということについて

きちんと状況の説明がされていないと断片的な情報から勝手な空想をしてしまうことがあるため、子どもの発達段階にふさわしい言葉で説明することが大切です。*

また、きょうだいを亡くすということは子どもにとって大きな喪失です。親の支えが最も重要な時です。しかし、親自身がつらい状況にあるため、子どもの気持ちに十分寄り添えないことも少なくありません。周りの誰かが子どもの気持ちに気付くことが大切です。**

移植コーディネーター向け研修会資料（大阪市立総合医療センター 多田羅竜平）*部分 一部改変
親を亡くした子どもへの対応（国立成育医療研究センター）**部分 参考

成長に応じた子どもの死の捉え方

子どもがどの程度「死」を理解できているかは発達段階とこれまでに死の場面にどのように出会ってきたかによって異なります。一般に、4 歳以降には「死」ということをある程度理解しますが、幼児期にはあっちの世界に会いに行って戻って来られると思っていたり、再生できると思っていたりすることもあります。

小学生になると、生きているものは死ぬ可能性があることは理解しますが、死が全ての人に起きることであることを理解することは難しいものです。

中学生以降には、たいていの子どもは大人と同じように、「死」は生物体として永久に生命活動を失うことであると理解していますが、少数の子どもでは、まだ十分に理解できていない場合もあります。

親を亡くした子どもへの対応（国立成育医療研究センター）一部改変

※発達段階とは、子どもがある年齢グループ毎に特有の考え方や物事の理解方法を持つことを指します。ただし、子どもによって成長が早かったり遅かったりなどの違いがあるため、子どもの個別の成長を考慮に入れた説明を行う必要があります。

乳幼児期	乳幼児は死を認識しません。しかしながら、乳幼児は自分の大切な保護者（親など）がいなくなったことや、代わりに世話をしてくれる人が抱える不安を強く感じ取ります。この時点では乳幼児の面倒をみる人を2～3 人以内に限定した方がいいでしょう。
2～3歳児	この年齢の子どもたちはしばしば死を寝ていることと誤解し、この誤解がより多くの不安を引き起こします。そのため、幼い子どもであっても「眠っている」とか「遠くへいった」という言葉の代わりに、「死んでしまった」や「死」という現実的な言葉を使うことが大切です。 親が亡くなってしまったことを知らされても、この年齢の子どもは、お母さんやお父さんはどこにいるのかと繰り返し聞きます。この場合、子どもの保護者が穏やかに安心させるような態度で、その子の質問に答えることが重要です。「この間お話ししたこと覚えている？お父さんは死んでしまったのよ。だから、もう帰ってこないの」という風に説明しましょう。 この時、保護者は最初の説明が十分でなかったのだろうと思ったり、なぜ子どもは同じ質問をするのだろうと思うことがよくあります。しかし、子どもが質問を繰り返すのは、同じ情報を何度も繰り返し聞くことで確認していくという発達段階における必要性から行われる行為なのです（幼い子どもが同じ映画を何度も繰り返し見るのを思い出してみてください）。

子どもの悲嘆の表現 - 大事な人を失った時にみられる子どもの反応について-（Hope Tree）一部改変

3〜6歳児

この年齢の子どももまだ死と睡眠を混同しがちです。死の最終性（亡くなった人は戻ってこないということ）をまだよく認知できません。人が亡くなったということをオウム返しに言うことはできますが、心の中ではその人が戻ってくるものだと考えています。死を一時的、または、徐々に起こる出来事として捉えており、死んでも再び元の生きている状態に戻れると思っています。

また、この年齢の子どもは自分の行為が死を招く原因になったと考えがちです。例えば、お母さんに部屋を片付けるように言われたのにそうせず、それでお母さんを怒らせたために彼女の死につながった、などです。

さらに、この年齢の子どもが自分も「ママと一緒に死んで天国に行きたい」と言うことはよくあることです。子どもの世話をする大人は、この子は落胆のあまり死にたがっているのではないかと非常に心配します。しかし、この年齢の子どもは抽象的思考が未発達で、死の不可逆性を理解できません。物事を具体的な事象として捉えるため、天国は外国と同じような単なる地名にすぎず、亡くなった人が天国との間を行き来できると想像します。子どもを安心させる言い方は「○○ちゃんがママと一緒にいたいと思うのはわかるよ。でも今はここでパパと一緒にいようね」などです。

