

孤立死やごみ屋敷の背景にある「セルフ・ネグレクト」について

調査課 中村 由紀子（立川市派遣）

1. はじめに

2025（令和7）年4月、内閣府は初めて全国の孤立死者数¹を推計し、2024（令和6）年の推計人数を21,856人と公表しました。そのうち65歳未満は6,093人で、およそ4人に1人が高齢者以外であるということが分かりました²。

孤立死の社会問題化が単に単身高齢世帯の増加による影響だけでは説明できないのだとすれば、その背景には何があるのでしょうか。ニッセイ基礎研究所の調査³では、孤立死とセルフ・ネグレクトとの関連性が指摘されています。

ネグレクトは育児放棄など、「他者（親、ケア提供者など）による世話の放棄・放任」を意味する言葉として使われていますが、セルフ・ネグレクトは「自己放任」、つまり「自分自身による世話の放棄・放任」を意味します⁴。具体的には、食事をしない、入浴をしない、病気を放置するなど、自分自身の健康や社会生活を

維持するために必要な行為を行わない状態のことを指します。いわゆるごみ屋敷といわれるような状態は、セルフ・ネグレクトの典型的な例とされています。

前述の調査では、高齢者の孤立死事例の約80%に、セルフ・ネグレクトの傾向があるとの結果を示しています。つまり、孤立死のすべてが突発的に起きているわけではなく、生前から自身の健康を損なう行動を積み重ねた結果である可能性があります。

そこで本稿では、孤立死にもつながる問題として、セルフ・ネグレクトの実態や自治体における対応事例を紹介します。

2. セルフ・ネグレクトについて

（1）セルフ・ネグレクトとは

現在、セルフ・ネグレクトに関する法的な定義はありません。令和5年版厚生労働白書⁵では、セルフ・ネグレクトについて、「医療・介護サービスの利用を拒否するなど（サービス

1 孤立死に明確な定義はなく、内閣府のワーキンググループでは孤立死の実態を把握するため、自宅において死亡した一人暮らしの者のうち、生前に社会的に孤立していたことが強く推認される者として、発見されるまでに死後8日以上経過した者を孤立死と仮定して推計した。

2 内閣府（2025）「孤立死者数の推計方法等について～『警察取扱死体のうち、自宅において死亡した一人暮らしの者』をもとに～（『孤独死・孤立死』WG取りまとめ）」（https://www.cao.go.jp/kodoku_koritsu/torikumi/wg/r6/pdf/houkokusyo.pdf）（2025年12月26日確認）

3 株式会社ニッセイ基礎研究所（2011）「セルフ・ネグレクトと孤立死に関する実態把握と地域支援のあり方に関する調査研究報告書」（https://www.nli-research.co.jp/files/topics/39199_ext_18_0.pdf?site=nli）（2025年12月26日確認）

4 岸恵美子（2021）「セルフ・ネグレクトのアセスメントとケアツールを活用したごみ屋敷・支援拒否・8050問題への対応」中央法規

5 厚生労働省（2023）「令和5年版厚生労働白書—つながり・支え合いのある地域共生社会」（<https://www.mhlw.go.jp/wp/hakusyo/kousei/22/dl/zentai.pdf>）（2025年12月26日確認）

の利用を拒否する場合のほか、サービスを知らない場合や、認知症等により知っていても自らサービスの利用を求めることができない場合などもある)により、社会から孤立し、生活行為や心身の健康維持ができなくなっている状態である」と説明しています。

