

## 第3回死生懇話会 会議録

日 時：2021年11月21日（日）  
14時00分～16時30分  
会 場：滋賀県大津合同庁舎7A会議室

滋賀県では、誰もが避けられない「死」について真正面から考えることで、限りある「生」をより一層充実させる施策につなげる契機とするために、様々なお立場やご専門の方からなる「死生懇話会」を2020年12月2日に設置しました。

この懇話会は、どう生きるのが良いかといった価値観を押し付けるものではなく、「死」や「生」の捉え方等についての様々な考え方や取組の情報を発信していくことで、それに触れた方それぞれのアンテナにひっかかる“何か”を見つけていただき、より豊かに生きることのヒントを見つけていただけるものにしたいという思いで開催するものです。

そして、今後、多死社会を迎える中で、行政の役割や行政へのニーズもこれまでとは違ってくるのではないかと考え、「死」を捉えた「生」のあり方について、皆さんと議論を深め、様々な視点からのご意見や情報をいただくことで、多死社会において行政ができること、人生100年時代に行政に求められることが何かを探っていきたいと考えています。

2021年3月6日（土）の第1回、6月19日（土）の第2回に続き、11月21日（日）に「第3回死生懇話会」を開催しました。この冊子はその「第3回死生懇話会」の内容を会議録としてまとめたものです。



## 【第3回死生懇話会 出演者】

野々山 尚志さん (ゲストスピーカー)

グリーフサポートあいちこどもの森 代表

青柳 光哉さん (死生懇話会委員)

滋賀県立大学人間看護学部 4年

越智 眞一さん (死生懇話会委員)

一般社団法人 滋賀県医師会 会長

楠神 渉さん (死生懇話会委員)

滋賀県介護支援専門員連絡協議会 副会長

藤井 美和さん (死生懇話会委員)

関西学院大学人間福祉学部人間科学科 教授 (死生学研究者)

ミウラ ユウさん (死生懇話会委員)

NPO 法人好きと生きる 理事

一般社団法人こどもエンターテインメント 代表理事

三日月 大造

滋賀県知事

上田 洋平さん (ファシリテーター)

滋賀県立大学地域共生センター講師



○事務局（滋賀県企画調整課 森）

それでは、お時間になりましたので、第3回死生懇話会を始めさせていただきます。

私は、滋賀県企画調整課の森と申します。今日もよろしくお願いいたします。

この死生懇話会は、誰もが避けられない「死」について行政としても真正面から考えることで、限りある「生」をより一層充実させるヒントを得ようと、昨年12月2日に設置をいたしました。第1回を本年3月、第2回を6月に開催し、皆様にご議論いただきましたが、本日は第3回の死生懇話会ということで開催させていただきます。

まずは、委員の皆様をはじめ、本日の出演者を御紹介させていただきます。初めに、委員の皆様を御紹介いたします。

滋賀県立大学人間看護学部4年生 青柳光哉（あおやぎ みつや）さんです。

一般社団法人滋賀県医師会 会長 越智眞一（おち しんいち）さんです。

滋賀県介護支援専門員連絡協議会 副会長 楠神 渉（くすかみ わたる）さんです。

関西学院大学人間福祉学部人間科学科 教授で、死生学研究者でいらっしゃいます、藤井美和（ふじい みわ）さんです。今日は、藤井先生はZoomで御出演いただきます。

NPO法人好きと生きる 理事、一般社団法人子どもエンターテインメント 代表理事 ミウラ ユウさんです。

続きまして、本日はゲストスピーカーとして、グリーンサポートあいちこどもの森 代表の野々山尚志（ののやま たかし）さんより懇話会の初めに御講演をいただきます。野々山様には、その後、議論にも加わっていただきます。よろしくお願いいたします。

そして、懇話会のファシリテーターを務めていただきます滋賀県立大学地域共生センター講師 上田洋平（うえだ ようへい）さんです。

最後に、滋賀県知事 三日月大造（みかづき たいぞう）でございます。

それでは、開会に先立ちまして、滋賀県知事 三日月大造より、一言御挨拶させていただきます。

○三日月 大造



委員の皆様、そして今日、ゲストスピーカーとしてお話しいただきます野々山さん、さらにはファシリテーターを毎回お務めいただいております上田さん、そして御視聴いただいている皆様方、こんにちは。御参加いただきまして、誠にありがとうございます。

今日は、本題に入ります前に1つ御紹介させていただきたいのは、私の後ろにあります書でございます。こちらは、滋賀県書道協会理事長の神田浩山先生から頂いたものでございまして、「生死事大（しょうじじだい）」と書いてあるようでございます。



生死事大無常迅速（しょうじじだいむじょうじんそく）ということで、禅の言葉ということだそうでございます。生きるか死ぬかは大事なことで、世の中のことは無常ですぐに過ぎ去ってしまうので、大事に生きよというこういう教を説いていただいていることでございまして、死生懇話会をやっていることをお知りいただいた先生から、自分も何か形にしたい、サポートしたいということで頂いたものでございます。今日は、御紹介かたがた、こ

の会場に飾らせていただいて、一緒に議論を深めてまいりたいと思っております。

この言葉でも表現されているのですが、先ほど司会からも紹介がありました、避けられない「死」、誰もが避けられない「死」、そして限りある「生」というものをどのように考えたらいいのか。避けられない「死」から目を背けず、真正面から捉え、限りある「生」を輝かせたい、より充実したものにしていきたい。そこに向かう、例えば老いや、付き合わなければならぬ病といったものについても、みんなで支えあって軽くするようなことができないだろうか、こういうことをみんなで考えようということで、この死生懇話会を昨年来、進めているところでございます。

賛否両論ありました。私たち自身も議論をしていて分からないことはたくさんありますし、迷いや悩みも尽きないんですけれども、でも、だからといって考えることをやめるのではなくて、目を背けるのではなくて、みんなで素直に考えていこうというようなことで続けてまいりました。これまで2回開催しましたけれども、「この懇話会を見て少し気持ちが軽くなった」ですとか、周りの方々のお話、委員の皆さんの話を聞いていて、こういう考え方もあるのかというようなことで、「少し自分の引き出しが広がった」というようなことをおっしゃる方もいらっしやったりして、今日で3回目になりますけれども、私は、一定の光といいますか、一つの意義というものをおかげさまで見出しているところでございます。

実は、県庁内でもこの死生懇話会のワーキンググループを立ち上げまして、定期的にといいますか、数カ月に1度、県庁職員と私も入りまして議論をさせていただいているんですが、先般11月の下旬にそのワーキンググループを開催いたしました。みんなで、新聞記事だとか本の中から死生懇話会に関わるテーマを持ち寄ろうということで議論したんですけれども、これがまた大変広くて、例えば災害の話、ALS患者の方のお話、戦時中に強制収容所でつらい思いをされたユダヤ人の方々のお話、さらには漫画から死生懇話会、死生というものを考えようというお話だとか、流産・早産・死産を経験されたお母さん方をケア・サポートされる方々のお話、アイヌ民族の先祖供養の話、AIと比べて人間の死というものをどのように考えた

らいいのかというようなお話など、とても時間内には話しきれないほどの話が出てまいりました。全てをこの死生懇話会だけで消化することは難しいんですけれども、一つのスピンオフの企画やテーマとして皆さんとも議論を広げていけたら、深めていけたらいいなと考えているところでございます。

今日は、ゲストスピーカーの野々山さんに、身近な人を突然亡くすといった御経験を踏まえての御活動などについてお話しいただいた後に、みんなでまた議論を展開していければと考えているところでございますし、今日も、スタッフの皆さんに御協力をいただいて、御視聴いただいている皆様方からの御感想や御質問などにも極力お答えしながら、双方向のコミュニケーションができる死生懇話会を一緒につくっていきたくと考えております。

最後になりましたけれども、知事である三日月を含め、今日御参加いただいている委員の皆様方は、全て「さん」づけで呼び合って、肩書や立場にこだわりすぎない話が展開できるようにお互いしていきたくと思っておりますので、この点も合わせてよろしく御申し上げて、私からの挨拶とさせていただきます。

今日もよろしく願いいたします。

#### ○事務局（滋賀県企画調整課 森）

本日は、オンライン、そして中継会場のほうでたくさんの方に御聴講いただいております。今挨拶の中でも触れさせていただいたんですが、せっかくですので、御聴講の皆様より御意見や御質問、御感想などもいただきながら進めてまいりたいと思っております。

この後、野々山さんより「身近な人をなくしたこどもとそのご家族へ」をテーマに御講演いただきます。その後、御講演の内容を踏まえながら、身近に死を経験した方も、意識していない方もいろいろな方がいる中で、一緒に生きていくということについて議論を進めてまいりたいと存じますので、こうしたことについて、それぞれ皆様が日頃お感じになっていることでも結構ですし、または御講演の御感想、委員の皆様への御質問など何でも結構ですので、御聴講の皆様よりコメントをどんどんお出しただければ幸いです。

コメントをいただく方法なのですが、オンラインで御聴講いただいている皆様はチャット

機能をお使いいただきコメントをお願いいたします。中継会場の皆様には、机の上に色紙とマジックを置かせていただいておりますので、それを使ってできるだけ大きな文字でお書きいただければと思います。休憩時間に集めさせていただきますが、それまでに書けた方がいらっしやいましたら、スタッフにお声がけいただけますと集めに参ります。

その書いていただいたコメントは、この会場のホワイトボードに貼りつけて、後ほど御紹介させていただきたいと思っております。時間の都合上、議論の中で取り上げられるのは一部になってしまうかなとは思いますが、御聴講の皆様に見ていただけるように貼りつけていこうと思っておりますので、短めの文章で大きな字で書いていただけますと幸いです。3時15分ごろに休憩を入れさせていただく予定ですので、その時間までをめぐりにコメントをお願いできればと思います。

それでは、御講演のほうに移らせていただきたいと思います。

「身近な人をなくした子どもとそのご家族へ～自分らしく生きていくために～」というテーマで約30分間、ゲストスピーカーの野々山さんよりお話をいただきたいと思いますので、どうぞよろしくお願いいたします。

#### ○野々山 尚志さん



よろしくお願いいたします。本日は、貴重な機会をいただきましてありがとうございます。愛知県で「グリーンサポートあいち 子どもの森」というボランティアグループの代表を務めております野々山尚志と申します。

本日お話しさせていただくことは、私自身がこれまで出会ったたくさんのお子様たちや

親御さん、そして子どものころに身近な人を亡くした経験を持つ方から教えていただくことです。身近な人を亡くした子どもとご家族へ私たちができること、伝えられることを考えるとともに、誰もが自分らしく、より豊かに生きられる社会をつくっていく、そういったきっかけになればと思い、お話をさせていただきます。よろしくお願いいたします。

まず、今、今回の死生懇話会も少し延期になったことありますが、このコロナ禍で子どもたちにもたくさんの方が起こっています。運動会などの中止や延期、昨年度は修学旅行が中止されたという学校もありました。学習の場面でも、話合いや接触のある運動はできない状況にありました。

子どもたちにとっては、有名人、例えば志村けんさんがコロナに感染して亡くなったという話を聞いて、そこで初めてリアルに感じて困惑したり、不安になったり、そういった子どももいました。転校しなければならなくなって、友達と別れることになった子どももいました。また、家族と過ごす時間が長くなり、家族間の緊張感が高まるため、ストレスのはけ口になってしまったり、もともと問題を抱えている家庭の子は悪化してしまうということがありました。このコロナ禍で子どもたちは当たり前前の日常を失うという経験をいたしました。

子どもも大人も、日常の生活の中であらゆるもの、こと、人を失うという経験をしています。子どもたちも同じように、日常の中で何かを失うという経験をしています。このコロナ以外の日常でも、例えば自分が大切にしていたものをなくしたり、信頼していた人に裏切られたり、失恋、受験の失敗という喪失体験は、多くの方が経験していることだと思います。また、けんかやいじめ、クラス替え、転校などによる友人関係の変化、親の離婚や単身赴任、それから喜ばしいことではあるんですが、弟や妹が誕生したということで家族関係の変化があることもあります。これについても、多くの子どもたちが経験しています。

あと、重大なのは、親や兄弟からの虐待というものが特に大きな喪失体験であるのではないかなと思います。これは本当に取り返しのつかないことになる危険性もあります。

私自身も、これまで40年間生きてきて、子どものころから様々な喪失体験がありました。こ



こにはたくさん書かせていただいたんですが、その中でも高校3年生のときに父親が突然亡くなったこと。我が家の家族であり、いろいろなうちの様子を見てきた愛犬の死、それから働き始めてからあった、友人の突然の事故死。これらは私にとって、とても衝撃が大きいものでした。

きっと皆様も、生きてきて何らかの喪失体験をしているのではないかなというふうに思います。

こんな子がいました。大切にしていた傘を自分で壊してしまってもものすごくいらいらして、突然暴れ出す仮にA君としますね。ほかから見れば、どこにでも売っているような傘なので、また買ってもらえばいいじゃないかというふうに思うと思います。

一方、同じクラスのほかの子で、親のDVから逃れるために転校してきたBさん。突然の転校で、前の学校の友達とさよならも言えずに別れてきました。周りの大人は、私も含めてですけども、この子のほうがずっと大変じゃないかと思ってしまうと思います。

でも、転校してきたBさんは、いつも笑顔いっぱいでも過ごしていました。後から聞いたら、以前は毎日、父親から母親に対するDVを目の当たりにしていて、今はそんな生活から離れることができ落ちていて、ほっとしている。なので、いつも笑顔でいっぱいでも過ごせたのではないかなと思います。

一方、A君の傘、これはその前の月に長い闘病生活の末に亡くなったお父さんが買ってくれたもので、その子にとっては「ただの傘」ではなく、お父さんとの思い出も含めた唯一無二の傘だったそうです。

私自身も身近な人や大切な人の死別を経験しましたが、この二人の例にあるように、喪失体験による苦しみや痛みというのは、その人にとって今、直面している目の前のことであって、ほかの人やほかの出来事と比較したり、周りが判断することはできないのではないかなというふうに感じています。

喪失体験によって、心や体には様々な変化が現れることがあります。このことを「グリーフ(grief)」と呼んでいます。グリーフは、人と比較できない、それぞれ特有のものであるということ私たちは知っておかなければならないと思っています。