6〜10歳児

この年齢の子どもは死の詳細について旺盛な好奇心を持ちます。死んだ人の身体に何が起こるの？それはどこに行くの？どうやって人が死んだってわかるの？などです。これらは子どもたちが実際には聞くのをためらう質問かもしれないので、質問できる機会をつくることが重要です。死の最終性を理解していますが、死の普遍性（死は誰にでも訪れるものであり、自分自身にもいずれは訪れること）を理解するのはまだ困難が伴います。子どもたちに、すべての生物はいずれ死ぬこと、通常はお年寄りや病気の人が多いけれどそういった人たちばかりでもない、ということを気づかせるようにすることが助けになります。

この年齢の子どもたちには、安心して親を思い出すことのできる習慣的行為が助けとなります。特別な思い出箱でもいいですし、裏庭の植物でもいいのですが、子どもが親を身近に感じたいと思った時にそこに行って時間を過ごせる物や場所が大切な存在になります。

子どもの悲嘆の表現 - 大事な人を失った時にみられる子どもの反応について-（Hope Tree）一部改変

子どもへ親の死を伝えるときに

事実の伝え方

亡くなったという事実が明らかになった時には、あまり遅くなることなく伝えることが望まれます。「お父さんとお母さんは、遠くにお仕事に行っている」などのあいまいな表現を長く続けることは決して良くありません。しっかりと向き合って伝えなければなりません。大人の準備も必要です。適切な時期を選びましょう。*

子どもの発達段階にふさわしい言葉で説明することが大切です。例えば、「お父さんの病気について話し合ったこと覚えてる？お医者さんたちはお父さんの病気をやっつけようと一生懸命がんばってくれたの。でも、病気はお医者さんよりもずっとずっと強かったの。それで、病気はお父さんの身体を動けなくしてしまったの。誰かが死ぬっていうのは、その人の身体が動くのをやめてしまうことなのよ。その人はもう息をしないし、食べないし、痛みを感じることもないの」と話してみましょう。混乱を最小限にしようとして「遠くへいってしまった」とか「眠っている」といった表現を使うのではなく、「死」や「死ぬ」という言葉を使うことが重要です。**

また、大切な人の死を伝える時は、子どもと出来るだけ近しい人が伝えることが望まれます。子どもにとって見知らぬ人（初めて会う親戚の方、児童相談所の方など）が伝えなければならない時には、子どもが知っていて安心できる人がそばにいてあげましょう。

他にも以下のような点について気を付けてみましょう。

- 低年齢の子どもの場合には知っている方が膝に乗せる、手を握るなどして伝えましょう。
- 子どもの目線に立って、向き合って伝えましょう。
- 子どもに分かりやすい言葉で亡くなったことを説明しましょう。
- 「死」を理解することは難しいものです。一度で全てを伝えようと思うのではなく、繰り返し説明しましょう。
- 子どもに質問させてあげましょう。
- 後で聞きたいことがあったら、いつでも答えることを告げましょう。

その場での子どもの反応はさまざまです。何も感じていないようにふるまう子どもさえ少なくありません。しかし、衝撃を受けていない子どもはいません。子どもの気持ちに共感することが最も必要となる場面です。*

親を亡くした子どもへの対応（国立成育医療研究センター）＊部分 一部改変
子どもの悲嘆の表現 - 大事な人を失った時にみられる子どもの反応について-（Hope Tree）＊＊部分 一部改変

子どもへ伝えた直後に

大人は激励のつもりで自分の考えを子どもに押し付けてしまうことがあります。しかし、上から目線の言葉、例えば、「お父さんの分も生きなさい」「いい子にならないとね」「お母さんが悲しまないようにがんばりなさい」などの言葉は必ずしも子どもにとって温かい言葉ではありません。

子どもが涙を流せるなら、それはとても大切な時間です。抱いたり、手を握ったりしながら十分に泣かせてあげましょう。泣かない子どももいます。それは決して薄情なのではなく、どうしていいか分からなかったり、我慢しなければいけないと思っているのです。すべての子どもの気持ちを大切にして受け入れましょう。子どもが怒りを表現するとしたら、それも自然なことです。「頭に来るね」と共感して、その怒りの表現を受け入れましょう。子どもは時として周囲が予想しない行動をしたり表現をすることがありますが、寄り添うことが最も大切です。



