

## 死生懇話会 ～「死」を捉えた「生」のあり方を考えるヒントに～

自分らしく生きること、望む最期を迎えること、色々な生き方を認め合うこと、そして幸せに生きること…etc、**そんな生き方のヒントをちょっとでも見つけるきっかけになればと、「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をさせていただいた内容をご紹介します。

ここでご紹介している方々は、人の死という大事な場面に日々関わっておられる方や、ご本人にとっても残される方にとっても、最期を悔いなく穏やかなものになりたいとの思いで活動されている方、子どもや若者の生きづらさの問題に真摯に向き合っておられる方など、「死」と「生」のあり方に真剣に向き合い、そして「人の命」を何より大切に想う方々ばかりです。

これからも色々な方にお話をお伺いし、随時情報を更新してきたいと思います。

「死」や「生」についての考え方、捉え方は、人それぞれです。このページをご覧になった方が、**それぞれの心のアンテナにひっかかる“何か”を少しでも見つけていただければ**幸いです。

- |   |        |
|---|--------|
| <b>1.看取り士 西河 美智子さん</b><br>取材日 2020年11月6日  | … P.1  |
| <b>2.「にじっこ」NPO 法人好きと生きる 林 ともこさん</b><br>取材日 2020年11月9日   | … P.5  |
| <b>3.「おかえり」NPO 法人好きと生きる 八田 典之さん他</b><br>取材日 2020年11月14日                                       | … P.9  |
| <b>4.花かたばみ（あなたと共に）の会 井川 裕子さん他</b><br>取材日 2020年11月17日  | … P.14 |
| <b>5.エンディングメイク MARIA 復顔修復納棺師 代表 大田 円香さん</b><br>取材日 2020年11月18日                                | … P.18 |
| <b>6.僧侶、チャプレン 笠原 敏典さん</b><br>取材日 2021年3月26日   | … P.22 |
| <b>7.グリーンサポートあいちこどもの森 代表 野々山 尚志さん</b><br>取材日 2021年8月2日  | … P.28 |
| <b>8. 京都女子大学 家政学部生活福祉学科<br/>助教 吉川 直人さん（デスクカフェ研究）</b><br>取材日 2021年10月13日                       | … P.32 |
| <b>9. 小金井市立図書館貫井北分室 分室長 田中 肇さん<br/>&amp; 看護師 小口 千英さん（デスクカフェ主催）</b><br>取材日 2021年11月9日          | … P.36 |
| <b>10.社会福祉法人 中央福祉会 特別養護老人ホーム「三思園」<br/>看護師長 高橋 進一 さん &amp; 皆様（デスクカフェ主催）</b><br>取材日 2021年11月16日 | … P.40 |
| <b>11.にゃんこおたすけ隊 代表 鎌田 優花さん &amp; 皆様</b><br>取材日 2021年10月26日                                    | … P.44 |
| <b>12.滋賀県フリースクール等連絡協議会の皆様</b><br>取材日 2023年1月16日   | … P.49 |
| <b>13.滋賀いのち電話の皆様</b><br>取材日 2023年2月24日  | … P.54 |
| <b>★特別企画★ 電話インタビュー<br/>宗教学者 山折 哲雄さん×滋賀県知事 三日月 大造</b><br>取材日 2021年6月16日                        | … P.58 |

滋賀県 死生懇話会 インタビューシリーズ



看取り士 西河美智子さん

(日本看取り士会 看取りステーション「たんぽぽ」滋賀所長)



看取り士をされている西河美智子さんにお話を伺いました。

「看取り士」とは、誰にでも訪れる旅立ちの時間を安心して幸せに迎えられるようにサポートする専門職で、一般社団法人日本看取り士会が認定しています。

死というのは本来尊くて、とっても温かい。これから多死時代が来ますから、若い人たちに「豊かな死」を見せていく必要があると思います。

2020年11月6日取材

大切な人の死は、悲しくてつらいけど、「死」というのは本来尊くて、とっても温かい。旅立つ方からのギフト。

Q 「看取り士」とはどういったお仕事でしょうか？

**西河さん** 側において、ご本人の願いを一番にお聴きしながら、安心して望むところで最期の時まで過ごしていただくように、寄り添わせていただく役割です。

大切な人の死は、悲しくてつらいものですけど、看取りというのは、逝く人にとっても、看取る人にとっても、実は言葉にすることができないぐらい、大きな喜びや感動があるんです。「死」というのは本来尊くて、とっても温かいもので、死は旅立つ方からのギフトなんです。

私たちは、臨終の前後を寄り添わせていただきます。今の時代の中では、臨終の時も寄り添って、臨終後まで寄り添うお仕事って他にはないと思います。

地域で利用できるサービスは充分お使いたいので、私たちが寄り添わせていただきますので、いつも介護保険のケアプランの中に入れていただいております。地域の看取りをしてくださるドクターとも連携して、訪問看護師さんとか訪問介護の方の仲間に入って。私たちは、医療とか介護とかはせずに、看

取りの役割をさせていただいております。

どうしても今夜は不安という時には、看取り士がいつでも寄り添います。

Q 「看取り士」をお願いしたい時は、どういった仕組みで？

**西河さん** 「看取り支援サービス」というのがあり、余命告知、例えば食べられなくなったりとか、そういう時に契約をいただいて、その方のご予算に応じてプランを立てさせていただきます。月契約は1万円、24時間電話もできるし、訪問の依頼もできるようにあります。1回3時間のボランティアを30回使えますので、1か月間、毎日誰かに来てもらいながら、最後、呼吸がおかしくなったり、どうしても今夜は不安という時には、看取り士がいつでも寄り添いますので、本当に不安なく、安心して時間を過ごしていただけます。看取り士は、例えば呼吸がおかしくなると、来てほしいって言われると行って寄り添います。平均5時間です。

逝かれる方はものすごく淋しいんです。その方にしか味わえない孤独がありますので、そんな時に、眠っておられても誰かが側にいてくれるっていうこと

看取り士の紹介パンフレット。  
ご本人のご希望を第一にプランを  
立てていけます。



10〜20万円の「看取りサービス  
(桜)」と「看取りサービス(蘭)」という  
プランもあって、例えば、お一人様で、他  
のことを全てしてほしいっていう時には、  
看取り士が2人に対応させていただいて、  
臨終の前後、そのあとも色んな必要なこと  
をみんなさせていただく。その場合、金銭  
管理は後見人にお願ひしております。看取  
りサービスは、チケット制で使わないチケ  
ットは買ひ取らせていただいています。ご  
本人のご希望と幸せを一番に寄り添わせ  
ていただきます。

「ああ、命っていうのはこんな風に受け継が  
れていくんだな」って。

で、本当に安心  
をされます。ポ  
ランティアチ  
ームを上手に  
お使いいただ  
くと、ご家族さ  
んも安心して、  
その時間にお  
休みいただい  
たり、お買ひ物  
に行かれたり  
っていう暮ら  
しを続けるこ  
とができます。

Q 看取り士になられたきっかけは？

西河さん 看護師を20年していたん  
ですけど、実はずっと看取りを追求してい  
ました。色んな方面で学ばせていただいて  
10年それを続けた時に、この「看取り士」  
っていう資格に出会って、その時に、  
人が亡くなる時はこんなに温かいんだっ  
ていうことを実は初めて知りました。

そういう時間を体験させていただきました  
時に、「ああ、命っていうのはこんな風に  
受け継がれていくんだな」っていうことを  
体験させていただいて。息を引き取られる  
その時から、その後まで、ずっとご家族さ  
んと一緒に、その方の思い出だったり、感  
謝だったり、色んなことをお話しして長い  
時間を過ごさせていただく。本当に温かい  
お体から、お体が冷たくなるぐらいゆっく  
りと寄り添わせていただくと、もうご家族  
さんの表情も変わるんです。

逝かれる方も、みんなが笑顔になる。そ  
ういう体験をしてきましたので、「ああ、  
本来、人が亡くなるってこういうのはこうい  
うことなんだな」っていうことを、その時に  
学ばせていただいて、そうしたことがきつ  
かけとなりました。

看取りには作法、抱き方があるんです。  
その抱き方でお母さんを抱かれた瞬間、  
お母さんがすごい笑顔になられて…。

Q 印象に残っている「看取り」のエピソード  
はありますか？

西河さん たくさんあるんですけど、  
(あるご家族様で)呼吸がおかしくなっ  
て、すぐお電話をくださって、駆け付けた  
時は娘さんの腕の中だったんです。私た  
ちは触れるっていうことをしますので、  
お母様を抱いていたいたり、触れてい  
ただいたりして、思い出話をたくさん聞  
かせていただいています。

看取りには作法があるんですね。その作  
法をお伝えして、抱き方があるんですけど、  
そういう抱き方でお母さんを抱かれた瞬  
間にお母さんがすごい笑顔になられて…。  
後日お手紙をいただいて、その後、亡く  
なられたお母様と添い寝をされたそうで  
す。それで、お母さんの胸の中で泣いたり、  
話しかけたりして、そうやって2日間添い  
寝をして側にいて過ごされて、本当に今は  
母が側にいるって、そういうお手紙をいた  
だいて、本当によかったなあって思います。

医療、看取り、それぞれの専門性を活か  
して、人々の幸せのために貢献するって  
いうのが役割。

Q 例えば病院で最期を迎えられる時にも、  
看取りをするということはどうですか？

西河さん 病院での最期を希望される



方には必要ですが、看取りを病院に任せるということは思っていないです。医療は本来の医療のお仕事の役割がありますから、病気を治療することに専念できるように、お互いの専門性を活かして、人々の幸せのために貢献するっていうのが役割だと思いますので、病院でそういうこと(看取り)を求めることは私は違うかなって思っています。

Q 滋賀県では看取り士はどれぐらいおられますか？

西河さん 滋賀県内で今30名で、各市に看取り士がおりますので、全県どこでも、看取りのご依頼に伺うことができます。近隣の県もあわせると今、50名ぐらいの看取り士さんが、ステーションに登録されています。

色んな形でご家族さんが普段の暮らしをしながら、暮らしの延長線上に看取りがある。

Q 看取り士をお願いしたいという依頼は、どういうところからありますか？

西河さん 一番多いのはケアマネジャーさん。ケアマネジャーさんが、例えば親子2人の家族なので、もうそろそろなんだけど支援してあげてほしいといった

ご依頼とか、看取り士を知ってくださっているご家族さんからのご依頼です。

今はお一人様もたくさんおられますし、そういうお一人様に対しては、毎日元気にしていますっていう見守りフォンっていうのがあります。警備会社とタイアップしているんですけども、毎日それでボタンを押されると、遠くにいる家族さんにも毎日安心が届けられて、そのボタンが押されないと、私たちが見に行くんです。押し忘れの時もあります。それでも伺います。そうするとご家族さんが、「ああよかった、安心してこういうことなんです。」って。ご家族さんが遠く離れておられても、自分の普段の暮らしをしながら親孝行ができる。そういうこともしています。色んな形でご家族さんが普段の暮らしをしながら、暮らしの延長線上に看取りがあるっていうのがいいた。

ご本人が今どこにいたいのか、これからどこにいたいのか、そして、誰と一緒にいたいのか。

Q 本人のご希望をどのように聞いていかれますか？また認知症の方にはどういったご対応を？

西河さん 一番はご本人の希望を聞きます。ご本人が今どこにいたいのか、これ

からどこにいたいのか、病院なのか、在宅なのか、そういう希望を聞きます。そして、誰と一緒にいたいのかっていうことをお聞きします。その次は、医療はどうされますかっていうことをお聞きします。

意識がないと見えるような方でも、皆さんおわかりです。本当にみなさんおわかりです。認知症の方も、会話ができる時があったり、特に命について、死について、そういうお話の時には、つながるのかもしれない。思いをお聞きしていくと、目で合図をされたり、手で合図をされたり。

ご本人やご家族には、「プラスの死生観」をお伝えしています。

Q ご本人やご家族に、どういうことをお話しされるんでしょうか？

西河さん 死生観がないのが、今一番の問題だと思えます。例えば教育の中で、よりよく生きることが学ぶけれども、人の命に限りがあるっていうことを学ぶ機会がない。そして死について語り合う場がないので、死生観を深めていけないままに、突然「死」が来てしまっただけで、「どうしよう」ってことになるのが現状だと思います。

私たちは、何か特別な宗教を持っているわけではありません。いつもお伝えするのは「プラスの死生観」。失うんじゃないで、

本当はものすごいエネルギーを受け取る、そうやって命を受け取っているのが看取りなんですよって。

ご本人の尊厳が一番。その人が願うように時間を過ごせるように。

Q お亡くなりになる方とご家族の方、どちらの方に重きを置いて接しておられますか？

西河さん それはもちろん一番はご本人です。ご本人の尊厳が何より大事です。今きつとそこを忘れてるんだと思えます。最期をどういうふうに迎えるか、延命はしたくないとか、点滴までならいいとか人それぞれ思いがあると思うんです。食べたくない時に食べたくないとか、その人の尊厳が一番。その人が願うように時間を過ごせる、それを大切にしています。

Q 医療や後見人の方と連携しながら、また違う立場で寄り添われるっていう、本当にすごいお仕事ですね。

西河さん 今、本当に必要だと思っております。例えば、せっかく病院から思い切った家に帰られたのに、呼吸がおかしくなったり、あわてて救急車を呼んでまた病院に戻ってしまったって…。そういうケースをよくお聞きします。「そうか、看取り士さんに来

てもらえばよかった。」と後で聞いたりして。看取り士を契約されていたら、そんなことは絶対起きませんので。本人の願いが一番に叶えられるような仕組みにしていきたいと思えます。

たとえどんな死でも、その人がそこまで命をかけて生きられた、素晴らしい命。それが敗北であってはならないと思うんです。

Q 「死生観」ってどういう感じをお持ちでしょうか？

西河さん 人はやつぱりもともと喜びの中で愛されて生まれてくる、そして、生きていく間にいろんな体験をする。この体験は宝物だと思うんですよ。いろんな体験をして、その一人一人の素晴らしい体験が、最後、死に向かっていた時に、それが敗北であってはならないと思うんです。それだけ素晴らしい体験を、人生で、いろんな苦勞をしたり、幸せな思いをしたりしながら蓄えてきたその人の何か、それを誰かに渡すのが死だと思えます。

人の人生は死に方じゃないんです。どうそこまで生き切ったか。どんな死も、マインナスにしてはいけません。たとえどんな死でも、その人がそこまで命をかけて生きられた、素晴らしい命なんです。それを周りにいる方に受け取ってもらって、次に進む希望、また生きていく希望に変えて

いつてもらう、それが死だと思っています。これからやつぱり多死時代が来ますから、そうなった時に若い人たちに「豊かな死」を見せていく必要があると思います。病気で死んだとか事故で死んだとか、そういうことじゃなくて、その人がその人生をこんなに輝いて生きた、なんて素晴らしい人生だったんだらうってみんな嬉べる、そういう死にしていきたい。

みんなが生き方を考え、死に方を考える、その時期が来たんじゃないかな。

Q コロナ禍で何か変化はありましたか？

西河さん コロナ禍で、命って何だろう死ぬって何だろうって、どこかでそういう思いが起きて、看取りのことに辿り着いて、お問い合わせくださる方もありますし、このコロナ禍で何ができるだろうって、求めてこられる方もおられます。みんなが、生き方を考え、死に方を考える、その時期が来たんじゃないかなって思えます。

●看取りステーション  
「たんぼぼ」滋賀  
●一般社団法人 日本看取り士会  
滋賀研究所「想和庵」  
多賀町多賀 1227-42  
TEL  
090-2596-2209  
E-mail  
michiko72@outlook.jp  
ホームページ  
http://souwaan.com

「にじっこ」 林 ともこ さん (NPO 法人 好きと生きる 理事)



不登校の子ども達の居場所づくり「にじっこ」の活動。この活動を担当されている、「NPO法人 好きと生きる」理事の林さんからお話をお伺いしました。

※NPO法人 好きと生きる  
「好きなひと・好きなもの・好きなことと共に好きな地域で生きる」をテーマに、生きづらさを抱えた人や、不登校の子ども達の居場所づくり等の活動をしているNPO法人。

こういう活動している根本にあるのは、亡くなった娘のこと。今こうやって、子どもたちと出会って、ほんまに今ここにこうやって生きていてくれることが、私にとっては全てです。

2020年11月9日取材

「にじっこ」は基本的に完全に自由。来た子どもたちがその日にしたいこと、好きなことをして過ごすところ。

Q 「にじっこ」では、こういった取組をされていますか？

林さん 「にじっこ」は、今現在、月8回活動していて、場所が長浜、米原、近江八幡、大津の4か所。対象が小中高校生で、中高生だけの日も月に2回ほど設けていて、後は誰が来てもいいっていう形にしています。それで見守り隊って大人が3人ぐらいいて、そこに来る子どもたちと遊んでいっているっていう、「移動居場所」みたいな感じで。コロナの関係で、食事を挟むことが厳しくなったので、今は13時から16時の3時間開けています。

「にじっこ」は今、基本的に完全に自由にしていて、来た子どもたちがその日にしたいこと、好きなことをして、自由に過ごすっていう感じ。

普段からずっと毎日学校お休みしている、お家で過ごしている子どもたちも来ますし、普段は登校しているけど、「にじっこ」の日だけ休んで来る子どももいて、色んなタイプの子たちが来ます。

不登校の子どもしんどいけど、学校に来てる

子どもしんどいんやなって。

Q この活動をされたきっかけは？

林さん もともと学校の教員していましたが、娘の病気と障害が重くて、学校の教員を辞めたんです。娘が亡くなった後に、もう1回学校に復帰して、学校でまた子どもたちと出会って、不登校の子どもしんどいけど、学校に来てる子どもしんどいんやなって気づいて、じゃあ、このしんどい子どもたちが、学校とお家以外の行ける場所があったらいいなあと思って、学校の教師をやめて作ったのが「にじっこ」です。

「にじっこ」では勉強は一切しない。生活の全ての中に「学び」ってあると思う。

Q 活動のなかで大事にされていることや思いは？

林さん 私たちが一番大事にしていることは、絶対に子どもを否定しないっていうこと。怒鳴りつけて上から押さえつけるとかはしないっていうのは、徹底して意識していることなので、とにかく子どもたちは、ここに居る間は抑圧されたりとか、恐怖心で押さえつけられるっていうことがないように、安心して過ごせる場所っていうのはいつも意識していること。



「にじっこ」では）勉強は一切しないです。したいっていう子がいたらしますけど。勉強っていうのも、捉え方なんですけど、私の中では、ほんとに生活の全ての中に学びてあると思うので、学校の教科学習だけが勉強じゃないっていうところもあって。

「にじっこ」でもコミュニケーションっていう点はすごく大事にしている、やっぱトラブルもたくさん起きるので、子ども同士なので、喧嘩もしますし、全部、それは学びのきっかけとして捉えて、私たちも一緒に考えるというスタンスでやっています。

今はもうテレビゲームされているお子さんがほんとに多くて、それが（コミュニケーションの）きっかけになることが多いですね。なので、うちはゲーム禁止とか、何時間までとか、一切制限していない。でもそのおかげでつながれて、コミュニケーションとれている子も多いんで、すごく良いツールだなと思っています。ゲームから得ているものとか、学んでいるというか、遊びでやっているんですけど、その子の価値観つくったりとか、思想をつくったりしているんで、一方的に、「テレビゲームあかん」とかは、私は全然思っていないくて、むしろゲームやりたいだけやった方がいいんじゃないかって。

「大人がなんでもできるで」みたいな感

じじゃなくて、失敗したりとか、できないことを全部見せるようにするのがすごい大事。隠すんじゃないって、全部さらけ出しておくと、子どもたちが、「ああ失敗してもいいんやな」「こんな失敗しても、こんな楽しく生きてはるんや」とみたいな風に思ってくれる。大人やからこんなんでいいじゃないかって、むしろ見せていっている感じ。なので「見守り隊」って言うんですけど、実際は子どもたちに見守られているんですよ。私たち「見守られ隊」やなくていつも言ってます。

「にじっこ」が選択肢の一つになればいいな。学びたい気持ちをサポートするフリースクール「虹の学び舎」も始めました。

Q 最終的には、学校に行くように促すことも？

林さん 全くしていません。学校復帰を目指しているような機関もあるんですけど、私たちはそこは真逆で、学校には行きたくなったら行ったらいいし、行きたくなかったら行かずに、他の選択肢として。その選択肢も「にじっこ」だけじゃなくて、他にもいっぱい居場所とか、フリースクールとかがあるので、その選択肢の一つになればいいなと思って。

「にじっこ」に来て、自分のことを完全



「にじっこ」では、子どもたちが、それぞれに自分の好きなことをして、安心して過ごしています。

否定していたお子さん、すごく傷ついてきたお子さんが、充分に自分が認められたりとか、安心して過ごせる場がある、自分のこと認めてくれるって知って、また学校に戻る子もいますし、戻らずにずっと「にじっこ」だけに来ている子とか、「にじっこ」だけじゃなくて、たかさんの居場所の日替わりで行ってる子とかもいます。