私たちは2018年から、仲間とともに「グリーフサポートあいち こどもの森」を立ち上げ、活動してきました。本日は、この立ち上げの経緯については時間の都合上、割愛いたしますが、ここに書いてあるとおりなんです、1つだけ御紹介させてください。

現在、日本には、子どものグリーフサポートの場が約30カ所ございます。ただ、その30カ所のうち8カ所は東京にありますので、大体20数カ所の都道府県にあるということになります。

アメリカには500カ所あるそうです。日本では、東京、神戸、東北には日常的に子どもたちのグリーフサポートの拠点となる「レインボーハウス」がございます。身近な人を亡くした子どもたちが、いつでもサポートにつながる場となっています。ただ、東海3県にはありませんでした。

これは、東京にあります「あしなが心塾 レインボーハウス」です。あしなが育英会が運営しています。身近な人を亡くした子どもたちのためのプログラムやボランティアの養成もここで行っています。

こちらは、仙台市のレインボーハウスです。東日本大震災で身近な人を亡くした子どもたちのためにつくられ、現在では、全ての遺児のためのプログラムも行われています。

勤めていた学校で、生徒の親が亡くなり、その子を安心して気持ち表現できる場に橋渡しをしたいと思ったのが、こどもの森を立ち上げるきっかけになりました。地元にはなかったため、いつでもサポートにつながる拠点が地元にも必要だと思っていました。

そして、グリーフサポートの立ち上げを全国でされている高橋聡美さんに相談したところ、「野々山君がやったらいいんじゃない？」と背中を押されたことで、仲間とともに「こどもの森」を立ち上げました。

設立準備会を経て、どんなプログラムにするか、プログラムのルール、パンフレットの作成などの話し合いを重ねて、2018年から活動を始めました。活動の4つの柱があります。特にグリーフサポートプログラムが私たちの活動の主な取組です。

グリーフサポートプログラムを私たちは「ワンデイプログラム」と呼んでいます。身近な人との死別を経験した小学生から高校生世代の

子どもたちが集い、様々な気持ちや経験を遊びやお話などを通して表現したり、お互いの気持ちを分かち合ったりする場です。イラストにあるように、一緒に工作をしたり、おもちゃで遊んだり、体を動かしたりします。この子どものプログラムと並行して、一緒に来た保護者の方のプログラムも行っています。

さて、身近な人との死別に伴うグリーフの反応について触れておきたいと思います。

情緒面、行動面、身体面、社会面など様々です。特に、悲しんだりとか乱暴になったりした、そういった反応はおそらく理解されやすいと思うのですが、例えば、先ほども少しお話ししましたが、長い闘病生活で家族みんなが疲れ果てて、亡くなった方が苦しんでいるそういった様子から解放されて「安心感」が出たり、気持ちが楽になったというようなこともあります。

周りから見て「遺族らしくないな」と思われがちな反応としては、子どもなんかは特にあるんですが、元気になったり、逆に学習に一生懸命取り組むようになって成績が上がったりといったことも中にはあります。逆に、全く手がつかず、勉強ができなくなるという子どもももちろんいるんですが、グリーフは本当に人それぞれで、どんな反応も自然な反応であるということをお私たち大人、周りが理解するとともに、その当事者の方たちにも、それは自然な反応なんだよということを伝えていくことで、安心感が生まれ、生活するのが楽になっていくのではないかなというふうに思っています。

100人いれば100通りのグリーフの表現があるのですが、死別の種類によって特徴的なことがあります。例えば病死では、亡くなる前から身近な人が体調不良だったり、入院をしたりとか死期の告知がされていると、生活が変化していった寂しい思いをしているということがあります。つまり、亡くなる前からもうグリーフは始まっているということです。死別を経験しても、やっと楽になってよかったとか、亡くなってよかったという、表現は悪いんですけども、そう思うってしまうことで、罪悪感を抱いてしまうという子もいます。

交通事故などでは、亡くなった人がその場面にいなければ防げたのではないかと思ひ、あのとき自分が行くのを止めていればとかそういうふうに自分を責めることがあります。交通事

故も含めて殺人などで死に至った場合は、相手がいる場合があります。亡くなったことを悲しむこと以上に相手に対して憎しみの感情を抱くこともあります。時には裁判で闘い続けなければならないと、しっかりと悲しむ時間を取れないというケースもあります。

過労死の場合も、会社相手の裁判になったりとか、大企業の場合は遺族の生活面を金銭面で補償するということがあります。すると、周りの人から心ない言葉を浴びることがあります。「大変だったけど、たくさんお見舞金をもらえて、生活には困らず済んでよかったね」とか、そういったときに、「お金なんか要らないからお父さんを返してよ」と叫びたくなる気持ちになるんですね。

自然災害では、同時に多くの人々が亡くなって、多くの死を目の当たりにする中で、トラウマを抱えることがあります。しかし、同時期に同じようにつらい状況に追いやられている人が周りにいるため、自分だけじゃないという安心感を抱けることもあります。ただ、ふとしたときに、その苦しさをどこにもぶつけられない、自分だけじゃないからどこにも言えない気持ちがこみ上げてくることもあります。

そして、最後に、自死について。10年、20年前よりは、おそらく自死に対する偏見は大分減ってきたように思います。ただ、まだ遺族が生きづらさを抱えるということがあると思います。

現在でも、自死は弱い人がするものだとか、身勝手な行動、人殺しと一緒にだ、家族を見捨てたんだ、自死の気質は遺伝するといった見方が一部にはあります。そういった自死に対する偏見を持ったまま、現実感がないまま、あるとき突然当事者となります。偏見を持ったまま当事者となることで、自分の中にある偏見に苦しむこととなります。「何で僕ら家族を置いて死んでいったんだ」と責めたくなったりとか、そういった怒りの感情が湧き出てくる。または周りの人からどう思われるかびくびくしながら生活している人たちもいます。

亡くなった原因を尋ねられたときに、「病気で」とか「突然死だったんだ」とごまかしたりうそをついたりすることで、罪悪感を抱いてしまうこともあります。また、先ほどの交通事故と一緒に、自分が何かをしていれば救えたのではないか、そういった後悔があつて、ずっと自

分を責め続けるといった子どもたちともたくさん出会ってきました。

また、近くの親戚などからは、「誰にも言っ  
はいけない」とか「秘密にしていなさい」と口  
止めされたり、友達と家族の話題になったとき  
に、その友達の話から避けたりして交友関係  
が希薄になっていったということもありまし  
た。

子どもの中には、家族が自死で亡くなったと  
いう真実を聞かされない子もいます。誰からも  
聞いてはいないんだけれども、実は本人は気づ  
いていて、でも周りは自分に家族が自死で亡く  
なったよということは秘密にしているから、知  
らないふりをしてずっと生活をしている、そう  
いった子もいます。特に兄弟の中で一番年齢が  
低い場合、自分だけがまだ小さいからといって  
真実を伝えてもらえずに、家族の中でのけもの  
にされているような気持ちになることもあり  
ます。

小さいから分からないとか、かわいそうだから  
伝えないほうがいいと大人が勝手に決める  
のではなくて、真実を知りたいかどうかを子  
ども自身に尋ねることが大切なのではないかな  
と思います。ただ、もちろん伝える大人も伝える  
ことがしんどいことがあると思うんですね。  
そういったときは、素直に子どもに、「今はしん  
どいからももう少し楽になってから、本当のこ  
とを伝えるね」と素直な気持ちを子どもに伝える  
ことも大切なのではないかなというふうに思  
っています。

少し自死にクローズアップしてお話しさせ  
ていただきましたが、次は、自死に限らず身近  
な人を亡くした子どもたちから教えてもらっ  
た体験談の一部を御紹介させていただきます。

お葬式で言われたこと。「お母さんを支えて  
あげてね」、これは私自身が高校3年生のとき  
に父親を亡くしたときにも言われたことでし  
た。結構、子どもたちの中で多くの子がこうい  
ったことを言われています。これは何気なく、  
もちろん励ますつもりで言われているのでし  
ょうけども、そのときは受け止めて、「はい」と  
元気に答える子。でも、後からその言葉の重み  
がのしかかって、頑張らなきゃ、しっかりしな  
きゃと思って押し潰されそうになることがあ  
ります。

1人の親をなくしたとき、残されたもう1人  
の親もとてつもなく苦しみの渦中にあること

があります。今にも倒れそうなくらい憔悴しき  
っているお母さんを見て、ぐっと涙をこらえて  
できるだけ笑顔でいた。ところが、親戚のおじ  
さんが話している「この子、まだ小さいからよ  
く分からないんだろうな、かわいそうに」なん  
ていう言葉を聞いて、いや、本当は思いっきり  
泣きたい、叫びたい気持ちでいっぱいなのに、  
ただ頑張っているだけなのに子どもながら  
に思っていたというお話も聞きました。

葬儀を終えて学校に登校すると、いつものみ  
んなの様子があって、自分にとっては最もつら  
い出来事が起きたのに、周りのみんなにとって  
はいつもどおりの日常、自分だけがつらい思  
いをしているんだと思い孤独だった。

クラスメートが何気なく使う「死ね」という  
言葉に敏感になって、命に関わる言葉がいつも  
いつも胸に突き刺さるようになったというこ  
とも。これは実際に私も高校3年生の受験シー  
ズンに、こういった言葉がすごく気になって過  
ごしていたという思い出があります。

ほかにも、「家族は何人？ 兄弟は何人？」と、  
これは多分何気ない質問だと思うんですけども、  
こう聞かれたときに亡くなった人を含め  
ていいものなのかとまどって、時に聞き流して  
しまうということがあります。「親より先に死  
んではいけない」、これは夏休みの前に全校集  
会で生徒指導の先生が、交通事故に遭っちゃい  
けないよという趣旨で話されたことなんでし  
ょうけれども、おじいちゃん、おばあちゃんよ  
り先に死んでしまったお父さんって悪いこと  
をしたのかなと、子どもの中では不安になる  
ということがあったというお話を聞きました。

また、励ますつもりで、「強く生きていってね」  
とか「いつまでも泣いていたら駄目だよ」、結構  
これは身近な家族とか親戚に言われることが  
あります。泣いちゃう自分は駄目な人間なんだ  
とか、悲しんでいちゃ駄目なんだと自分を否定  
してしまうことにつながります。

自死で家族を亡くした場合に多いのですが、  
「周りに言っはいけない」とか「内緒にして  
いなさい」と言われることがあります。小学生  
ぐらいの子だと、何気なく亡くなった兄弟とか  
親の話をするところがあるんですね。そうすると、  
周りの子に「変なことを聞いてごめん」と言わ  
れたり、周りの子はしっかり聞いているのに先  
生が、「そんなことまで話さなくていいんだよ」  
というふうに止めたりということがあります。



友達同士で家族の悪口を言っているときに、生きているかのようにうそをついてしまったりとか、友達の話に合わせて亡くなった人、例えば亡くなったお母さんの悪口を言ったりとか、そういうことで後から罪悪感が湧いてきたという子もいました。

小さな背中に子どもたちは大きなものを抱えて、大人の期待を背負って、我慢したり、背伸びをしたりして必死に生きています。どうして、つらい思いをした子たちが、さらにつらい思いをしなければならないのでしょうか。子どもが子ども時代に思いっきり「子ども」でいられる場をつくりたい、そんな思いで子どもたちが安心・安全に過ごせる場をつくってきました。

私たちの「グリーンサポートあいち こどもの森」が行っているワンデイプログラムの流れをご紹介します。

まず、参加者の人たちが輪をつくり、安心・安全の場をつくるために、「ここだけの秘密だよ」「話したくないときはパスしていいんだよ」などのルールを確認します。

次に、それぞれが呼んでほしい名前などを話した後、「僕は5歳のときにお父さんを病気で亡くしました」といったように、誰をいつ亡くしたかを共有します。そうすることで、ここはただの遊びの場ではなく、ここにいる人はみんな、身近な人を亡くしているということを確認します。

次の遊びの時間では、それぞれが自由に参加者同士やスタッフと遊んだり、お話をしたりします。その後、コロナ禍では中断していたんですが、みんなで輪を囲み、おやつがあります。それぞれが遊んでいて、途中でまた輪を囲むという流れになっています。

その後、お話の時間がありまして、「なくした人との思い出」とか「大切なもの」というようなことを書いたカードを前に置いて、お話ししたいカードを取って語るという方法や、トーキングスティックというぬいぐるみを回して持っている人だけが話をする、そういった方法で行っています。

子どもたちの中には、たくさんお話をする子どももいます。ただ、その場ではお話をしない子、お話ができない子もいます。ただ、ほかの人のお話をじっくり聞いていたり、みんなの前では話せなかった子が、この次の遊びの時間で遊びを通して語るということがよくあります。

例えば、遊びのおもちゃの中にシルバニアファミリーのセットが置いてあるんですが、そのシルバニアファミリーの人形遊びの中で、お父さんが登場してきて、子どもが描く家族の話をスタッフが聞くんですね。「これ、どんな様子なの?」と聞くと、「お父さんとね、お母さんがね」というようなことを人形遊びの中で思い出の話をしたりします。また、紙に思い出の絵を描いたりして、家族との思い出を絵で表現する子もいます。お話の時間の後の2回目の遊びの時間では、話すこと以外の表現で語ってくれる子たちがいます。

また、スタッフとオセロをしながら、「お姉さんも、お父さんいないの?」なんて聞いたりすることもあります。それで、スタッフが自分のお話をすると、「あ、そうなんだ」と言いながら、自分のお話をする子もいれば、聞くだけの子もいます。何回かこのプログラムに参加していく中で、心の奥底にしまっていた思いを話してみようとなっていた子もいました。

最後の「おわりの輪」では、今日、感じたことを一言でお話しし、日常へ気持ちを切り替えるためのチェックアウトの時間を持ちます。

こちらがワンデイプログラムの様子です。一緒に絵を描いたり工作したり、あとエネルギーの高い子はぬいぐるみを投げたり、パンチングバッグを殴ったり、蹴ったり、そういった表現をするスペースもつくっています。