親を亡くした子どもへの対応（国立成育医療研究センター）一部改変



子どもへのかかわり方

大人のサポート体制

子どもにとっては常に守る人が必要です。親、祖父母、親戚、近所の方など、親の役割を果たす方を決め、その方が子どもに寄り添って支えましょう。しかし、その方々も大変な生活であり、トラウマを受け、喪失を体験しています。その方と子どもを含めて支援することが必要です。寄り添う人は、あまり子どもから聞き出そうとしすぎるのではなく、時々、「大丈夫?」と声をかけ、側にいるよというメッセージを伝えましょう。また、どのような反応があるかを感じて対応するためには、目を配ることが必要です。肩を抱く、背中をさする、などのスキンシップを心がけてください。

※トラウマとは、個人が持っている対処法では、対処することができないような圧倒的な体験をすることによって被る、著しい心理的ストレス（心的外傷）のことです。

泣ける場所をつくる

特に年長の子どもでは、泣けるような場所も大切です。静かになれる場所、泣ける場所を探してあげましょう。

セレモニー

お葬式に参加できる状況であれば、参加させてあげましょう。しかし、子どもが怖がったり嫌がる時には無理に参加させる必要はありません。お葬式に参加しない時にはもちろん、参加したときでも、写真や残された品を飾って仏壇や祭壇とし、お線香を立てたり、祈るなどのセレモニーが必要です。子どもが拒否した時には、無理強いはせずに、周囲の大人だけでも祈ることを続けましょう。

表現の場を与える

絵をかく、話をする、遊びなど、子どもが表現する場を与えましょう。親の絵を書いて塗りつぶしたりすると大人は心が痛みます。しかし、子どもの表現に寄り添いましょう。一人でそれに極端に没頭している時は声をかけて相手をしてあげましょう。

思い出の表現と共有

子どもの持っている思い出の品を一緒に見たり、子どもの思い出に耳を傾け、亡くなった人との思い出を共有することはとても重要です。しかし、すぐにはできないかもしれません。焦らずにタイミングを計りましょう。

親を亡くした子どもへの対応（国立成育医療研究センター）一部改変
子どものトラウマ診療ガイドライン第３版（国立成育医療研究センター）※部分一部改変

おわりに

子どもと将来経験するであろう感情について話し合ってください。大部分の子どもは悲しんだり恐れたりするだろうと予想していますが、怒りを感じるだろうと予測する子どもはほとんどいません。親の死に対して怒りを感じるのは自然な反応なので、その避けられない感情に対処できるよう準備しておくことが大切です。

子どもはある時点で親が自分を置いていってしまったことに対して怒りを感じます。そして、亡くなった親に対してそのような感情を抱くのはひどいことだと思い、他人の反応が怖くて自分の怒りの感情を正直に打ち明けることができません。もし、怒りの感情を持つことは自然で許されることなのだとあらかじめ知っていれば、子どもは信頼できる大人に自分の気持ちを素直に話せるようになるでしょう。*

子どもの反応はさまざまです。ここに書いていないような反応がでることもあります。子どもに寄り添い、支えて守ることが重要なことを忘れないようにしましょう。**

子どもの悲嘆の表現 - 大事な人を失った時にみられる子どもの反応について- (Hope Tree) ＊部分 一部改変
親を亡くした子どもへの対応 (国立成育医療研究センター) ＊＊部分 一部改変





相談窓口

最寄りの公的機関にて、子どもに関するさまざまな相談ができるようになっています。

児童相談所

▶ こども家庭庁

児童相談所一覧

https://www.cfa.go.jp/policies/jidougyakutai/jisou-ichiran/

児童福祉課・青少年課

各自治体に設置されている窓口では、子どもの福祉全般に関する相談を受け付けています。

教育相談センター

各都道府県に設置されている窓口では、子どもの発達や教育に関する相談を受け付けています。



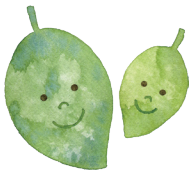
メ　モ

3.　交通事故で大切な人を亡くされた方へ



3.　交通事故で大切な人を亡くされた方へ

　交通事故の場合は、予期されない「突然の死」であり、いのち・身体や財産の被害とともに、つらい気持ちや悲しみが続くなどの精神的な被害も被っています。
被害の直後から刑事手続や民事手続が進むことになりますが、これらの手続きに追われたり、またこういった手続き自体により精神的な負担を生じたりする場合があります。