「にじっこ」で充分休めた子どもたちが、次は学びたいっていう段階になった時に来られる場所を作りたいなと思って、「虹の学び舎」というフリースクールも昨年8月に立ち上げました。子どもたちが本当に好きでやりたいということをサポートしたいので、「虹の学び舎」ではカリキュラムも自分たちで決めます。

親子で来られたら、お母さんたちは親の会でお話をされて、子どもたちは「にじっこ」の部屋に。

Q 相談には、保護者の方が来られることが多いですか？

林さん そうですね。もともと「にじっこ」を子どもの居場所として開けたいなって思ったときに、小学生に来てほしいけど、小学生が来るには親御さんが連れてきてくれないと来られないなって思って。そこで出会ったのが、今、「不登校の親の会 c o t t o n s こつとんく」を隣りでやっているんですけど、その主催者の藤田さんだったんです。藤田さんと出会ったことで、「私、親の会始めたよ。」「私も「にじっこ」始めたいと思ってるよ」って。でも子どもが「にじっこ」に来たら、親御さんどうしよう。親御さんが親の会にきたら、子どもたちを家に置いて来られない。じゃあ一緒にやったらいいんじゃない？ってコラボで始めたのがきっかけ。

親子で来られたら、お母さんたちは親の会でお話をされて、子どもたちは「にじっこ」の部屋に来る。別室っていうのを基本にしているんです。やっぱり不登校のお子さんだと、24時間家で一緒にいたりするので、せめてこの時間だけは離れて過ごすっていうことをやっています。

保護者さん、もうめっちゃくちや悩んでおられるので。どこかで責められ、学校来てくださって言われたりとか、色んなことがあって。悩んでおられることとか、お子さんのことで、どうしよう、わからぬ、答えがないっていう時に、他の同じ立場のお母さんの話聞いたり、先輩お母さんの話聞いて、「あ、そういう考え方もあるんや」とか、「こういう選択肢もありなんや」とか、ほんまにこの親の会ってすごく大事で、私も助かっています。

学校がトップにあって、学校行けない子がフリースクールや居場所に行ってる、っていう構図がまだまだある。そこを横並びにしたい。

Q 活動のなかで一番難しいところは？

林さん どうしても、「にじっこ」は自由な場所だから、「にじっこ」みたいな場所があるから、そっちに行っちゃやうやんっていう考え方もなかなかはおられる。そうなった時に、大事なことはそこじゃないって伝えるのが、なかなか伝わらないっていう。

ほんまは連携とりたいんですよ、一番は。学校とか地域とか、私たち民間でやっているものと、学校と家庭と行政と、全部つながっていたいんですよ。全然敵じゃなくて、

学校に行きたい子は行ってる、居場所来たい子は来てる、自宅で過ごしたい子は自宅にいるっていうだけのことなんで、そこを全部横並びにしたいんですよ。今、学校ありきの社会なので。子どもたちを取り囲んでいるものがみんなつながっていったらいいなと。

横並びって考えた時に、学校がトップにあつて、学校行けない子がフリースクール行ってる、居場所行ってる、っていう構図なんで、まだまだ。学校行ってる子が○で、居場所とかフリースクール行ってる子は△とか×みたいなのが、まだまだ残ってるんで、そこを横並びにしたい。

何かができるとかできないっていうことって、人の値打ちと全く関係ない。今ここにこうやって生きていくことができることが、私にとっては全て。

Q 今後の目標や思いは？

林さん 私が思っているのは、こういう居場所活動っていうのがなくなるのが目標なんです。居場所活動っていうのをわざわざ誰かがしなくても、各地域に、昔やったら近所のおばあちゃん家にいつてくるとか、そういう居場所が自然にあったので。

やっぱり家族から愛されている子もい



れば、「生まなかつたらよかつた」って言われているお子さんもいる。こないだもそういう子が話しに来てくれて、「でも、ほんまに生まれてくれて良かったって私は思ってる」って伝えられた。

私がすごく大事と思っているのは、今、自死の問題とかたくさんありますけど、「死にたい」って思うことは悪いことじゃないし、思ってもいい、「死にたい」って思ったらあかんで「って絶対言いたくないんですよ。私は、その「死にたい」って思う気持ちをも、どこか誰かに話せることが一番大事だと思うんで、そういう人とかそういう場に出会ってほしいと願っていて、だからこないだそうやって「死にたい」って思ってる」って来てくれた子は、私もむしろ感謝だったし、「よく話しに来てくれたな」って思えた。

私が今こういう活動している根本には、亡くなった娘のことがあって、9年前に亡くなったんですけど、6歳で。病気と障害がすごく重くて、私、24時間365日ずっと、介護と看護で目が離せない状態だったので、ずっと一緒に過ごしていたんですけど。やっぱりその娘の存在があって、一緒に生きてきた6年があって、娘と一緒にいたから、何かができるとかできないっていうことって、人の値打ちと全く関係ないなって感じた根底になった。今こうやって、子どもたちと出会って、ほんまに今ここに

こうやって生きていてくれることが、私にとっては全てだし、宝だし、学校に行ってるから1日出席したからOKとかじゃなく、今、この世界に生きていた1日はみんな一緒に、そこをみんなが認めてもらえるような社会になったらいいなっていうのが一番大きな根っこにある。

もう1人流産した娘もいて、2人亡くしているんですね。今、地上には子どもはいないんですけど、今出会っている子どもたちが本当にわが子みたいに大事やし、子どもたちが何かで苦しんだりとか、しんどい思いをしているっていうのは、私が耐えられないんで、できることがあるんなら何でもやりたいなって思っていて、なので、私は娘たちのおかげで、今の全ての活動があります。

コロナの期間があったことで、今後の選択の幅を広げるチャンスじゃないかな。

Q コロナ禍で何か変化はありましたか？

林さん コロナによる休業開けに、学校に行けなかったり、困るといいう相談はすごく増えています。新規のお子さんや親御さんが来られていて、人数も増えていっている状態です。

ただ、コロナの期間があったことで、例えばオンライン授業とか、今までなかった

他の選択肢が増えたと思うので、今後の選択の幅を広げるチャンスじゃないかなとは思っています。例えば、学校で、大勢いる教室が苦痛な子でも、お家でオンラインで授業風景も見られて、授業も受けられたら勉強はできる。だったら学校に行く必要はないっていうところも認められるので、そうやっていいところは認めます。一律に、勉強は学校に行かないと、授業受けないとできないとかじゃなくて、いろんな方法があるってことをみんなが気づけるチャンスだったかなとは思っています。

●不登校の子ども達の居場所  
「にじっこ」

●小さな学校「虹の学び舎」

YouTube「林ともこ」

TEL  
090-4769-0521

E-mail  
a.chan.no.niji@gmail.com

●NPO 法人好きと生きる

ホームページ  
<http://sukitoikiru.com>

「おかえり」NPO法人好きと生きる  
八田典之 代表理事、山崎史朗 代表理事、山崎雄介 代表理事



誰でも参加できる居場所「おかえり」を運営されているNPO法人 好きと生きる代表理事の八田さん、山崎史朗さん、山崎雄介さんからお話をお伺いしました。新型コロナウイルス感染症の影響で、取材当日は、オンラインにより「おかえり」を運営されていました。

※NPO法人 好きと生きる  
「好きなひと・好きなもの・好きなことと共に好きな地域で生きる」をテーマに、生きづらさを抱えた人や、不登校の子ども達の居場所づくり等の活動をしているNPO法人。

左より、八田さん、山崎雄介さん、山崎史朗さん。僕らの人生は「出会い」と「好き」が転機。山崎史朗さん活動を通して「きっかけ」の種まきができたらいいな。

2020年11月14日取材

この活動をもっと多くの方に知ってもらい  
くて。活動に共感してくださる方に参加  
してもらって、一緒に形にしていきたいと  
思い、NPO法人を立ち上げました。

Q 「NPO法人好きと生きる」を立ち上  
げるに至った経緯は？

**八田さん** 僕たちは不登校をきつ  
けに出会い、遊びの中の一つとしてバン  
ドをはじめました。それからプロミュー  
ジションを目指すようになり、ずっと音  
楽活動をしています。それで、10年ぐ  
らい前に知り合ったある校長先生が「先  
生たちが集まる研修会で、不登校の経験  
を語ってくれないか」ときつかけをくだ  
さり、それから、不登校の経験を語り、  
またその経験から生まれる楽曲を演奏  
する講演ライブスタイルで、たくさんの  
学校をまわる活動が始まりました。  
NPO法人を立ち上げた理由の一つ  
は、この活動をもっと多くの方に知って  
もらいたかったからです。もう一つの理  
由は、3人ともやりたいことがたくさん  
あるからなんです。これまで、活動の  
中で出会った仲間たちと一緒に手探り  
で色々やってきました。今日見てもら  
った居場所づくり「おかえり」もそうで  
すし、不登校の子ども達の居場所「にじ  
っこ」も。  
こういった居場所を必要としてくだ

さる方が増えて、どうすれば一つ一つの  
活動を大切に継続していけるだろうと  
考えたときに、やっぱり応援してくださ  
る方が必要だと気づきました。活動に共  
感してくださる方に参加してもらって、  
一緒に形にしていきたいとNPO法人  
を立ち上げました。

「特にルールを決めない」というルールを決  
めていて…。「楽しい」を分け合う空間をつ  
くりたくて。

Q 「おかえり」はどういう活動ですか？

**山崎(史)さん** 誰でも、気が向いた  
ら来てもいいよっていうスタイルで「お  
かえり」は開けています。生きづらさを  
抱える人の居場所みたいな感じで掲げ  
てはいますけど、基本的には誰でも来て  
よくて。  
自分に居場所が必要やなって思った  
りとか、ちょっとそこに行ってみたいな  
ってという人は、誰でも、年齢も何も関係  
なく来てもらえるような場所になって  
います。

**八田さん** 今回はZoomを使った  
オンラインの居場所でしたけど、コロナ  
のことがなければ、多目的ホールみたい  
なところを借りて、そこにみんなが集  
まって、ゲームをしたり、雑談したり。

あと、僕らが楽器を持っていくことが多いんで、みんなに自由に弾いてもらったり。

**山崎(雄)さん** 参加される方も自分の「好き」を持ってくるんですよ。みんなが自分の好きなもの、何を持ち込んでもいいんで。それで自分の行きたいところでやりたいことをやる。その楽しい時間の中で出会う人たちのつながりが、何かのきっかけになったらいいなと思っています。

「おかえり」では、「特にルールを決めない」というルールを決めていて。寝ててもいいし、何をしてないとかかんとかないんです。こういう場にありそうな自己紹介の時間とかありませんし、とにかく自由に過ごすっていう感じでやっています。僕たち自身が、強制されることがすごく嫌だったり、息苦しかったりするので、それがない、誰がいてもいいし、何をしててもいいっていう「楽しい」をみんなに分け合う空間をつくりたくて。

こういう居場所づくりのあり方も面白いなって。

Q 「おかえり」はこれからオンライン開催を？

**山崎(史)さん** 「オンラインおかえり」も、本来集まって開催する「おかえり」の雰囲気にならなくて、ゲームをやっている

グループや雑談しているグループと、Zoomの部屋分け機能を使ってやってみたい。ただ人とのつながりを感じられたいなという思いで「特に何もしない」というのをテーマに、長時間開催する計画をしていたり、色々実験しながらやっています。

**山崎(雄)さん** 「オンラインおかえり」に関しては、まだまだ確定的なものがないので、時間や内容も模索しながら「いい」と思う方を選びながら変えていっているの

で。  
**八田さん** 実際集まる「おかえり」はタイムリングを見て再開できたらなっていう思いがあるんですけど、オンラインだと全国どこからでも、それこそ全世界からでも入ってもらえるんで、それはそれで新しい発見っていうか、こういう居場所づくりのあり方も面白くなって思ってるんで、コロナの影響がなくなっても、「オンラインおかえり」は続けていきたいなと思っています。

「好き」を持って外に出ると、同じものを好きな人がいる。みんなの好きなものを互いに認め合うことができたなら、優しい社会になる。

Q 「好きと生きる」という名前はどいう

思いで？

**八田さん** バンド結成20年のときに、これまでのことを振り返ったり、これから自分がどうありたいか考えていたんです。これまで、もちろん嬉しかったこともたくさんあるんですが、たくさん悩んでしましたし、失敗や辛い経験もありました。でも、なんか納得している自分がいて、なんでだろうと考えたときに、誰に押し付けられるわけでもなく、自分で選んで、大好きな音楽と向き合ってきたからだと思っただけです。好きに生きてきたなって思いました。そして、これからどんな風に生きていきたいかと考えたときに「好きに生きる」というのもわるくないんですが、自分が大切な人やものと一緒に、好きなことをちゃんと選んで生きていきたいなって「好きと生きる」だ!と思っただけです。

**山崎(雄)さん** 「好きなことが見つからない」って言うって悩む声もけっこうあるじゃないですか。でもそれって、僕が思うに「誰かに認められるような」ってことを前提に考えるからだと思うんです。そんな風を探すと難しくなっちゃうんですけど、結構、日常に「好き」ってあふれてて、コンビニで何飲もうかなって選ぶものも「好き」やし、テレビを見ていてこの人素敵って思うのも。





オンライン「おかえり」の様子。  
「NPO法人好きと生きる」さんでは、音楽活動が  
されているので、リクエストに応じて歌を取り入  
れた自由で楽しい時間を共有。

**山崎(史)さん** それで、その「好き」を持って外に出ると、同じ好きな人がやっぱりいるんですよ。自分には何も無いと思ってる子どもたちも、例えばゲームをやっている、でもそれは何も誇れるものでもないし、親にも認められない。でもそのゲームが好きなのがきっかけで仲良くなっている子どもたちの姿を見ました。だから、人に認められない「好き」でも、それを持って外に出たり、そこで出会えるものがすごい人生のきっかけになる。僕らもまさにそうでしたから。

**八田さん** 僕らも音楽を通じて、音楽が好きな仲間といっぱい出会えましたし。僕らの音楽が好きと言ってくださる方はそれこそ似た感覚を持っている人たちで、親近感を持っています。

**山崎(雄)さん** 「好きと生きる」って

言葉を掲げていると、感覚的なものとして「いや、自分には好きなものがない」っていうプレッシャーを与えてしまうかもしれないんですが、そんなことはまったく望んでいなくて。みんなが、自分の好きなものを選んで少しでも楽しい時間を増やせるといいなって。

**八田さん** みんなの好きなものを、それぞれ互いに認め合うことができれば、優しい社会になるやろうな、そう思ったらいいなと思っています。

**山崎(史)さん** 僕たちの人生の中でも、やっぱり「好き」が転機になったので、そういう可能性をみんなにも感じてほしくて。「出会い」と「好き」ですね、この2点が僕らの中できっかけだったので、それで「好きと生きる」というNPO法人にしようと思った。

僕らも子どもどものときに、不登校の子ども達が集まる居場所を通じて、誰かが狙ったものじゃない中で生まれたきっかけだから、何も無いと思った人生に道ができてきたんですよ。

Q 活動での思いや考えは？

**山崎(史)さん** 僕たちは、何か画期的なアイデアを持ち合わせているわけではありませんし、すごいことができるわ

けではないんですが、誰かにとっての何かきっかけみたいなものをつくれたらなと思います。なんかふわってしたもんなんですよ。

僕らも子どもどものときに、不登校の子ども達が集まる居場所を通じて、誰かが狙ったものじゃない中で生まれたきっかけだから、何も無いと思った人生に道ができてきたんですよ。だから僕らも今、音楽活動や居場所づくりを通じて、誰かの気持ち少しだけでも楽になったり、受け取ってくれる人たちにとっての何かのきっかけを作れたらなと。きっかけの種まきということをやっております。

(県が実施している死生懇話会の事業について)色んな考え方や生き方があるように、その中に死に方だってある、そんな風に向き合っていたいです。それぞれの経験の中で生まれる価値観と、人の話とかを聞いてそれが合わさって、その人が導き出す答えが見えたらいいなって思うんです。一人で思い詰めると、人生が苦しいものではない。でもそうじゃない情報が入ってきた時に、ちょっと科学反応が起こって、ちょっと柔らかいものになったりすると思うんですよ。

**八田さん** 特に大切な人の死は想像もしたくないですよ、誰にとっても避けられないことと分かってはいるのですが、考

えたくもないなって。僕は自分にとってのそれが、悲しいことにならないよう、やっぱりできるだけ人生を楽しみたいものにしていききたいし、納得していききたい。死を考えるということは自分の残りの生き方を考えることでもあるし、好きと生きるという考えにもつながります。

いつだって、それぞれが導き出す答えが正解だと思うのですが、史朗の言うように、僕らも一人で考え込むと、不安になったりしんどくなったりネガティブな方向にどんどんいってしまったり、こうした取組を通じて様々な死生観に触れられることを楽しみにしています。

**山崎(史)さん** 最近、友人から夜中にLINEで「自分がサイコパスじゃないかもう死にたい」ってきました。それで夜中の2時に行って「もう死にたい、死にたい」って言うんですけど、「みんなそうちゃう？」って言う話をしてたんです。その友人も、居場所づくりの活動で見守りをしてたりするんですよ。その中で嫌な自分に気づいて「自分が怖い」っていうので。

こういう活動をしていると、人間っていうものがみんな完璧に見えるくるんですよ。見守っている人たちとか、まわりにいる大人とかって良い人しかいない。でも実はみんな自分の中に葛藤があったりとか、完璧なものがないからこそこういう活動してるんですよ。僕らもそうなんですけど、

自分らに欠けているものがいっぱいあるからこそ、しんどい人たちのために何かしたいって。そういうそれぞれの本音みたいなところを、そのときに打ち明け合ったり、ちゃんと本音を出す場面ってすごい大事ななど。

特に今の若い子たちは「自分ってなんやろう」とか、まわりと比べて「自分なんかあかん」とかがあるんで、世界が綺麗になつていくと余計にその人たちが、自分だけがしんどい、黒いもんやって思っちゃうんで。実はこの人もこの人も黒いところがあって、すごいしんどさを抱えて生きてることを吐き出したり、見せ合うことって大事なんだと思います。

(今の時代って)検索したら何でも出てくるんで、誰かに質問しなくてもいい時代じゃないですか。一人で情報を受け取ること、孤独になったり、一人で答えを出したり。そんなひずみみたいなものを心配しています。

**山崎(雄)さん** 僕らが音楽をやっていることと、たぶん死生懇話会でやろうときれていることって似てるなって思います。僕たちも音楽を通じて、やっぱり問題提起をしていたんです。音楽を通して自分の人生を考える、僕自身がそんな風にたくさん音楽から深く考えるきっかけをもらってきたから。

**山崎(史)さん** アプローチの仕方が違

うだけで、僕らも命をテーマに講演ライブをしているので。また、その中で大切にしていることは「答え」を提示しないっていうことです。一緒に考えようってスタイルを大切にしています。

**山崎(雄)さん** それを考え続けることが、もう答えなんです。音楽で問題提起していくことを、これからも続けていきたいです。





コロナ禍の今は、オンラインでのイベントが中心ですが、「一堂に会しての居場所活動や講演ライブも、タイミングを見て再開していきたい。」

●NPO 法人好きと生きる

ホームページ

<http://sukitoikiru.com>

- ・ JERRYBEANS 講演ライブ
- ・ 誰でもふらっと来ていい居場所  
「おかえり」
- ・ 不登校の子ども達の居場所  
「にじっこ」
- ・ 体験サポート

バンド名は「JERRYBEANS」。  
音楽を通して「一緒に考えよう」って伝えられたら…。



花かたばみ(あなたと共に)の会

井川 裕子 さん (花かたばみの会 代表)  
 松木 明 さん (松木診療所 所長)  
 柴田 恵子 さん  
 (特定非営利活動法人 道 理事長)  
 福井 美代子 さん  
 (滋賀県 保健師活動アドバイザー)



「花かたばみの会」さんにお話をお伺いしました。  
 「花かたばみの会」さんは、在宅看取りの経験者が中心に集まって、思いを共有できる機会を提供や、出前講座活動を通じて、希望する最期の迎え方、終活、命の大切さ等を普及啓発活動をされています。

左から、福井さん、井川さん、松木さん、柴田さん。死っていうものは、高齢者だけのものではない。年齢に関係なく存在する。看取っていかってということ。残された者にとっても、人生について考える大きな機会、時間をいただくものだと感じている。

2020年11月17日取材

自分の家で死にたいという人がたくさんいます。ただ、それが実現するためにはどうしたらいいかっていうことを真剣に考えないといけない。

Q 「花かたばみの会」でされている活動や思いをお聞かせください。

**井川さん** もともとは、自分が体験した在宅看取り、父親なんですけど、それまでも息子との別れもあって、在宅で看取った場合と病院で亡くなった場合とのあまりの違い、残された者にとって大きな違いがあったので、これは一体何なんだろうという疑問点からはじまりました。もっと自分のこととしてみんなにこの違いを知ってほしいという思いが沸々と湧いてきて、同じ思いを持った人たちとの間で、一気に立ち上がりました。会自体は、2か月に1回、奇数月の第3土曜日に、ぎつくばらんに自分の体験談を話していただいたり。やっぱり知識がないとだめということで、介護の勉強会とか医療のこととか、勉強会を入れたりしているというのが、会としてのベース。プラス彦根市の委託事業で出前講座をしています。