高校生は、自分の将来についてスタッフと相談した子もいました。夏にはスイカ割りをするというようなイベント的なことを行ったこともありました。同じ立場の人がいることや全身で受け止めてくれる大人がいることが、子どもたちの安心・安全につながって、我慢したり、遠慮したりすることなく、自由に自分の気持ちを表現できるのだと思っています。

私たちがこの活動で大切にしていることを4つ挙げさせていただきます。ただ、これは子どもを支える全ての人にも当てはまることではないのかなと思っています。

1つ目は、グリーンから回復する力は誰もが持っていると感じて関わること。周りが、私たちが元気にしてあげようとか、勇気づけようと思わないということです。

2つ目は、グリーンは、他人が代わることはできないけど、サポートすることはできるということ。

そして、3つ目が、子どもと一緒に考える、同じ景色を見させてもらうという姿勢に関わること。子どもたちが気持ちを表現しやすいような手助けをすること、子どもの主導権を奪わないということです。寄り添ってくれる人の存在が、子どもたちに安心感を与え、その子自身の気づきやエネルギーとなるため、見守ってくれているということを感じるようになります。

また、保護者へのサポートも欠かせません。保護者自身が自分らしく生きられるようになることで、子どもの安心感にもつながります。グリーフにある子どもたちを放っておくことで、成長の可能性を狭めることがあります。必要なときに必要なサポートにつながれるようにするためにも、私たち大人は、子どもが声を出せるように、子どもにとって信頼される人にならなければならないというふうに思っています。

ここからは、グリーフサポートとは別の視点で関わってきた立場からお話しさせていただきます。

冒頭の自己紹介のところに少し書かせていただいたんですが、私は愛知県の小学校で今、教員として働いています。子どもたちが安心してありのままの自分を表現できる、そういった安心感を得られるようにするために、先ほどの3つ目、子どもと一緒に考える、同じ景色を見させてもらうという姿勢が重要だということ、そのことを押さえた上で、子どもに命は大切、自死はいけないとどう教えるか、このことについて私見を述べさせていただきたいと思えます。

よく、命や生と死に関わる教育の場で話題になるのがこのことなんです。きっとこれまでの懇話会でも、こういったことが話題になったのではないかなと思います。結論から申し上げますと、命は大切、自死はいけないということを「教え込む」よりも、あなたのことが大切、あなたと一緒に生きているよ、見守っているよということを伝えていく、それが大切なのではないかなというふうに思っています。

ただ、もし子どもから「死にたい」とか「つらい」とか「学校に行きたくない」とか否定的な発言があったときは、気持ちを伝えてくれたタイミングで、「気持ちを伝えてくれてありがとう」と感謝の気持ちを伝えるとともに、「死にたいほどつらい気持ちなんだね」というふうに、

その言葉の本質をしっかりと受け止めて返してあげるといったことが大切なのではないかなと思っています。

死んだら楽になるかなと聞かれたら、「どうなると思う？」と聞いてみたり、それでも意見を求められたら、「私はこう思うよ」と一人称で伝えることにしています。

考えを押しつけないということ、本当は子どもの中で持っているかもしれないその答えに自分自身で気づいてもらえるような関わりをすることが大切だと思っています。

次に、子どもが安心して、「助けて」とか「困っている」「苦しいよ」と言えるようにするためにはどうすればよいかということについてです。私たちがつくっているワンデイプログラムのような場合は、ある意味、特別な場です。本来は日常の中で子どもたちが安心できる場があることが理想だと思います。

例えば特別な授業をするよりも、ふだんから、「助けて」「分からない」「困っている」を素直に気軽に言える場をつくっていくことが重要だと考えています。

学校では例えば授業の時間に、算数の問題を1人で考えて、1時間、誰にも相談せず1人で考えなさい、なかなかそんな授業はないと思うんですけども、誰にも相談せずに解きなさいというふうにするのではなくて、困ったら隣の人に聞いてごらんとか、私がよく言うのは「テストじゃないからどンドンカンニングしてごらん」というふうに言うんですけども、そういうふうにほかの人の力を借りながら問題を解いていく。そうすると、困ったら隣の人に聞けるとか、「分からない」と言えることはよいことだよというふうに、「分からない」「困った」を表現することがいいことだよということを子どもたちに伝えていくことです。

また、分かる子やできる子は、その力を周りの子のために使おうよというふうに言っています。そのとき、困っている子に答えを教えるのではなく、困っている子が「自分の力でできるようになるための手助けをしようね」というふうに、ふだんから子どもたちに伝えることが必要だと思います。そうすれば、人の力を借りながら成功体験を積むことができますし、何か大変な出来事が起こっても、必ず誰かが教えてくれたり手伝ってくれる、そんな存在に気づけるようになると思います。

子どもたちが将来、大きな壁や抱えきれない苦しみにぶつかったときに、1人で抱えこまずに助けを求めたり、今ある社会資源とつながれることで命を救えたり、そもそも生きづらさを抱えることなく生きていけるのではないかなと思っています。これについても、後から皆さんのお考えをお聞かせ願えればなというふうに思っています。

最後になりますが、子どもが子ども時代を子どもらしく、子どもを支える親も自分らしく、安心して思いっきりあるがままになれる場所が、学校や地域、様々な場所で広がっていくことを願っています。身近な人を亡くした子だけではなく、様々なグリーフの状態にある人たちが、「困ってる」とか「助けて」ということを気軽に言えて、身近なところで誰かの力を借りながら、自分らしく生きられるのが当たり前、誰一人追いやられることのない生き心地のいい社会を皆さんと一緒につくっていったらというふうに思っています。

以上で、初めの講演を終わらせていただきます。ありがとうございます。(拍手)

#### ○事務局(滋賀県企画調整課 森)

野々山さん、ありがとうございます。

それでは、これから出演者の皆様に議論をお願いしたいと思います。聴講者の皆様はコメントがございましたら、どんどん随時、お出しいただきますようお願いいたします。

ここから先は、ファシリテーターの上田さんに進行をお願いしたいと思いますので、よろしくお願いいたします。

#### ○上田 洋平さん



はい。皆さん、こんにちは。上田でございます。

コロナで間が空きましたけれども、第3回目ということでいろいろと議論も深まってきているところであります。

ここからは、野々山さんの話題提供に対してそれぞれ委員の皆様から、御感想やコメント、あるいは別の角度からの御意見などを順に伺っていきたいと思います。

その前に、本日、いつも御参加いただいている打本委員、日程がコロナで変わった都合でどうしても参加できないということで、実はあらかじめコメントをいただいております、まずそれを紹介させていただいてから、皆様方に聞いてまいりますので、よろしくお願いいたします。

読み上げます。

「当初9月の予定であった『第3回死生懇話会』がコロナウイルスの感染拡大によって本日に変更となり、どうしても参加ができませんでした。皆様には大変申し訳なく、私自身も残念に思っておりましたところ、コメントする機会を頂戴しましたので少しお時間をいただきたいと思います。

今回の野々山尚志さんのお話を伺って考える時間をいただきたかったのは、実は私自身だったと思っています。私は数年前に知人を自死で亡くしました。一緒に歩いた道を行くと、今でもふと「何かできなかつたのか」と自問しながら生きています。様々な追い詰められて自ら命を絶たざるを得ない方の多い現代社会で、同じような思いをしているのは私だけではないでしょう。

肩書や世代を越えて、このような個人的な経験を語る場所というのが、死生懇話会のありがたいところだと思います。思えば、私の心には、委員の皆さんそれぞれ、死に直面した経験や死別の経験を自分の言葉で語った場面が鮮やかによみがえってきます。中でも、第1回に、医師である越智真一さんが話されたお連れ合い様との突然の別れの話がありました。画面越しでしたが、私には越智さんのお気持ちがものすごく伝わってきたことでした。

人は、大切な人が亡くなった死の事実を変えることができません。しかし、人は亡くなった意味を捉え直して生きていく力を持っています。遺された人が、また私たち自身も、その力

を發揮できるよう、おだやかなまなざしで見守り見守られ、手を差し伸べ手を差し伸べられ、お互いに頼り合える心を育むきっかけが、これまでの死生懇話会の中にあっただと思います。

きっと今日の第3回目も、皆さんの率直な経験を物語る姿や言葉が、参加される方の心に響き、死そして生の意味を考えるきっかけになると信じています。参加はかないませんでした、思いはそちらに寄せております。盛会でありますように。合掌。」

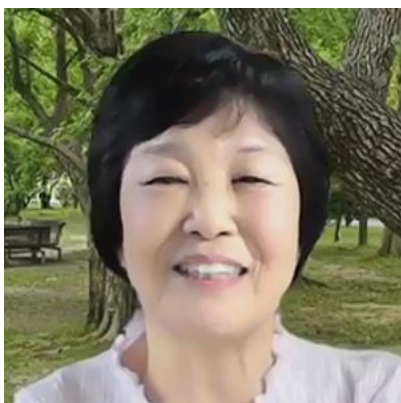
ということで、2021年11月21日、龍谷大学農学部の打本さんからこのようなコメントをいただいております。

このチームというか、もうチームと言ってしまうかもしれませんが、この懇話会の委員、聴衆の皆さん、視聴者の皆さんも含めて、この3回を通じて本当に1つのチームというか、共に考え、共感し、共有できる仲間、心も含めて「共に」ということが実現する場、そういうものができてきているのかな、これは大きな成果だなと僕は思っておりますが、委員同士の間でもお互いを思いやるというような、こういうすてきな委員会になったなというようなことを感じるコメントでした。

それでは、続きまして、今日御出席の委員の皆様からも今ほどの野々山さんのお話についてコメントを伺っていきたい。

まず、藤井さん。今日はオンラインで御参加でございますけれども、一言いただきたいと思っております。よろしく願います。

○藤井 美和さん



野々山さん、ありがとうございました。それから、打本さんからのメッセージも大変うれしく受け止めました。

それに引っ張られて申し上げるのもちょっと申し訳ないんですけども、私も4月に母を亡くし、その後、一番親しい親戚を2人亡くし、15年飼っていたペットを亡くしました。3カ月の間で4人、大切な人との別れがありました。そのうち2人はコロナでした。ですから、突然やってくる別れ、どうにも受け止められないことというのが人生にはたくさんあるということ、自分自身も死に直面した経験もありましたけれども、この、どうにもならないことを背負って生きるのが、私たちのこの世においての生、生きることなんだと思いました。そういうことで打本先生のお話心に響き、聞かせていただきました。

それから、野々山さんのお話も大変心に迫るものがありました。私は実は、20年ほど神戸市の神戸レインボーハウスに関わらせていただいております。神戸レインボーハウスは、阪神淡路大震災の後にできたところです。私はスタッフではなくて外側から関わらせていただいております。学生が1年間のフィールドワークに行かせていただいたり、卒業生がスタッフとして勤めていたり、あるいは親を亡くした学生がゼミの中にも結構たくさんいまして、ボランティアで行かせていただいたりしています。

その中でいつも思うのは、やっぱり愛する人を亡くしたとき、悲嘆の第一歩は、十分に悲しむということにあると思うんですね。それは当たり前のことです。愛する人を亡くして悲しくない人なんていないわけで、十分に悲しむところから、自分の新しい物語、そういうものを紡いでいくんだと思うんですね。

ところが、今のお話にありましたように、「頑張っただけね」とか「お母さんを支えてね」とか、子どもはまだ分からないんじゃないかというように、半人前扱いされてしまったり。こういう環境では、自分らしく悲しむとか、わーんと泣いてみるとか、気持ちを表すことが許されない。そういうことができない場に置かれてしまうのは、親を亡くすというつらい経験をした子どもにとっては、本当に理不尽、不条理。子どもにとってどれほどしんどいことかと思えます。

なぜそういうことが起こってくるかという、これは、大人の価値観が優先されているからだと思うんですね。大人は、「子どもは元気なほうがいい」とか、「笑っているのが子どもらし



い」というような、子どもに対する希望的な思いや、同時に、「悲しむことはよくないことだ」とか、「悲しみに怒ってしまうことはよくない」というような考えを持っています。そのような大人の価値観を子どもに押しつけることで、子どもは苦しまざるを得ないような状況に置かれてしまうのではないかと思います。

ですから、子どもが悲しめない原因は、実は私たちの価値観にあるということです。そこをしっかりと受け止めておかないと、「元気にしてあげよう」というような行動や言葉かけになってしまうのではないかと思います。

神戸レインボーハウスもそうですけれども、野々山さんのグリーンサポートでも、子どもが子どもらしくいられること、それを支えることを大切にしていると思います。これはつまり、今、お話しされた言葉の中で一番私の心に残った、「同じ景色を見させてもらう」という、そういうことなんだろうなと思いました。私たちの見ている景色を押しつけるのではなくて、子どもたちが見ている世界、私たちには見えないから、「見させてもらう」。そういうところが、子どもの悲しみや苦しみに近づかせていただける第一歩なのだと思います、大変感銘を受けました。

また、もう1つ心に残ったのは、死んだらどうなるか聞かれたときに、一人称として答えるのだと、野々山さんはおっしゃったんですけれども、野々山さんだったらどんなふうに答えられるのかなと思いました。ここにも、やはり、私たちが、命とか生と死をどう受け止めているかという私たちの側、私たちの価値観の問題だと思うんですね。これがないと、やっぱり子どもに問われたとき、適当なことを言ったり、ごまかしてしまったり、ということになってしまうのだと思います。

子どもの悲しみはもちろんそうですけれども、誰の悲しみにおいても、私たちが命や生と死に対してどんな考えを持っているのかというところをしっかりと自分自身に問うてみる。結局、自分の問題なんだろうなと思います。

もう1つ。東北の震災の後に学校が再開されたとき、これは阪神淡路のときもそうだったんですけれども、「学校が再開されて、子どもたちの笑顔が帰ってきました」というような、何ていうんでしょう、いかにも子どもたちは元気に戻ってきています、という報道がよくされていたんですけれども、笑顔で戻ってきた子どもたち

の心の中に何があったのか。それこそ今、お話しして下さった「同じ景色を見せてもらう」という姿勢が本当に必要なところなんじゃないかなと。大人の価値観をひとまず置いて、「同じ景色を見せてもらう」大切さというのを教えていただきました。ありがとうございました。