具体的には、右の図表1のような状態が例として挙げられます。

(2) セルフ・ネグレクトの要因

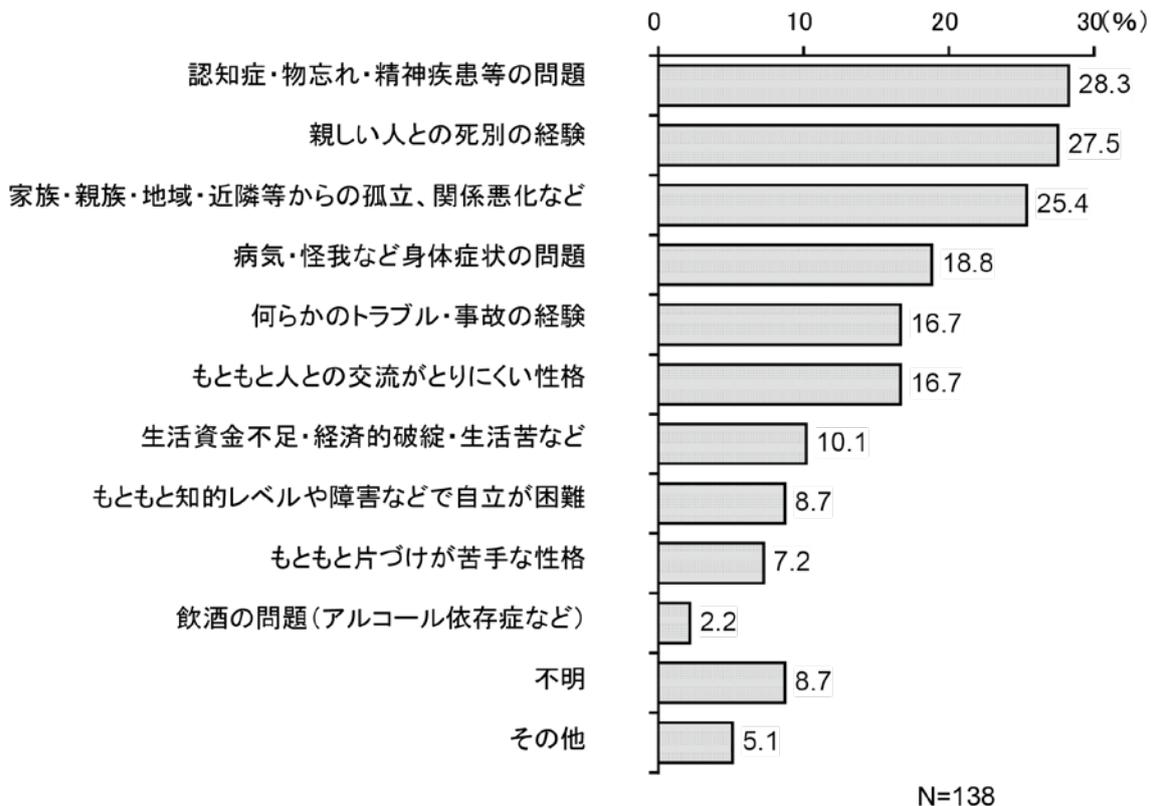
内閣府が全国の地域包括支援センター職員・民生委員に対して行った調査⁶では、セルフ・ネグレクト状態にある高齢者がセルフ・ネグレクトになったきっかけ・理由・背景について尋ね、得られた自由回答から分類の上、集計を行っています(図表2参照)。

▼図表1 セルフ・ネグレクトの例

- ・入浴をしない、失禁を放置するなど、身体が不衛生
- ・慢性疾患や栄養状態の悪化を放置する
- ・必要な医療やサービスを拒否する
- ・ごみ屋敷、害虫やネズミの大量発生、ペットの放置など、住環境が不衛生
- ・家屋の窓ガラスが割れた状態や、水回り等が壊れた状態を放置する
- ・崩壊しそうな老朽化した家屋に住んでいる

<出典>参考文献をもとに筆者作成

▼図表2 セルフ・ネグレクトになったきっかけ・理由・背景



<出典>内閣府経済社会総合研究所「セルフネグレクト状態にある高齢者に関する調査—幸福度の視点から 報告書」

6 内閣府経済社会総合研究所(2012)「セルフネグレクト状態にある高齢者に関する調査—幸福度の視点から 報告書」(https://warp.da.ndl.go.jp/info:ndljp/pid/11539153/www.esri.go.jp/jp/prj/hou/hou060/hou60_03a.pdf) (2025年12月26日確認)

回答としては、「認知症・物忘れ・精神疾患等の問題」「病気・怪我など身体症状の問題」「もともと知的レベルや障害などで自立が困難」など、心身の疾病や障害に伴うものが多い傾向が見られます。

その一方で、「家族・親族・地域・近隣等からの孤立、関係悪化など」による支援者の不在や、「生活資金不足・経済的破綻・生活苦など」の外部要因によって必要な医療や支援を受けられないといった状況も生じています。また、「親しい人との死別の経験」などのライフイベントや、火事、水害や交通事故などの災害・災難、仕事でリストラされた、などの「何らかのトラブル・事故の経験」といった喪失体験から生きる意欲を失い、セルフ・ネグレクトに至るケースもあります。こうした状況は誰にでも起こりうることであり、誰もがセルフ・ネグレクトになる可能性があるといえます。

また、頼りたくない、束縛されたくない、頑固である、攻撃的であるなどの「もともと人との交流がとりにくい性格」により、他者との関わりを拒否する傾向が見られることも多く、こうした傾向がセルフ・ネグレクトの解消を困難にする要因の1つと考えられます。

(3) セルフ・ネグレクトによる死亡リスク

アメリカのChicago Health and Aging Projectでは、セルフ・ネグレクトの死亡リスクに関する研究結果が示されています。調査では、セルフ・ネグレクト状態にある高齢者の1年以内の死亡リスクは、セルフ・ネグレクトではない高齢者の5.82倍であったと報告されており⁷、セルフ・ネグレクトが生命の維持に関わるリスクであることが示されています。

また、セルフ・ネグレクトを7つの類型⁸に分け、孤立死との関連性について事例分析を行った調査⁹では、「拒否・孤立型」と孤立死との関連に有意性が見られています。このことから、必要な医療・サービスの拒否や地域からの孤立が、孤立死につながる一因となっていることが分かります。

(4) 高齢者に限らない課題

セルフ・ネグレクトはこれまで主に高齢者の課題として扱われており、研究も高齢者を中心に行われてきました¹⁰。しかし、前述のとおり、セルフ・ネグレクトは誰にでも起こりうる課題です。