死っていうものは、高齢者だけのものではないと、年齢に関係なく存在するものであるという、そういう捉え方をみんな

なにしてほしい。

**松木さん** 在宅で看取りをした家族は、「本当にこれでよかったんだろうか」「本当は病院に入れた方が良かったの」と違うか」「施設の方が良かったんじゃないか」とかね。それをみんなが集まって、在宅で看取りをした人たちが集まって、私はこうだった、この人はこうだったっていうふうに話している中で、「ああやっぱり、私こうして父親を家でみたけど、これでよかったんだ」という保証をもらえたと。

みんなやっぱり同じ経験、体験をして、同じ思いで介護をしてきて、しんどかったこともいっぱいあったんだろうと思うんですけど、そのしんどさを経験した人たちだからこそ分り合える、そういう世界があって、話をしていたら尽きないぐらいに話が盛り上がっていく。

**井川さん** (会独自の)「エンディングノート」を作って、会に来たらこれをお渡ししますと。花かたばみの特製エンディングの特徴としては、体験からなんですけど、私は父が亡くなった後、父親のことについて何にも知らなかったなというところに気づかされたんです。亡くなった後の体験者としては、自分史っていうものがいかに残される者にとって大切なものか、宝物だと思っんですね。

それがエンディングノートの一番重要なものではないかなあと私は思いました。だから、花かたばみで作ったエンディングノートは、そういう自分史のページをすぐたくさん作ったり、写真を貼るところを作ったり、3枚ぐらい。

それでそのエンディングノートをやりだすとね、することがいっぱいできてくるんですよ。終活、生前整理、言葉で言えばそういうことが自動的にできていくんですね。

**柴田さん** 出前講座で小学校とか中学校にも行かせていただいて、子どもさんたちの中でも、「死」っていうものもどんな風に感じているか。お家でなくなることとか、食べること自体、肉でも魚でも私たちは生きているものをいただいているんだと、それで生かされている。また年老いていくことも含めて病気になって死んでいく、自分たちの体の中には細胞というか、菌もいるし、いっぱい生き物もいるんだということも、子どもたちにわかりやすくお話をして、大人だけ、高齢者だけでなく、子どもさんたちにも「死」というものをわかっていただければと。

すぐ子どもたちがちゃんと受け止めている。おじいちゃん、おばあちゃん、お父さんお母さんかもしれないですけど、そういう方たちが身近で、老いていった

り病んでいたりする中で、その中でも笑顔があったり、手を握ってくれたりとか、そういう関わりの中で、子どもたちが学んでいくし、そういう意味でも在宅での看取りっていうのが、すごく意味があることだと。

在宅での看取りは本当にしんどかったけれども、穏やかでないことだっていっぱいありますけれども、それは緩和ケアであろうと、一般病棟であろうと同じことだし、看取りの時間に合わなかったということも、私たちどれだけでも経験してきたことなので、でも、その中で、みんなが寄り添ってみていくっていうか、看取っていくっていうことの、その残された者にとっても、大きな人生について考える機会、時間をいただいていたということを、本当に感じさせていただいています。

**井川さん** 日常の中でACP(※)の考え方が出てこない、いざという時はだめ。親が意思決定できない時に子どもが意思決定をしないといけないということほど、つらいものはない。チャンスがある時に、そういうテレビを観たり、そういう話題が出た時に、常に頭に置いておくと、ああ、お父さんお母さん、こういう考え方をしているんやなとか、すぐにわかる。

※ACP(アドバンス・ケア・プランニ

ング)人生の最終段階での医療・ケアについて本人が家族等や医療・ケアチームと繰り返し話し合う取組

**松木さん** きつとこの「死」っていう問題ってね、扱いにくい問題やと思うんですよ。子どもたちからすれば、それを言うと、親が「死んだほうがええんやろうか」という受け取り方をするかもしれないと思うし、親からすると、「死」の話題をすると、どうして介護してくれる、自分はどこで死ねるんやという話になつていきますよね。だからその部分になかなか踏み出して話をするのはなかつたと思うんですよ。そのためにはやっぱりそういう機会を作っていくかな、ということ。

小学校とかにも行ったんですけどね、そこで話したのは「死」だけでなく「生」の問題を話したんですよ。生きるということ、自分たちにはお父さんお母さんがいて、そのお父さんお母さんにも、お父さんお母さんがいて、数珠繋ぎでどんどんどんどん。たくさんの人から自分一人の人間として、どこかで輪が欠けていたら自分はなかつたわけですよ、自分というのが生まれてきて、この後、おそらく子どもたちができてきて、ずっと下につながっていくと。もし自分がいなくなったら、全部下が消えてしまう。だから自分の命ってすごく大切なもんな



んだと。そういうつもりで生きてほしいと伝えたんですけどね。生きるということは同時に死んでるわけですね、先祖はみんな死んでいる、生きていた人はみんな死んで、その死は、だんだん自分に近づいてきて、今度自分はその順番になる。子どもたちは生きていく。自分自身、今生きている中に死が準備されているんですね。死に対して、もっとフランクに話ができたらいいなど。

自分の家で死にたいという人がたくさんいます。8割の人が自分の家で死にたいと言っている。ただ、それが実現するためにはどうしたらいいかっていうことを真剣に考えないといけないと思うんです。現実にはやっぱりまだ8割方、病院で死にます。2割ぐらいいしか自分の家で死んでいません。このギャップをどういうふうに解決していくのか。三日月

知事には必ずこれは施策としてどういうふうにしていくのか、進めていってほしいと思います、滋賀県方式で。

施設では最後を迎えられなくなる時代が来ます。そして家で最後を迎えないといけない人が過半数になってくると思うんですよ、きつと。それに対して、私たちは最後の場所を作って、丁寧に見送りをしているか、いいか、いいか。

「花かたばみ」は、1本1本はもやしみたい

なのに、群生して咲くからひしゃげない。そういう花。

Q 「花かたばみの会」の名称の由来は？

井川さん 花の名前です。花言葉が「共に生きる」。1本1本はすごい細くてもやしみたいで、それで上に綺麗なかわいいう花が咲くんですけど。それが群生して咲くんですよ。そうすると、1本1本はもやしみたいなのに、群生して咲くから上に雪が10cmぐらい積もったってひしゃげないんですよ。そういう花。

在宅で最後希望されたらできるんだよって、そこをもっともって伝えたい。

Q 活動の中で難しさを感ずることは？

柴田さん 皆さん、それ(在宅看取り)を望んだからといってできるんだらうか、やり切れるんだらうかっていう不安と、そういう思いの中で、なかなか踏み込めない、広がらないなっていう。だから、そこは病院の方たちと連携して、看護師さんとか先生も含めて、色々な方たちにご理解いただきながら、つながっていく。最後希望されれば在宅でみる、そういうこともできるよっていうことを知っていただく。医療に関わる方たちにももっと知っていただくっていうこと

が必要だし。そういう意味で、在宅医がもっと増えて欲しいですよ。できるんだよって、在宅で最後希望されたらできるんだよって、そこをもっともって伝えたい。

松木さん 在宅は立派だとか、あるいは施設はだめだとか、病院がだめとか、そんな問題ではないんだと。これからはどうしたって在宅で迎えないければならなくなってくる人たちがいっぱい増えてきます。そうすると、そこで最後を迎えるとしたら、本当に質の良い在宅のサービスを作っていくか、いいか。

知識があつたら、「じゃあ、私の腕の中で逝かせてあげます」と、そういうふうに言えたと思うんですね。

Q 在宅での看取りは、実際にはなかなか難しいという印象があると思いませんか？

井川さん 知らない、知識がない、無理でしょうっていう考えがあるから、もっともって介護保険についてとか、いろんな医学的なこと、医療的なこと、そういうことをみんなに知ってもらわないと、そこがスタートかなと。

知識がないことが一番損で後悔しますよということをおっしゃるんですけどね。その話の発端をつくる時には、私はいつも

息子のことを話します。まだ赤ちゃんだったんですけど、心臓の奇形があったんで、今ならそういうこともわかるんですけど、何十年も前だから私もわからなくて。その最後の時には、お医者さんが一生懸命、人工呼吸器みたいなね、小さい体なのにやってくれて、「一生懸命やってくれてはるんやな」「医療の邪魔をしてはいかん」という思いの方が強くて。そこにベッドがあつて寝かされてるんだけど、お医者さんや看護師さんが周りを取り囲んでらっしゃる、その白衣の間からちらつと姿が見える、それをおいおい泣きながら見てたんです。

それで最後、「残念ながら」と言われてから、亡くなって、呼吸が止まってから、やつと私はその子の側に行けたんですね。

でも私、それね、なんというか人工呼吸だつたり、延命治療の一端というか、一生懸命してくださいっていったんですけど、もしそういう行為であったと知っていたら、「もう助からないんですか？」と、まずその質問をしたと思うんです。「じゃあ、私の腕の中で逝かせてあげます」と、そういうふうに、言えたと思うんですね。

でも、知識がなかったから、亡骸になってから、私の腕の中に戻ってきたっていう、その痛烈な体験があつて。知識が

ないということとは、本当に後悔先に立たずというか、それどころじゃないぐらいの感覚ですね。だから、みんなに「知識を持つてないといけないですよ」ということを、そういう例をまず出して、そこをとっかかりとして話をしていきます。

延命するなって言われてもね。本人が希望するって言われても、やっぱりご家族っていうのは迷う。

Q 活動の中で感じておられることを教えてください。

松木さん 虚構の上での死というのは、いっぱい子どもたちに降りかかるように子どもたちが浴びてると思うんです。だけど本当の意味での死というものは教えておいてあげないといけない。

延命するなって言われてもね。本人が希望するって言われても、やっぱりご家族っていうのは迷う、本当に迷います。親が急に調子が悪くなった時に、病院に連れていく、それで連れていった時に、このままではもたないから、胃ろうしましょうかとか呼吸器つけましょうかとか、しないとすぐ死にますよって言われたら、じゃあ何でもしてくださいってなるんですよ。

医者の方も、そうして救急車で来られ

たのに、何もしないでって言われたら、何のために来たんですかってなりませよね。救急車で来るっていうことは、何か助けてほしいからですよ。そうすると医者はその期待に応えないといけないよ。それも、きちんと整理しておかないと、救急車で行くということはそのいう意味ですよ。それで何にもしないでくださいって言われても、医者にとっても酷なこと。でも（そういうことの理解とか）少しずつ変わってきている実感は確かにあります。

●花かたばみ  
(あなたと共に)の会

事務局

井川 裕子

彦根市大橋町 19

TEL/FAX

0749-22-2644





んやー。」と、そこで初めて感情が沸き上がり涙することで死を受け入れることができるようになります。本当に親しい人が亡くなっても、その方の面影を残していない場合、感情がないんです。本来「死を受け入れて涙を流すこと」は、とても大切な過程です。

事故の場合や、思いがけずお顔に傷や損傷がある場合は、シヨックを受けて落ち込みます。もし、その方のお顔が、事故の傷もなく、ほんのり微笑んでおられたら、このシヨックは少しで済みません。

そうしたことから、私たち復顔修復師による施術は、グリーンフェアの中で、心の立ち直りを助けるうえで大きな役割を果たすと思っています。

亡くなった母に化粧した時に、母から「あなたにしかできない仕事をやりなさい」と言われた気がしました。

Q「二のお仕事をされたきつかけは？」

太田さん 私のがんになり、髪も眉毛まつげがなくなり怖い顔になってしまいました、死を考えたことがあります。「どうやって死のう」と思った時、こんな顔を見られるのは絶対に嫌だと思いました。

死をあきらめた時、父が急死したのですが、その父の一周忌が終わったら母と温泉旅行に行く約束をしていました。やっと親孝行ができるも楽しみにしていただいたのに、母も急死してしまいました。取りあえず駆け付け、信じられない中で母の化粧品で化粧しながら、「お母さん、私、がんになったし、いつまで生きられるかわからない。これからどんな仕事をしたらいいと思う？」と話しかけた時、母に「あなたにしかできない事をやりなさい」と言われた気がしました。

私にしかできないことは何だろうと考えるうちに、がんになって抗がん剤の副作用で、「こんな顔で死にたくない」と思った経験。それから、亡くなった母を化粧したことで、近所の方が「若く見える」とか、「全然化粧しなかったけど化粧したら綺麗やん」と母を褒めてくれたこと、「なぜ、もっと早く旅行に連れて行かなかったのか？」自分を責めていた心が、これで少し親孝行の真似事ができたような気がしました。「もし私が息子だったら…？」最後に綺麗にすることもできず、この先ずっと後悔の念をもちながら生きていたのかもしれない。それから、亡くなった方をもっと綺麗にしたいと…そして私のがんの経験から、最期は気持ちよく、旅立って頂きたいという想いを持つようになりました。

がんで入院している時、一番の楽しみはシャンプーでした。頭皮の痒みは不快です。シャンプー後はいい香りで気分爽快、食べたいものも食べれない入院生活で一番の楽しみでした。だから、このメイクには必ずシャンプーセットをしてあげたいと思っています。

寝癖が付いた髪を綺麗にセットし、最後にご遺族様に触って頂きます。「小さい頃はよく頭を撫でてもらいましたよね、最期にお返しとして撫でてあげて下さい」と促します。ご遺族様はふわふわになった髪を撫で、「洗ってもらってよかったね」と涙しながら、最後にご遺体に触って頂きます。

施術中に故人様に問いかけます。「どんな人生でしたか？何を伝えたいですか？」

Q「お仕事をされるうえでの思いは？」

太田さん 母の葬儀の準備で忙しく、死を受け入れる心の余裕もなく、気がついたら葬儀が終わっていました。そこには、いつまでも「母の死を受け入れられない自分」がいました。なぜこんな辛いのだろう、想い返すと、冷たい母の手を握ることもなく、見てみないふり、涙することもできていませんでした。

すっかりと涙をながし、心が死を受け入れることをしなかったからではないか…

と。

それから、この仕事で納棺をするとき、忙しい中でも納棺作業を家族にも立ち合ってもらい、冷たい手足を触り、髪を撫でてもらい、「こんなに冷たくなってしまった。お別れをしなければならぬ」と心がお別れを受け入れるよう準備をさせていただきます。「我慢しないで思いつきり泣いてもいいんです」と促します。

「納棺時に沢山涙を流し、まるで生きているような故人様に自分の想いをお話して頂きたい。」

まるで生きているような穏やかなお顔にするのはそのためです。後悔の念や心の中にあるわだかまりをすべて打ち明け、心を穏やかにして見送って頂きたい。告別式の時は「今までありがとう、いってらっしゃい、とお見送りしてくださいね」と。

事故、事件、自殺などの特殊メイクをするときは、解剖学からその人の判別が難しい場合も、復元していくと、本当にその方のお顔になっていきます。腐敗して皮膚に触ることさえも難しい方は困難を極めます。それでも穏やかなお顔にしてあげたい。施術中に故人様に問いかけます。「どんな人生でしたか？何を伝えたいですか？」「最後の言葉をお子様、お孫様に伝えましょう。そのお手伝いをさせて下さいね」と。ある喪主様が特殊メイクの時に言われ

ました。「苦しい表情だったのに、見たら母らしく笑っている…。」「すごい、こんな表情の復元ができるのですね？」「こんな仕事があるのに皆さん知らないですよ。僕を取材してくれたら生の声を言いますから…。」と（笑）

その方には、お客様の立場になったわかりやすいパンフレット作りにご協力頂きました。

自分がいつ死ぬかはわからない。明日か明後日かもしれない。今までこの仕事で急死の方を沢山見てきました。

「明日死ぬかもしれないとしたらあなたは、後悔なく人生を終えられますか？」

Q 太田さんが思われる「死生観」とは何でしょう。

太田さん 自分の寿命は誰にもわかりません。この仕事をするようになって仏教や神様のことに係わってから、「人の魂はお腹の中に宿った時に、自分の寿命をもって生まれてくる。この世で修行、魂を磨くための年数が寿命の数と言われていて、太くて短い方、細くて長い方それぞれ。この世での修業が終わった時、お別れが来る」と考えるように。自分にも人にも、自分がいつ死ぬかはわからないのです。明日か明後日かもし

れない。今までこの仕事で急死の方を沢山見てきました。「明日死ぬかもしれないとしたらあなたは、後悔なく人生を終えられますか？」ということですね。

納棺体験と言って、本当の棺に入る体験をしました。静かで暗い箱の中、今この中で死んだら、悔いなく人生を終えられるか？もし生き返るなら何をしたいか、しなければいけないか？と考えました。

後悔のない人生…、今できることを全身全霊でする。後であれをしとけばよかったとか後悔しないように生きる。」「親孝行しないとない」って思ったらすぐ行動して下さい（笑）

「私の家族に対する最後の思いやりが穏やかなお顔で別れること。」「そういう思いで頼んでください。」

Q 生前予約も受け付けておられるとか？

太田さん インターネットを見て「母が余命宣告3か月です、最期は綺麗にしてあげたいんです」とか、「母が口を空いたまま死ぬのは絶対いやだから、閉じてほしいと言っている」とか、「義母は綺麗な人だったから、昔の面影に少しでも戻せますか」といったお問い合わせをいただきます。生前予約の方は、生きておられるうちに



会いに行き、直接お話を聞いてご納得頂いた方のみさせて頂いております。  
 ご本人にお会いできれば、どのような感じを希望されるのか、直接お聞きできるので。その時にお写真を一枚とらせて頂きます。

「これで想い残すことなく安心しました。私の家族に対する最後の思いやりが穏やかなお顔で別れることです。葬儀も花もなくてもいいけど、このエンディングメイクは絶対に外せません」そういう思いで頼んでくださり、予約後1か月半で旅立って逝かれた方もおられました。

そのご遺族様も、「同じように余命宣告をされている方々のお力になりたい。私の声をお客様の声としてご協力します。」と仰ってください。パンフレットに、実際のお客様の声として掲載させて頂きました。私たちは幸せな方々のところにしか行くことができませぬ。「最期は綺麗にしてあげたい」と願うご遺族様がおられるところ…、ということとは愛されている方なのです。

今までの故人様が託した愛を最後にご遺族様が返してくださいているのだなど。生きている間、愛を注いだかどうか最期にわかるのだなど感じています。

エンディングメイク MARIA さんのパンフレット。  
 「最期のコトバを表情にたくす…」

悔いのないお別れのお手伝いを、という太田さんの思いが込められています。



ご利用者様の声がたくさん掲載されているパンフレットも。このエンディングメイク(復顔修復師による施術)を体験されたご遺族様の喜びの声がたくさん書かれています。

〈掲載されている声〉

「母の表情を見ていると「ありがとう」が伝わり涙がとまりませんでした。」  
 「お友達からも口ぐちに「綺麗」と言葉をかけて下さり娘も喜んでいました。」  
 「兄弟からも綺麗にしてくれてありがとうといってもらい肩の荷がおりました。」  
 「母が亡くなって1か月経った今でもあの日を思い出しますが「母らしい顔をしてたな」と思います。」  
 「火葬の直前、最後に見たのはあの優しい寝顔の母でした。」  
 「このメイクは絶対必要だと確信しました。」

●エンディングメイク MARIA

表情を復元する  
 復顔修復納棺師

電話  
 077-575-8540

携帯  
 080-3777-6961

詳しくは

エンディングメイク

僧侶、チャプレン 笠原俊典さん



長浜市の持専寺住職 笠原俊典さんにお話を伺いました。笠原さんは、死と向き合うがん患者らに寄り添う宗教者「チャプレン」になるために、キリスト教の聖職者に交じって米国で資格をとられ、現在「チャプレン」として病院で勤務されています。

※チャプレン

病院や学校など、教会以外の施設や組織で活動するキリスト教の聖職者。病院のチャプレンは、患者や家族のケアにあたる専門職としてチーム医療に参加するほか、スタッフのケアも行う。

緩和ケアというのは、これまで大事にされてこられた価値観がすべて失われていって裸一貫になっていられるんですね。そういう中であって、大事なものを模索されていく機会であったりもする。そういうところに接させていただき、私自身すごく、その人の生き方に感化されていくということがありますね。

2021年3月26日取材

仏教に触れていない方に対して、自分がかいかに出会っていきけるか、ご縁を頂けるかというふうに思いがあり、海外で僧侶としての学びを始めました。

Q チャプレンとは、どんな役割でしょうか？  
たお仕事でしょうか？志そうと思われ  
たきっかけは？

**笠原さん** 私は寺の生まれで、小学校ぐらいの時、寺にホームレスの方がいらっしやっただけですね。当日うちの家がすきやきをしていて、たぶん匂いに誘われていらっしやっただけだと思えます。その時に母親が、善意ですが、パンをお渡ししてお帰りくださいました。それなら、翌朝、お寺の縁のところにそれが置いてあって、私が見つけたんです。それが子ども心に結構ショックで。