○上田 洋平さん

藤井さん、ありがとうございます。

最後のほうでも、問われているのはむしろ私たちのほうで、子どもと向き合ってその子を見る、これも必要かもしれないけれども、まずはその子の隣に立って、あるいは座って、その子の見ているものを見るという、こういう寄り添い方というものもあるのかなということですね。

あと、我々がふだん何気なく声をかける、しかも悪気がなくて声をかけていることが、価値観を押しつけている。むしろ、それだけ我々の中に浸透した価値観、それは時代のあるいは社会の価値観、これをもう一度どう見つめ直すかということですよ。

さあ、青柳さん。

○青柳 光哉さん



野々山さん、お話、ありがとうございました。野々山さんや「こどもの森」のスタッフの方々の活動で印象に残ったことで、子どもたちが話をし、語りを聞いてくれる人がいる、安心感がある、自分たちで表現ができるという場が提供されているということが、とても印象に残りました。

僕が小中高・大と何気なく暮らしている中でもきっと、家族のこととか自死のことで悩んでいるながらも誰にも相談できなくて困っていた人は、過去にもたくさんいたんじゃないかなと



いうふうに今、回想、振り返って感じたということ。

それとあと、僕自身が高校2年生のときに友人の母親が病気で亡くなって、そのときにとてもその友達は仲良かったんですけども、情緒面で怒ったり悲しんだりという感情をすごく僕に見せてくれたというときがあって、そのときに僕も話を聞いている中で同じように気持ちがつられてしまって、どう受け止めたらいいのか分からなくて、でも周りの大人にも相談できないしと考えたときがすごくあって。

今日、このグリーフについて野々山さんから説明していただいたんですが、高校のときに、いや子どものときにでも、誰かが前提条件としてこういう話をしてくれたら、話す人も気持ちを話しやすかっただろうし、受け止める側のほうもその気持ちを受け止めやすくなったんじゃないかなというのを今、すごく感じました。ありがとうございました。

#### ○上田 洋平さん

ありがとうございます。

野々山さんのお話にも、「困っているということと言えることはいいことだよ」と伝えていくことが大事というようなお話がありましたが、それに、今の青柳さんのお話と合わせて考えると、「できる」と自ら名乗り出るには自信があればいいんですけども、「できない」とか弱さを開示する、「できない」と打ち明けるとか「つらい」と打ち明けるとか、むしろ社会とか相手に対する信頼みたいなのが必要だと思うんですよ。そういう意味で、青柳さんは、その友達にとって信頼できる相手だったから、そういう姿を見せてくれたんだろうと思います。

続けてコメントを聞いていきましょう。では、越智さん、越智さんは第1回でも、死亡診断書といった書類上の死の種類というような話であるとか、この懇話会においても死というもののイメージをどうしても大往生みたいな幸せな死を前提にしてしまっていないか、というご指摘もいただいたりしていました。野々山さんの御講演では身近な人の突然の死というようなこと、あるいは、必ずしも愛する人の死ということだけではなくて、虐待を受けていてその父が亡くなった場合に悲しめない自分に嫌悪を抱くとか、いろんな形がある。そんな話もし

ていただきました。改めて御感想、コメントをいただけますか。

#### ○越智 眞一さん



野々山さん、どうもありがとうございました。

ちょっとその前に私、1つ、これは大事なことを思い出してしまったんですけども、私、実は小学校5年のときに父親が亡くなっている。心筋梗塞という形で急に亡くなっているという。妻も3年前に突然亡くなっているわけですけども、そういう身近な肉親の死というのは経験をしてまいりました。

だからといって、私がグリーフケアを受けたという記憶もない。ただし、何もしてくれなかったのが、僕に対しての最高のグリーフケアだったんだろうというふうに考えております。こういう変わり者ですから、そういうネガティブなことを全部プラスに変えていく

パワーを、死んでいった父親であるとかそういう人たちが残してくれていたんだろうというふうに解決しております。

医師会の会長をやっていますけれども、私の前任者は雪山の事故で在任中に亡くなりました。急遽、私が会長をやることになった。悲しんでいる暇がない。女房が亡くなりましたときも、その後の処理で悲しむ暇もない。そういうような突然の別れというものもあるということを上記しておきます。

いちゃもんをつけるわけではないんです。

「死別の種類と特徴」というところで挙げていただきまして、病気で別れというときに、ここはやはり慢性と急性の疾患によって別れの種類が違ってくる。心の準備ができた別れと、それから突然の別れ。突然の別れであっても、今回のコロナのように会うことが許されない、あ

れは（女優の）岡江久美子さんのときでしたっけ、遺骨にすら触らせてもらえないというようなそういう別れもある。

そういうのがある、そういう人たちに対するケアというものはどうなっていくのかなということの一つ、病気とひとくりにできない別れというのがあるんじゃないかというふうに思いました。

それから、もう一つは自然災害のときですね。これは、医師会、警察の検死室も含めて、検死の際にグリーフケアユニットというのをつくっています。検死は、どういうことで亡くなられました、いつごろ亡くなられた感じですかというのは出るんですけども、別の場所で、御家族の方に対してじっくりと説明をして、そしてその方の思い出を聞き取って、刹那ですけども、ダメージを少なくするという手当てもしているということです。

グリーフケアというのが、今、言われています。確かに見事な活動をされておられると思いますけれども、根本的には、亡くなられた方を見る機会が非常に減っている。亡くなられる場を見る場が減っている。というのは、病院死がほとんどなんですね。それから、そのほかの交通事故であっても、全部処理をされてからお目にかかる。下手すると、亡くなられたというともうお棺の中に入られてから見る。全然、別世界。そういう生きていたそのままの形で亡くなられたというのを受け止めて、それで納棺をして茶毘に付されてというそういうプロセスが、心の整理については一番大事なプロセスだろうというふうに、それが最高のグリーフケアの第一歩であろうかというふうに私は思います。

心の整理がつけば、いろんな問題は次々と起こってきて、順番に解決していくことができる。人間はそれぐらいの能力があるはずですけども、一遍に処理ということになると、パニックになって、落ち込む人、暴力に流れる人、いろんな反応を示していくということになるんじゃないかというふうに思います。

今回のお話を聞いていて思ったのは、ざっとそういうところですよ。

#### ○上田 洋平さん

ありがとうございます。

そうですね。まさにかつてであれば例えばコミュニティや地域の中、あるいは文化として、

死を分かち合うためのいろいろな段取りや手順があって、その段階に沿って、それが自然にグリーフケアになっていたというようなことがある。一方でコロナというのは、それをできなくさせるというようなところで、新しい状況が生まれている。でも、コロナがなくても、今の我々にとっては、かつてあったような死の向き合い方、その文化というか作法が時代が変わって通用しなくなって、どういうふうな作法をこれからつくっていけばいいのかという過渡期的なものかもしれないというようなことを思いました。

楠神さんはいかがですか。

#### ○楠神 渉さん



お話しいただきましてありがとうございます。

今のお話の中で、子どものグリーフケアで大切にしていることという中で、「グリーフは他人が代わることはできないが、サポートすることはできる」ということがありました。

私もケアマネージャーをさせてもらっていると、チームで、医師、看護師、ヘルパー、訪問入浴、多数のチームで関わってケアをしたりします。それが急性の場合は急にありますし、年齢も介護保険は使っているとはいえ、がん末期の方でしたら 50 代の方、60 代の方もいらっしゃいます。

そういった中で、そういった方が死を迎えられたときに、家族さんはすぽっと喪失感が、本人さんがいないことによる喪失感はあると思うんですが、私はもう一つ、失うものがあると思うんです。今までチームで関わっていた医師であったり看護師であったり、ヘルパーさん、そういった人が日々関わって家族さんと密な

関係を築いていくわけなんですけれども、死を迎えた瞬間にすーっとそれが消えてしまう。そうすると、家族さんは、大切な家族、身近な人を亡くすとともに、もう一つ、チームというのもなくしてしまう。

だから、グリーンケアというのは訪看さんとかが御自宅を訪問して下さったりもしておりますが、そういったことをよりチームで行っていくと、当事者の方の気持ちを少しでも和らげることができるのではないかなというふうに思ったりもしております。

私自身もちょっと野々山さんのお話を聞きながら、自分自身としてどんなことがあるかなと思ったら、私もこの10年の間に大切な友人を2人、事故と病気で失っています。今でも、ふと顔を見せてくれるんじゃないかなと思ったり、夢に出てこないかなとか思うことがあるんですが、ただ、そういう中でも、彼を取り巻く友人たちとお話をするとき、あのときギターを弾いてくれたよねとか語り合う場があるから、気持ちが少し悲しみもなくせるのかなと思っています。

だから、今、家族さんに対して私のケアマネの立場でいうと、チームで関わったときにずっと引いてしまうと、そういう気持ちがなかなか悲しみを取り除けないというんですかね。だから、チームで関わった後も、お亡くなりになった後も、ずっと切るのではなくて、少し余韻というんですか、グリーフの部分で私たちも何かほんの少しでもサポートできたらいいかなと思いつつながら、野々山さんのお話をお聞きしておりました。以上です。

#### ○上田 洋平さん

はい、ありがとうございます。

そうですね。看取りに関わるチームで、相手が亡くなったらそこでそのチームは解散、ご家族との関係も全部終わり、というのではなくて、死で終わらない関係というか。かつてであれば例えば「お通夜」というのは「夜通し」と書きますけれども、その人について、残されて、その場に集った人たちが「あの人、あんなくせがあったね」とか「いつもこんな一つ話をしていたね」なんてことを夜通し語り合って、そうやって故人の存在を思い出の中に移し替えるというか、そういう時間があって、関わったみんなが死を分かち合うという、そういう時間が

あった。楠神さんは今、その人がお亡くなりになったら終わり、というのではないサポートのあり方をご自身のお仕事の間でつくろうとしていらっしゃる。まさに、地域まるごとでそういうことをつくっていく。亡くなった方の居場所もどこかにつくっているというようなことかなと思うんですけどね。ありがとうございます。

全員にコメントをいただいてから、また野々山さんに感想や応答をいただきたいと思えます。

今日は、ミウラさんが現場に来ていただいております。いつも最後のほうに「ミウラさん、どうですか」と聞いてわああと時間がない中でコメントいただく形になっていて、ファシリテーターとして申し訳ないと思っていました（笑）。視聴者の皆さんからも、ファシリテーターの話はいいから、ミウラさんの話をもっと聞きたいという御意見を頂いたりしてあります。ミウラさん、いかがですか。分野としては野々山さんと近いころにおられるのかなと思います。逆にそれだからこそ、また違うところもあるかもしれません。御感想・コメントをいただけますか。

#### ○ミウラ ユウさん



ようやく会場に来ることができました。よろしくお祈りします。ミウラです。野々山さん、ありがとうございました。

私自身の経験からいうと、恩師というか先生、この大人は信頼できるなと思っていた先生たちが相次いで病気とか交通事故で亡くなって、それは子どものときにそういうことがあって、祖父がまだまだ若かったんですけど、うちは商売をやっていて、店頭で「頭が痛い」と言って



立ち上がって、そこでぱたっと倒れて、そのまま亡くなったんですよ。大動脈瘤というのが脳内で破裂したらしく急死したんですけど、それを目の当たりに見たことが18歳のときにそれがあって、「あ、人は死ぬんだな」と。なんかそういうことを感じながら、そのまま思春期に恩師が亡くなっていったり、自分の身内が次々に亡くなったり。

父は59歳でがんで逝ったんですけれども、その後、自分が子どもを生んでから、子どもが障害で生まれてきたことで、長くこども病院に入院していたんですが、そこで子どもたちが術後、うまいこといかに合併症とかが起きて亡くなるとか、皆さんの看護のまいなく力尽きちゃうみたいな場面をたくさん見てきたんです。すごく思うんですけど、当たり前なんですけど、死なない人はいないです。死ななかつたらそれはそれで、もし200年生きてくれと言われたら、まあまあ大変やなと思いますし、やっぱり人は死ぬということがあるから生きられるということを経験しているんです。

私がしていることは、正解とか、どう感じるのかがいいとか、そういうことを一個も導かない活動をしていて、ただ隣に座って話を聞くだけなんです。悲しかったのか、悲しくなかったのかとかはいつでもよくて、その人が自分自身も正解が見つけられない状態で感じている気持ちをそのまま話せる。そういう場所があるだけで多分ちょっと気が済むというか、そういう気持ちになれるんじゃないかなと思うんです。

ちょっとまた自分の話に戻ると、私自身も父との関係性があんまりよくなかったので、お葬式とかいろんな場面で一個も別に悲しくなかったんです。ちょっとやっぱり泣くぐらいしてみせないと、周りは納得しないかなとか思っています。

というのは、闘病生活がすごく大変で、2年間、父は闘病したんですけど、どんどん内臓を摘出して行って最後、本当に心臓とちよびっとの胃があって、肺があるぐらいの感じで生きていた人だったので、その間の家族が闘病を支えるのはものすごく大変だったんです。「お父さん、頑張らしたね」みたいな、「悲しいね」みたいなことを言われても、いや、私はめっちゃめっちゃ頑張ったんですけど。やっぱり闘病生活を支える私は、父ももちろん立ち向かった

でしょうけど、何としてでも治療を受けて生きていたいという父の思いをかなえるために、家族は総出でお金の工面と時間の工面と労働の工面と、犠牲になる子どもたちとか時間とかいろんなものがありながら父を支えたのに、頑張ったのはお父さん。「お父さんはすごい頑張らしたね、最後までよく生き抜いたね」みたいなことを言ってもらえるのはいいんですけど、いやいや、私のこともちょっとは何か頑張ったよと誰も言ってくれないんだ、みたいなことを思ったりとか。

あと、さっきの、お別れをしていくのに日本ってすごくいろんな儀式があって、棺に移すまでにもいろんな説明を受けてみたいのがあるんですけど、そういうことを全員ができたらいんですけど、まず、これをやるのに結構お金がかかります。これはすごい現実問題なんです。やっぱり盛大にしたいし、いろんなことを知りたいし、いろんな人に来てもらっている話を聞きたいんですけど、これに関しては場所と時間とお金というのはすごいシビアなんです。