千葉県浦安市が実施した調査¹¹では、市の関連部局や市職員等が把握している「セルフ・ネグレクトが疑われる市民」は377人で、そのうち65歳以上が144人、65歳未満が213人、年齢不詳が20人と、高齢者以外にもセルフ・ネグレクトが存在することが示されています（図表3参照）。

令和5年版厚生労働白書では、「その背景に経済的困窮や家族や近隣住民などとの人間関係が挙げられていること、中高年において単身世帯が増加し社会的な孤立のリスクが高まる可能性があることを考慮すると、必ずしも高齢者には限らない課題である」と言及されており、高齢者以外の世代に対しても対応する必要性が示されています。

8 「不衛生型」「不衛生・住環境劣悪型」「サービス拒否型」「不衛生・住環境劣悪・拒否型」「拒否・孤立型」「複合問題・近隣影響なし型」「複合問題・近隣影響あり型」の7つ。

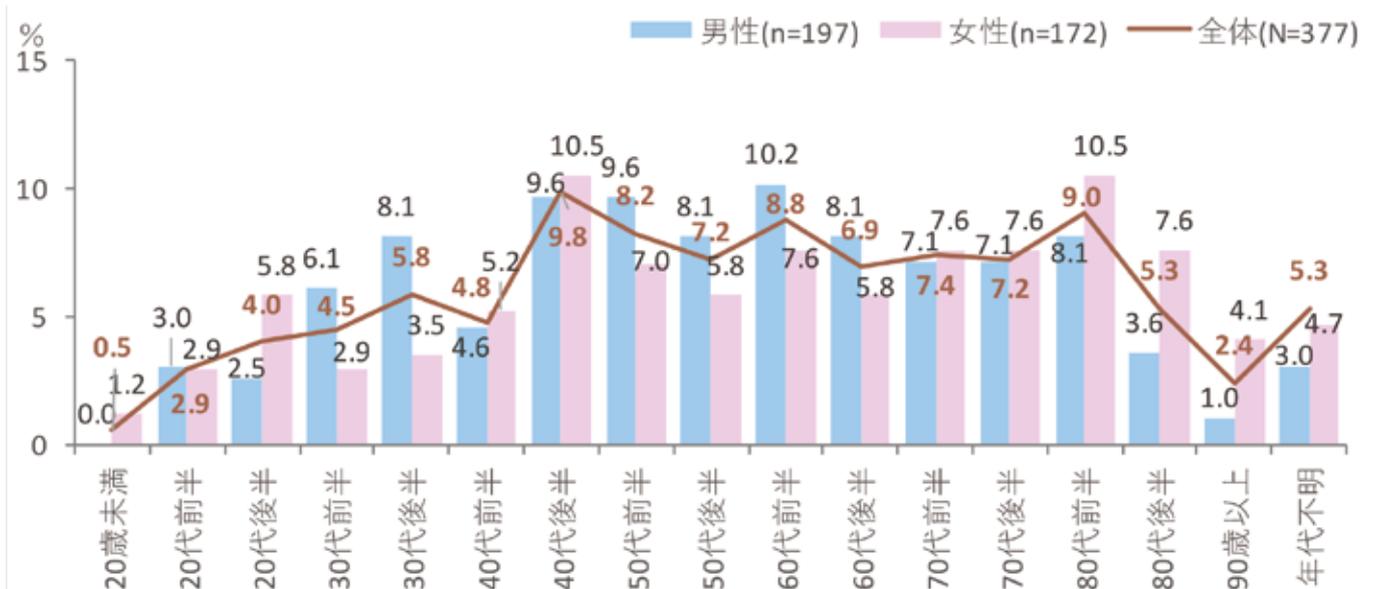
9 齊藤雅茂・岸恵美子・野村祥平(2016)「高齢者のセルフ・ネグレクト事例の類型化と孤立死との関連—地域包括支援センターへの全国調査の二次分析—」(<https://www.hws-kyokai.or.jp/images/ronbun/all/201603-01.pdf>) (2025年12月26日確認)

10 岸恵美子(2021)「セルフ・ネグレクトのアセスメントとケアツールを活用したごみ屋敷・支援拒否・8050問題への対応」中央法規

11 浦安市(2020)「浦安市 セルフ・ネグレクト対策に関する調査分析 報告書」(chrome-extension://efaidnbmnnnkpcjpcglctefndmkaj/https://www.city.urayasu.lg.jp/_res/projects/default_project/_page_/001/029/776/houkokusyo.pdf) (2025年12月26日確認)

7 岸恵美子(2021)「セルフ・ネグレクトのアセスメントとケアツールを活用したごみ屋敷・支援拒否・8050問題への対応」中央法規
出典元: Dong XQ, Simon M, et al.(2012) "The Prevalence of Elder Self-Neglect in a Community-Dwelling Population: Hoarding, Hygiene, and Environmental Hazards"