子どもながらに私自身、お寺の役割というのは、弱い立場の人に対して、いかに共に生きることが出来るか、そこでご縁を持たせていただけるかというのが非常に大事だと思っていました。けれども、お寺というのはご門徒さんだけが中心で、寺のあり方に少し疑問を感じるところがあったんです。それで大学卒業後、海外を見てみたいという思いと、仏教に触れていない方に対して、自分が、いかに出会っていきけるか、ご縁をいただけるかということに思いがあつたので、海外での僧侶としての

学びをはじめさせていただいたんです。

ハワイ島に開教使として着任することになったんですが、そこでの活動は、結構日本の活動とは違ったところがあつて、向こうはやっぱりキリスト教文化の中にあるようなので、生活の中心に宗教が置かれていくようなところがあつて、お葬式だけじゃなくて、結婚式も仏教が司れば、学校への入学とか、折り目折り目の行事に参加することとか、慰霊祭とかの公的な行事に参加することもあつたんですね。おもしろいのが、州議会でも宣誓をするのは宗教者の役割ということもあつたんですけど、その中の役割の一つに病院訪問というのがありました。普通の公立の病院に行つて、こちらで仏教者リストついでいうのを渡されるんですね。その仏教者リストに載つたらっしやる方の病室にお邪魔して、ご相談に乗らせていただくというようなことをするんだと、最初そう言われたんですね。

病院には、チャプレンという方がいらつしやつて、その方は宗教に関係なく、もちろんその方の信仰心は大事にしておられるんですが、接する方々に対しては、宗教や信仰を強要するというのはなく、優しく相談に乗られたりとか、悲しい時に一緒に時間を過ごされたりとか、そういう方がいるっていうことを知って、すごく感化されたんですね。私もああいう風になりたいと。その時に思い出したのが私の幼少期の



思い出で、万人といたら大げさですけど、特定の人にはなくて全ての人に対して接していける、哀しみがある時には、そこに一緒に哀しみを共有できたりするとうう、そういうふうな世界観が病院の中にはあると気付かされたんですね。

最初はむこうの開教区の僧侶としての役割と、一方で、病院に週に1、2回行かせてもらいながら、病院で研修させていたでいておりましたが、より実践的な活動がしたいということで、僧侶として開教使としての仕事は一旦辞めさせていただいて、ホノルルのオアフ島に居住地を移してそちらの方で本格的に、チャプレンとしての勉強を始めさせていただきました。

病院では、いろんな病棟を担当するんですね。日本ではチャプレンとか臨床宗教師は、緩和ケア病棟だったり、死の現場で仕事させていただく、もしくは災害現場で心のケアを担われるということが多くです。欧米では当たり前前にもこの病棟も担当します。少し日本での宗教者の役割とは違っているかなというふうに思います。病気がない、心の病気がない方もやっぱり苦しみとか人間の重さを背負っておられるんですね。そういうふうなところに寄り添っていくことがとても大事なんだなということと、そういうふうな中で自分自身も本当に人と人が接していける、共感していける現場なんだなということ

学ばせていただいたと思います。

むこうのチャプレンの制度というのは、各宗派というか、各宗教団体がチャプレンの養成機関を持つておられるんですね。たとえばカトリックとか、聖公会とか、そういう大きなところというのは、各宗教団体がチャプレンの養成機関を持つておられるのと、同じように、アメリカの教育省の傘下でいろんな宗教団体が集まって、そういう中でチャプレンの養成を行っているんですね。私は後者の方で勉強をさせていただいたんですね。もしできれば他州でもお仕事させていただきたいなと思っていました時期だったんですが、お寺の跡継ぎとしての役割もあり、日本に戻る決心をして戻ってきたんです。それがちょうど20年前ぐらいになります。

日本の医療の現場においても、こういうふうに話を聞かせていただいたり、患者さんに寄り添う者というのが絶対に必要だから、その立場という役割を普及していきたいという思いがありました。

Q 日本に戻られてからのご活動は？

笠原さん 私自身は、日本でもこういうふうな活動って非常に必要なんじゃないかなと思っただけです。日本でも仕事をす

る機会を得たいと思っただけです。それが私の僧侶としての仕事でもあると思っただけです。その時に紹介していただいたのが、当時は病院はまだ難しい状況で、臨床宗教師という資格もその当時はまだなかったかもしれないですね。それで、福祉施設の方で生活相談員という立場でチャプレンというものも一緒にやってもらってもいいですよという形で、高齢者福祉の現場でお仕事をさせていただいたんですね。

それとは別に、今、滋賀県でもありますが、その頃、拠点病院とかにできてきて、日本のがん医療の中で新しい動きがでてきた時ですけど、患者サロンで、患者さんが定期的に行ったりして、いろんなお話をされたりとか、つらさを克服されたりとか、そういうふうな現場にご一緒させていただく機会を得たんですね。その頃、そういった活動をされているある会の代表に、私はこういう者で、こういうところから来ましたという話をさせてもらって、最初、私は僧侶だから煙たがられるかなと思っただけです。そして20年前でも結構様子は変わっていて、「今頃ですか？」みたいな言われたんです。「がん患者さん、がん患者家族さんは、ずっと待つておられたんですよ」っていうことを聞いて、すごくショックを受けたんですね。自分が実は、がん患者さんとか家族さんの哀しみとか苦

しみのおそばにご一緒させていただくという気を持っていなかっただんじやないかなど、すごく反省したんですね。それでそういうふうにご一緒させていただいたり、一緒に話を聞いたりという機会を得るようになりました。

がん患者さんは、医療体制も変わる中で、誰にも相談できないということをお教えられたんですね。手術を受けたり、抗がん剤治療を受けたりして、いざ通院だと病院に行って先生に相談しようと思っても、先生は毎日何十人、何百人という患者さんを診ないといけないから、お医者さん自身はそんな思いは毛頭ないと思うんですが、どうしても受け答えが決まった形になってしまふ。看護師さんに聞こうと思っても看護師さんの数も減ってクラークさんがご案内されたりすることが多くなつて、クラークさんに聞こうと思つても、クラークさん自身は状況がわからなかつたりすると。

そういう中であつてすごくストレスがたまつてきてしまふ。家に帰つてきて家でしゃべればいいかといえは、高齢の方は家にひとりの人もいるし、若い人は若い人で自分のことで家族を暗い思いにさせたり、子どもが自分のことを心配したりということがあつたら言えないということ、ひとりで悶々とされるわけですよね。そういう方が月に1回でもお集まりになつて、お互いが苦しい心の内とか、しんどさとか、

いつまた発病するかという不安とかに直面されているお姿に出会つたんですね。そういうふうな方々とぜひご一緒させていただきたいと思つて活動させていただいております。

その後、お寺の仕事もだんだん両親も歳をとつてきますし、いざという時に私が必要だということもあつたんで、高齢者施設での勤務をこのまま続けるのが難しいなと思つていたんですが、その時に病院の当時の副院長に紹介していただいて、今の緩和ケアを中心とした病院でチャプレンとして入職するお誘いをいただきました、そちらに行くことになりました。

私の目的としては、個人としては僧侶として苦しんでいる人、哀しみを持つている人と一緒にいたいということがずっとあつたんですけど、日本に帰つてきた当初の目的に、日本の医療の現場においても、こういうふうな話を聞かせていただいたり、患者さんに寄り添う者というのが絶対に必要だから、その立場という役割を普及していきたいという思いがありました。チャプレンというのはこういうふうな形で仕事をしているということが公的に位置付けされると、私が病院からいなくなつても、病院の中でそういう立場が確立されていったりするわけですから。

ある時患者さんから「歩こうと思うんで一緒に歩いてもらえませんか」って言つてもらつたことがあつたんですね。すごい嬉しかったですよ。私の仕事というのは、そういうふうなお仕事かなど。

Q. お仕事の中でどういうことを大事にして、どういうお話をされるのでしょうか？

**笠原さん** 緩和ケアというのは、これまで大事にされてこられた価値観がすべて失われていくんですね。今まで大事だったお金という価値観だったりとか、地位とか名誉だったりとか、仕事の役職であつたりとか、大きな家に住んでいてとかそういう社会的なものだったりとか、そういうものが失われて裸一貫になつていかれるんですね。そういう中であつて、大事なものを模索されていく機会であつたりもすると思うんですね。家族と友人との愛情であつたりとか、自分の生きてきた証であるとか、自分らしさ、そういうものをあらためて見つめていかれる、そういうふうなところに接させていただく、私自身もすごく、その人の生き方に感化されていくということがありますね。

患者さんのところや、家族さんのところに行くとき、言葉としてはいろんなことを言われるんですね。たとえば「死にたい」とか「殺してほしい」とか、それから家族に對しても「出ていけ」であるとか。けれど

もそれってというのは淋しいっていうことの裏返しであったりとか、本当に結びつきたいっていうことだったりとか、どうしようもない憤りであるとか、そういうふうなところに共感していくというか。僕も、すごく大好きな先生、その方も今病床にいますけど、その方の大好きな言葉があって、「哀しみは、哀しみを知る哀しみに救われ、涙は涙に注がれる涙に助けられる」と。私自身もお話を聞いていく中で、その方が今心の中にある哀しみであったり、憤りであったり、イライラであったり、そういうふうなところに寄り添ってあげればと思いますし、そういうふうなところでお話をお伺いすることが大事なのかなと思います。

それがお話しということだけでなくて、形としては、たとえば一緒にお散歩をして、花を愛でたりすることがその気持ちに共感できることだったりとか、その人とコンビニに一緒に買い物に行ったりすることが共感できることだったりとか、言葉に出るものとか、体で表わされるものとかは違うところがあると思うんですね。その心根のところでは淋しさだったりとかしんどさだったりとか、そういうふうなところでご一緒できればなというところは常に思っていますね。

ある時ね、患者さんが、いろんなものをなくしていかれてね、やつあたりとか暴力

とかが激しかった方がいらっしやるんですね。その方がふと、うちの病院の玄関先で、「笠原さん、僕明日から歩こうと思うんですね」と。ちょうど身体機能を失ってこられて自分で歩くことができなくなってきた時期だったんですけど、「歩こうと思うんで一緒に歩いてもらえませんか」と言ってもらったことがあったんですね。すごい嬉しかったですよ。私の仕事というのは、そういうふうなお仕事かなと思っていますね。

ある時は病院で憤りが激しくて、自分の病気が受け入れられない、仕事に戻れないことが受け入れられない、家庭に戻っていけないことが受け入れられない、すごい怒りの形相で周囲にあたり散らして暴力的になっっている方がいらっしやっただけですけど、その方のお話をお伺いさせていただいて、社会人として戻れない、仕事に戻れない、家庭に戻れない、そういうふうな憤り、苛立ち、イライラ、そういうふうなことを話すだけ話して、わーっと泣いてしまわれた方がいらっしやいましたけど、私も泣けてきましたね。そういうふうな苛立ちやストレスを一緒に一緒に感じていただくことも私の仕事かなというふうに思っています。

それは患者さんだけでなくて、家族さんもね、たとえば若い人だと、ご本人も苦しいですけど、お父さんお母さんも苦ししい

ですよ、自分より先に娘、息子が逝ってしまふ、それを何もできずに見守らないといけないわけですから。

(患者さんが) 現役の方だと、一家の主としての責任感もあるし、自分が守っていかないといけないと思われるんですよ、だから自分の哀しみも表出できないんですよ。奥さんも自分の子どもさんも労らないといけない、そういうふうな中で自分というものをきっちり守っていかれるわけですよ。それがある途端に、せきを切ったように崩れられる、そういうふうな場面にやっぱりお一人だとつらいんですよ、家族にも見せられないこともある。そういうふうなところにちよつとでも一緒にできれば、何にもできないんですけど、共にいるということは、そのお父さんも助けられるし、私も助けられるんですよ。なんかそういう感覚がありますよね。

よく仕事のことを、英語で Calling (コーリング) という呼び方をすることがありますけど、天職とかいう意味になるんでしょか。私自身も、私自身が寄り添わせていただいている、お話を聞かせていただいている、サポートしている、支援させていただいているということよりも、私自身も大きな力に守られるというか、そういうふうなことをすごく感じる瞬間だったりするのかなと思います。

これまで代えがたいご縁をいただいできた方々が、今でも語りかけてきてくれる。命が終わったとか終わらないというふうなことを超えて、生命として一貫性を持って、自分を導いていってもらえる。

Q. 普通に考えると、そういうところに寄り添われるのは、しんどかったり、つらかったりすると思うのですが？

笠原さん しんどいですよ。もちろんっらいですし、悲しいですけど、一方でそういうふうなご縁をいただけるといっても、すごく特別なところがあると思ってるんです。患者さんが探し求めておられる命の集大成を迎えておられる中で、本当に大切なものであるとか、尊敬っていう言葉が正しいのかわからないですけど、そういうふうなものに出会っていかれるのに、私自身も一緒にいける、それはなかなか経験できないと思うんですよ。

私はそういうふうなものの経験を大事にする場が宗教だと思ってるんですよ。それを神とか仏とかというか仏性とか言い方は様々で受け取りもあると思うんですけど、その思いに共感できたりとか、家族さんの思いに自分も一緒にできるというのは何物にも代えがたいものがありますから大事にしたいと思えますよね。

今まで毎年100人以上の方が亡くなってこられています、そうした方々と代えがたいご縁をいただいできて、その方々は今でも語りかけてくれるんですね。自分を奮い立たせていただいでいるというか。今、違う患者さんと出会わせていただいで、その哀しみに対して何ができるか考えさせていただいでいるんですけど、そのバックには、今までご縁をいただいできた患者さんがいらっしやるんですね。それを幽霊というなら幽霊といってもいいんだと思うんですけど、全部支えてくれているんですね。それってというのは、命が終わったとか終わらないというふうなことを超えて、生命として一貫性を持って、自分を導いていってもらえるというかね。それはやっぱり心強いですし、自分はけっこういやらしい心を持っていたりとか、いやしい心を持っていたりとか、計算高い心を持っていますけど、そういうものを超えて、導いていただいているというのは大きいかな。

死というのが日常から離れてしまっている環境的なこととか、考えないといけないなと思います。

Q. たとえば、若くしてお子さんを亡くして、なかなか立ち直れない方がおられた

としたら、笠原さんだったらどういうふうに寄り添われますか。

笠原さん もう立ち直れないんだっから、立ち直れなくてもいいように、一緒にできたらなと思います。自分がその人を殺してしまったんじゃないだろうかとか、自分が十分なことをしていけなかったからこんな風になってしまったんだらうかとか、すごく悔やまれて、次へ進めない方が多くおられます。昔から宗教というのは、たとえば7日ごとの中陰っていうものがあって残された方の思いをちよつとずつ聞いていって、その中で自分の心の整理をつけていただいで、そういうふうな中で「死」というものを自分の中で受け入れて、そこから出発していける風土という文化があったと思うんですけど、それが壊れてしまっていると思うんですよ。

亡くなるのが高齢者施設なのか、家なのか、病院なのか色々ですけど、そこでの死というのが全部バラバラにあるんですよ。死ぬというのは、その人個人のものでなくて、家族にとっても死であるし、友人にとっても死であるし、そういうのが共有できてないと思うんですよ。だからなかなか自分が死というものを死として受け入れて、また歩みを再び始めるというのができなくなっているの、僕は、その人がそこで立ち止まっておられるなら、立ち止まっている理由があるんだろうと思



し、受け入れられない心の根っこの悔しきであつたりとか、憤りであつたりとかがあると思ひますんで、そういうふうなところをご一緒させていただきたいと思ひますし、その人はやっぱりどこかで思つているのかなと思ひます。あえて再出発できないからしないといけないとは思ひません。死というのが日常から離れてしまつていて環境的なことというか、考えないといけないと思ひます。

どこまで共感できているのかわからないんですけど、それでも思ひに寄り添ひたい。

Q. 必ずしも同じ経験があるわけではない方に対して、チャプレンとしてどういった聞き方をされるんでしょうか？

笠原さん がん患者サロンに行った時に、同じ歳の人に、「しよせんあなたには私の気持ちはわからない」と言われたことはあります。その時もずいぶんショックを受けて、その時はそれに対して十分な答えができてなかつたと思ひますし、わからないことがたくさんあると思ひます。共感できないところもあると思ひますけど、一方で私も病院でも病院以外のところでも出会いを持たせていただいて、ご縁をいただひいて、大切な人をそういう意味では亡くしてゐるんですよ。だから、私の共感で

きるつていうのがどこまで共感できているのかわからないんですけど、それでも思ひに寄り添ひたい、それというのは、これまでご縁をいただひいてきた方々との出会いが大きいのかなと思ひます。

亡くなる方が何を私たちに遺していかれるかですよ。

Q. 県の「死生懇話会」でも、死は、社会の中にあるものとして、そこから生きていくこととか、人とのつながりを考えていけなかなという趣旨でスタートしているところがあります。そういったことを日々お感じになつてゐるのかなと。

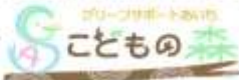
笠原さん ありがたいことには、お亡くなりになつた方がメインのエレベーターを使つて、正面玄関から葬儀社の車に乗つてホールに向かわれるということがあります。医師から看護師、我々スタッフまで玄関先で全員でごあいさつすることができる。他の患者家族もその様子をご覧になる方もあります。自然のこととして受け入れておられるのでしょうか。亡くなる方が何を私たちに遺していかれるかですよ。大病院は裏口であつたりとか、霊安室も目立たないところにあつたりしますけど、ぜひ滋賀県がされる病院はこういうことを大事にしてほしいと思ひます。

グリーンサポートあいちこどもの森 代表 野々山 尚志さん



野々山さんは、大学生の頃からあしなが育英会大学奨学生として、病気・災害・自死等の遺児支援に携わり、2018年に身近な人を亡くした子どもと保護者が安心して集える場を地元愛知県につくるため、「グリーンサポートあいちこどもの森」を立ち上げ、活動されています。

【野々山さん プロフィール】

- ・1981(昭和56)年愛知県生まれ
- ・父親・母親・弟との四人家族の長男
- ・高校3年の時、父がなくなる
- ・あしなが奨学金で大学進学→多くの出会い
- ・親をなくした遺児の支援・自殺対策・自死遺族の自助グループの活動に携わる
- ・大学4年「いのちの教育」の学びを始める
- ・中学校教諭10年を経て小学校教諭7年目
- ・協同の学び・理科教育・特別支援教育・国際理解教育・人権教育
- ・2018年  立ち上げ

やっぱり共に歩む人や寄り添ってくれる人の存在が安心感を与えて、そのご自身が亡くなった人との関係を作り直したりとか、一緒に生きている人との関係を築き直したりしてエネルギーにつながっていくということをすごく感じています。

2021年8月2日取材

Q どうして子どもががまんをし、子ども時代に子どもらしく生きられないのかなどということを疑問に感じていて…。

Q 「グリーンサポートあいちこどもの森」を立ち上げるに至った経緯は？

野々山さん 身近な人を亡くした子どもたちの声を聞いている中で、どうしても子どもたちががまんをし、子ども時代に子どもらしく生きられないのかなという疑問を感じていて、安心して自分の思いを表現できる場につなげたいと思っていましたね。

中学校の教員をやっていた時にも、お父さん、お母さんを亡くした子がいたんですけど、つなげられる場所がないなど、東京とかにはあるんだけど地元がないということ、子どものグリーンサポート団体の立ち上げをされていた高橋聡美さん(当時、防衛医科大学校教授)に相談したところ、「あなたがつくつたらいいんじゃない」と言われて背中を押されました。

プログラムに参加する中で、次をすごく楽しみにしてくれるのも大きいです。

Q どういった活動を？

野々山さん 「グリーンサポートプログラム」が活動のメインです。

半年の設立準備会で、プログラム開催の準備をしてきました。安心できる場をつくるために「聞いたことはここだけの秘密」「必ず誰かと一緒にいてね」等のルールを設けています。

【ワンデイプログラムの流れ】

- (1) はじまりのわ  
「輪」になってルールの確認・今の気持ち・自己紹介
- (2) あそびの時間①  
遊んだり、おしゃべりしたり、一人一人が自由に過ごす。
- (3) おやつ時間・おはなしの時間  
みんなでおやつを食べた後、輪になって、お話をします。話したい人は話をして、話したくない人は聞くだけでもいい。
- (4) あそびの時間②  
遊んだり、絵を描いたり、誰かやファシリテーターとおしゃべりしたりしながら、大切な思い出や気持ちを伝えることができる時間。
- (5) おわりのわ  
みんなで「輪」になって、今日したことや、感じたことを言っておにぎりまわし。気持ちを切り替えるための手助けとなります。

金城学院大学KIDSセンターを会場に貸していただき、お絵描きやおもちやで遊んだり、おしゃべりをしたり、外でボール遊びをしたりします。回ごとに、外で火を使ってホットドッグを温めたり、夏にはすいか割りをしたり等イベント的なこともしました。おおよそのプログラムを設定しながらも、自由な時間も大事にしてやっています。

初めて参加した時から亡くなった人のこ

とをお話しする子もいれば、ファシリテーターに話を振りながら、私はこうだよって話す子もいます。また、何回か参加した頃に、遊びを通してお父さんのことを語った子もいました。