　ここでは、交通事故により大切な人を亡くした後に直面するさまざまな問題に対して、相談窓口や経済的支援の制度などの社会資源の一部を紹介します。

起こりうるこころの反応

　事故のあと、しばらくの間、眠れなかったり、事故のことばかり頭に浮かんで苦しくなったりするなどの心理的な反応がある場合があります。これらの反応の多くは、交通事故という突然の大変な出来事に引き続いて起こってくるこころの「正常な反応」です。

　交通事故で大切な人を亡くされた方が、PTSD（心的外傷後ストレス障害）やうつ病などのこころの病気になることもあり、悲しみが強く長く続いてしまう場合もあります。こころの問題で苦しんでいる状態が長く続くことで、日常生活や家族、友人の関係に影響が表れることがあります。特に PTSD やうつ病では、人と会いたくなくなったり、愛情や幸せなどの気持ちを感じにくくなるために、大切な人との関係に影響が出てしまうことがあります。このように感じてしまうことはあなたが悪いわけではありません。事故の精神的な影響による場合が少なくないのです。その場合には、医療機関などで治療やカウンセリングを受けることによって良くなってきます。



交通事故の被害者とそのご遺族・ご家族の皆さんへ ～こころのケアのために～
（内閣府政策統括官（共生社会政策担当）交通安全対策担当）一部改変

相談窓口

各都道府県及び政令指定都市の精神保健福祉センター、保健所、市区町村保健センター

交通事故により、被害者本人やご家族等が心に大きな傷を受け、心や身体に不調をきたした場合、精神保健福祉センター、保健所、市区町村保健センターでは、心身の健康問題に関する悩みについての相談を受け付けています。社会復帰に関する相談にも応じています。また、必要に応じて、医療機関の紹介などを行います。お問い合わせは、お住まいの市区町村の保健福祉担当部署にご確認ください。

警察における被害者支援

警察では、交通事故の被害者等が利用できる制度の紹介やカウンセリングなど被害者等に対する被害者支援を行っています。

詳しい情報は警察庁のホームページや交通事故を取り扱った警察署へご確認ください。

▶ **警察庁　犯罪被害者等施策**　https://www.npa.go.jp/hanzaihigai/index.html#gsc.tab=0

検察等における被害者支援

検察庁等では、被害者やご家族等からの刑事手続に関するあらゆる相談に応じています。

詳しい情報は、法務省のホームページまたは事件担当検察官、事件を扱った検察庁・最寄りの検察庁の被害者ホットラインへご確認ください。

▶ **法務省　犯罪被害者の方々へ**　http://www.moj.go.jp/keiji1/keiji_keiji11.html

▶ **法務省　被害者ホットライン連絡先**　http://www.moj.go.jp/keiji1/keiji_keiji11-9.html

交通事故にあったときには（国土交通省）一部改変





経済的支援

交通事故によって一家の大黒柱を亡くした場合など、経済的な困難を抱える場合には、ご家族を支援する制度があります。

年金制度

①労災年金（労働基準監督署）

対象：業務中または通勤途中の事故で亡くなった方の家族

業務中または通勤途中の交通事故によって亡くなった場合、ご家族に対し遺族補償給付（業務災害の場合）または遺族給付（通勤災害の場合）が支給されます。

また、葬祭を行ったご家族などに対して、葬祭料（業務災害の場合）または葬祭給付（通勤災害の場合）が支給されます。なお、国民年金（遺族基礎年金）、厚生年金（遺族厚生年金）と併給できますが、労災年金が減額され支給されます。

詳しくは、労災保険相談ダイヤルまたは、勤務先の地域を管轄する労働基準監督署にご相談ください。

▶ **労災保険相談ダイヤル**

TEL：0570 － 006031（月～金曜日 9：00 ～ 17：00）（土・日・祝日、年末年始除く）

②交通遺児育成基金制度（（公財）交通遺児等育成基金）

対象：交通事故で亡くなった方の子ども（満16歳未満）

自動車事故で亡くなった方の子どもが、損害保険会社（組合）などから支払われる損害賠償金等の中から、拠出金を（公財）交通遺児等育成基金に払い込んで基金に加入すると、これに国や民間からの援助金を加えて、子どもが満19歳に達するまで育成給付金等の支給を受けることができます。