▼図表3 浦安市におけるセルフ・ネグレクトが疑われる市民の属性（年代別）



<出典>浦安市「浦安市 セルフ・ネグレクト対策に関する調査分析 報告書」

3. 行政における対応

(1) 高齢者虐待防止法の取扱いに準じた対応

セルフ・ネグレクトは、行政においても、主に高齢者の問題として扱われてきました。

2006（平成18）年に施行された「高齢者虐待の防止、高齢者の養護者の支援等に関する法律」（以下、高齢者虐待防止法）では、セルフ・ネグレクトは虐待の定義には含まれていないものの、厚生労働省の高齢者虐待対応マニュアル¹²では、セルフ・ネグレクトに対し「高齢者虐待防止法の取扱いに準じた対応」をするよう示しています。

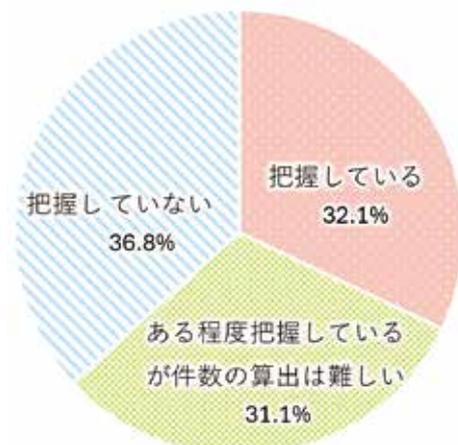
必要に応じて、老人福祉法第10条の4及び第11条による措置や、市町村長による成年後見制度利用開始の審判請求などの権限行使等の対応も行うこととされています。

その一方で、高齢者虐待防止法第11条の立入調査権は行使できないことが明示されており、厚生労働省が全国の市区町村に対して行った調査¹³では、セルフ・ネグレクトの発

生件数を把握していると回答したのは全体の32.1%に留まっています（図表4参照）。

また、対応における課題については、「どのような事例が『高齢者虐待防止法に準ずる対応を求められる権利侵害』に該当するかという定義や基準が明確ではない」（62.9%）、「『高齢者虐待防止法に準ずる対応』がどのような対応を指すのかが明確ではない」（55.8%）と答えた割合も高く、セルフ・ネグレクトの定義や対応の判断基準・内容などの曖昧さも、対応が進まない要因となっていると考えられます。

▼図表4 セルフ・ネグレクト発生件数の把握状況



<出典>厚生労働省老健局「高齢者虐待の実態把握等のための調査研究事業 報告書」をもとに筆者作成

¹² 厚生労働省老健局（2025）「市町村・都道府県における 高齢者虐待への対応と養護者支援について」（<https://www.mhlw.go.jp/content/12304250/001452977.pdf>）（2025年12月26日確認）

¹³ 厚生労働省老健局（2025）「高齢者虐待の実態把握等のための調査研究事業 報告書」（<https://www.mhlw.go.jp/content/12300000/001462840.pdf>）（2025年12月26日確認）

(2) 重層的支援体制整備事業による対応

厚生労働省の高齢者虐待防止マニュアルには、セルフ・ネグレクトの相談を受けた場合、「重層的支援体制整備事業を実施している自治体においては、その一環として対応することも考えられます」との記載があります。

近年、8050問題¹⁴、ヤングケアラー、介護と育児のダブルケアなど、いくつかの分野を横断し、属性別に展開されてきた公的な制度では支援が難しい課題が表面化しています。

2017年の社会福祉法改正では、こうしたさまざまな課題を地域住民や福祉関係者が把握すること、そして関係機関との連携などにより解決を図ることを地域福祉の推進の理念として規定し、市町村が包括的な支援体制¹⁵づくりに努めることが規定されました。

重層的支援体制整備事業は、市町村が包括的な支援体制を整備する手段の1つとして、2021（令和3）年に創設されたものです。

セルフ・ネグレクトの背景には障害や生活困窮などのさまざまな要因があり、年代も高齢者に限らないことから、まさに既存の制度だけで対応することが困難な課題といえます。

重層的支援体制整備事業では、「包括的相

談支援事業」「地域づくり事業」「多機関協働事業等」の3つの事業を一体的に実施します。

これらは新しい支援制度というよりは、既存の支援機関や専門職の負担を軽減しながら、地域の支援力の限界点を引き上げ、効果的に住民を支援していくためのものといわれています。

例えば、単独の相談支援機関では対応が難しい方へのアセスメントや支援プランの作成、重層的支援会議の開催による関係機関の役割分担・支援の方向性の共有等を行います。また、制度の狭間にいる方や支援が届いていない方などに対し、継続的な訪問支援等を行います。

4. 取組事例

ここでは、セルフ・ネグレクトに関する取組の事例として、東京都足立区のごみ屋敷対策事業を紹介します。足立区では福祉部門だけではなく、環境部門が中心となり、ごみ屋敷の背景にあるセルフ・ネグレクトの解消に取り組んでいます。また、重層的支援体制整備事業が創設される以前から、庁内外の関係機関での連携や、支援が届いていない方への訪問支援などに取り組んできました。