参加する中で、次をすごく楽しみにしてくれるのも大きくて。この場で自分をちよっと開放して、わがままを言ったり、若い男性のファシリテーターに突撃したり、一緒に野球をしたりして、普段できないことをやれているのだと思います。学校では家族の話になると避けたりごまかしたりして過ごしていた子、学校になかなか足が向かない子もこの場では安心して過ごせるようです。

私たちが会の立ち上げを準備している時に活動内容だけでなく、使う言葉についてもたくさん議論してきました。例えば私たちは「大切な人」ではなく、「身近な人」という言葉をあえて使っています。中には、家族を亡くしてつらい人ばかりではなく、生きていく時の方がつらく、亡くなったことで平穏な生活になったという方もいます。誰もが安心できる場所にしたというのがある、会のリーフレットやホームページ等でも全て、「身近な人を亡くした子」という表現をしています。

Q スタッフやファシリテーターはどういった方が？

高橋さんに背中を押された後、まず最初

に講演会と、子どもと接する際のノウハウなどを学ぶファシリテーター養成講座を開催しました。そこに参加していただいた方に「一緒にやりませんか」って声をかけをして賛同してくれた方と準備会を立ち上げました。養成講座は、二日間で十時間の講座で理論から実践までみっちりやり、この講座を受講した方のみが子どもたちと関わるファシリテーターとして活動します。受講していないスタッフは、受付やプログラムの準備等で関わっています。

スタッフには、小中学校の先生、看護師、福祉関係、主婦の方、学生等さまざまです。ご自身も身近な人を亡くした経験のある方も多いですが、それぞれのバックグラウンドは脇において参加しています。

回復する方は誰もがもっている。誰かが関わってくれた方が回復しやすい。

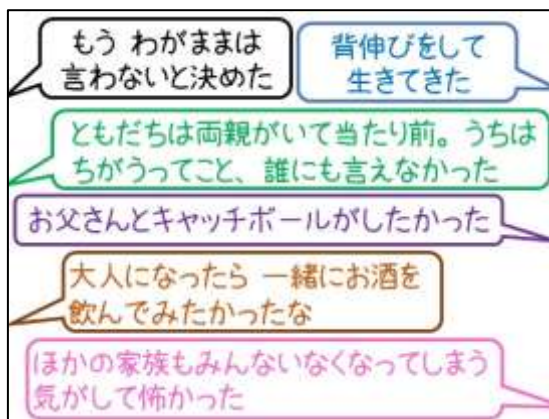
Q 活動の中で大事にされていることは？

野々山さん 喪失体験に伴う心や体の変化のことを「グリーフ」と言います。特に自死遺児は、自死は弱い人がするものだから、罪深いことだから、家族を見捨てたんだ等という偏見をもったまま突然当事者となることで、自身の偏見とぶつかって苦しむことがあります。

身近な人を亡くした子どもたちが、普段の生活の中でも安心感を得られるような

関わりを周りの大人がしていけるといいなど思っています。子どもたちが安心して子どもらしく生きられる社会をつくっていきたいというのが私たちの理念のひとつにあります。

### 【身近な人を亡くした子どもの声より】



子どもが安心を感じられなくなった言葉として、例えば、「きょうだい何人」と聞かれたら、亡くなった人も含めるのか、何と答えればいいのか悩むことがあります。子どもに安全に気を付けてほしいという趣旨でよく「親より先に死んではいけない」と言われることがあります。おじいさんより先に亡くなった親のことを責められているように感じる子もいます。子どもを



励ますつもりで「お母さんを支えてあげてね」ということを言われる子は多く、お母さんの前で自分のやりたいことをずつとがまんしてきたということはよく聞きます。

### 【安心を感じられなくなった例】

「きょうだい何人？」→「何人で言えばいいのかな？」  
 「親より先に死んではいけない。」  
 →「おじいちゃんより先に死んだお父さんは悪い人なの？」  
 「強く生きなさい。弱さは見せてはダメ。」  
 →「泣いちゃう自分はダメな人間なんだ。」「悲しんじゃダメなんだ。」  
 「お母さんを支えてあげてね。」  
 →「しっかりしなきゃ。」「自分のやりたいことはガマンしよう。」  
 「周りが気にするから言っではいけないよ。」  
 「自死であることは内緒にしていなさい。」  
 「変なこと聞いてごめんね。」  
 →「秘密にしなければならぬことなんだ。」  
 →「亡くなった家族のことは人に話してはいけないんだ。」  
 →家族の話題から避けるようになる。  
 →亡くした人が生きているかのように嘘をつく罪悪感。  
 →友達に合わせて亡くした人の悪口を言う罪悪感。

私たちが子どもたちと関わる上で大切に行っていることとしては、回復する力は誰もがもっていることとして、回復する力は誰もがもっていないけどサポートすること、関わることはできるため、適切な関わり方、少なくとも先ほど挙げたような安心を感じられなくなるような関わり方については知っておくことです。

よく時の薬というのを言われますが、三十年、四十年してから、また、亡くした時

の記憶が蘇り、どっと苦しくなる方もいます。時間がたてば回復するというわけでもなくて、グリーフと向き合い、折り合いをつけながら生きていけるような経験を積んでいくことで、苦しみや悲しみから解放されていけるのだと思います。

### 【子どものグリーフサポートで大切なこと】

- グリーフから回復する力は**誰もがもっている**。
- 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(関わる)ことはできる**。
- 誰かが関わってくれた方が、回復しやすい。
- 一緒に考える、同じ景色を見る(ファシリテーター)**  
ファシリテーター：その子が悲しんだり、怒ったり、泣いたり、歩み出そうとしたりするのを、一しやすくするように手助けする人。主導権は当事者。主導権を奪わない。
- 寄り添ってくれる人の存在が安心感を与え、その子自身の気付きやエネルギーとなる**。
- 保護者(家族)が自分らしく生きられるようになることで、子どもの力につながる**。

身近な人を亡くした経験は決して消えることはないけれど、共に歩む人や寄り添ってくれる人の存在が安心感を与え、グリーフと向き合うことができ、亡くなった人との関係に気付いたり、今一緒に生きている人との関係を築き直したりしながら、折り合いをつけ、今を生きるエネルギーを得られるのだと思います。「回復」という言

言葉の方が適切かもしれません。

言葉の本質を受け止めてほしいと思

Q 身近な人を亡くした方へ寄り添う際にどういったことを心がければいいでしょうか？

野々山さん 「死にたい」だとか「つらい」だとか「学校に行きたくない」とか、そういった否定的な発言もそのまま受け止めるというか、その言葉の本質を受け止めることが大切です。「死にたいほどつらい気持ちなんだね」というふうな。そうすると、つらい気持ちを受け止めてくれたと感じてくれるかもしれません。また、「学校に行きたくないのはどうしてか教えてくれる？」と、その子自身に尋ねてみるとか。

話したいっていう気持ちが出た時に、「受けとめるよ」「聴くよ」って伝えることが大事かなって。普段の生活の中でもそういう気持ちを伝えてくれたタイミングで、「話してくれてありがとう」ということと共に言葉の本質を受け止めてほしいと思います。

あるお母さんの方から聞いたことで「な



るほど」と思ったことがあるのですが、別に誰かに話を聞いてほしいわけではなく、ただ、毎日の生活をこなすのがしんどい時、近所の人がいると気をきかせて手伝ってくれるんだけど、いつも「すみません」と頭を下げるのがさらにつらくなっていくたそうです。そんな時、自分の子を遊びに連れていく時に「一緒に連れて行っていい？」と言って連れて行ってくれたり、買い物ついでに「これ買っていくんだけどいる？」とさり気なく、気を遣わせないような関わり方をしてくれて、気が楽だったと聞きました。

お話を聞くだけじゃなく、誰でもどんな形でもグリーンフサポートはできると思えました。

強い人っていうのは、自分が苦しい時に助けを求められる人なんだということ子どもたちに伝えていきます。

Q 学校の先生をされていますが、接する子どもたちに「命」とか「死」「生きる」といったことをどう伝えられていますか？

野々山さん 命は大事だとか、そういうのではなくて、「あなたが大事」っていうことをずっと伝えていきますね。最近では、「わからない」や「困ってる」とか、「助けて」って言うことが大切なことなんだよと伝えていきます。また、けがをした時に

保健室で手当をしてもらおうように、心が痛い時も手当してもらっていいんだよとも。強い人っていうのは、自分が苦しい時に助けを求められる人なんだということ子どもたちに伝えていきます。そして、自分や友達では解決できないことは、三人の大人に相談してねって。一人の大人に相談したときに、その人はもしかしたら自分のことではないで、「ごめんあとで」って言葉われちゃうかもしれない。だから、あきらめずに三人には相談してねって言っています。必ずどこかにあなたの「味方」になってくれる大人はいるよと。

「命が大事」なんてことは、子どもでも分かっています。命が大事だと思っていなから、自分を傷つけたり、他人を傷つけたりするのはありません。苦しい時に一緒に悩んでくれたり「あなたのことが大事だよ」と伝えてくれる人の存在がいたりすると力になります。

味方になってくれる大人の存在が、生きていいいな、大人っていいなと思えるようになると思うので、そんな大人になりたいなって思っています。



#### 〈グリーンフサポートあいちこどもの森〉

身近な人を亡くした子どもとその家族が、安心して自分の気持ちと向き合いほっと一息できる止まり木のような場を作りたいという考えで設立された。

主な活動内容: グリーンフサポートプログラムの開催/ファシリテーターの養成/グリーンフサポートの普及と啓発/ネットワークづくり

※ワンデイプログラムに参加されるお子さん、一緒に活動して下さる方募集中

連絡先 <https://www.gsakodomonomori.org/>  
[mail:grieffsaichi@gmail.com](mailto:grieffsaichi@gmail.com)

※この記事中のスライドは、野々山さん作成のものです。

京都女子大学 家政学部生活福祉学科 助教 吉川 直人 氏



「死」は「生」と同様に誰もが当事者でどちらも日常であることは、生命あるものの必然。

避けては通れない道に、例えば、聞くこと、知ること、語ること、考えることができる、心の拠り所となる場所があったら。【デスカフェ】は「死」についてまわる暗さや禁忌のイメージを取り払い、ポジティブかつカジュアルに「死」を語り合う場所。そんな【デスカフェ】について研究を続ける京都女子大学家政学部助教の吉川直人さんは、「死について語ることで、生きる活力やモチベーションに繋がっていく」と語る。

### プロフィール

女子大学 家政学部生活福祉学科 助教。日本福祉大学院 社会福祉学研究科社会福祉学専攻 修士（社会福祉学）。専門である高齢者福祉の現場を経て、死も視野に入れた福祉の必要性を実感し、デスカフェの調査研究に着手。2020年9月には「デスカフェサミット」を企画開催するなど、デスカフェの更なる発展とネットワーク構築のために奔走する。

2021年10月13日取材

Q. デスカフェの研究を始められるようになったきっかけをお聞かせください。

**吉川さん** 前任校である青森中央短期大学にいた時です。大学の関連施設として特別養護老人ホームがあり、新たな地域交流としてのアイデアを求められた時に「デスカフェ」の取り組みを提案しました。

当時の青森ではまだ行われたことがなく、新しい世代間交流の場としてデスカフェの開催を提案した、それが初めて関わったきっかけです。

看取りを強化している施設で、包括の職員や緩和ケアの医師、また地域住民や利用者のご家族といった方々が集まる、大規模なデスカフェとなりました。

その後訪れた栃木のデスカフェは、少人数で深い対話を行うもので参加者が10人以下という小規模なデスカフェでした。

同じ【デスカフェ】という名称でも規模の大小の違いだけでなく、色々なタイプがあり、この「場」と集まる「人」と「可能性」についてより深く調べることに価値があるのではないかと感じたことからデスカフェの研究を始めました。

Q. どのような活動をされているのですか。

**吉川さん** 東京や京都、栃木から青森など、日本各地のデスカフェにフィールドワーク

を行いました。

若い人が多く集まる、とてもライトなタイプのデスカフェがあったり、また中高年層が多数というデスカフェもありました。

主催者についても僧侶や医師、葬儀社、図書館司書、特養の相談員や看護師などさまざまです。

それぞれが持っている「死」のフィールドというのの違いです。

「死」のフィールドが違えば関わっている人も違う、また「死」に対する考えも問題意識も異なります。

ただ「死」の対話を開くといった一点では共通していて、それぞれが独自の実践をされていました。

その状況を知り、主催者同士の結びつきや交流により、お互いの実践を参考にできたりシェアし合うことで、より良い活動になるのではないかと考えました。

そこでデスカフェの実践を紹介しあったり交流を行い、デスカフェを必要人に届ける試みとして、「デスカフェサミット」をオンライン上で開催しました。

そういった形でデスカフェの実践やその効果について、フィールドワークやインタビューを行いながら研究していく中で、デスカフェという存在自体が新たな社会的資源になる可能性を秘めているのではないかと感じるようになりました。

例えば認知症カフェであったり子ども食

堂などは、昔からあったわけではなく新たな時代状況に合わせたニーズによる草の根の実践でした。

これがカタチになり新たな社会資源になっていったように、デスカフェもそうした新たな社会資源の創出になるのではないかと考えながら研究を進めています。

Q. 「死」をカジュアルに語るというデスカフェ。その内容を教えてください。

**吉川さん** 話したいという思いが強い人たちが集まれば、テーマをセットしなくても会話が広がっていくといったこともあります。

しかし、「死」についてカジュアルに語りますよ、さあどうぞ、といったもなかなか言葉が出てこないものです。

「死」に対するテーマというのは多岐に渡るため、カードを使うことで対話の足掛かりを作るような進行であったり、実にさまざまなたいプのワークが開発されています。

例えば死生観の対話を開くためのツールとなる(へもしバナカード)や(死生観光トランプ) (EHA(よいし)カード) (へどせばいいカード) などカードだけでも複数あります。

またカードを使わないものでは、弔辞ワークや「死」をテーマにした絵本を使った絵本ワークなどもあり、多様な「死」の対話をより引き出しやすくするためのワークは、開発

が進んでいるといった現状です。やはり根元的な価値観である死生観や死に関することは、誰しもなかなか踏み込みにくいものですから、ワークやカードを使うことによってワンクッション置いた形式にすることで、対話が深まりやすくなる効果があると思います。

ですからこういった形で行われるデスカフェも、「死」の対話のひとつの形態として大いに需要があると言えるでしょう。



Q. デスカフェの今後の可能性やいちばんの面白みはどこにあるとお感じですか。

**吉川さん** 参加する動機や目的は異なる方が多く、ただ気軽に話してみたいといった方もいれば、癒しを求めて来る方もいる。

また学びを求めて来る方もいるし、繋がりを求める方もいらっしゃいます。

例えば癒しを求めに来て学びを持って帰る人もいれば、学びを求めに来て繋がりをもち帰る人もいる、最初の動機とは異なるものを持ち帰るといったこともあると思います。

デスカフェの窓口は広く、また持ち帰るものも多様であり、それが更に新たな結びつきを生み出すことも特長的ですし、興味深い点ですね。

また「死」の対話を開くといったこと自体、なんらかの審査や検定などはありません。

ただ知識とファシリテーション能力、「死」に対する問題意識を持っていて尚且つ場を開き運営するチカラが必要です。

そういったさまざまなハードルをクリアしないと、この「死」の対話を開くといったこと自体ができないわけです。

実際に今行っているのは「死」に対する専門性を持った方、葬儀社や僧侶、看護師や医師といった方々です。

例えば僧侶ならば檀家さんや葬儀の場で関わる方であったり、葬儀社であれば会員さんなど、それぞれの関わりの中でそれぞれの



専門性や独自性を持って広がっていくことが面白みでもあり、大きな特徴と言えるでしょう。

現在はデスカフェ主催者同士のネットワークも広がりつつあり、その中でお互いの問題意識や行っていることを参考にしあい、更なる広まりに繋がっていくのではないかと期待しています。

身近な人と話すことはもちろん、地域の他の住民とも話すことができれば、それが将来的には地域のケア力の底上げにつながるという可能性もあるのではないのでしょうか。

Q・絵本を使ってワークされることもあるようですが、子どもの参加も可能なのでしょうか。

吉川さん 絵本を使った対話に関しましては、大人向けに行っています。

絵本は子どものもものという概念でなく、大人が読むからこそ深いメッセージをより知ることができるといふ考えから、図書館司書の方が絵本の対話ワークを開発されました。したがって今のところお子さんが参加されることはありません。

ただグリーフケア(深い悲しみから立ち直るための支援)という点については定評がある絵本を選定して行っていますので、深く深く読み込んでいってそのメッセージというのを受け取って、そこから「死」の対話を深

めていくと、こういった形態のデスカフェというのもありますので、これは開発された方が大人向けということとで考案されたわけですが、それを子供向けといった形でアレンジして行うといったことは可能なのではないのでしょうか。

Q・深い悲しみや、苦しみを持つ人が癒される場所というイメージでしょうか？

吉川さん 参加される方の中には癒しを求められる方もいらっしゃいますが、デスカフェ自体はグリーフに特化したものではありません。

中にはカジュアルな内容のデスカフェに來られることや、自分が求めていたものとは違うなど感じられて別のところに行かれる方もいらっしゃいます。

しかしながら、ある程度の悲しみに対しては対話であったりワークなどで癒しというものの方が少しはすくい取れることもあるのではないのでしょうか。

また深い深い悲しみというのは越えただれども、それでもまだ悲しみを抱えているといった方に対する癒しになるようなタイプの死の対話もあります。

5年経っても10年経っても、自分の中で消化できていると思っても、やはり心の奥底に悲しみが残っているということも当然あると思います。

デスカフェで自分の看取り体験であったり死別体験について語るとき、それらはすでにある程度言葉として話せる状態にはなっているものの、でもそれで完全に癒されるというわけではない。

しかし、自分の死のものがたりをシェアし合うことで、今の「生」を見つめるといふことにつながるっていくものと考えています。

Q・行政が主導の死生懇話会の開催について、率直な感想をお聞かせください。

吉川さん こういった取り組みが進んでいくことがより望ましいと考えております。

デスカフェはあくまでも個人での取り組みといった形になりますが、公的な機関がそうした取り組みを行うことによって、よりこの試み自体に意味があるという担保となり、開催する人にも参加する人にとっても後押しされることにつながると考えられます。

「死」の対話を望む人や話してみたい人、考えてみたい人に対して、それはおかしいことではなく、ごく自然で意味のある事なんだよという後ろ盾になるような試みなのではないのでしょうか。

例えば特別養護老人ホームなどの公的施設や公共の図書館などでのデスカフェなども、公的な取り組みとしてより進んでいけば「死」の対話というのをもまた広がっていくのではないかと考えております。



Q. コロナショックによるデスカフェへの影響はありましたか？

吉川さん デスカフェの試み自体はコロナ以前から行う人も参加する人も増え、拡大していました。

コロナ禍における一番大きな変化は、国内に限らず海外でもデスカフェがオンライン形態で行われるようになったことです。

それによって今まで参加できなかった人が参加し始めた、入り口が更に広くなったといったことは言えると思います。

対面で行われるデスカフェに興味があったり物理的にその場に出向くことが難しかったり諦めざるを得なかった人も、オンラインなら参加してみようかなといった声も聞かれます。

参加される方の中にはコロナ禍において「死」について考える機会が多くなったので、参加してみたという方もいらつしやいました。

きっかけはそこにあっても、その後通常の「死」の対話、死生観であったり死に対する価値観や、自分が死を迎える時の大切なものといった、深いところでは変わらない、「死」のテーマという話にシフトしていくのではないかなと思います。

Q. 多死社会に向かっていく中で、デスカ

フェのあり方をどのようにお考えでしょうか。

吉川さん デスカフェ自体の広まりには、多死社会という大きなキーワードがあると考えています。

「死」に触れる、考える機会が多くなっていき、看取りの場なども変化していきます。

また独居、核家族という、可能な限り死とは切り離された日常を送っているいわゆる「普通の暮らし」の中で、ある日突然身近な人または自分の「死」に向き合ったり関わることになった時、一体どうすればいいのかとなるのは必至で、まず考えておくことが必要だということに行き着くわけです。

終活やエンディングノートなどもブームになりましたが、それも必要な取り組みだったと思います。

これらは、事務的な終わり方、終わらせ方の話が多く、根源的な自分の価値観や死生観などと深く向き合ってみることは違うアプローチかなと思います。でもそこから更に一歩進んだことというのは、やはり対話の中でしっかりと向き合えないとできないのではないかと考えています。「死」についての対話ができる新たなコミュニティがあるという、ひとつの心のサポートとしてデスカフェの存在意義があるのではないのでしょうか。

ただ「死」について考えたり対話することは大切な試みですが、強制されるものではない

ということが大きなポイントです。全ての人が最終的には「死」に向かっていくわけですから、「死」について考えることや対話することを当たり前のこととして認識される社会であっていい。