加入条件、申込方法等の詳しい情報については、（公財）交通遺児等育成基金ホームページからご覧いただき、（公財）交通遺児等育成基金までご相談ください。

▶ **（公財）交通遺児等育成基金**

https://kotsuiji.or.jp/



交通事故にあったときには（国土交通省）一部改変

貸付制度

①交通遺児等貸付制度（(独) 自動車事故対策機構（ナスバ））

対象：交通事故で亡くなった（重度後遺障害が残った）方の子ども（中学生まで）

自動車事故によって保護者が死亡又は重度の後遺障害が残ることになったご家族（生活困窮家庭）の中学校卒業までのお子様は、ナスバから生活資金の無利子貸付を受けることができます。貸付金額や貸付の対象者、条件、申込方法等の詳しい情報については、ナスバホームページをご覧いただき、お住まいの地域のナスバ支所までご相談ください。

②奨学金貸与制度（(公財) 交通遺児育英会）

対象：交通事故で亡くなった（重度後遺障害が残った）方の子ども（高校生以上）

自動車事故で亡くなった方（又は重度の後遺障害が残ることとなった被害者）の子ども（高校生以上の生徒・学生）に奨学金を貸与（一部給付）して進学援助を行っています。奨学金の種類、貸与額等の詳しい情報は、(公財) 交通遺児育英会ホームページからご覧いただき、(公財) 交通遺児育英会までご相談ください。

▶ **(公財) 交通遺児育英会　奨学課**

TEL：0120 − 521286（土日祝日・年末年始、及び 5 月 2 日を除く 9：00 ～ 17：30）

給付制度

①生活資金等の支給（(公財) 交通遺児等育成基金）

対象：交通事故で亡くなった（重度後遺障害が残った）方の子ども（中学生まで）

自動車事故で亡くなった方（又は重度の後遺障害が残ることとなった被害者）の子ども（中学校卒業まで）を有する特に生計困窮度の高いご家庭は、越年資金、入学支度金、就職支度金等の支給を受けることができます。支給要件、申込方法等の詳しい情報については、(公財) 交通遺児等育成基金ホームページからご覧いただき、(公財) 交通遺児等育成基金までご相談ください。

▶ **(公財) 交通遺児等育成基金　https://kotsuiji.or.jp/**

②交通遺児修学資金支援事業（(一財) 道路厚生会）

対象：高速道路上の事故で亡くなった方の子ども（高校生等）

東日本・中日本・西日本高速道路株式会社が管理する道路における交通事故により亡くなられた方のお子様で、経済的な理由から修学困難な高校生等に返済の必要のない「修学資金」等の給付を行っています。給付対象者や給付額等の詳しい情報は、(一財) 道路厚生会のホームページからご覧いただき、(一財) 道路厚生会までご相談ください。

▶ **(一財) 道路厚生会　交通遺児修学資金支援事業**

TEL：03 − 6674 − 1761（平日 9：30 ～ 12：00、13：00 ～ 17：00）

交通事故にあったときには（国土交通省）一部改変

相談先にお困りのとき

交通事故に関する相談窓口

①ナスバ交通事故被害者ホットライン

（独）自動車事故対策機構（ナスバ）では交通事故被害者のお困りごと（法律、金銭、介護など）に応じて地方公共団体や各種相談機関、損害保険及び紛争処理等の相談窓口をご案内しています。また、ナスバの支援制度もご案内しています。

▶ **TEL：0570 － 000738（ナビダイヤルの番号です）**

（土日祝日・年末年始を除く 10：00 ～ 12：00、13：00 ～ 16：00）

※ IP 電話からは 03 － 6853 － 8002 におかけください。

②交通事故相談所

各都道府県、政令指定都市等に設置されている交通事故相談所では、交通事故における示談、損害賠償請求、過失割合や保険などに関するあらゆる問題に対し、専門の相談員が相談を受け、公正、中立な立場から助言し、問題解決のお手伝いをしています。詳しくは、お住まいの都道府県、市区町村の交通事故担当部署にご確認ください。