▼図表5 重層的支援体制整備事業の概要

事業名	包括的相談支援事業	地域づくり事業	多機関協働事業等
事業概要	介護、障害、子ども、生活困窮分野の各相談支援事業者が、相談者の属性に関わらず包括的に相談を受け止め、相談者の課題を整理し必要な支援を行う。受け止めた相談のうち、単独の事業者では解決が難しい事例は、適切な相談支援事業者や各種支援機関と連携を図りながら支援を行う。	介護、障害、子ども、生活困窮の各法に基づく地域づくり事業を一体的に行うことで、地域住民が社会参加する機会を確保するための支援、地域生活課題の発生防止または解決にかかる体制の整備等を行う。	包括的相談支援事業や地域づくり事業を含め、既存の制度や事業等を最大限活用してもなお十分に対応できなかった地域生活課題等に対し、これを解決するための手段として、多機関協働事業、アウトリーチ等を通じた継続的支援事業、参加支援事業を行う。
実施主体	市町村（任意事業）		
負担割合	介護・障害・子育て・生活困窮、各法に基づく負担割合等を維持		国1/2、都道府県1/4、市町村1/4

<出典> 参考文献をもとに筆者作成

14 高齢の親と働いていない独身の50代の子とが同居している世帯に係る問題。

15 地域住民等及び支援関係機関による、地域福祉の推進のための相互の協力が円滑に行われ、地域生活課題の解決に資する支援が包括的に提供される体制。

(1) 取組の経緯

足立区は、面積約53km²で東京23区の最北端に位置する人口約70万人の自治体です。

区では、地域や警察などの関係団体と連携し、一丸となって犯罪のない美しい住みよいまちをめざす「ビューティフル・ウィンドウズ運動¹⁶」を展開しています。

その一環として、2012（平成24）年度に生活環境調整担当課（現在の生活環境保全課）にごみ屋敷や空き地などの民有地に関する苦情の総合窓口を設置し、現場対応を開始しました。

▼図表6 ごみ屋敷の情報を呼びかけるチラシ

<出典>足立区より提供

2024（令和6）年度末時点までに受け付けたごみ屋敷の相談件数は387件、そのうち解決件数は351件と、90%を上回る高い解決率を誇っています。

(2) 生活再建・再発防止を重視する「足立区モデル」

足立区のごみ屋敷対策が進んだ背景の一つが、2013（平成25）年に施行された「足立区生活環境の保全に関する条例」です。

この条例の特色は、第11条において、「区長は、所有者等が自ら不良な状態を解消することが困難であると認めるときは、支援を行うことができる」とあるように、ごみ屋敷の居住者への「支援」を盛り込んでいることです。

具体的には、要支援者（ごみ屋敷の居住者）がごみ処分費用を負担する資力がない場合、外部の委員¹⁷と区職員で構成される「生活環境保全審議会」に諮ったうえで、100万円（ごみの片づけと樹木の伐採等に各50万円）を上限に、区が費用を補助することができます。