求める人が望む時に考えたり話すことができる、そのひとつとしてカジュアルな対話の場がある、ということですね。

ただし批判や否定や強制されることがない、ということが大前提です。

価値観や人生観は人それぞれですから、多様な考えに対応する窓口の広い社会、それが誰にも優しい世界への第一歩となるのではないのでしょうか。



## ★「デスカフェ」を主催されている田中さん、小口さんにお話しをお伺いしました★

小金井市立図書館貫井北分室  
分室長 田中 肇 氏



田中肇さんは、デスカフェ「デスカフェ～死をめぐる対話～」を主催されています。田中さんと一緒に絵本デスカフェなどの活動もされていて、栃木県でデスカフェ「CaféMortel（カフェモルテル）」を主催されている小口千英さんも一緒に取材を受けてくださり、お話しをお伺いしました。

看護師 小口 千英 氏



デスカフェは、スイスの社会学者であるバーナード・グレッタズ氏が妻を亡くしたのをきっかけに、死について語り合う場の必要性を感じたことから始まったとされ、これまで全世界70カ国以上で開催、日本国内でも「死を語ることは生を実感する場」として、多様な形で開催されている。

2021年11月9日取材

今の時代、死について語る場、風土が熟成されつつあるのかなど…。

Q デスカフェを始められたきっかけは？

**田中さん** 始めたのは2018年の秋でした。樹木希林さんが全身ガンであることを公表されて、でもしばらくはお元気で、このまま穏やかに人生を過ごされるのかなと思っていたら、突然に訃報を聞いて、やっぱり人は死んでしまうんだと思いました。その時にデスカフェを始めようと思いついたのが第1回です。

そのあとラジオで本を紹介する番組に出演させていただく機会があり、エリザベス・キューブラー・ロスの「死ぬ瞬間」という本を紹介したところ、リスナーの方からの評価が結構高く、これは今の時代、死について語る場、風土が熟成されつつあるのかなと思いつて始めたところなんです。

**小口さん** 私がデスカフェをやるきっかけになったのが母親の死です。その時にたまたま、新聞で「デスカフェで死を思う」という記事を見たことで、死について他人と話すデスカフェというものを初めて知ったんですね。実際に母親の死について家族と話せないと思った時に、デスカフェというところでは全くの赤の他人とだったら話せるんじゃないかという思いがあつて、自分のために立ち

上げたというか、自分が話したいなと思って立ち上げたのがきっかけです。

私は、普段、精神科クリニックの看護師をしているので、分かち合いの会や遺族会があるということは知っていたのですが、そこに縛られたくないというか、死について色々な話を聞いた方が、自分のもやもやした心の状態を解決できるんじゃないかなというのもありまして、身近な人の死とかを体験した人が集まって話せる場ができたらいなというので始めました。

始めてみて、やっぱりデスカフェというと、「死について話す場」というのがあるので、哲学的な話や、宗教観を持って話したい人など色々おられて、ちゃんとテーマを決めないとデスカフェ、死を語る場というのは、話があっちこっちに行ってしまうってダメなんだなということを感じて、今は、身近な人を亡くした人たちが集まって話す「分かち合いの場」というふうに限定して開催しています。

Q 具体的にはどのように開催を？

**田中さん** 地元の横浜でやっています。ロケーションが良いところということで、海が見えるカフェとか会議室を使用しています。私は図書館司書なので本をツールにしています。死に関する本を皆さんに持ってきていただいて、ご紹介していただく、あるいは死に関するエピソードをお話していた

本やキーワードを持ち寄って



いただいたあとに、こんなこと話したいなということ 키워ワードで書いていただいています。出てきたキーワードの中で、多数決で一番多く選ばれたものが、その日の対話のテーマになります。参加者の年齢層は20代から60代くらいで結構幅は広く、意外と若い人が多いです。常連の方が多いですが、新規の方も2、3人入ってくるといような感じで今まで続いていますね。

勤務している図書館でも、今年から死にまつわる絵本を通して対話をしていく「Desscafe エ 絵本読書会」を公民館と連携開催しています。2022年3月には第3回を開催予定です。また小口さんとは定期的に、オンラインで「絵本Desscafe」をコラボ開催しています。

**小口さん** 最初は宇都宮市で月1回開催していました。最初は、喫茶店で、オーナーの方に直接交渉して、ランチとディナーの時間帯を貸していただいてやっています。喫茶店が閉店してしまったので、そのあと無料で貸してくれるところを探して。中古タイヤ店で無料でレンタル会議室を貸してくれるところがありましたので、今度はそこを借りてやっています。

だいたい集まるのが4、5人くらいです。ほとんどリピーターの方ですが、地元の新聞に取材された時には、私がそういう場を主催しているということを新聞で知って、すごくありがたいですというふうに言ってくれました。開催し続けることが本当は大切なんですけれども、コロナ禍でオンラインに切り替えると、高齢の方はオンラインに抵抗があったり、やったことがないということが多くて……。私がおもともとリアルでやっていたDesscafeをオンラインでやるということには難しいのかなというふうに思っています。なのでそれとは別に、田中さんとオンラインコラボDesscafeとして「絵本Desscafe」と、「死を語るDesscafe」を交互に毎月どちらかのテーマでやっています。

Q Desscafeで初対面の方もある中で、どのように話を進めていかれるのですか？

**田中さん** まずは簡単な自己紹介をしていただいて、そのあとにアイスブレイクで、例えば秋に食べたいものとか、今やりたいこととかを一言お話ししていただきます。それが意外と盛り上がるんですね。それで本題に入るといふ感じですね。そういうのがいいかなというふうに思っています。

**小口さん** 私の方は、グリーンフ寄りの感じの内容だったりして、話しにくいということ

があると思うので、まずは私が母親の死について話すことから始めます。母親の死について赤裸々に話すことで、こんな話もしていいんだなと思ってもらえるんじゃないかな。まず私の話をして、次にリピーターの方にもお話ししていただいて、それで3番目くらいに新規の方に順番が回るようにして、話しやすい雰囲気をつくるようにしています。

話す場所って何か所かあって、いろいろな人の話を聞くのってすごく重要なんだなって。

Q Desscafeで印象深いエピソードは？

**小口さん** 私が母親の死について話したというのがもともとのきっかけのDesscafeなのですが、自分が母の死についてどう思っていたかを話す内容は回によって毎回違うんだなということが、私の体験で感じたことなんです。だいたい1年くらい経つと、だんだん話さなくても大丈夫というか、話し尽くしたなという思いがあって、そうすると心も落ち着いてきましたし、他の人の話もよく聞けるようになりました。

その反対に、リピーターの方の中には毎回同じ話をする人があって、きつとその人中でわだかまりがあったり、もやもやしていることをずっと抱えていて、同じ話をするのかなど。そういう悲しいことがあったときに、



吐き出したかったのをずっと我慢していた人なのかなっていうのもすごく感じたりします。

それと、参加者の方の中には自死で家族を亡くされた方がいらっしやいまして、その方は自死遺族の会にも参加していて、数年経ってから私が開催するデスカフェに顔を出すようになったのですが、自死遺族の会で話していた時とは違う話をこっちでするとか、ここではこの話をするけど、この話はあつちではしないとかいう、話分けをしていると。自死遺族の会の中で話していたのでは気づかなかったことが、私のデスカフェで話すことや、他の人の話を聞くことで気づくことがあるということ、そういう意味では、話す場所って何か所かあつて、いろいろな人の話を聞くのってすごく重要なんだなっていうのは感じましたね。

**田中さん** 私の方のデスカフェは、基本的に分かち合いじゃなくて、対話の会なんです。対話とは「気づき」を得る場なんです。グリーンケア的なものを求める方が時々いらっしやるんですが、そうすると、やっぱり対話の場なので、少し異なってしまうんですね。それでちょっと傷付いてしまったというご意見をいただいたことがあつて。その時に、仲間内のお互いに傷を癒す場から脱却するには、相手の対話、声を聞くような場も必要で、それがこの場じゃないかなということ

お話ししたら、ああそうだとおもうふう理解をされて、再び参加をしてくださったという例はありますね。グリーンケアの先に、もしかしら対話の場があるのかもしれない。そして、対話を経験することによって、もう一回り大きく成長できる1つのステップかなというのを感じていますね。

**対立ではなく、自分の考えをお互いに述べ合うようなスタイルで着地していく。**

**Q 進行役（ファシリテーター）として大切にされていることは？**

**田中さん** 場が荒れずに、穏やかに、緩やかに着地していくっていうことを意識しています。発した声に対して、それは決めつけではなくて、私の思いだつてことが、皆さんが認識するような形でやっていく。それから、一つの方向性にまとまらないように見ている。そういうようなことを絶えず目配りしながら進めています。

あとは、発言を無理強いしないことですね。また、発言についてうまくわからない時は、聞き返す必要がありますね。今、あなたがおっしゃっていることをもう一度お願いできますかというように感じて、皆さんにわかるように。皆さんが理解できる言葉で話していただいて、それに対して批判をするので

はなく、あなたの考えはそうだけれど、私の考えはこう思うと。対立ではなく、自分の考えをお互いに述べ合うようなスタイルで着地していくというのを目指しています。

**小口さん** デスカフェにはルールがありまして、人の話を否定しないとか、一人が話しすぎないとか、悩み相談の場にならないようにするとか。でもやっぱり、吐き出したと思うって来ているときに、途中で止めてしまふのって、せっかく話せる場を提供している身としては、思う存分話してもらいたいなというのがあるので、相槌を打ちながら話のきりのいいところまで様子を見たり、話尽くせるまで話してもらおうともあります。

あとは、死について優劣を付けないというか、悲しみに優劣を付けないようにというのはグリーンケアにおいても大切な約束なので、亡くなった人のことよりも自分の感情を表現できるように話をもっていくようにしています。



田中さん主催のデスカフェの様子



デスカフェ後のアフターランチも



そういう場に一緒に居合わせる。その場についてみんなが味わう。

Q話しているうちに感極まってしまってもおられるのでは？

**田中さん** 対話の場なので事例は多くないですが、そうした場合には、今出た悲しみ、怒りを十分に味わっていただく。それは決して悪いことではないので、その場で十分に感情を解き放ち、感じ取って味わうことが必要だと思っんですね。私たちはそういう場に一緒に「居合わせる」という感じですよ。

**小口さん** 私がそうだったのですが、やっぱり話をする、最初の頃は涙なしでは話せず、だいたい毎回泣きながら話していましたね。それに対して誰かが慰めの言葉を言ってくるようなこともないし、本当にその場にいてみんなが味わうというか、一緒に涙を流してくれる人もいましたし、あえて何もしなくてもよくて、逆に変な慰めの言葉をかけてほしくなかったのも、何も言わないでいてくれた方が、私としてはありがたかったなというふうに思います。

だから、他の方の話を聞いて、自分ももらい泣きをしてしまう時もありましたけど、みんなと一緒に泣いてすっきりするみたいない感じで、無理に慰めるのではなくて、みんな味わって、それで涙を流してすっきりした

っていう形が自然な感じでもよかったかなっていうふうに思いますね。

**田中さん** そういうことがグリーンフェアの鉄則なので、そこで意見をしたりとか、何か提案をしたりとかしてはいけないんですね。ひたすらその方が出す感情に十分に浸るといいうか、味わうというか。そういった感情を悪いことじゃないんだよと、それは自然なことなんだよと、今はグリーンフェア中なんだよということをしつかりと認識してもらおう時間が大切だなってことですよ。

Q絵本の取組もされていますが、子どもや若者に死の伝え方などで思うことは？

**田中さん** 図書館でも大人対象ですが、絵本を用いたデスクカフェに取り組んでいます。絵本には、自分で読むんだったら小学校3年生、4年生、読んで聞かせるなら5歳、6歳というように対象年齢が書かれていますね。描かれた作者の意図としては、読み聞かせでもいいし、自分で読んでもいいですよということ、子どもの時代に死について考えることができるという仕掛けづくりがされているものがありますね。子どもや高校生でも、たぶん死についての実感はないけれども、人はいつか死んでしまうんだと知ってもらうことが必要だと思っますね。それについて考えることによって、今自分は生きてい

て、元気でいろいろなことができるんだということに立ち戻ることが出来る。そういうふうなことがないと、なかなか死について考える機会がないのかなと思っます。そういうような仕組みづくりが中学生、高校生でも必要かなというところは考えています。

**小口さん** 私は、精神科で出会う患者さんやデスクカフェで話を聞く中でなぜ人は自死を選ぶのか考えていたときに、自分を死に追いやってしまう人は、真面目で、他人に迷惑を掛けたくないとか、自分一人で抱え込んでしまうという人もいると思っんですよ。そういう人はすごく真面目で完璧主義で何でも一人で頑張ってしまう人なのかなって。誰かに助けを借りることに抵抗があったり、誰かに迷惑を掛けることがすごく嫌で自分を追い込んでしまう；、そういうのって小さいうちから形作られてしまうような気がするんですよ。

それを防ぐには、小学生ぐらいからメンタルヘルスについて学ぶ授業があった方がいいと思っし、人に助けを求めることは恥ずかしいことじゃないとか、完璧に頑張りすぎることはメンタル的には良くないかもしれないよとかっていうことをみんなで見える授業とか、若いうちから健康教育に目を向けていくことが、死について学ぶこともその中に含まれると思っるので、早いうちからやっていたらいいなって私はすごく思っっています。

★社会福祉法人で「デスカフェ」を運営されている「三思園」の皆さまにお話しをお伺いしました★

社会福祉法人 中央福祉会  
特別養護老人ホーム「三思園」  
看護師長 高橋 進一 氏 & 皆様



高橋大治郎  
事務長



高橋進一  
看護師長



阿部一樹  
主任相談員

青森市にある社会福祉法人 中央福祉会 特別養護老人ホーム「三思園」さんでは、デスカフェ「sanshien de café」を運営されています。2014年から施設での看取りケアに取り組まれている「三思園」さん。看取りも含めた多様な「死」のあり方や、「死」に関連して、あるいは死後に生じる問題解決のヒントとなる学びの機会づくりといった、大きな意味での地域づくりの取組と位置付けて、デスカフェを運営されています。

デスカフェは、スイスの社会学者であるバーナード・グレッタズ氏が妻を亡くしたのをきっかけに、死について語り合う場の必要性を感じたことから始まったとされ、これまで全世界70カ国以上で開催、日本国内でも「死を語ることは生を実感する場」として、多様な形で開催されている。

2021年11月16日取材

皆さんの価値観を共有できて、最後は清々しく、幸福感に満ちた気持ちになるのが不思議だな。

Q デスカフェを運営されている理由やきっかけは？

**高橋大治郎 事務長** デスカフェは、社会貢献の切り口で取り組み始めました。特養での看取り・介護に端を発しまして、職員の死生観の醸成の機会、それが関連法人の大学の学生さんや大学が関わる地域住民、本会が関わっている地域住民へとターゲットを移して拡大していき、特養にとどまらずに、看取りも含めて多様な死のあり方、「死」に関連して発信したり、死後の問題の解決などの学びの機会づくりを通した大きな意味での「地域づくり」と考えて行っています。はじめはまだ2年〜3年という浅い取組ではありましたが、看取りに深い知識を持っている看護師長と、社会福祉士でもあり、公認心理師の資格も保有している相談員という人的な資源にも恵まれています。もしかしたら今しかできない取組かもしれませんが、コロナ禍で制限もありますが、積極的に推進しています。

**高橋師長** 看取りを実施するうえで、やはり様々な問題点が浮き彫りになってきました。「死」として捉えるのではなくて、より「地域で生ききる（逝ききる、活ききる、居ききる）」ための課題解決というのが、地域包括ケアシステムの中でなかなか見えてこないという部分もありますし、今後どうするかというACPの問題や、それを含めてどのような介護の底上げをしていくか等、様々な問題がある中で、「デスカフェ」というインパクトのある言葉によって少しでも考えてもらえる機会になる、場所を提供したいというところからスタートしています。

コロナ禍でなかなか進んでいませんが、コロナ禍の中でやったこととしては、学生さんを中心になって、職員向けのデスカフェを開催しました。それが意外と精神的に開放されたというか、皆さんの価値観を共有できて、最後は清々しく、幸福感に満ちた気持ちになるのが不思議だな。職員自らが体験して、あらためて、これは広めていく価値が充分あるなという思いになりました。

Q デスカフェではどんなお話しを？

**高橋師長** 先日の職員向けのものでは「あなたにとって施設葬とは何ですか」というテーマでディスカッションをしました。これは、私たちが、入居者様が亡くなるとワンストップ

プで最期まで、つまり施設葬までやろうというところで取り組んでいるテーマに沿ったものです。

通常のデスカフェでは、まず「死」を語りきつかけというのが難しいと思うので、「もしばなカード」というものを参考に、津軽弁にバージョンアップしたカードを使っています。それで、「もし死ぬ場合にあなたはどんなことを考えますか」というテーマで、自分の「一人称での死」を考えるカードゲームや、ちょっとしたセミナー、施設での看取りの事例の紹介をする等して、死をより身近に自分ごととして考えられる仕組みを積極的に取り入れてやっています。あとは、棺に入っていたら死んで、死を考えるとという体験や、超宗派でお寺さんを3名呼んで普段の疑問をクイズ方式でお答えするというような企画もやりました。

**阿部相談員** デスカフェ自体は地域に向けて開催しており、地域の民生委員さんであったり、介護医療福祉に関係する方々を中心に開催する形からスタートしました。1回目のデスカフェでは「三思園」でお看取りした方のご家族をお招きして、なぜ「三思園」での看取りを選ばれたのかとか、お看取りの過程でご家族の心情はどういうふうに動きましたか、というのを対話させていただきたい、それをデスカフェの中で共有して、その後カードゲームをしました。

**高橋師長** 私どもの法人が開催しているのは、まず地域にどのような「死」のあり方、看取りのあり方、生き方を伝えるかというテーマから入ったデスカフェです。

でもやはり最初は自信がなかったですね。深くお話しをしていくうちに、とりとめもなくなくなってしまったらどうしようかなど。今は他のデスカフェの主催者の方々と交流したり参加し、勉強もさせていただきましたので、なんとかできるかなど。

法人として、地域にどう貢献していき、地域で安心して死ねる環境があるのだからという安心感をもたらしながら、何が必要なのかを考えていくのが役割なのかなど。

Q 「施設葬」をされているのですか？

**高橋師長** はい。直葬を防ぐということで、葬式も何もあげずに火葬しちゃう家族も中にはおられますので。お父さんの遺骨はお家にあつて、お母さんもまた亡くなってどうしよう、お金がないから、どういう形でしようというご相談があつて。お安い値段で実施し、非常に感謝されています。

特にコロナ禍の中で、葬儀をしても誰も参加できない状況であれば、私たちがすでに家族、セカンドファミリーであり、入居者様が一つの社会の形成になるので、その方々が参列できる環境というのが施設葬になるかと思いました。葬儀屋さんとはまた違った、心

のこもった葬儀ができるという確信があり、実施してきました。グリーンケアにつながるのではないかなど思っています。今後も色々勉強してより人の関わりみたいなのが最期まで続くようなケアの一環としての施設葬を目指していきたいと思っています。

「人生会議」という会議の場を開かなくてもすべてが人生会議だろうと。

Q 施設での看取りを進めていかれる中で工夫や大事にされていることは？

**高橋師長** 一番核となるのが相談員の役割なのですが、皆さんと一緒に、普段から本人や家族の声に耳をいかに傾けて、その情報を共有していくという作業を積み重ねないと、どうにもならないと思っています。「人生会議」という会議の場を開かなくてもすべてが人生会議だろうと。

特にテーマとなる話がなくても、とにかく話をしていく、その話の中になにか共通点が見つかったらそこから深掘していこうというところでは、食べ物のお話が一番いいのかなど。看取りをやる時もやらないのではないかと勘違いされることもあるのですが、最期までお口から食べることをあきらめない、そういうケアをしようと。





施設は「生きる場」。オーダーメイドで小さな実現可能な夢を叶えながら…。

それから、小さいころのお父さん、お母さんはどうでしたか？というところからスタートしていった方がいいのかなという気がしています。意外と晩年のお父さんのイメージ像というのは、波風が多い家族もあつたりします。私たちの思いと家族の思いが一緒になった時にケアがとことんできるのかなど。家族ががんばるからこそ私たちががんばれるというところを意識しながら、家族と共にケアするという空気を伝えていきたいなと思っています。

**オーダーメイドで、その人の小さな、実現可能な夢を叶えていくというのもケアの一つに入れていきます。**

Q施設での看取りを進められて、三思園さんは「看取り率100%」とも言われていますが？

施設で看取りを進めていくうえで、結局そ

のへんが私たちのジレンマなのですが、家族がまず「死」を覚悟していない入所の時点で「看取りしますか？」というところから物語がずつと何年も続きます。「三思園に入ったらもう死んじやうのだね」というような「死」のための施設というようなイメージになつては困るわけで、「生きる場所」「生活の場」だということをどのように格付けしていくかということが大事だと。

手厚い医療が幸せなのだという考えがまだまだある中で、高齢者にとって医療が本当に必要なのかという投げかけ方から始まっていかないと、ご家族さんは納得しないだろうし、そういうご家族の疑問にどう答えていくかというところで、少しずつお話しをしていくということが必要です。どのように医療とケアのバランスを保ちながら最期まで生き切るかというところを個々に考えていかないと信用が落ちてしまうという危機は常に考えながら、最後までこれでよかったのかと自問自答しながら、みんなで振り返りの会議をしながら進めています。