父が亡くなったときは、たまたま火葬場がすごく満員でなかなか順番も回ってこず、いろんなことをばたばたとやっつけていった感があって、本来なら聞くべき話、語られることというのははしょってはしょってやっていったなと。経費についても限りがあるので、そんなに大きな会場を借りて、たくさんの人に来てもらうというのも難しい。そういうこともあるんじゃないかなと思うんです。

だから、人が生きていくという現実と、それと死んだ後のことというのが分からない。自分たちには見えない世界。生まれてくるときも、自分で意思があって生まれてくるんだけど、でもその生まれてくる景色をいつまでも覚えてられる人っていないわけで、人が生きていくこの現実の中でどういうふうにも命の取扱いをするのかと思ったときに、私はもう、正解もないし、どう感じるかなんて自由だから、お互いにそういうことを拘束しないというか、決めないことをしたいなというふうに思っています。

「親が死んだんやから悲しいのが当たり前でしょう」とか、「子どもなんだから頑張らしたね」とか、子どもを亡くす人も私は結構出会ってきたんですけど、「親よりも先に子どもが死ぬっ

てね」みたいな、悲しんでいるときにそんなことを言われたりとか、そういうのは全て余計なお世話というか。こんな言い方をしたらあれですけど、もう言わんといてほしいんですよ、そういうことは。

そうじゃなくて、その人がどう思っているかをただ聞くだけいいと思うんですよ。だから、「悲しかったわ」と言われたらそうやったんやなど、「悲しいよね」「大変でしたね」と聞けばいいし、でも悲しくなかったんだったら、そういう気持ちもあるんだで別に済む話だから、あえて正解とか自分の常識にその人が語ることを誘導しないというか。そういう聞き方ができるようにみんながなればいいのではないかなと思います。

#### ○上田 洋平さん

ありがとうございます。余計なお世話がいっぱいあふれている。この懇話会はどうかしら。そうじゃないことを信じてますが。

#### ○ミウラ ユウさん

いや、しないといけないお世話もきっとあるんですよ。おせっかいもどんどん焼いていかないと駄目なんですけど。

#### ○上田 洋平さん

そうね。その子のためと言いながら、余計なものが結構あるのかもしれない。その中で子どもたちがかえって息苦しくなるとか、素の自分でいられないとか、そういうところもあるかもしれない。自分の普通が間違っている場合もあるかもしれないということを自分自身に問い直すことも大事ですね。

それでは三日月さん、今までの議論を通して、いかがでしょうか。

#### ○三日月 大造

野々山さん、ありがとうございました。また、打本さんから始まって、それぞれの委員の皆さんのコメントを聞いていて、どれも深いし、考えさせられることがたくさんありました。

私、この死生懇話会に関わるようになってから、この場ではこの話題ではとても素直になれる自分がいて、なんかちょっと服が脱げる感があるんですね。だから、今日のテーマも含めて

一緒に考えたいと思うんですけど、お話を聞いていて、2つあります。

1つは、私は大学を卒業して鉄道員だったんですが、駅員と電車の運転士をしていたんです。ちょうど平成6年、7年、8年ごろです。バブルがはじけて、地方の経済は厳しくて、私が駅員・電車の運転士をしていたときに電車で自死をされる方って結構多かったんですよ。最初にいわゆる遺体というものの取扱いをしたのは、私は鉄道員のころでして、ただ、そのときの感情というのは、自分がしっかりしなきゃいけないということもあったんでしょうけど、およそ人の死というか、周りの方々を含めて悲しむべき対象というよりも、何件あった、何分遅れた、もうどうやって処理するということのほうが先で、例えばその後、(電車を)ものすごく遅らせた場合にはどう補償があるとか、周りの方がどんな悲しみを持って過ごされているのかということに考えがいかなかった自分がありまして、それってやっぱりあかんと思ったことがありましたね。ただ、1件1件悲しみに暮れていたんでは担えない仕事も一方であって、この辺の消化にもものすごく自分自身が悩んでいたことを思い出しました。

それと同時に、私、冒頭の挨拶で、「避けられない死に向き合って」とさらっと言っちゃったんですけど、でも、「避けたかった死」とか「避けるべき死」というのもあるんだろうなということを、言いながら、また野々山さんの話を聞きながら深く省みてましてね。

そういうときにどう私たちが向き合えばいいのかというのを考えなあかんと思って、後のセッションをずっと過ごしてきたときに、野々山さんの話を聞いて、例えばグリーフから回復する力は誰も持っているとか、一緒に考えたらええねん、同じ景色を見させてもらうという気持ちでいたらどうですかと言われて、あ、そうかと。そういう言い方と捉え方って大事やなとか。

ミウラさん、藤井さんの話を聞いていて、十分悲しむ時間を持つこととか、正解とか大人とか自分の常識に引っ張られ過ぎない、引っ張り過ぎない、そういう環境をつくることとか、そういうことも少しみんな考えていったらいいんだなということを思わせていただきました。ありがとうございます。



○上田 洋平さん

ありがとうございます。

この懇話会に来ると委員もみんな、とても自然に自己開示をして、この場自体が一種のワンデイプログラムみたいになっている。聴衆の方もおそらく聞きながら、参加しながらそういう場を共有しているという。こういう懇話会なんですよ、野々山さん。

○野々山 尚志さん

すてきです。

○上田 洋平さん

それでは、コメントをいただけますか。野々山さんからコメントをいただいた後で休憩を挟んで、さらに深めていくディスカッションをいたします。ところで、お話の中で子どもに対して「お母さんを支えてあげて」というような言い方をするのは避けた方がいいというようなことを言っておられました、この場合、どのように言ったらいいのかしら。

○野々山 尚志さん

まず大人に「お母さん、支えてあげてね」と子どもに対して言わないでほしいなということとは広げていきたいなと思っているんですが、そういうふうに言われても自分の気持ちを大事にすることが大事だよということを、子どもには伝えたいです。

周りの人は何も悪気がなく言っていることだよということを理解すれば、「あの人は僕のこと、私のことを大事に思っているから言ってくれるんだ」とだけ思えば、それが引っかかって苦しくなることは少なくなるかなとは思いますがね。

○上田 洋平さん

あなたの今の気持ちを大事にすればいいんだよ、ということですね。

○野々山 尚志さん

そうですね、はい。

○上田 洋平さん

では、コメントを。ごめんなさい。

○野々山 尚志さん

今、皆さんのお話を伺っていて、私も2018年にこの会を仲間と一緒にやったときも、できれば、なければいいなと思ったんですね。そして、自分もやりたくない。仕事もあるし、それにさらにプラスやりたくないんだけど、でも橋渡しする場が地元になかったから、誰かがやらなきゃいけない。だから、誰かがやってくれるなら自分は別にやらなくていいやというふうに思っていたんですね。

グリーンサポートの場というのとはある意味特別な場で、特別に安心できる場をつくっているということがあると思うんですが、そういった場がなくても、亡くなったことによって苦しんだりとか、我慢したりとか、弟や妹がいるから自分の進路を諦めるという子の話もよく聞いたんですけども、そういった諦めたりすることがなく、自分らしく生きられるのが当たり前ならば、こういった会はなくてもいいのかなというふうに思っています。

あと、親が頑張りすぎているのを見て、親と一緒に悲しめない。親が頑張っているから自分も頑張る、そういった子どもたちもたくさん見てきましたので、大人の人たちにも頑張りすぎなくてもいい、素直に悲しめる場を、特別な場でもいいですし、地域の中、親戚の中であるといいなと思っています。

私たちは、このパンフレットを作る前に、たくさんスタッフと議論してきました。ほかにも全国にグリーンサポートの場があるんですけども、私たちのちょっとこだわったところが、「身近な人をなくしたあなたへ」という言葉を使っているんですね。「大切な人」ではなく「身近な人」という言葉を使っています。

先ほどミウラさんのお話にもあったと思うんですが、必ずしも、大切な人をなくしただけでいろんなグリーフの反応が出るわけではなくて、近い人、身近な人、何かの関係がある人で、それが怒りの感情だったりとか後悔の感情だったりとか、必ずしも悲しむとかマイナスの気持ちだけではないということで、そういったものもひっくるめて、どんな方たちでも大事に、自分らしさを表現できる場ですよということで案内しています。

つい先日、子どもたちがプログラムをやっている裏で親同士で輪を囲んだときに、他の方とは違う感情を話した方が「すみません」という言葉が出ちゃう方がいるんですけど、「すみ

ませんなんて思わなくていいですよ」ということをお伝えしています。それぞれにそれぞれの気持ちがあるということを大事にすることが大事なというふうに思っています。

私自身も、高校生のときに父親を亡くしましたが、その当時、自分が世界で一番不幸だ、真っ暗闇の中にいるというふうに本当に思っていたんですね。周りは日常があって、こんな思いをしているのは自分だけだというふうに思っていました。

ただ、あるとき、同じ大学生の同年代の方が、生まれてからお父さんの存在を知らない。それはどういった状況なのかは分からないんですけど、お母さんに「お父さんってどんな人だったの?」ということも聞けないと聞いたときに、「自分は家族でいろんなところに遊びに行ったりとか、すてきな思い出がいっぱいあったな。確かに大変なこととかつらいこともあったけど、そういった思い出があるだけ、自分はまだ幸せなのかな」と初めてそこで、「自分は不幸だ」じゃないなということに気づかされたんですね。

だから、いろんな思いの人の話を聞くことで、自分の中での気づきがあったり、自分の中でプラスに変える力というのは湧いてくるのかなというふうに思っています。

なので、グリーフサポートの場でも、それ以外の場でも、いろんな人の気持ちに触れ、受け止めてくれ共有できる存在に出会うきっかけがもっともっと広がってくるといいかなと思っています。

○上田 洋平さん

ありがとうございます。

そうしましたら、一旦ここで休憩を入れたいと思います。

○事務局（滋賀県企画調整課 森）

それでは、3時35分から再開したいと思いますので、約8分間休憩させていただきます。

では、3時35分から再開させていただきます。

---

休憩 約8分

---

○事務局（滋賀県企画調整課 森）

それでは、再開させていただきます。

前半に引き続き、上田さんに進行のほうをお願いしたいと思います。よろしくお願いします。

○上田 洋平さん

はい。では、後半に入ります。

まず、会場それからWEBで御視聴の方々から、前回同様いろいろなコメントをいただいておりますので、それを紹介しながら、皆で考えてきたいと思います。

たくさんいただいていますから、全部を紹介できないかもしれません。似たものは私のほうでまとめて皆さんに問いかけたいと思います。

まず、「保育現場で日々、たくさん子どもたちと触れ合い、関わりあいながら過ごしています。様々な御家庭があり、保護者の都合でやむを得ず悲しい思いやモヤモヤとした、言葉にならない思いを抱えている子がたくさんいます。その思いにまず気づき、寄り添い、傾聴する——頭では分かっていますが、いざその状況に直面すると、とても難しいです。子どもは自分の気持ちをうまく言葉で伝えられず困っていることが多いように感じます。まずは自分がどう感じているのかに気づく、向き合うために、大人が周りがどう働きかけていくのかに課題を感じています。助けることは難しくても、自分の気持ちに気づくだけでも気持ちに折り合いや整理をつけるきっかけになるのかなと思います。そのために必要なこと、大切なことがあれば、御教示ください」というようなこと。

あるいは、「死や生に対する価値観を持つためには、具体的にどのような取組が有効、必要だとお考えでしょうか」というようなことをお尋ねの方もいらっしゃいます。

それから、「別れ、死別を経験した人に対して、「かわいそう」などのマイナスなイメージの押しつけが無意識に多くの場面でされているのではと感じた」「別れにはもちろん悲しきや苦しきはあると思いますが、一方で乗り越えての成長、今いる人を大切にしよう、思い出は消えないなどの面もあると思います。これをより多くの人たちに学校教育を通して伝えられないかと思いました」ということであります。

子育てや教育の現場やその取組のなかでどうしていったらいいか、というような観点での3つの問いであります。まず、保育の現場で、

言葉になかなかできない、そういう小さな子、その子たちがどう感じているかにどう気づいて、どういうふうに働きかけをしていったらいいか。

野々山さんとミウラさんに聞いてみようかな。野々山さん、いかがですか。子どもって、そういう場があってもなかなか言葉にできないということもある。言葉以外のいろんな態度や振る舞いから察するというところもあると思いますが、改めていかがですか。

#### ○野々山 尚志さん

ちょっとまたスライドをお願いしていいですか。先ほどの講話の中でもお伝えしたように、ふだんから「助けて」とか「分からない」とか「困っている」というのを言える場をつくっていくことが重要なのではないかなというふうに思います。保育の現場のことはちょっと分からないんですけど、でも小さな子でもそういったことを素直に言えるという場が重要なのではないかなというふうに思っています。

ただ、子どもたちの中だけでは解決できないような課題というの中にはあると思いますので、そういったときにはちゃんと大人の力を借りようということは伝えていく必要があるのではないかなと思っています。

私もよく子どもたちにこういったことを伝えているんですね。「本当の強さとはどういうことか」ということをアンパンマンを例にして、ヘルプを出すことの大切さを伝えています。

まず子どもたちに、「強い人ってどんな人？」というふうに聞きます。力持ち、足の速い人、勉強のできる人、友達の多い人、何でも1人でできちゃう人かな。

この人、知ってる？ そう、アンパンマンだよ、強いよね。先生はみんなに、アンパンマンのような人になってほしいと思うんだということ言います。ただ、アンパンマンは確かに強いけど、水にぬれると力がなくなっちゃうし、苦手なこともあるんだよね。「顔がぬれて力が出ないよ」なんて言いますね。

そんなときもアンパンマンは、「みんな、助けて」って友達に助けを求めます。すると、友達のカレーパンマンやしよくパンマンが助けに来てくれます。みんなも、解決できないことがあったら、「助けて」と言える人になってほしいと思います。先生でも、おうちの人でも習い事

の先生でも、近所のおじさん、おばさんでもいいから、信頼できる大人に言えるといいな。もしかしたら、先生に相談したときに、先生も大変でちゃんと話が聞けないこともあるかもしれないけど、諦めずにほかのタイミングだったりとか、ほかの大人に「助けて」というふうに言ってね。少なくとも3人の大人には言ってほしいな、ということをお伝えしています。