さらに、区民との協働・協創の観点から、ごみ出しや分別に協力する町会・自治会等へ、必要物品の貸与及び支給・謝礼の交付といった支援メニューを設けています。

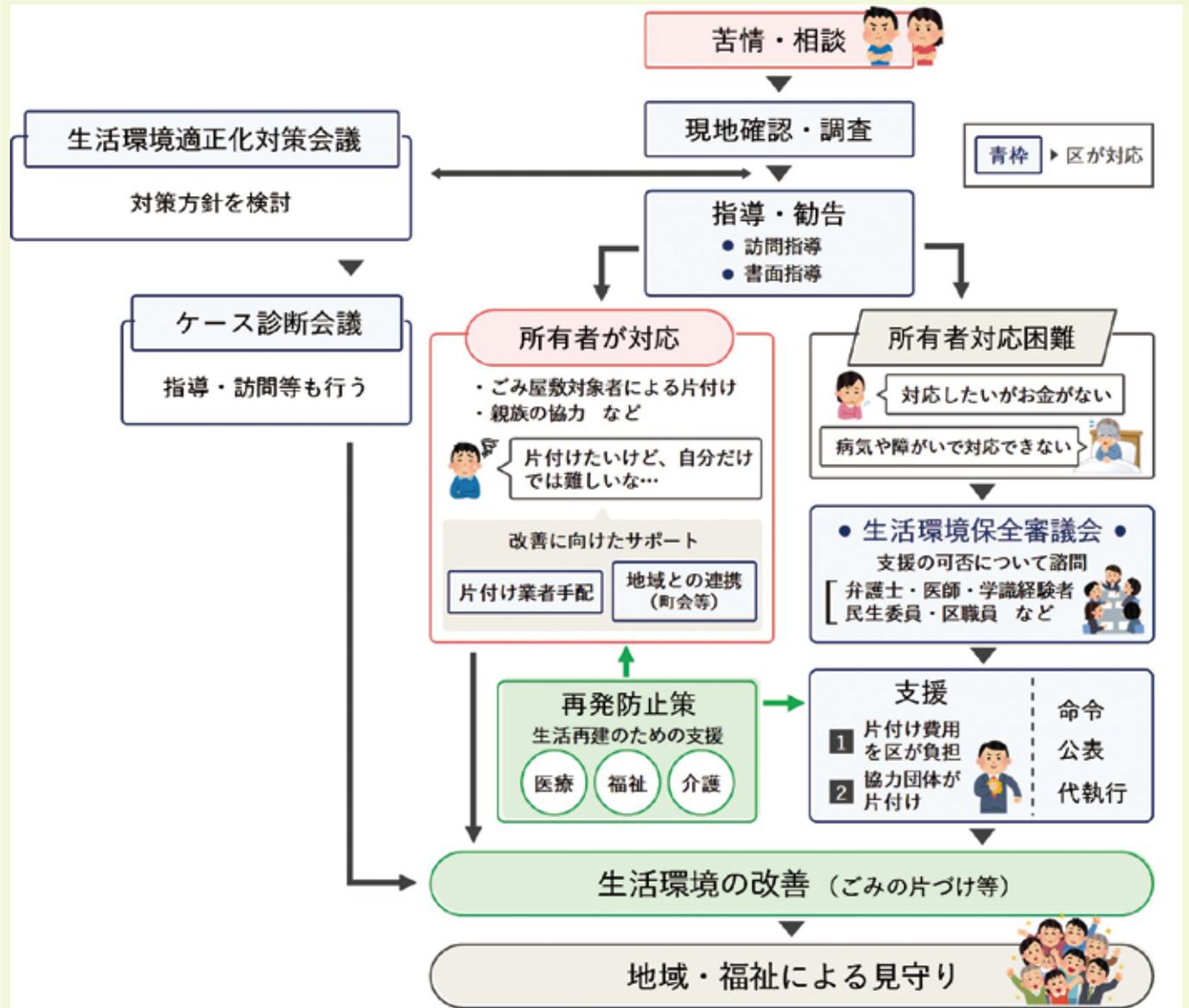
条例では、区の指導・勧告に従わない場合、命令・公表・代執行といった厳しい措置も可能としています。しかし、これまでに対応したケースではいずれも指導までにとどまり、勧告以上の措置を行った実績はありません。仮に代執行した場合、要支援者がその地域に住み続けられなくなる可能性があるだけでなく、根本原因を取り除かなければ、すぐに再発が予想されるためです。

区では、ごみ屋敷の背景には要支援者が抱える要因（ごみの収集癖、心身の疾患や障がい、他者との接触拒否など）と、環境・社会的要因

16 割れた窓ガラスを放置するような軽微なことから地域全体が荒廃し、犯罪も増えてしまうという「割れ窓理論（ブローケン・ウィンドウズ）」を参考に、「美しいまち」を印象付けることで犯罪を抑止しようという足立区独自の運動。

17 弁護士、医師、学識経験者、町会・自治会連合会役員、民生・児童委員役員、まちづくり推進委員、社会福祉協議会職員といった幅広いメンバーで構成されている。

▼図表7 足立区のごみ屋敷対策事業



<出典>足立区ウェブサイト¹⁹

(生活困窮、社会的孤立、土地・家屋の権利問題¹⁸など)があると考えています。

そのため、要支援者本人の生活再建を念頭に、根本原因を取り除いたうえでごみ屋敷の解決を図るという方針で取り組んでおり、こうした特色ある取組は「足立区モデル」と呼ばれています。

(3) 多機関連携のチームによる支援

ごみ屋敷の背景は複雑であり、1つの課で解決できるものではないため、関係機関に横串を刺してチームとして支援しています。

当初は庁内の関係部署の連携を図るため、各部の部長級を含めた「生活環境適正化対策会議」で対応方針を協議していましたが、現在は横の連携が円滑に取れるようになったため、各部署の担当者レベルで開催する「ケース診断会議」がその役割を担っています。

18 ごみ屋敷の居住者が死亡後、居住していた土地・家屋の権利について相続人の中で協議が難航することなどによって、ごみ屋敷の解決を妨げる一因となっている。

19 東京都足立区「ごみ屋敷対策事業」(<https://www.city.adachi.tokyo.jp/kankyo-hozen/241024.html>) (2025年12月26日確認)

会議には環境部・福祉部・衛生部・都市建設部・社会福祉協議会など、ごみ屋敷ごとに要支援者に応じた関係機関を招集しています。

現場対応においても、高齢者であれば地域包括支援センター（社会福祉協議会）、医療の必要性が見込まれる方は保健師など、要支援者に合わせたメンバーで訪問等を行います。関係機関の役割は完全に固定されているわけではなく、それぞれの機関が要支援者の状況に応じて役割を変えながら柔軟に対応しています。