実際にお家に帰りたい方は亡くなってから連れて帰るのは遅すぎるだろうということとで、「帰りたい」と本人が言った時と「連れて帰りたい」とご家族が言った時は、お家にその瞬間連れていきます。連れていかないと後で間に合わないことがあるので。

オーダーメイドでその人の小さな、実現可能な夢を叶えていくというのもケアの一つ

に入れていますので、東京に行きたいと言った方はちょっと体調が悪かったので飛行場までお連れしたとか、墓参りたい方はおんぶしてでも連れていくとか、ごはんを食べたいというのであれば、個室を頼んでこのコロナ禍でもごはんを食べにいくとか、そういう夢を実現させるからこそ、最後まで三思園にいたいなと思える、そういうプロセスを大事にしていくのが肝要かなと思っています。

**必ず職員に感謝を述べて。常に私たちがお互いに尊敬しあう、そういうつながり、コミュニケーションをとっていくことが大事。**

Q職員・関係者間で、本人様の思いを情報連携するうえで工夫されていることは？

**高橋師長** 看取りに入る前から必ず多職種でお話を聞いて共有するということを大切にしています。私も看取りを開始する時には、教育的なものよりもまずはやってみようという見切り発車だったので、最初は看取りをみんな涙しながらやっていました。今も新人さんはやっぱり号泣しますね。それをみんなで良かったね、ありがとうねって感謝をしながら少しずつ成長していくのを見届けるというのからはじまって、必ず看取りが終わったら新人のみならず、園長と相談員とみん

なで職員にあいきつに行きますね。ありがとうございます。ありがとうございました。おかげさまでご家族も喜ばれていましたと。

必ず職員に感謝を述べて、次にどうつなげていくかを個々で考えていき、心の整理として手作りのアルバムを作ったり、グリーフ的にエンゼルケアとか、最近は納棺をしますので、白装束に着替える時も職員で行います。そういう意味では、最後まで、命が燃え尽きるまで本当にケアというのは大切なのだと。綺麗なご遺体にするのは普段からのケアにかかっているのだということが、皆職員がわかってきて、家族からきれいだねって言われたりするのが一番職員にとってプライドを醸成していくところかなと思って、います。一つ一つの感謝をどう伝えるのかということだと思えますし、それが当たり前にならないように常に、私たちがお互いに励ましあうというか、お互いに尊敬しあうというか、そういうつながり、コミュニケーションをとっていくことを、園長中心にやっています。

**阿部相談員** やはり入所時ですね。入所時から必ず人生会議の際は多職種全部、各セクションの責任者が全職種集まるようにしています。そこで「本人だったらどういう死を望むのかな」と。

特養に入所される方は、本人の最期の希望が言えない方がほとんどなのです。私も最初、人生会議、ACPの会議を知るまでは、「ご

家族として決めてください、あなた息子さんでしょ、私たち赤の他人だから決められないのですよ。」などと言っていました。恥ずかしいながら。そこを高橋師長と勉強しながら、違うよね、それじゃだめだよねと。じゃあ入所した時にお話しできない方がどういう最期を望むのかなという話を投げかけて、そこで「好きな食べ物はなんだったのかな」とか、「どんなお仕事されていて、ご家族のことどういうふうに思っていたのかな」、「じゃあ最期こういうふうに終わりたいのかな」というところまでいくのが理想なのですけど、いいですね、なかなかいいのですよ。

そこで泣いちゃう方もいますし、「せっかく入所できたのに、いきなり死ぬ話をして、どんな相談員なんだ」と息子さんから怒られたこともあります。それはそれで人生会議のプロセスの1つとしてしっかり受け止めるようにしています。もちろん看取りの加算をいただいていますので、入所時にしっかり意思確認をする要件としてということもあります。それもいただけるならいただきますけど、いただけないご家族は、死をイメージしてもらおうに留めることにしておいて、多職種で、ごご家族は入所時こういう状況だったよねとイメージしてその場にいることが大事だと思っています。後で変化があった時に、あの娘さん、あの時は泣いて答えられなかったもんね、じゃあどういうアプローチしたらいいかなとか、そういう感じで進めています。

「心には温度があると思っています。当たり前な生活を支えつつ残された時間の中で実現可能な希望を叶えたい。どんなケアにもリスクがあるので、それを楽しい、うれしいケアに変えることを家族と一緒に考えたい」と高橋師長。最期は心のこもったお見送りと、「施設葬」にも取り組まれている。



**高橋師長** 現場から家族に伝えるためには、「今日、熱がありまして」というだけの報告ではなくて、やはり普段の生活のエピソードを相談員と共有していくに伝えるか。リアルに施設の中で生活しているかを伝える方法として、最近はコロナ禍なので、LINEを使ったり、画像を送ったり、電話もして、常に情報を伝えて、家族と共にケアしていくというイメージをどう作っていくかが大事だと思っています。

ボランティア団体「にゃんこおたすけ隊」



死生観について語るとき、それは必ずしも「ひと」に限定しないはず。

身勝手に奪われる命がない世界、動物と人とのより良い共存、「命とは」といった、単純に答えにたどり着けない問題に青春を捧げる学生たちがいる。

草津市拠点の高校生が主催するボランティア団体「にゃんこおたすけ隊」は、野良猫や捨て猫の保護および里親探しから、動物愛護の啓発・TNR活動・保護猫の一時預かりなど多様な活動に日々奮闘中。「起きなくていい不幸をひとつでもなくするために今できることを精一杯やるだけ」代表の鎌田優花さんの視線は強く真っ直ぐ前を見据えている。

2021年10月26日取材

Q. にゃんこおたすけ隊を始めたきっかけを教えてください。

**鎌田さん** 自分自身が保護猫を家で飼いだめたことが、そもそものきっかけです。

「殺処分」という言葉への疑問からいろいろと調べていくうちに、飼い主のいない猫や犬たちが、知らないところで処分されていることを知り、この現実を変えることはできないだろうか、何か自分にできることはないだろうかと考え、この団体を立ち上げ活動を始めました。

まずは身近なところで見つかる猫の様子を見たり保護したり、他の団体主催のイベントスタツフとしてボランティア参加し、活動内容や現状について学びました。

その後も大人のボランティアさんと相談し協力しながら、手探りで活動していくうちに、それまでの活動で知り合った譲渡先のご家族さん、学校の同級生など多くの人が活動に賛同してくださって、気がつけば仲間が増えていたという感じです。

Q. どのような活動を？

**鎌田さん** 学校からの帰り道には2〜3件の現場に立ち寄り、地域猫たちを確認して帰るようにしています。

これはTNR活動(Trap/捕獲・Neuter/不妊去勢手術・Return/元の場所に戻す)後の

見回りも兼ねています。

TNR活動は基本的に金曜日の放課後に捕獲(T)して土曜日に手術(N)、そして日曜日に戻す(R)というサイクルです。基本的には週1回から2回ほどおこないます。TNR活動は手術をして終わりではありません。TNR後の猫には手術済みの印として耳カッツをして、その後の見回りも行っています。

保護活動については依頼があった時に都度動くというスタイルで、だいたい1ヶ月に10回ほどの保護があります。保護する猫はTNR活動から負傷や病気などでリリースが難しい猫が半分、その他飼育放棄や多頭崩壊などの依頼でレスキューすることが多いです。

ほかには毎週日曜日に譲渡会のイベントや、メンバー各自によるSNS発信なども定期的に開催しています。

譲渡会は自分たちが主催で行うことも、他のイベントで自分たちのブースを出したりすることもあります。

Q. 活動に向ける思いを聞かせてください。

**鎌田さん** イベントの開催や手術費用など、活動には手間と時間とお金がかかります。日頃から活動についてこまめにSNSやイベント会場で発信し、まず活動の必要性を知っていただく努力をし、その上で応援した



いと思つてくださる方からの募金や支援金、チャリティグッズを販売した収益を活動費用にしています。

また、高校生が自分たちの活動について発信するボランティア大会に積極的にエントリーしてグランプリを目指し、その賞金をまた次の活動につなげていく挑戦もしています。

「学生だからできること、学生にしかできないこと。私たちだからできること、私たちにしか出来ないことを全力で」をモットーに、全力で命に対して取り組む姿勢を心がけて活動していますが、これまでに助けられなかった命もあり、無力感を感じたり歯がゆい思いもしてきました。

一方で里親になつてくださった方から、その後の幸せそうな報告をいただいた時には、命を継ぎられたこと、新しい家族と繋がれたこと、その架け橋として存在できる喜びが満ちて、それはとても大きなエネルギーになっています。

**Q** 活動していく中で苦悩されることはありますか。

**鎌田さん** 自分たちの話を聞いてもらうためにはまず、相手の話を聞き気持ちを知ることからだと思います。私たちが猫を好きだから全員に好きになつてというわけではなく、私たちが猫を好きだと思ふのと同

じようにやっぱり嫌いだと思う方もいて、またそれには理由もあります。そこで対立するのではなく、私たちの意見を理解してもらおうと思つたら、先に相手の方の意見を理解するつていうところかなと思つてるので、依頼現場とかで猫ちゃんのことを嫌いな方とかにきついことを言われた時とかは、何でそういう風に思うのかとか、どうしてほしいと望んでおられるのか、猫による被害はどのようなものがあるのか、猫による被害はどのよう聞き、その方と私たちの意見と折り合いをつける場所がないかなとかいう風に、嫌いな方の意見に一つ共感してみたりしながら、ある程度の後、折り合いがつけられるところを探りつつ意見交換させてもらうようにしています。

でも高校生だからというだけで最初から話を聞いてもらえなかったり、適当にあしらわれたりすることも現実にはあります。そういう時は関わりのある信頼できる大人のボランティアさんや県の動物愛護推進員の方に頼つて、一緒にお話させていただくようにしています。

**Q** 保護の依頼があつた時の具体的な動きを教えてください。

**鎌田さん** 依頼件数はすごく多いため、すべての依頼を受けることは団体の崩壊にもつながりかねないので、できないのが現状で

す。わかつてもらつた上で活動に入るのはいんですけど、(猫が)嫌いだからじゃあよろしくと言われて、私たちが引き受けていたらやっぱり「何でも屋」になつてしまうので、それにはならないようにしています。

緊急性の高い案件から着手していくのですが、保護の丸投げでなく依頼者さんと一緒に協力して保護活動をするというところから説明させていただき、理解を得た後に相談しながらその後のスケジュールを立てていきます。依頼理由もさまざまで、「増えすぎて困っている」「飼い猫を手放さざるを得なくなつた」「捨て猫を見つけたが何とかならないか」など状況もいろいろです。

多頭飼育崩壊の現場では近隣の方から匂いや騒音の相談も多く、まずは現場の確認と地域住民からのお話を聞きに直接出向きます。近隣の方々のお話を伺う一方で、当事者の方にもお声掛けさせていただき、心を開いていただけるようあわてずゆっくり対話しながらまずは親交を深めるところから始め、一緒に考え解決できる方法を探っていくように努力しています。

頑なな態度の方でも自分たちが高校生だからこそ、受け入れてもらいやすいところがあるのかもしれない。

あえて初めから多頭飼育崩壊については触れず、お互いの猫好き心との共有から始め、打ち解けた先に本音で語れることがあると思ふので、それまでは気長に「猫友」として

交友を深めていって最終的に一緒に問題に取り組めるような流れを作るようにしています。

実際は当事者の方もどうすればいいか分からず戸惑っているうちに、困難な状況に陥ってしまっているパターンが多く見受けられます。当事者の方に話を聞いていくと、「正直ちょっと困ってる」とか、「近所の方からいろいろ言われてすごく嫌だった」とか話をしてくださったりするので、「じゃあ一緒にどうですか？良かったら協力しようか？」という風に言ったりすると、意外と「じゃあお願いしようかな」とか「一緒にやりたい」「こういう方と出会えて良かった」という風に言ってくださることが多いです。多頭崩壊をおこしたくっておこしている方はいませんし、餌やりさんはボランティアの敵ではなく重要な協力者です。

過去の現場では、当事者さんと半年にわたって交友を深めた後にやっと活動に入れたものの、頭数が多すぎて猫たちの状態が悪くなかったり捕獲が難しかったことがありましたが、依頼者さんや当事者さんとの関わり方も含め、そこでの経験が今の活動に大きく影響しています。

まずは寄り添ってお話を伺うことが情報収集になり、現場の猫たちの保護やTNR活動の計画も立てやすくスムーズに進むことを学びました。

当事者さんの理解が得られたら手術の予

約、捕獲器やキャリーの準備、捕獲した翌日の手術となりその後は元の場所に戻します。他の団体と違ってシェルターなどがないので、怪我などですぐに戻せない猫については預かりをしてくれるメンバーや協力者さんの元で一時保護しつつ里親さん探しもしています。

Q. 活動の中では様々な辛いこともあったでしょう。

鎌田さん 団体を立ち上げて以降、見送った猫ちゃんもたくさんいます。

乳飲み子と言われるまだ目も開かない猫ちゃんを見送る時は言葉にならない気持ちで、慣れるものではなくまた慣れてはいけないとも思っています。

たとえ2週間でも確かにここに存在していたという事実を残したくて、写真やSNSでの発信によって見てくださる多くの人の心に命の大切さとともに生きた証が刻まれるといいなと願っています。

またそれによって生きることや死について考える機会になるのではないのでしょうか。病気によって衰弱していく様子を見ているのは胸が痛みますし、治療することが本当の幸せになっているのか、どこまでなら手を差し伸べてあげて良いものかといった「正解」の見つからない問題にぶつかって、迷い悩むこともあります。

でも、命と向き合うことを選んだからには、その時の最善の判断とできる限りのケアをすること、できれば病気を治してあげたいし、もし力が及ばなかったとしても最後まで寄り添ってきちんと見送ってあげたいと思っています。

Q. 広く多くの人に伝えたいことはありますか？

鎌田さん 「高校生の可能性」について、もっと知ってもらいたいという思いがあります。

この団体を立ち上げる時、ほとんどの人に反対されました。

「大人がやっても大変なこと、高校生が遊び半分でするもんじゃない」など厳しい声もありました。

でも高校生でもここまでできる、できないことの羅列ではなくできること探しから始めれば、小さくてもたくさんあるのです。小さな力は大きな一歩に必ずつながります。

そういう挑戦する学生やそれを応援する大人が、もっと増えたらいいなと思います。

また活動していて痛感する命の大切さと儚さ、その瞬間を迎える時に、それまでの貴重な時間のうち、どれだけ真剣に向き合えたかという振り返りから、生きていることは決して当たり前じゃないこと、身近にいてくれ

る人や動物たちの、存在の大きさや大切さについてあらためて考えることも必要かなと感じています。

亡くなる時って一瞬なんです。失われる時がどれだけ一瞬なのかっていうことを知ると、生きることへの考え方や価値観がもつとハッキリしたものになると思います。命の最後は一瞬ですが生きた時間はとても長くても長いものです。だからこそ、生きていることの素晴らしさと命の大切さを知っていたきたいです。

「命」についてしっかり意識がフォーカスできていれば、飼育放棄や虐待などは起こらないのではないのでしょうか。

「命」は動物だけでなく人間も含めた全ての生き物に共通するかけがえの無いもので、その大切さについて深く考えることの重要さを活動を通して実感しています。

今飼っている人は、家族の一員として見送りつつも、家族の一員としてあげていただきたいです。その子はペットではなく家族の一員であるということ、その子のことを一番理解して、適正な環境を提供できるのは自分たちしかないということをしつかりと自覚した上で、最後まで飼っていたきたいです。猫を飼おうとする時には、ペットとして家に迎え入れるんじゃなくて家族の一員として家に迎え入れることを考えてもらえたらなっと思っています。

## メンバーの皆さんより

Q. メンバーのみなさんそれぞれの、参加のきっかけや活動して思うことを聞かせてください。



にゃんこおたすけ隊  
代表

鎌田 優花 さん

実は自分が直接誘ったメンバーはそんなに多くないんです。

みんなの方から興味を持って来てくれ、何かできることがあれば手伝うよと言ってくれて、それをきっかけに継続的な活動を行ってくれるようになったメンバーが多いです。

家族は今でも活動について「協力はするけど賛成はしていないよ」というスタンスなのですが、活動の意義は理解してくれていると思います。

大変なことも多いけど、大きなやり甲斐のある活動だという実感があります。

生きる力になった、学生がこんなに頑張ってるんだから自分ももっと頑張ろうといったお声をいただくこともよくあるのですが、私たちが動物を守り助けているというより、私たちの方こそ支えられ救われていると強く感じています。



にゃんこおたすけ隊  
副代表

酒井 理沙さん

小学生の頃から動物に関わるボランティア活動をしたいという思いを持っていました。その気持ちを持ったまま成長し、代表に誘われたのがきっかけで活動を始めました。

手探りながらも自分がやりたいと思い続けていたことができていること、その場を与えてくれ夢を叶えてくれた代表に感謝しています。

今後、ペット防災についても広く周知されることを願って日々活動していきたいです。





にゃんこおたすけ隊

高橋 芽愛さん

ボランティア活動に興味があったものの  
一歩踏み出す勇気がなかなか出なかった時  
に代表と出会いました。彼女の話を知り、  
何かできることがあるんじゃないかという  
思いから参加を決めました。  
家族の協力もあり預かりができるので、  
そこで命について深く考える時間を持て  
ているなと感じています。



にゃんこおたすけ隊

伊田 祐姫乃さん

動物を飼ったり関わるのがなかった環  
境でしたが、小さなイベント活動から参加  
するようになりました。

自宅で保護猫預かりもしているのです  
が、最初は人間を怖がって懐くのに時間が  
かかりますが、お世話をしていくうちに心  
を開いてくれる、この過程に喜びを感じま  
す。

預かっていた猫ちゃんを FIP(猫伝染性腹  
膜炎)で亡くしたことがあるのですが、命  
の尊さをあらためて感じる機会になり、悲  
しみもその後の活動の糧になっていると思  
います。



にゃんこおたすけ隊

大西 采音さん

ボランティア活動をするのは高校生には  
難しいのではないかと考えていたのですが  
「高校生だから出来ること」がこの団体の  
モットーだと知り、やってみようと思いま  
した。

初めての預かりとなった保護猫に愛着が芽  
生え、両親ともよく話し合った上でそのま  
ま自分が里親になると決意し、今は自宅で  
飼っています。

今は元気でも人間よりは短命な猫のことを  
思うとき、命と向き合っている実感があり  
ます。



にゃんこおたすけ隊

和田 華明さん

代表の考えに共感し、少しでもチカラに  
なれたらと思い団体に参加しました。

家でウサギを飼っているため保護猫を預  
かることはできませんが、譲渡が決まり幸  
せな結末に触れた時には嬉しくなるし、助  
けられる命があるならこれからも積極的に  
携わって行きたいです。



にゃんこおたすけ隊

米澤 彩花さん

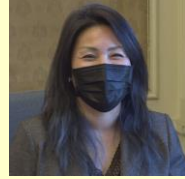
もともとは殺処分も含め知らないことばかりで  
した。話を聞いたり調べていくうちに、その残酷  
さを知り活動の意義を感じ積極的な参加を決意  
しました。

TNR 活動を行う中で目にする、怯えたり不安そ  
うな様子の猫ちゃんが、譲渡先で幸せそうな表情  
に変わっていく姿を見ると心から良かったと思  
いますし、そこにやりがいを感じています。

滋賀県フリースクール等連絡協議会



副会長 谷川 知さん



副会長 西村 静恵さん



山本 りかさん

滋賀県内の不登校や行き渋りのある児童生徒が、多様な学びの選択肢から各々に適した学びを得て健やかに育つことをより多くの力で支援すること、そのために、滋賀県内において、不登校児童生徒等に対しフリースクールや学習支援などを行う団体や不登校の親の会の運営者等が互いに連携し、行政等との協働を推進することを目的とし、2022年5月1日に発足。

2023年1月16日取材

Q どのような団体ですか？

**谷川 知さん** 滋賀県フリースクール等連絡協議会は、昨年5月1日発足しました。滋賀県内の不登校や行き渋りのある児童生徒を対象に活動しているフリースクールや学習支援などを行う団体、不登校の親の会の運営者などのネットワークで、県下の不登校支援に関して携わる者たちが集まる協議会になっております。

御承知のとおり、不登校児童生徒の数が全国的にどんどん増えている状態の中で、滋賀県でも同じく増加しています。学校の勉強だけではなく、多様な学びの選択から各々に適した学びを得て、健全に育ち、学ぶためには何が必要かを考える中で、これまでは1団体だけでフリースクールや親の会を運営していたわけですが、多くの力でそれを支えていくことを目的にしております。

Q 設立した経緯、きっかけは？

**西村 静恵さん** きっかけは、サポートブックを作り始めたことだと思えます。サポートブックはまず大津市から始めたと思うんですけど、現在4冊で、大津市とか、東近江圏域や湖北という形で、居場所とフリースクールというのを一つにまとめないといけないという話が上がって。まず大津市から始まりました。大津市が出来上がったときに、それぞれの地域で有志で作っていたところ、そこで同じように声が上がって、これをもっと大きくという