あと、アンパンマンは、ジャムおじさんが作った新しい顔をバタコさんからもらって、気分転換をすることができるよね。みんなもつらいな、苦しいなと思ったときに、気分転換ができる方法を身につけてね。本を読んだり、友達と遊んだり、1人で静かなところで過ごしたり、ピアノを弾いたり、自分が楽になる方法を見つけてね。苦しみや痛みをちょっと棚上げできるような方法を見つけてねということをお伝えしています。

転んでけがをしたときに保健室に行ったり、お医者さんに行ったりするよね。体の傷は必ず手当てをすればよくなるので、心の痛みも必ず手当てをしようね。大人に相談を忘れないでねというお話をします。

こういうふうに、子どもには「少なくとも3人の大人には助けを求めようね」と言うんですが、ただ、この3人の中で本当にちゃんと出会えればいいんですけども、こういうふうに言っておきながら、3人の大人で救われなかったらさらに傷ついてしまうような気がしますので、「3人」でいいのかなということ最近ちょっと悩んでいるんですが、ただ逆に、大人の人たちには、この3人の中に入る信頼できる大人にならなきゃな、子どもたちの痛みとかをちゃんと受け止めたり、自分が受け止めきれなかったら「橋渡し」できるような大人になる必要があるかなというふうに伝えるようにしています。これを学校の先生とかにも広げていきたいなというふうに思っています。

#### ○上田 洋平さん

3人の大人に話そう、というように具体的に示してあげるのはいいいけれど、それが同質性の高い3人であればあまり意味がないというか、かえってまずいことになるかもしれませんね。

私は「斜交場」とか「斜交性」という言い方をしていますが、親子の縦の関係、同年代の横の関係をほかに、斜めの関係、いろんな世

代の人がその3人の中にあるような、そういう3人の大人。そういうことを示してあげる。

でも、やっぱり受け止める大人の側に、信じて言ってもらえるだけのことがまずできないといけないんでしょうが、ミウラさん、いかがですか。

#### ○ミウラ ユウさん

小さな子が自分の思いを言葉にするのが難しいという話があるんですけど、でも、大人も結構それは難しくて。私がふだん接している重度障害のある人たちだと、声が出せなかったりとか、あと言葉を持っていなかったりとか、顔の表情が動かせないとか、体が動かないとかいう人、私がふだん一番多く接している人達というのはそういう人なんですけど、でもずっと一緒にいると、たとえば表情が動いていなくても、言葉で何か言わなくても、その人のその日の気分とか、なんか分かるようになってくるんですよ。

こちらはもう私、いつも一方的にいっぱいベラベラしゃべるんですけど、そうしていると、向こうがちょっとしたところに反応して、「あ、この話、好きなんだな」とか。そうなってくると、次にぱっと出会った瞬間にその人の今日の気分が分かるようになるという。

小さな子も同じで、そのつもりでいつも顔を見ていると、何となくその子の持っているものが、もしかしたら悩んでいるのかもとか、悲しいことがあったのかなとかであったとしても、「そうなんだな」とこちらは何も言わずに見ておく。無理に引っ張り出すことはないと思うんですよ。言わせることはなくて。

言葉にするのって、すごくいろんなステージでいろんな経験をしていって大人になっていったときに初めて自分の思いというのを適正な言葉で表現できるようになる。まだ未熟な子どもたちが、いきなり自分の思っていることを正確に言葉で話すことは、恐らくほとんどの子が難しいので、そういうものだとして、それよりもいつも顔を見ておくというか。そういうことを私は考えるようにしているんですよ。

先ほど、野々山さんのスライドの中にあつた「行動で何か気分を変えよう」みたいなやつに、海に向かって叫ぶと書いてあつたんですけど、めっちゃいいなと思うのは、海という果てしなく広く、一体向こう側がどうなっているのか分からない、どれぐらいの水深があつて、どんな

生き物がいるのかが、図鑑とかでは知っていても自分がそこで体験したことはないじゃないですか。そこに向かって自分のどうしようもないことを叫ぶというのは、本当に受け止めてもらえる感がすごいんですよ。

だから、近くに海がないというハンデがある地域もあると思うんですけど、できれば何かそういう自分の思いをどこまでも受け止めてくれる社会であるべきだと思うんですよ。やっぱり信頼して自分の思いを語れる社会かどうか、そういう大人がいる場所なのかどうか、子どもたちにとってはそこが一番の自分の思いを言えるかどうかポイントだと思います。

#### ○上田 洋平さん

ありがとうございます。滋賀なら、さしずめ琵琶湖に向かって叫ぶことになるでしょうか（笑）。水深は分かっちゃっていますし、今ちょっと水位が低くなって困っているんですが。

藤井さん、今までの議論の中で何かございましたら。

#### ○藤井 美和さん

そうですね。やっぱり、私たちが何か子どもたちのことを理解するにはどうしたらいいかというアプローチは、すごく難しいと思うんですね。なぜなら、本当の苦しみというのはなかなか分かってあげられない、というところがあつて、それを私たちも知っているから、どうしたらいいのかなあということになるんだと思うんですね。

親を亡くすとか、いじめを受けるとか、人に言えないようないろんな苦しみを受けたとき、子どもだけに限らないと思うんですけども、「生きている意味があるのかな」という気持ちが沸き上がったたり、あるいは親が自死したり病気で亡くなったりして、「何でほかの子じゃなくて自分がこういうふうになるのかな」とか、家族の死から生活が全部変わってしまった、「これから自分の人生はどうなるのかな」というような、当面の心配よりも、生きる根拠みたいなものが揺らいでしまう、そのような苦しみも生まれると思うんですね。それは「実存的苦しみ」とか「スピリチュアルペイン」というんですけども、そういった「何で自分なんだろう」とか、「生きていていいんだろうか」とか

なところは、やっぱり誰にでも言えるものじゃないと思うんですね。

言葉にできないということもあるけれども、言葉にできたとしても、なかなか人には言えない。自殺する前の子どもが誰にも言えないように、やっぱり人に言えないほどの根源的な痛みみたいなものがあるんだと思うんですね。

まずは、表面的に元気でも、その底に何があるのかということを知っておかないといけないというのが、ひとつあると思います。その苦しみが出せるとすれば、今までのお話でも皆さんがおっしゃっていたことですけども、やっぱり相手が信頼できるかどうかだと思っそうですね。

じゃあ、その信頼って何かというと、それは一生懸命助けてあげようと頑張ってくれる人に対して生まれるものでもないと思うんです。助けようと頑張ってくれる人の中には、「こうしたらいいよ」とか、さっき言いましたけども、大人の「こういうふうにしたらきっと元気になるよ」みたいなおしつけもあります。その人たちは、相手の苦しみが分からないんだけど、何とかしてあげようと一生懸命。でもそれが出過ぎちゃうと、子どもは、「一生懸命にやってくださることはよくわかる、申し訳ない。でもそれが自分にとってはありがたくないんだ」、みたいな感じになっちゃう。それで、余計に心を閉ざしちゃう場合もあるんじゃないかと思うんですね。

だから、まずは感情を出すということ、出す機会があって、感情を出していいのだというメッセージが必要だと思います。その意味で、レインボーハウスやグリーフサポートは、一つの場として大切なのだと思います。

神戸レインボーハウスにいた子どもたちの中で、レインボーを卒業して、今度は自分たちが親を亡くした子どもたちのボランティアとして帰ってきてくれている卒業生たちがいます。そういった大人になった卒業生に、レインボーハウスは何がよかったのかというのを聞くと、こういうのが出ていたんですね。ちょっと今、文集を作っているのでそこに書いてあったことなんですけど、「めちゃくちゃ楽しかった」とか「家や学校とは全然違う場所だった」「発散できる場所だった」というふうに、自分の持っている気持ちを出させてもらえるとい

うところは、子どもたちにとってはすごく重要なんだなと。

話を聞くというのももちろんだけれど、野々山さんは御存じのように「怒りの部屋」とかありますよね。サンドバッグをたたいて、怒りを爆発させたる部屋だったり、ひとり静かに考える部屋だったり、何かそういうふうな仕組みというのでも重要なのかな、子どもたちの素直な感情出すということも重要なのだという気もしました。

それから、もう一つは、子どもたちの声を聴くと、分かってほしいという気持ちはもちろんあるけれども、特別扱いも嫌だというのがあるんですね。「あなたは親を亡くしたかわいそうな子」みたいに、学校とかいろんなところで見られちゃって、そうやって何か特別扱いされるというところで、もう、自分は何か違う種類の人間と見られているというところもしんどいという声も上がっているんです。

だから、分かってほしいけど特別扱いもつらいなというような、揺れ動いているような気持ちをいつでも出してもいいんだという、それこそ前日も前々日も出てきましたけれども、子どもにとっての居場所というのが重要なんだろうと思います。

じゃあ、そこでどうすればいいのかという話ですが、率直に言って、さっきの3人の大人の話で出てきたように、子どもをどうやって助けるのかを考える前に、私たちのすべきことが2つあると思うんですね。

1つは、大人の教育。こちらの方が先かなと思っています。これだけ苦しい子どもがいて、その子たちを前にして、どうしたらいいのかと悩むとき、まず私たちが一度私たちの持っている、世の中の価値観を手放して、生きるって、生まれるって、あるいは死ぬって、命って何かということを考えることが必要です。物質的、合理的な世界の中から出て、一度、「いのち」を引き寄せて考えてみる、そんな機会が必要なんじゃないかと思うんですね。

随分前ですが、兵庫県で「命の大切さを実感させる教育プログラム」というのを県教育委員会の方々とか、当時は日野原先生とかおられていろんな方々と一緒につくったことがあるんですけれども、現場の先生方は、どうやったら子どもに命の大切さを伝えられるのかという方法論が欲しいとおっしゃるんですね。です



から、一応、小・中・高校で、命の大切さを伝える教育プログラムというのをつくりました。先生方は、それを実践されて、いろんなところで発表されたりしていました。

けれども、何が起こったかという、マニュアルや方法論に従って教育したって、本当の教育はできないということだったんです。つまりマニュアルにのっとって教育したらそれで命の大切さが教えられるのかという、そうではないんですね。子どもって本当に素直なので、命の大切さを伝えるためのワークショップをしたとしても、突拍子もないこと、想像していないことを聞いてくるんですね。「先生はしんどくなったら死にたいと思わないの?」とか「どうして死んだらいけないの?」とかという、それこそ先ほど野々山さんのお話にもあったように、「死んだらどうなるの?」とかそういった問いかけが出てくるわけですね。

そうしたとき、大人って、マニュアルに従って実行することはできるんだけど、マニュアルにはない究極的な、人間にとって重要な問い、根本的な問いを向けられたときに、何て答えたらいいのか、戸惑ってしまう。だから、私は、むしろ私たち大人といいますか一人一人が、生きるとは何なのかとか、命とは何なのか、先ほどチャットで書いてくださっていましたけど、死んだら終わりなのかとか、少し哲学的・宗教的思考というかそういうものも日常生活の中に引き戻していかないとけないんじゃないか、と思っているんですね。

ふたつめは、どうしたら信頼を持ってもらえる人間になれるかというか、苦しみを話してもらえ人間になれるかという点において。そちらの方向で考えるのは難しいけど、逆方向で考える。例えば皆さん御自身が、自分が本当に信頼できる人ってどういう人かなというのを考えると、もっと分かりやすいと思うんですね。何か体のいいことを言って慰めてくれる人より、何も言わないけど立ち尽くす人のほうが自分にはぐっとくることもあったり、何もできないけれどいつものぞいてくれる人がすごく助けになったり…というように、自分が何をやっていいのかよりも、自分自身が本当に慰められるのはどういう時なのか、一人称の方向で考えてみた方が、私たちに求められる関り方は見えやすくなるんじゃないかと思います。

○上田 洋平さん

ありがとうございました。

先ほど来、大人がまず勉強すべきではないか、まずいろんな価値観についてもう一度根本から考え直すべきではないかという話も出ていますね。

こちらの感想は、「デスカフェの役割みたいなのを再確認」と。今日のこの場も、ここにお茶と菓子があつたりしたら、ケーキでも出てきたりしたら、まさにそういう場なんだろうというふうに思います。それをもっといろんなところに広げるのか。でも、それが特別な場所じゃなくて当たり前前に「助けを求められること、求めた人は格好悪いと思わないこと、助けてあげるのではなくて自然と手を差し伸べられる関係性。意外とできていないけど大事だ」と。

だから、それが本当に当然のことになるというか、弱さの自己開示というか。弱さの力というようなことをもう一度理解するということが、そういう場がもっと広がればということですが、「身近な人を事故で失ったが、近くにある寺院に参拝したり、また大学の社会人講座に行って話を聞いたりする中で落ち着いた。大人にはそういう場があるけれども、子どもにはまだまだそういうのがないので、あるいは今まではなくても社会の中でできたのかもしれない。でも、今はそれが過渡期の中では必要かもしれない、自治体も考えるべき施策かと思いました」ということであります。

それにちょっと関連して、我々の価値観をどう見直していくかということに関して、例えば「死は絶対来るので、来るのを待つより元気なうちに命を断つほうがよいのではないか。それが駄目なら安楽死を認めてほしい」とか、「ヨボヨボになって死ぬのは嫌だ。どんな死に方が自分にとって納得して死ぬのか、答えが出ない」「誰の人生もうらやましく思えない。どうせすぐ終わりが来る」。みんな死んでしまうというような考え方。それから、「命は自分のものだから、終わらせるのも自由だ」まさに尊厳死とか。「苦から逃れて死ぬ権利というのもひょっとしたらあるんじゃないか」。でも、この間も言いましたが、苦を抱えて生きる権利も人間にはあるんじゃないか。

「命は自分のものだから、終わらせるのも自由だと言うが、本当に命は自分のものなのか」、これは1回目でしたか、死は誰のものか、とい

うような話にもつながりますよね。公が扱うべきなのか、いやでも、子どもたちの自死は放っておいていいのか。

単純に比べられる問題ではないのかもしれませんが、「コロナ禍の期間で2つの悲しいことを思い出す」と。スリランカ女性が入管で医療を受けずに亡くなり、御家族が悲嘆に暮れる姿。2つ目は、「妊婦の方が感染して病院に入れず、子どもさんが亡くなった」。公が個人の生死に関わったというね。