取組を始めたころは関係者間で意識の違いもありましたが、長年の積み重ねによって、今は声をかけやすい関係性ができたと感じています。

また、ごみ屋敷の要支援者は、ごみ問題だけではなく、精神的・身体的・金銭的な問題を複合的に抱えているケースが多く見られます。そのため、ごみの片づけ後もケース診断会議などにおいて要支援者に合わせた対応を検討し、支援を継続しています。

例えば、土地・家屋の売却やアパートへの転居に対する助言、家事援助や服薬管理などの公的サービスの導入、地域包括支援センターによる見守りなどが挙げられます。

このように、チームで重層的に関わることで要支援者の抱えている課題を根本的に解決し、再発防止へとつなげています。

（４）関係性の構築

ごみ屋敷の解消に取り組むにあたり大切にしていることが、要支援者との「顔の見える関係づくり」です。要支援者にはごみだという認識が希薄であり、解消を望んでいないことがほとんどです。また、他者との接触を拒否するなど社会的に孤立しているケースも多く見られます。訪問しても会えない、会えても話ができないことが多いため、まずは要支援者との信頼関係の構築が必要となります。

初めは会えなくても、定期的に訪問を繰り返すことで、少しずつ会話してもらえるようになるケースも多くあります。生活環境保全課に拒否的な反応を示す場合には、別の関係者が要支援者の抱えている生活の困り事をきっかけにアプローチをすることもあります。複数の関係機関がチームで関わることで、要支援者と信頼関係を築くための足掛かりをつくることができます。

ごみ屋敷の解決のためには、要支援者自身が「片づきたい」と思うことが重要だと考えているため、支援には数年単位の時間が必要となることもあります。

あるケースでは、区職員が毎週自宅を訪問し、ごみ出しの手伝いを行っていました。6年以上継続して支援を行うも、要支援者の意識はなかなか変わらず、停滞した状況が続いていましたが、要支援者の体調が悪化したことで事態が動き始めました。

また、医療が必要ない方や買い物はできるが自己管理ができないなど、要支援者がある程度自立している場合には、スーパーの店員や民生・児童委員などに地域で見守りを依頼することもあります。中には地域の方がサロン等に声をかけるなど、要支援者との関わりを続けていったことにより要支援者の意識が変わり、数年がかりで解決につながったケースもあります。

このように粘り強く関わり続ける中で要支援者の意識や状況が変わり、解決への糸口が生まれることがあります。

このように粘り強く関わり続ける中で要支援者の意識や状況が変わり、解決への糸口が生まれることがあります。

（５）基幹地域包括支援センターと福祉まるごと相談課

ここまで足立区におけるごみ屋敷対策事業について紹介しましたが、高齢者のセルフ・ネグレクトについては、高齢者虐待の所管である基幹地域包括支援センターが対応をしています。

区では高齢単身世帯の増加により、家族等からの虐待の件数は減る一方、セルフ・ネグ

レクトの件数は増加しており、今後ますますこの傾向が進んでいくと考えています。

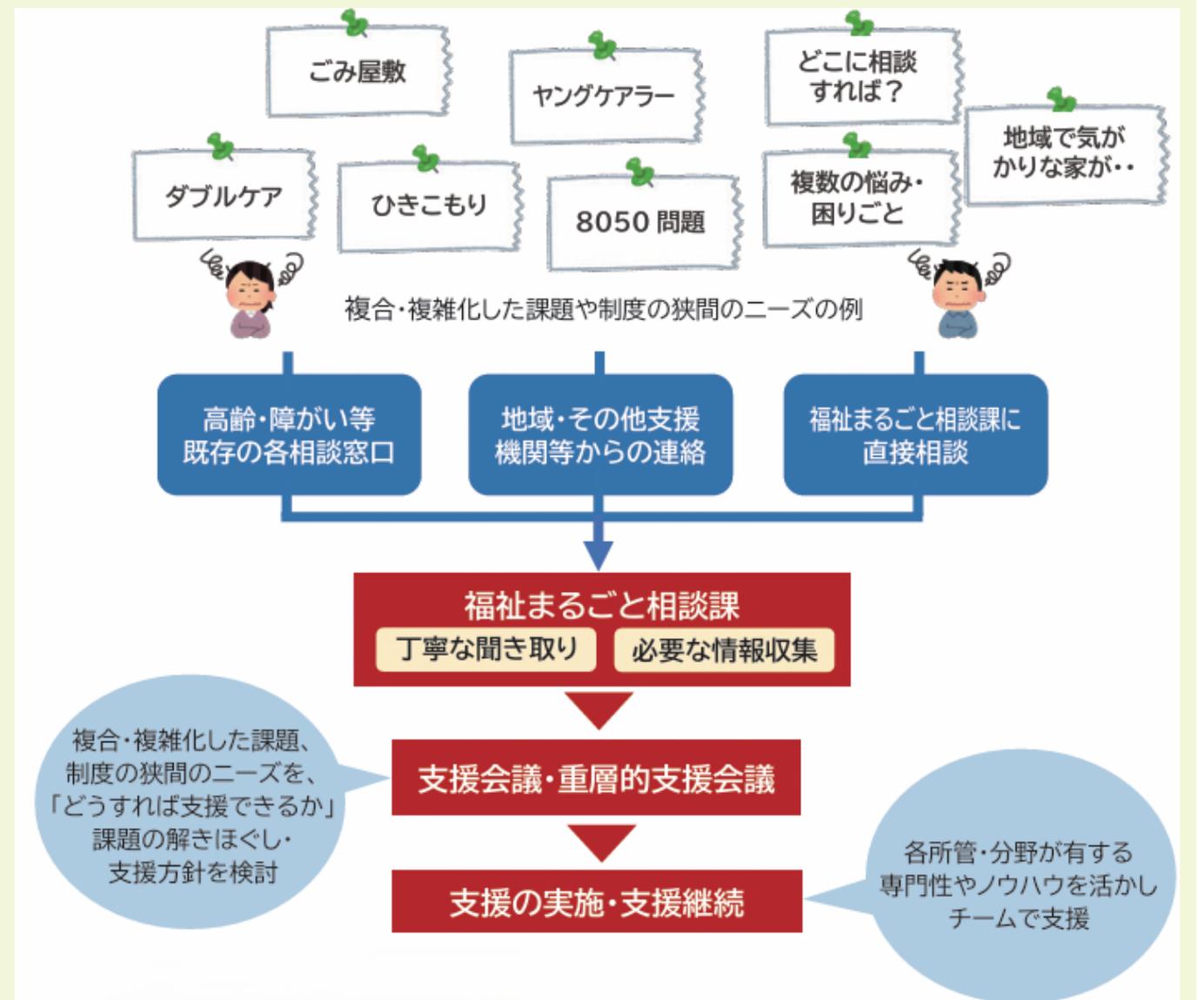
また、区では、令和6年度から重層的支援体制整備事業に取り組んでおり、「誰でも・なんでも相談できる窓口」として、福祉まるごと相談課を創設しました。高齢者のセルフ・ネグレクトの所管である基幹地域包括支援センターは原則65歳以上が対象のため、該当しない方は福祉まるごと相談課で対応する