被害者団体のご紹介

公的機関による支援だけでなく、交通事故被害者同士が自助グループ活動等を通じて当事者同士で支援を行っている被害者団体があります。

▶ **交通事故関係被害者団体**

https://www.mlit.go.jp/jidosha/anzen/04relief/info/window/party.html



交通事故にあったときには（国土交通省）一部改変

4.　自死で大切な人を亡くされた方へ



4.　自死で大切な人を亡くされた方へ



　大切な人を自死で亡くしたとき、深い悲しみだけでなく、
さまざまな複雑な感情を抱きます。
それは、あなた自身を守るためのこころやからだの自然な反応であり、
あなた一人だけではありません。

　また、大切な人を自死で亡くされたご家族は、強い心理的ダメージに加えて、
さまざまな手続きや問題に直面する場合もあります。
ここでは、そのような場合に相談できる窓口などの社会資源の一部を紹介します。

抱きやすいさまざまな感情

- 「なぜ?」と大切な人が自死をした『その理由』を、必死になって探し求めているかもしれません。しかし、自死の原因は1つだけということはありえず、さまざまな出来事が複雑に絡み合っているといわれており、誰にでも分かるようなことではないのです。

- 「私が気づいてあげていたら…」「私が、ああしていたら…」という強い自責の念は、ご家族のみなさまが抱きやすい感情です。しかし、自死に至る過程や理由は複雑で、誰かが責任を負うことができるような問題ではありません。
  けっしてあなたのせいではないのです。

- 「周りの人に自死したことを伝えたくない、言えない…」と大切な人の死について、友達や恋人、ご近所や勤務先などにどのように伝えたらいいのだろうかと、迷ったり悩んだりしていませんか。広く社会にある自死に対する誤った認識や偏見によって、外部の方に打ち明けることをためらうご家族は多くいらっしゃいます。相手が受け止めなければならないショックの大きさを思いやり、躊躇することは、あなたの優しさでもあります。相手に伝えないことも選択肢の１つだと、知っていただきたいのです。

　ストレスがあまりにも強く影響し、うつ病、不安障害、PTSD（心的外傷後ストレス障害）、アルコール依存症などのこころの病気になることもあります。そのような場合は、医療機関の支援が重要となります。

大切な人を亡くされたあなたへ - 身近な人を自死で亡くされたあなたのために -（愛知県・名古屋市）一部改変

相談窓口

電話で相談できる窓口があります。不安なこと、困っていることなどがあれば一人で抱え込まずに相談窓口へご連絡いただけたらと思います。

▶ **全国自死遺族総合支援センター　自死遺族相談ダイヤル**
TEL：03 － 3261 － 4350（毎週木曜日、日曜日 12：00 ～ 18：00）

安心して話せる場所があります。つらい気持ちを少し話してみると楽になるかもしれません。一人で抱え込まずお話しすることで、こころとからだの回復につながることがあります。

▶ **こころの健康相談統一ダイヤル**
電話をかけると「こころの健康電話相談」等の最寄りの公的な相談機関に接続します。
TEL：0570 － 064 － 556
（相談に対応する曜日・時間は都道府県・政令指定都市によって異なります）

▶ **いのちの電話**
①フリーダイヤル　TEL：0120 －783 － 556（無料）
（毎日 16：00 ～ 21：00、毎月 10 日は 8：00 ～ 翌 11 日 8：00 まで）
※ IP 電話でのご利用は毎月 10 日 8 時～翌朝 8 時のみになります。
03 － 6634 －7830（有料）におかけください。
②ナビダイヤル受付センター　TEL：0570 － 783 － 556（有料）
（午前10時から午後10時まで。ナビダイヤル受付センターに順次おつなぎします）

▶ **（一社）日本臨床心理士会**
心配事や悩み事の全般的な相談に臨床心理士が応じる窓口です。
TEL：03 － 3813 － 9990（毎週金曜日 9：00 ～ 12：00、平日 19：00 ～ 21：00）

自助団体の集い窓口

同じような体験をされた方と思いや経験を共有する「わかちあいの会」や「遺族の集い」が、民間団体や地方公共団体により開催されています。誰にも批判されずに自分の体験や思いをありのままに語り合い、支え合える場です。普段話すことのできない思いを吐きだして、少しでも安らぎを感じて楽になっていただければと思います。

▶ **全国自死遺族総合支援センター　遺族のつどい一覧**
https://izoku-center.or.jp/wakachiai/

インターネットや SNS での相談窓口

▶ **厚生労働省 まもろうよこころ**
https://www.mhlw.go.jp/mamorouyokokoro/

▶ **いのちと暮らしの相談ナビ**
http://lifelink-db.org/

法的な手続きについての相談窓口

仕事による過労・ストレスや多重債務、マンションの立ち退きの問題など、突然のことでさまざまな問題が起こることがあります。法的な手続きに関してお困りの際には、弁護団へご相談ください。