この公と私ということについては前回ゲストで来て下さった広井先生がこの懇話会の意味としておっしゃっていたんです。公と私が今は大きく分離していて、それぞれが肥大化する。その中で、共に何か考えるとか助け合うという「共」の部分がやせ細っているのではないか。実はこの懇話会は、その部分を何とか広げていこうという、そういう場所ではないか、というようなことを前回、御登壇いただいた広井先生はおっしゃったんですが、先ほどの「死は誰のものか」という話で、前回の会場からのコメントの中にもお年寄りが「もう十分生きた、これ以上生きるとみんなに迷惑をかける。だから、早よう死にたい、参らせてもらいたい」というのがつらいという意見があった。これは本当に極楽を夢見て、そこを願われているんだったらいいんだけど、「家族に、社会に迷惑をかける」というこの価値観が、知らないうちにみんなに浸透している。多分藤井さんは、こういうところも含めて一遍、価値観を洗い直して、一から生きるとか死ぬとかを考えるべきではないかと言っているんじゃないですかね。

ついしゃべりますが、前回の話から新たにつくっちゃった言葉ですが、「長寿が迷惑化していく」時代、長生きしているともうこれは迷惑だと。「生きる・自助と生かす・公助」がコストの問題として、その損益分岐点がどこかにあって、という社会にひょっとしてなっていないか。効率性とか合理性だけを追求していくと、ひょっとしたらそうなるちゃう。その先は、ナチスのガス室と一緒にかもしれないという、命の選別のようなことを今もやっているんじゃないか。哲学とか、深いところから、今、そういうことも問い直さないといけない時代になっているのかなと思います。

あと、「死というのは実は生き物、生命の発明だ」と。細胞分裂でふえるんじゃないかって、オス

とメスができたときに初めて個体の「死」というのが生まれたんだから、これは生き物の発明なんだというような考え方もできる。もうそこまで行くと、今度、美術館でスピノフ企画をやりますが、そういうことを語り合う機会もあるかもしれないので、このご意見はそちらのほうに回したいと思いますが、そのように、もっと大きな視点で命を考えるとということも大事かもしれない。

琵琶湖や海に向かって叫ぶというのは、海の大きさに対して自分の小ささを実感することで救われていくというものもあるかもしれないですね。

じゃあ、また戻ります。「見相等に寝泊まりしている子どもたちのサポートをしたことがあります、悲しみの質も違う。18歳で出所することになる養護施設などで育った子どもたちに、生きる意味や死ぬことをどう捉えるかを教えるには、どういう言葉をかけていったらいいんでしょうか」。

それから、「身近な人の死に起因するグリーフとはちょっと違うのだろうが、子どもが直接被害に遭ういじめの問題も、やっぱりそれ以上に生きづらさの大きな問題だろう」ということですね。

いじめについては、何度もここでも出たりしています。これは、個々人が病んでいるとか問題があるんじゃないかって、むしろ「つながりが病んでいる」中でいじめは起こる。

さかなクンが言っていましたけど、小さな水槽に魚たちを入れると、突き合うんだけど、それを大きな水槽に入れ替えると全然そんなことがなくなる。同じ魚でも。だから、やっぱりその子が悪いとかその見相が悪いとかだけじゃなくて、関係性が悪いんじゃないかというのがいじめの本質ということなので、やっぱりこれも社会とつながりでどう直すかということかと思いますが、養護施設で育った子どもたちに生きる意味や死ぬことの捉え方を教えるか、どういう言葉をかけていけばいいでしょうか。これはミウラさんに聞こうかな。

○ミウラ ユウさん

それもまた正解のない、この言葉をかければ必ず大丈夫とか、そう言えばその人が元気になるとか、生きていけるとかいうことが、本当はないものだと思うんです。私は今、若い人たち

とか子どもたちから「死にたい」みたいな連絡とかを 24 時間体制で日々、対応しているんですけど、この前、ずっと最近連絡してきてなかった子が久しぶりに LINE をくれて、実はずっと調子が悪かった、やっぱり死にたいなと思うことは変えられてなかったんだけど、私が以前にその子に死にたいと言われたときに、「死にたくなるような気持ちを持っていることは否定しないし、あなたがそう思うんだったらそうなんだと思うけど、死んでいいかと言われたら、私も正直に言うと嫌だと思う。死なないで生きてほしい」と、「何もできないけど、私が生きていてほしいと願っているということを知ってほしい」ということを話したということ、思い出したらいいですよ。本当にずっと調子が悪くて、もう本当に別れよう、この世の中と別れようと思ったときに、そういえば、あの人、なんか生きていてほしいと願ってくれてたな、みたいなことを思い出してくれて、それで久しぶりに連絡をくれて、自分でポッドキャストとかを使ってラジオ局を開設し、自分のつらかった思いを語ることを始めたと言うんですよ。

たった3カ月くらい前に、死にたいと言っていた人なんですけど、社会に対して自分の意見を言うようになった。だから、ちょっとしたきっかけだと思うんです。何がそのきっかけになるかはちょっと正解がないから分からないんですけど、そのちょっとしたきっかけに出会えるような何かをいつもいつも発信しておくとか、そういうことが大事なのかなと思う。

私はやっぱり、否定されるということがすごく行き詰まることにつながっていると思うから、どんな人がどんな思いを持ってどんな行動をしようとしたときも、まずは「そうなんだね」と言ってもらえるとか。「それはやめて」とか「それは違う」とか、「それはこっちのほうがいいと思います」みたいなことをすぐ言われるよりは、一旦自分の言ったことが、相手が「あ、そうなんや」と言ってくれたというのは、きっと納得につながるんだと思います。

#### ○上田 洋平さん

ありがとうございます。

越智さんと楠神さん、青柳さんにも、このことについて何かコメントがあればと思うんですが、どういう言葉をかけてあげればいいのか。民俗学者の柳田国男という人が、「泣いていた

って分からないんだから口で言ってごらん、と大人は言うんだけど、口で言えないから泣いているんで、そのことを認めてやらないと話は始まらないよ」ということを言っているんですが、越智さんはさっき、泣きたいだけ泣かせてやるというような話をしていましたね。

#### ○越智 眞一さん

直接私が診ている患者さんが亡くなって、その連れ合いの方、御家族の方に声をかけたことはないんですが、私が診ている患者さんが家族を亡くされたときにかける言葉が、「泣きたいだけ泣きなさい」と。「それですっきりしたらええやないか」と言ってあげると、大体一月に1回、慢性の患者さんは来るわけですけど、その一月後にはすっきりとした顔でお見えになって、亡くなられた方のいいことだけお話しされる。そのうちに、もう忘れられたのか、あまり話さなくなるというか、亡くなられた方についてはお話がなくなるという。大体1年ぐらいで心の整理がつくんじゃないか。もっといくと、百か日、3カ月から4カ月でそういう心の葛藤は収まっていくんだろうと思います。

「頑張って」という言葉なんですけれども、我々、精神科専門家ではないですけども、死別した人は必ず鬱という状態だろうと思います。鬱の方に一番かけてはならない言葉が「頑張って」なんです。みんな、頑張ろうと思っているんですね。そこへ追い打ちをかけるように「頑張って」と言うと、その人は「頑張らなくっちゃ、頑張らなくっちゃ」と、どんどん雪だるまが膨らむようにどんどん自分を責めるという格好になるので、「頑張って」という言葉は言わない。その代わりに声をかけるとしたら、「悲しむだけ悲しんだらいいよ」「涙は出せるだけ出したらいいよ、その後には必ず楽になるから」というふうに僕は言ってあげています。

#### ○上田 洋平さん

人前で、人前じゃなくてもいいんですけど、泣けるというのが、大人が泣けるというのは、男は人前で涙をしないと、弱さを見せてはいけないという、マッチョな価値観とか。

#### ○越智 眞一さん

きっかけをつくってあげるんですよ。

○上田 洋平さん  
泣けるきっかけを。

○越智 眞一さん  
うん。泣いてもいいんだという免罪符を与えてあげるといふ、そういう効果はあるんじゃないかというふうに思います。

○上田 洋平さん  
これは知事、やっぱり会見で泣かないといけないんじゃないですかね。

○三日月 大造  
泣かなあかんときはね。泣きたいときは泣けばいいんですよ。そうかなと思って（笑）。

○上田 洋平さん  
それをなんか我慢しちゃうように社会が仕向けているとしたら、これはマッチョな考え方を変えていく。最近ではドラマでも、いろんな男性の主人公がおいおい泣いたりという。だから、滋賀県は男も充分泣く、男って限らないけど、みんな、泣きたいときに泣ける、それが集まって琵琶湖になるんですよみたいな県でもいいんじゃないかと思いますが（笑）。

楠神さん、どうですか。あと、楠神さんには加えて聞きたいのが、ミウラさんがちょっと言われた、ケアしている人たちも褒めるといふか、ねぎらってほしいというようなことなんかに関して何か思われることもあればと思いますが。

○楠神 渉さん  
はい。最初に、最初のコメントに関することについて、言葉にできない思いなんかがあって、助けてと言えないという子どもたちがいらっしやると。今、日本では、最初のお話の中で、毎日 20 人の方がお亡くなりになっている、自死をされているという中で、それがちょっと特別なおかしなことだとしたら、子どもたちだけが「助けて」と言えないのではなくて、大人も「助けて」と言えない。そういう社会の中で、信頼できる人に相談できるとかいうよりはもっとその手前で、私たち自身がまずは「助けて」と言えるようにならないといけないんじゃないかなと思って聞いていました。

ちょっとその話でふと思っていたのが、ついこの間、地域の中で困っている人を助けようみたいな生活支援のサポーターの打合わせ会議があって、その人たちに、何か困っていたら助けに行けますかと言ったら、皆さんがはい、はい、はいと手を挙げるんですよ。じゃあ、自分が困ったら助けてと言えますかと言ったら、いや、それはなかなか言えないよみたいな、誰も 1 人も手が挙がらなかったんです。30 人ぐらいいらっしやったんですけど。

○上田 洋平さん  
助きたい人ばかりで。

○楠神 渉さん  
助きたい人はいるんだけど、「助けて」と言えない。

だから、私たちがまずは「助けて」と本当に言って、先ほどの越智さんの話でいうと泣きたいときには泣いて、助けてというときには本当に「助けて」と言えるようにしないと、子どもたちも言えないんじゃないか。そういう社会をまず、助け合える社会、日本がそんなに自死が多いのは、大人も「助けて」と言えなかったら、そりゃ子どもも「助けて」と言えない。「助けて」と言える大人だったら、もしかしたら子どもも信頼をして、あのおじさんにだったら「助けて」と言えるみたいなそういうことがあるのかなというのは一つ思いました。

あと、ケアチームの皆さんの話だと、私たちもチームをつくって関わっていると、関わっている人を亡くしてしまったり、うまくいかなかったときにやっぱりぽっかりと穴が開いてしまうんです。それは、身近な人を亡くされた家族さんとか当事者の方と同じように。だから、そこもグリーンケアとかグリーンサポートという言葉がありますけれども、それは当事者の方だけじゃなくて、支援する私たちも本当にぽっかり穴が開いてしまうので、そこを共に同じ視線でお話をするだけでもいいんですが、何かそういう場が必要だという思いをチームみんなですべて持つところから始めたらいいのかなと思って聞いておりました。

○上田 洋平さん  
病院で看護していらっしやっても、そういう本当に献身的にやって、疲弊しながらやってい

らっしゃるといふ人もいらっしゃるでしょうし、その辺も越智先生にも聞いてみたいところですが、まず看護師を目指してやっている青柳さんに聞きましょう。このあたりのことも、今までの議論も含めて感じたこと。

○青柳 光哉さん

僕も、何て声かけをするかというところでは、声かけをするという観念に縛られなくてもいいのかなというのをミウラさんであったり、いろんな方の話を聞いて思いました。

今は看護学を学んでいるんですが、タッチングといって、患者さんに、言葉よりも肩に手で触れて「どうされました？」とか、近くにいますよということを示してあげるといふか。やっぱり言葉にうまくできないこともたくさんあると思うので、常に近くにいますよと示してあげることが大切なのかなとも思いました。

あと、日本はあんまりハグの文化とかなないと思うんですけど、留学生の友達をバイバイと言って最後、見送るときに、すごくハグをしてくれて、そのときにちょっとなかなか自分からは恥ずかしいから友達にハグなんかできないんですけど、でも友達に初めてハグをしてもらえて、なんか言葉にならない思いも出てきた経験とかもありました。

あとは、越智さんが、泣いてもいいよ、好きなだけ、泣きたいだけ泣くと言っていたと思うんですけど、もしかしたら関係性の中では、自分が泣いているときに友達が「泣かないで」みたいに言ってくれるときもあると思うんですけど、「泣かないで」と言われると僕は泣いちゃうんですけど。だから、どういう関係性を築かって、言葉というよりもお互いの関係性というところに目が向いていたらいいのかなとも思いました。

○上田 洋平さん

よく泣く看護師になりそうやね。  
越智さん、どうですか。

○越智 眞一さん

さっきの死別の種類ということになってくるわけですね。お付き合いが長い方の亡くなられ方というのは、皆さん、今、出てきたようなお話になると思います。主治医との関係性、それからケアスタッフとの関係性というものが構築

されていて、それが継続すれば、ハグであっても何でもとにかく、支えられているという気持ちが残った方であれば、それが立派なグリーフケアだろうと僕は思います。

問題は、急に亡くなった場合。それに対するケアというものがやはりこれからは必要になっていくんじゃないか。急に亡くなるという中には、慢性でずっと療養しておられて、例えば今は簡単にお見舞いにも行けない、そういうような状況で亡くなられたという知らせが入ったときにどうケアをするか。当然、医療スタッフとのコンタクトというのは、入院付添いが可能などとは全然希薄なものになっているはずですから、そういうことに関してはこれからの問題だろうというふうに思います。

○上田 洋平さん

ありがとうございます。

亡くなるにあたっていろんな曲線を描いて、がくんと亡くなる方もおれば、ぷつと亡くなる方もいれば、だらーとゆっくりなだらかに逝く人もいるというようなことも、我々はずっと知っておくことが大事じゃないか。それぞれにまた対応の仕方がある。そういうことも我々はふだん、あんまり考えないですからね。テレビ等で見る死のイメージがあるけど、現実には、ここにいらっしゃる方はみな全然違うそれぞれの体験をしていらっしゃるということ。