こともあります。

どちらの窓口においても本人が自らセルフ・ネグレクトについて相談に来るケースはなく、別の相談をきっかけに関わり始め、訪問により本人の生活状況がわかるにつれ、セルフ・ネグレクトが発覚するパターンが多く見られます。

また、福祉まるごと相談課では、福祉・保健衛生・住宅支援・環境等の庁内6部16課と

▼図表8 福祉まるごと相談課を中心とした多機関協働



<出典> 足立区地域保健福祉計画²⁰

20 東京都足立区「足立区地域保健福祉計画（令和6年度～令和11年度）概要版」（2025年12月26日確認）
<https://www.city.adachi.tokyo.jp/documents/59136/fukushikeikaku-gaiyou.pdf>（2025年12月26日確認）

足立区社会福祉協議会が、内容に関わらず参加する支援会議を、毎月開催しています。

ここでは、福祉まるごと相談課が受けた相談や、各課の窓口で受けた相談のうち、既存の制度や単独の機関では支援につながらない複合・複雑化したケースを解きほぐし、支援方針を検討しています。必要に応じてさらにコアなメンバーで会議を行い、その地区を担当する地域包括支援センターなども巻き込んだチームでの支援を実施しています。

ごみ屋敷についても、特に解決が困難なケースについてはこの仕組みを活用し、より幅広いメンバーで対応にあたっています。

5. おわりに

セルフ・ネグレクトは誰にでも起こる可能性があり、孤立死の要因にもなり得る問題ですが、そうした実態はあまり認知されていません。

足立区では、ごみ屋敷という表面化した現象の背景にある支援ニーズに気づき、一人一人に寄り添った支援を続けてきました。組織の垣根を越えて、ときには地域を巻き込みながら、チームで粘り強く関わり続けることで本人との関係性を構築し、生活再建につなげている取組には、学ぶべきことが多くあると感じました。

自ら助けを求められない方や支援を拒む方に対して、行政や地域はどのような役割を担うべきなのか、これからも考え続けていきたいと思います。

〈参考文献〉

- ・岸恵美子 (2021) 『セルフ・ネグレクトのアセスメントとケアツールを活用したごみ屋敷・支援拒否・8050 問題への対応』中央法規
- ・厚生労働省 (2023) 「令和 5 年版厚生労働白書一つなぎ・支え合いのある地域共生社会」(<https://www.mhlw.go.jp/wp/hakusyo/kousei/22/dl/zentai.pdf>) (2025 年 12 月 26 日確認)
- ・厚生労働省「重層的支援体制整備事業」(<https://www.mhlw.go.jp/content/001548696.pdf>) (2025 年 12 月 26 日確認)
- ・三菱 UFJ リサーチ&コンサルティング (2021) 重層的支援体制整備事業に関わることになった人に向けたガイドブック (<https://www.mhlw.go.jp/content/12000000/001597012.pdf>) (2025 年 12 月 26 日確認)