▶ **自死遺族支援弁護団**

全国自死遺族法律相談ホットライン

TEL：050 － 5526 － 1044（毎週水曜日 12：00 ～ 15：00）（祝日を除く）

弁護士法人　ライフパートナー法律事務所内　自死遺族支援弁護団事務局

TEL：06 － 6949 － 8277（月～金曜日 9：00 ～ 18：00）（祝日を除く）

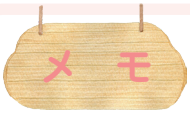
※ホットラインの受付時間以外のご相談

▶ **過労死弁護団全国連絡会議事務局**

過労死 110 番

TEL：03 － 3813 － 6999（平日 10：00 ～ 12：00、13：00 ～ 17：00）

自死遺族等を支えるために～総合的支援の手引き（自殺総合対策推進センター）一部改変





おわりに

日本臓器移植ネットワーク(JOT)は、臓器のご提供が終わった後もドナーのご家族それぞれの希望をお伺いしながら下記のサポートを行っています。

臓器提供後のドナー家族支援の取り組み

●レシピエントの移植後の経過報告

移植施設からの報告をもとに、レシピエントへの臓器移植が終わってから概ね１か月・３か月・６か月・１年後（以降は希望に応じて１年ごと）の経過状況をご報告します。健康状態や生活状況、気持ちの変化などをお伝えします。

●レシピエントからのサンクスレターのお届け、お手紙の受け渡しのサポート

ドナーのご家族とレシピエントは、お互いの個人情報を交換したり直接会うことはできませんが、手紙にして気持ちを伝えることができます。手紙を書くかどうか、受け取るか、その時期についても個人の意思が尊重されます。匿名性や心情に配慮しながら橋渡しのお手伝いをします。

●ドナーのご家族専用サイト　Green Ribbon Garden　～こころ、つなぐ～®

ドナーのご家族だけが利用できる登録制のサイトです。JOTからのお知らせを受け取れるほか、同じ経験をした他のご家族の体験談を閲覧したり、ご自身で投稿できます。

▶**ログイン・登録ページ**　https://portal.jotnw.or.jp/donorfamily/mypage/

●ドナーのご家族のための集い

大切な人の臓器提供という同じ経験をしたご家族同士が集い、ドナーをともに偲び、交流することを目的とした会です。年に１回、全国主要都市で開催地を変えながら開催しています。

●みどりのカフェ

移植コーディネーターと直接会って、どんなことでも自由に話すことが出来ます。

会場　日本臓器移植ネットワーク　各オフィス（東京、大阪、福岡）

時間　平日10:00～16:00　※事前に日時を調整させていただきます。

ドナーのご家族専用　お問い合わせ先

▶**専用ダイヤル**　☎03-5446-8805

（月～土曜日　11:00～22:00）

▶**専用お問い合わせフォーム**

https://www.jotnw.or.jp/Enquete/donor-family/

日本臓器移植ネットワークでは、専任の移植コーディネーターや心理士等からなるドナー家族支援専門部門「家族連携室」を設置し、担当の移植コーディネーターや医療者らとともに臓器提供後のご家族のサポートに取り組んでいます。

日本臓器移植ネットワークのWEBサイトでは、各支援の詳しい内容や各種お知らせ、当事者の声などをご紹介しています。本冊子のPDF版のダウンロードもできます。

▶**日本臓器移植ネットワーク ドナーのご家族向けページ**　https://www.jotnw.or.jp/family/



つながるいのち
～レシピエントからのメッセージ～
全国のレシピエントから寄せられた
ドナーとそのご家族へのメッセージ



think transplant
ドナーのご家族や
レシピエントの手記

「グリーン リボン ガーデン　Green Ribbon Garden　～こころ、つなぐ～」は日本臓器移植ネットワークの登録商標です。



2026年4月版

発行元：公益社団法人　日本臓器移植ネットワーク
〒108-0022　東京都港区海岸3-26-1 バーク芝浦12階
ホームページ：https://www.jotnw.or.jp/

監　修：提供施設委員会　ドナー家族ケア部会