三日月さん、いかがですか。今までのことで。

○三日月 大造

たくさん感じる場所があるんですけど、まずは、「助けて」と言える社会を、これは子どもだけじゃなくて大人も含めて、つくりたいなと思うし、つくらなあかんのやろなと思いましたね。これは今日、野々山さんから、子どもたちとかその保護者の皆さんのグリーフケアをされているところからも出てきたし、視聴されている方々からも、同様の悩みだとか御感想、そして委員の皆さんからもそういうお話がありましたので、ここはすごく大事なことだなと思いました。

それと、今日は子どもたちから話をいただいたんですけど、実はやっぱり大人とか私たちの感じ方とか考え方って、ちょっとかみしもを着過ぎていたり、立場をおもんぱかり過ぎていたり、性別とかそういうものにちょっとこだわり、



とらわれ過ぎているようなところ、「父親だから」とか、子どもたちにすれば「子どもだから」というのがあるのかもしれない。そういうものをちょっと取っ払っていいんだよ、こだわらなくていいんだよ、あなたらしくていいんだよという、そういうメッセージをもう至るところ、あらゆるところで出していくことって大事なんだという、この2点のことは、今日、すごく強く思いましたね。

○上田 洋平さん

これまで3回を通じて重なって出てくるような部分から、社会がどういう方向であつたらいいのかというようなことと、それもまたそれぞれ死の種類とか直面する課題の種類がまた違うということもだんだん分かってきますし。

○三日月 大造

あと一つ、楠神さんがさっき、ケアされている方も関わってきた方を亡くされてぽっかりされてしまうというお話があって、死で終わらない関係って、上田さんもその後、次いで言うてくださっていましたけど、死から始まる何か新たな分かち合いの関係性みたいなものもあると、僕たちがいる地域とか社会とかがちょっと重なり合ってくるというか。なんかそんなふうになるなと思って。

○上田 洋平さん

毎回、懇話会で話しながら、言いつばなしでいいとはいえ、これはどこに落としていくのかというね。でも、琵琶湖に泣きに来ようというようなキャンペーンはできるかもしれないけど。叫びに来るといふ。

○三日月 大造

そういうことも受け入れられる、ね。涙があんまり多過ぎると塩水になってしまうので（笑）。

○上田 洋平さん

きっかけをどう与えてあげるか。声かけだけじゃなくてもいい、例えばいろんな方の生活支援をしていらっしゃる「フミコム」というような団体の方は、「お年寄りたちに、困ったことはないですか、と聞いたって絶対出てこない」と。「布団を引き取りますよ、おうちにいっぱい要

らん布団があるでしょう、服、あるでしょう、出しに来て」と言うって持ってきはる。そして、ついでに話を聞くとかね。部署部署が真正面から直球で行くのもいいけども、きっかけの在り方というのはいっぱいあると思うんですね。そういうところは、いろいろ考えられる、できることもあるんじゃないかなというふうに思いました。

野々山さん、最後、ちょっと3分か5分ほどありますけれども、今日参加していただいた感想も含めて。居場所とか、今は小さな居場所をつくっていらっしゃる。素でいられるというか、そういう場所を一生懸命つくっていらっしゃるんですが、それをどう社会にどんどん広げていくかということがこれから問われているんだろうと思うんですが、その辺も含めてコメントをいただければと思います。

○野々山 尚志さん

まず、この懇話会があること自体もそうなんですが、滋賀県はすてきだなというふうに感じました。

私たちもこういった活動をしていて、子どもというキーワードですけども、子どもの中にもいろんな痛みを抱えている子とかがいる中で、あえて「身近な人をなくした子どもたちのサポート」と限定してやっています。でも、もっともっと救わなきゃいけない子ども、子どもだけじゃなくて大人もいっぱいいると思うんですね。

なので、私たちはいろんな方とのネットワークを広げるといふことを今、やっています。以前、ある市民病院の緩和ケアに従事されている方にお話をさせていただいたことがありました。患者さんが亡くなられて退院してから、その御家族との関係が切れちゃうことが心残り、何とか子どもたちもそうだし、亡くなる方にも安心してほしいからということで、私たちの活動を紹介させていただきました。その方たちがネットワークで広げていただいて、全く違う地域の病院の先生から「こどもの森」を紹介していただいて、参加された方がいました。

ネットワークが広がると、何かしたい、でも自分ではできないけど、こういったところがあるならここにつなげたいなということができると思うんで、ネットワークを広げていくことで、

救える人が増えていくのかなというふうに感じています。

あと、子どものグリーフサポートということで、子どもたちの遊び場とか語れる場をつくってはいるんですけども、実は結構、始めたころ以上に親のつながりというのがすごく重要だなと思うようになりました。これは、学生のころに開催した中学生以下の親を亡くした子どもたちのつどいに参加していたお母さんに教えてもらったことなんですけど、「子どもの成長と一緒に見守ってくれる人がいるから救われた」と言っていたんです。

旦那さんを亡くして、自分1人しか子どもを愛する人がいない、自分の命をかけてでも守りたい子ども。いろんな人が、自分の子どもに対して無償の愛情を注いでくれるんだということを感じたときに、すごく救われた、楽になったと言っていたんですね。

実際には何をやってくれたかというところ、子どもを遊びに連れて行ってくれたりとか、ちょっと自分がしんどいときに買い物を代わりにやってくれたりとか、そういう何気ない、しんどいときに何か一緒にやったり手伝ってくれたりとか、そういったのが地域の中とかで広がっていくと、もっともっと楽になる人がいるのかなというふうに感じています。

心を寄せて伴走してくれる人だけでなく、成長を見守ってくれる人の存在というのが、子どもや近くで支える大人たちにも大きな力になるのかなということを先ほど、皆さんの話を聞いて思い出しました。

それから、全然別件なんですけど、最初のほうにいじめの話もあったんで。私が今、勤めている小学校は国際色豊かというか、結構外国籍の子がいるところで。やっぱり見かけで差別したりいじめをするというのが子どもたちの中でもあると思うんですけど、今勤めているところではほとんど聞いたことがなくて。

これは勝手な想像なんですけど、肌の色だとか、イスラムの子もいますので文化の違いとか、ほんとに違いが当たり前の中で育っていくと、そんな見かけとかそういうところで人のことを否定したり、いじめることはなくなるのかなというふうに考えると、もっともっと多様な人たちが関わる機会をつくっていくと、誰かを傷つけるということってなくなるのかなというふうに思うようになりました。いろんな人が

関わる機会をつくっていくということってすごく重要なのかなということを今、感じていて。じゃあ、自分に何ができるんだろう、学校で何ができるんだろう、グリーフサポートの活動で何ができるんだろうということを今、考えているところです。

○上田 洋平さん

ありがとうございます。

あつという間にまた今回も時間がやっしまいました。続々とコメントが来ているので、またこれはホームページ等で紹介できるものはしていくということですが、最後、「死縁から支援、そして地縁へのつながりが構築できれば」と書いていただいた方、「あの世のことなんかもやっぱり考えていくことが必要」とか、いろんな意見をいただいたところでありました。

ということで、時間がやっしまいました。今日もいろんな観点からお話をさせていただいてありがとうございます。

委員の皆さん、本当にありがとうございます。そして、視聴者の皆さんも、大変深いコメント・感想、質問をありがとうございました。お返しいたします。

○事務局（滋賀県企画調整課 森）

はい。皆様、ありがとうございました。

御聴講の皆様には、事前のメールやお手元の資料でも御案内しておりますが、本日御聴講いただいた御感想などをアンケートにお書きいただければ幸いです。オンラインで御聴講の皆様には、改めてアンケートの御協力についてのメールをお送りさせていただきます。中継会場の皆様は、御記入後、アンケートは机の上に置いてお帰りいただければ結構です。皆様、差し支えない範囲で御回答いただければ結構でございます。中継会場のほうは、マジックと鉛筆も机の上に置いたままお帰りいただければと思います。

さて、死生懇話会の開催は、今年度は実は今回で最後の予定になっておりますが、死生懇話会関連企画、先ほどもスピンオフという言葉が出てまいりましたが、関連企画として、皆様と一緒にいろんな場面で考えたり、語ったりできる機会というのをこれからもつくっていききたいなというふうに考えてございます。

関連企画の御案内は、ホームページなどでも今後、紹介してまいります。現在は、「漫画で語ろう『死生観』』というオンライントークイベント。漫画の中にもたくさん考えさせられることってあるよね、そういうことで一回しゃべってみない？というようなアイデアとかもこれまでもいただいていた機会がありますので、そういうオンライントークイベントでしてみよ

うということで参加者を募集中でございます。またぜひ、御関心がございましたらのぞいていただければと思っております。

それでは、最後、もうおなじみになっておりますが、御出演者の皆様、委員の皆様、御聴講いただいた皆様に手を振っていただき、終了したいと思います。

これをもちまして、第3回死生懇話会を終了いたします。本日は誠にありがとうございました。

〔16時30分 閉会〕



〈死生懇話会 ～「死」を捉えた「生」のあり方を考えるヒントに～（県ホームページ）〉 滋賀県では、死生懇話会のご紹介とあわせて、「死」「生」に関する様々な取組、考え方について 色々な方にインタビューさせていただいた取材 記事等を県ホームページでご紹介しています。

URL : <https://www.pref.shiga.lg.jp/kensei/kenseiunei/kousou/316588.html>

滋賀県総合企画部企画調整課 企画第二係

★★「第3回死生懇話会」(11/21)の中で、ご聴講の皆様からいただいたコメント★★

- ・死生観 生命は有性生殖を獲得すると同時に死を得た。同じ命が残っても発展がないばかりか、環境の変化に追従できないリスクがある。新しい生命が生まれて多様性が図られることこそ、希望の未来がある。私の命(生き様)はその多様性の一つのあり方であり、その重要性に気づいてどのように生きるかと思案することこそ、自らの価値を高めるものとする。すなわち、死を迎えた時この私は唯一無二の私となりうるのである。現代社会は終活が盛んなように、死んだら終わりの考え方が大勢を占めるが、死が終わりを意味するものでなく、生命の一員としての価値を示すものであると考える。
- ・身近な人の死に起因するグリーフとは違うのだろうが、子供が直接被害にあう「いじめ」の問題も同じように、或いはそれ以上に生きづらさの大きな問題だと思う。
- ・コロナ禍の期間で二つの悲しいことを思い出します。  
一つは、スリランカ女性が入管で医療を受けずに亡くなり、ご家族が悲嘆にくれる姿。  
二つ目は、妊婦の方が感染して病院に入れず子どもさんは亡くなったこと。公助が個人の生死に関わった出来事でした。
- ・家児相に寝泊まりしている子どもたちのサポートをしたことがあります。個々に悲しみの質も違います。また、18歳で出所することになる養護施設などで育った子どもたちに生きる意味や死ぬことをどう捉えるかを教えるにはどう言葉をかけていけばいいのでしょうか？
- ・命は自分のものだから終わらせるのも自由だと言う人がいる。本当に命は自分のものなのか？
- ・クローズで行う、死を語るコミュニティの場としてのデスカフェの役割の必要性を再確認させて頂きました。また、お茶を片手に語るなら、この懇話会自体もデスカフェと言えると思いました。
- ・助けを求められること、助けを求めた人をおかしく思わないこと、助けてあげるのではなく自然と手を差し伸べ合える関係性、意外とできていないけど、とても大事だと思う。
- ・保育現場で日々たくさん子どもたちと触れ合い、関わりながら過ごしています。様々なご家庭があり、保護者の都合でやむを得ず悲しい思いや、モヤモヤとした言葉にならない思いを抱えている子がたくさんいます。その思いにまず気づき、寄り添い、傾聴する。頭ではわかっていますが、いざその状況に直面するととても難しいです。子どもは自分の気持ちをうまく言葉で伝えられず困っていることが多いように感じます。まずは自分がどう感じているのかに、気づく、向き合うために、大人が周りがどう働きかけていくのかに課題を感じています。助けることは難しくても、自分の気持ちに気づくだけでも気持ちに折り合いや整理をつけるきっかけになるのかなと感じます。そのために必要なこと、大切なことがあればぜひご教示ください。
- ・東洋的な死生観に「あの世の存在」と、「輪廻転生」というのがありますね。非科学的か

もしもですが、早く亡くなった人が見守ってくれていると思うことは、心の救いになるところがあります。

- ・死縁から支援、地縁へのつながりが構築できればと思います。
- ・死や生に対する価値観を持つためには、具体的にどのような取組が有効、あるいは必要とお考えでしょうか。
- ・「別れ」「死別」を経験した人に対して「かわいそう」などのマイナスイメージの押し付けが無意識に多くの場面でされているのでは、と感じました。「別れ」にはもちろん悲しさ、苦しきはあると思いますが、一方で「乗り越えての成長」「今いる人を大切にしよう」「思い出は消えない」などの場面もあると思います。これをより多くの子どもたちに、学校教育を通して伝えられないかと思いました。
- ・身近な人を事故で失ったが近くにある寺院に参拝し、又、宗教系大学の社会人講座に行きお話を聴いたり、話したりする中で、いつしか落ち着くことができたように思います。今日の野々山さんのお話を聞いていて、大人にはそのような場があるが、身近な人をなくした子どもたちのグリーフをいやせる、サポートできる場の提供は、自治体としても考えるべき施策かと感じました。
- ・私は71歳です。残された時間、毎日を仏道に費やすつもりでいます。つまり、自分の煩惱の整理がつかないからです。他方、大衆仏教には「慈悲」とか「利他行」という大きな目標があります。しかしながら、これを心の底から信じていることができていません。(なんとなくはわかるのですが) 今日のお話を聞いて、解はやはり慈悲や利他の心にあるのではないかと思いました。
- ・死は絶対くるので、くるのを待つより、元気うちに自分から命を断つほうが良いのでは。それがダメなら安楽死を認めてほしい。ヨボヨボになって死ぬのはイヤだ。どんな死に方が自分にとって納得して死ぬのか答えが出ない。誰の人生もうらやましく思わない。どうせすぐに終わりがくる。最後は人は平等にできている。みんな死んでしまう。