か、県全体でつなげたいという声も聞こえてきたりしたため、「じゃあ、つくろうか」という段階になったのかな。それはもう皆が同じように思っていたというか、求めていたことでもありました。まずは、当事者でも支援者でも、全部テーブルに上げられて目の前で見られるという状態にできたのかなと感じております。「誰が」とか「どこが」ということではなくて、皆が求めていたことだと思えます。



サポートブック

Q 地域や年齢で不登校に対しての捉え方は違ってくるのですか？

**西村 静恵さん** 本心にそうなんです。理解の度合いといいますが、もう端的に「学校行かんでどうすんの？」と言う人もいれば、「どうしたのかな？」と耳を傾けてくださる方もいて、そこはまちまちです。それは、ただ単に人ということではなくて、学校によっても違ったり、教育委員会によっても違ったり。教育機会確保法という法律ができてくるけれども、それが一律に理解されているわけではなくて、捉え方がまちまちだったり、まだ知らなかったりとか。法律があるからといって同じように対応してもらえないわけでは

なく、そこが浸透してないということが今問題になっています。

Q 協議会として共同のビジョンのようなものはありますか？

谷川 知さん

共同ビジョンについては、「不登校や行き渋りの子どもたちが多様な学びを得て健全に育ち、学ぶ」くらいだと思っています。それ以上、信条を共有化しようと思うと、なかなかまとまり切らないですし、私のイメージとしては、協議会というのは、いわゆる株式会社でいうとホールディングスみたいなもの。それぞれの団体の個性であるとか「こう思っているんだ」ということを生かしながら、ふんわりとした上をつくっていく。それぞれの団体の活動の意義があると思うので、何か一つにビジョンをまとめるとなると、どうしても外れていく団体が出てくると思うんです。

子どもの育ちという点でもそうで、学校に行きづらい子が今増えているというのは、「こつだよ」「みんなこれだよ」「みんなこれをやるんだ」とするか、(それに当てはまらず)あぶれていっちゃう子が出てくる。だから、一つのことを決めるというのは非常に慎重にしないと、そこから排除されてしまう、排斥されてしまう人を生み出すことにつながると思っています。

Q 活動の中で社会に思うことは？

山本りかさん

学校に行く・行かないでジャッジするのはもうやめたほうがいいというのはいすごく思います。多分、不登校は減らないと思うんですよ。これが減ると、今度は苦しむ子が増えるような気がしてまして。そうなる、自殺とひきこもりにつながるのかな。だから、行く・行かないではなくて、「行かない子に対してこういうサポートができるよ」というカードが(必要ですが)すごく少なくて。

うち(山本さん)は子どもも3人も不登校ですが、家ではすごく明るく楽しく、ミニフリースクールみたいな感じでわいわいやっていっています。小中高いるので、勉強を教え合ったりも時々ありますし。ただ、学校からのアプローチというのが、やるかやらないか分からないプリントを常に定期的に持ってきてくれるとか。持ってきてもらっても分からないし、できないんですよ。そういうのをずっと持ってくることで学校側は満足してはるのかわからないですけど、「みんな、これ、どうする？」と相談したりもするんですけど、学校に行かない子に対してもある程度の対応みたいなのがあればいいかなと思います。

不登校24万人のうち、フリースクールとか、そういう居場所に行ける子は公共の場所も合わせて3割もないんです。7割以上の子が家から出られない子たちなので、そういう子たちの支援にもうちよつと力を入れてやらないと——「学校来なあかんよ。来たら、どうにかしてあげるよ」と。「じゃあ、

学校へ行けなくて、学校ができる支援って何かありますか」と聞いたたら、「ないです」と言われたんですけど。それがもう衝撃で、「あっ、そうなんだ」と思っています。「じゃあ、自分でどうにかするしかないな」ということで私はそっちのほうに振ったんですけど。

だから、もう本当じゃないですよ。学校に来るにはどうすればいいか」ばっかりにフォーカスすると、そこから動けなくて、子どもに対する支援がどうしても後手後手に回ってしまうような気もするので、学校に行かないことに対して「学校へ行かないから、そっちが悪いよね。自己責任だよ」という考えがすごく根深いような気もするんですけど、そうではなく、「学校へ行かなくても、こういう支援があるよ」というのがあればいいと思います。

西村 静恵さん

不登校に限らずですが、例えば「多様性だよ」というのが最近、どこでも聞かれるようにはなるんですけど、私は正直、多様性という場所を見たことがないんですよ。それをつくろうとしているとか。まあ、言えはするんだけど、実際そうなのではない場所はなかなか見つからない。条例にしても不登校対策にしても、本当に現実的なものであるようにしてほしいと思いますか、「その法律ができたこととどうなったよね」というようなことに、つなげていけるような社会になってほしいというか。

谷川 知さん

多様性を認め合える社会というのは、多様性がなければいから言えるわけですよ。多様性があれば「多様



性を認め合える社会を作ろう」とわざわざ言わなくていいので、「多様性、多様性と言っている間は、多様性はない」というのが事実だと思っただけですね。私たちが目指していく将来にあるベクトルの先、その矢印の先が多様性を認め合える社会であつたらいいなという話であつて、今、多様性が認められる社会であれば特段何も言わなくていいわけですから。

Q フリースクールの子どもたちは自分をどう思い、どのようなメッセージを発しているのか？

谷川 知さん

1つは、うちに来ているような子に関して言うと、まず自信がないです。ものすごく自信がないです。だから、調理実習とかで人参を切らせると「何センチに切ったらいい？」と。大き過ぎてても小さ過ぎててもみんな嫌だと言うかもしれない、「じゃあ、どう切ったらいいの？」と立ちすくむわけです。「どんな大きさに切ったって別に大丈夫だよ。みんな食べてくれるよ」というのが伝わらない、自分自身が腑に落ちてないので、「どうしたらいい？」「どうしたらいい？」と悩んでしまう。恐らく、学校の中で「よく責められたり、笑われたりしたのかもしれない。非常に自信がなくて、何をやるにしても、一歩前には出ないという子が非常に多いと思います。

将来についても、やはり自分自身にエネルギーが溜まってないと、それを外部に伝える言語化できる

能力が育ってないと感じています。

山本りかさん

つい大人って、いいか悪いかでジャッジしたくなるじゃないですか。学校の中も、テストがあつたり、「この子はいい子、この子は悪い子」で分け分けしたくなるかなと思っただけです。「遅刻する子はあかん子」とか「宿題をちゃんとしてくる子はいい子」とか。それでも、どうしても忘れ物をしちゃう子は忘れ物をしちゃうし、宿題できない子はできない。40人みんな一律に同じ宿題を出されて、「勉強が分からへん。でも、宿題やらなあかん」とか、そこにあぶれた子はもう学校へ行けなくなっちゃう。それに対するアプローチは「学校行かなあかんよね。学校行こうよ」と。全然根本の解決になつてないと思っただけ。

あと、朝起きられない子がいます。じゃあ、学校を昼からにしたらいかなとか10時始まりにしたらいかなとか、思っただけで、それはあり得ないじゃないですか。絶対学校は8時半から始まるって決まってる、そこにあぶれた子たちはもう絶対遅刻になっちゃつて、それが甘えだとか言われるんです。でも、起立性調節障害という病名がつくぐらいの病気の子どもいて、血圧が低くて朝起きられない、昼からスイッチが入るといふ子もいますし。でも、そういう子はもう学校に行けないんです、8時半に絶対行かないとだめなので。それで遅れて行ったら、遅刻で怒られて、クラスの子から「何であいつだけ」と言われて。何かすごい行きづらいですよね。「じゃあ、学校から離れるわ」となると、「あかん子や」と。

「この子、もう未来ないわ」とか「将来どうすんの？」とか、すごい責められる。そうやって行かなくなると、もうついていけないから「復活するの無理」とか。そもそもそういう仕組みがどうかかなみたいな感じも。そこはなかなか難しいと思っただけで、「じゃあ、その仕組みをどうしたらいいかな」というふうにはならないんですね。結局、大人が子どもに合わせるのではなくて、「子どもが大人のつくったシステムに合わせないなら、もう学校は無理ね」というふうな。何かすごく大変だなと思っただけ。子どもたちが幾ら「こういうふうにしてほしい」と学校に望んだとしても無理なんです。そのシステムを変えてとかいうのは無理じゃないですか。

今、全国300校を目指して不登校特例校をつくるという話が、最近ニュースになつたんですけど、不登校特例校に入れる子と入れない子がいて。ある不登校特例校の先生と知り合いなんですけど、応募がもう何百人単位で来て、でも取れるのは40人で、倍率が4倍とかあつて、せっかく勇気を出して希望しても、結局入れないと。じゃあ、入れない子はどうなるんやろと。「不登校特例校をつくるので」「不登校特例校があるので」と大人は言うんですけど、入れられへん子はどうするんやろと思っただけ。「置き去りなん？」とか「もっと増えたら、またね」とか。でも、その子は中学3年間で、もう次行っちゃうと思っただけで、できるときには、何か置き去り感がすごいなと思います。それで子どもも「もう何を言っても変わらへんから無理なんや」と諦めのほうに行つてしまふという感じだと思います。

Q 不登校を減らしていくべきなのか、今ある様々な受け皿を整えていくべきなのか？

西村 静恵さん

子どもが選択できる形をつくるのが私自身はいいのかと思うています。特に学校を否定していきたくて、学校で過ごすことが一番心地いい子もいますし、さらにより多くの子どもたちが学校に来ることができるよう環境を変えてもらえらるならば、それはそれでいいと思います。ただ、不登校を減らすとか——いや、まだ子どもに求めるのかなと思うんです。例えば、アメリカのケンタッキー州だったかな。もちろん教育システムや仕組みも全然違うんですが、「不登校」という議論がないんです。それは何かというと、「学校は行かずにホームスクーリングに変えます」と言うと、教育委員会にそれなりの資料を提出して、「はい、オーケー」と。そしたら、強制ではないけれども、教育委員会からこれぐらいの種類のホームスクーリング用の教材があるということとを提示されて、その中から選ぶ。ビジネスとしてもホームスクーリングのカリキュラムがありますので、そっちを選ぶことができるんですよ。そうすると、不登校である・ないとか、学校に行っていない・行っていないとか関係なく、「ああ、あの子、学校へ行っていないやね」と。例えば「あの子は山に行っているけど、あの子は海に行っている」みたいな違いだけの話で、そういう議論はないんですよ。だから、不登校という言葉自体なくなる環境があるといいのかなと私自身は思います。

山本 りかさん

通信制高校の情報オプチャ（オープンチャット）をやっています。そこに300人ぐらい入ってくださっているんですけど、当事者が入ってきて「お母さんを説得するにはどうしたらいいですか。今、全日に行っているんですけど、通信制に移りたいです。もう絶対無理なんです」と。「この子は、ここで通信制に入られへんかったら死んでしまうんじゃないかな」というぐらい深刻な子もいっぱいいるんですけど、そういう道、選択肢をいろいろ提示してあげるといのが、子どもを中心に社会ができることじゃないかなと思います。

だから、不登校やひきこもりが減ったら自殺が減るとか、そういうのではなくて、自殺に行く手前るときに「じゃあ、あなた、どこを選ぶ？」という選択肢をどれだけ出せてあげるか。だから「お母さん、情報持とうね」と言って。私も検索とか情報取るのがすごく好きなので、情報をいっぱいシェアしているんですけど、「ああ、そんな考え方があるのか」と。公共的などころもいろんな情報をシェアしてくださったらいいのになと思います。

谷川 知さん

不登校の改善や仕組みづくりについては、行政においては「魅力ある学校づくり」を進めるということだと思っています。これは当然進めていかれるところでしょうが、それと同時に私たちのような民間の取り組みについても、もうひとつの不登校改善のための方策として、車の両輪のようなものとして考えていただければと思っています。不登校の子ども

は学校へ行きたくないわけじゃなくて、行けるような学校であるなら行きたいと思っている場合も多いです。ただ「魅力ある」というのは「来年の四月から魅力がアップします」というようなものでなく、段階的なものであったり、誰にとっても魅力あるというのなかなか難しい気もします。SSSでいう誰一人残さないということが重要なのであり、今、学校に行けなくなっている子どもたちをどうするかというときに、やはり民間のリースクールという選択肢が出てくることになると思います。だから「魅力ある学校づくり」もする、民間のリースクールもひとつの選択肢としてサポートしていくというのが良いのではないかと思います。不登校になってリースクールを選ぶときにあまりにもそれが不利な選択になるとやはり良くないと感じます。義務教育中については保護者の経済的な負担というのは雲泥の差になりますし、社会的な見られ方というのも変えていかなければならない。内申や進路の選択についても不利になる、そういったことであまりに差をつけられると不登校の子どもたちが気の毒だと思います。

リースクールというのはちっぽけな存在ではありませんが、不登校の子どもたちの精神的なサポートの役割を果たしていたり、仲間作りが可能になったり、生きづらさを解消するためには重要な存在となっています。人間というのはやはり社会的な存在なので不登校になって孤立したり、自分のことは誰もわかってくれないと感じると、精神面で不安定になったり自殺につながる懸念も生じたりします。「一条校（法律に定める学校）だったら、ほぼ無償で

す」「学校に行っていたら高校にはおそろく行ける」  
「公立高校には行って、頑張ったら大学にも行ける、就職もできます」という道がある程度決まっていることは、フリースクールに行っている子どもにとつてうらやましいと感じる部分もあります。「僕だって、行けるものなら学校に行つて、そういう平坦に見える道を歩みたかった、なにもいばらの道をすき好んで選んでるわけではない。でも、どうしても今の学校には行かれない、この環境は本当に無理なんだ」という子もいます。そういう子どもがフリースクールだったり、ホームスクーリングを選んだりしているわけです。現状、一条校に行っている子どもとフリースクール等を選ぶ子どもを比べるとあまりにバランスが悪く、すこしくらい肩を並べられる程度に経済的な負担を軽減していただいたり、環境を整えていただきたいと思えます。それはどうしても、民間にはできないことですし、協議会でも声をあげることができても実行できるものではない、行政にしていただかないとできないことだと思えます。





認定特定非営利活動法人 滋賀いのちの電話



三上 房枝さん



鎌本 龍二郎さん

「誰にもわかってもらえない」、「もうどうすることもできない」、様々な困難な問題や悩みを抱え、孤独と不安に苦しみ、心の危機に直面して生きる力を失いかけている人たち一人ひとりの心の叫びに耳を傾け、心を通わせ、その人の” ころ” が少しでも和らぎ、希望と勇気をもって再び生きていく意欲を取り戻していただくことを願う滋賀県内の相談電話です。

2006年6月に設立準備委員会を立ち上げ、2008年8月に日本で50番目の「いのちの電話」として開局、自殺予防の相談電話として活動を続けています。

※プライバシーおよび相談業務の秘匿性の観点から、相談員様のお名前を伏せております。

2023年2月24日取材

Q 滋賀いのちの電話はどのような組織ですか？

三上 房枝さん

死を企図していると言うんですかね、死にたいと思っている人に心を寄り添うというか、傾聴するというか、悩みの状況を聞かせてもらって、自殺を、いわゆる自死を思いとどまってもらおうという趣旨なんです。ですので、色々な電話がかかってくるんですよ。「死にたい、死にたい、死にたい」とばかり言われる電話だけじゃなくて、病気の悩みとか家族関係の悩みとか、色々あるんです。生活の苦しみとかね。そういうものがある中で自殺したいというのが、ちょうど10分の1、1割ぐらいはあって、それを(相談員の)皆さんが耳を傾けていただいて。電話ですから受話器でそのお話を聞いて、思いとどまってもらおうと。悩みを解決する方法を自分で見つけていただくという形で運営しています。

ただ、全国で50か所ほどあるんですけど、滋賀県は(スタートが)遅かったんです。全国に6つほどなかった時代が15年ほど前にありましたね。自殺大綱が出た頃に設置をしようという必要性でようやく立ち上がって、全国で何番か、本当にワーストぐらいの順番で立ち上がりました。

Q 相談員になつたきっかけは？

相談員⑤

子どもを産んで育てていく中で、ちょうど若い世代で自殺が多いという時代があって、自分の子ども

がそんなふうになるのは嫌やって単純に思ったんです。それで、ちょっと若い世代と付き合うお仕事もしていたので、やっぱり希望を持って生きてほしいというところで「自分ができることは何か」と思っこの世界に入ったんです。

相談員④

あと3カ月ほどで(活動して)丸18年になるんですけど、近所のママ友達を自死で亡くしてます。やっぱり一人がそういう形で亡くなったら物すごい衝撃を受けますし、「気づいてあげられなくてごめん」と思っても、もう何もできなくて、立ち直ったタイミングでちょうどいのちの電話というものを知ったんです。だから、世の中で同じように苦しんでいらっしゃる方のお役に少しでも立てるようにならというのが動機ですね。

相談員③

私は、20何年間、行政のほうで支援の仕事をずっとしてまして、もうこの辺でやめようかなと思ったときに退職して、その後はスライドするように、同じ職業というか、職種だったので、いのちの電話さんのほうに入らせてもらいました。動機はそこですね。だから、自然とこういう方向に来たという。

相談員②

私は、私が小さいときから母がずっといのちの電話に携わっていたので、いつかはやってみたいなという漠然とした考えだったんですけど、私も、仕事柄、相談員をやっていると、ある程度仕事をやっ

てきた中で、次はどうやっていこうかなと思つたときに、やっぱりのちの電話に携わっていきなりたいなという思いがあった。そのときは滋賀にはいのちの電話がなかったの、いつか滋賀のいのちの電話ができたらやってみたいなという思いで。それができて、(相談員をはじめ) 10年になります。

#### 相談員①

私は民間会社に勤めてたんですけど、これからの定年後のことを考えると、民間でがちゃがちゃやっているよりも、あんまり利益がどうのこうのとかいふことのない世界で、社会に多少なりとも役に立つことができたらなというふうに考えたのと、会社の中でもやっぱりいろんな悩みがあって、中には自殺する人もいました。全国的に(自殺者の数が)3万人を超えた時代だったですから、いろんなことを考えて、多少なりとも自分が役に立てたらなということなことで応募しました。

Q 民間で勤めているときは、特に、福祉とか  
そういった部署でもなく?

#### 相談員①

部署としては総務とか、コンプライアンスの関係とか、CSRの関係をやってまして、多少なりとも企業の社会的責任という意味での仕事はしてましたから、こういう活動というのは知ってましたけどね。ただ、実際やってみるかどうかというのは定年間際くらいかな。そのときにたまたま募集があったので、しかも滋賀だったので、やってもいいかなと

いう感じではじめましたね。

Q 相談員としての難しさは?

#### 相談員④

ここの面接のときに「人生経験が偏ってる私が、お顔も知らない人と初対面で電話で聞かせせん。怖い」と言っただけです。そんな状態でお電話を取り出して最初にびっくりしたのは、「この話をする人がいないんだ」と。失礼な話なんですけども、私だったら友達とか家族に言うような話を電話で話してきて話すということに。孤独を感じている方が、一人暮らしだから孤独じゃなくて、同居家族はいるんですけども、孤独を感じている方の多さに衝撃を受けました。

やっぱり「死にたい」というような重たい電話もかかってくるんですけども、正直、苦しいです。苦しいです、気休めとかは言わないですから。「こうしたらいいよ」「ああしたらいいよ」なんてことで解決しないことなんですけども、大事にしていることは、その方の思いをきちんと理解したいということと、で、「苦しいのは変わらへんけど、ここに電話したら分かってくれる人がいると思っただけかな」というのをずっと心がけていて。なかなか山頂はない世界なんですけども、同じように苦しみながらやっております。

#### 相談員③

本当に他愛もない話をしたいとか、にっちもさっちも生活が回らなくて死んでしまいたい、それぐら

い悩んでいるという気持ちでかけてこられる方、それから誰も自分のことを尊重してくれなくて怒りがこみ上げてきて何とか話を聞いてほしいと。相談員がちょっと後ずさりをするようなところをねじ伏せてでも聞いてほしいというふうな、それを声で感じるときがあるんですね。だから、コロナ禍もあって、孤独と、それから自分というものを受け入れてくれるところがないとか自分の気持ちを受け止めてくれる人がいないとか、本当にそういう複雑な要因をいっぱい持つていらっしやる方がおられて。また、世の中にそういう人がどんどん増えているような感じを電話を取っててすごく思うんですね。

だから、相談員としては、「傾聴を前提において」というふうに学んでますので、その方の気持ちを尊重しながら、「かけてよかった」と言ってくださるような受け止め方をしています。「電話をかける前よりも、かけ終わったときに、滋賀のいのちの電話に今日やっとながって、気持ちを吐露して、腹が立つような言い方や言葉もあるし、雑な言い方もしたんだけど、相談員さんは気を悪くしないでしっかりと受け止めてくれて、ああ、今日はちょっと寝れそうだから、ああ、ちょっと生きてみようかなとか、ちょっと気持ちが膨らんだ」とか、そういう言葉を聞くと、相談員として活動しててよかったなと思います。

#### 相談員①

私なんかは、どっちかといえば、民間会社に勤めてましたから、まず目標があって、それを効率的にいかにか解決するかというふうな思考をずっと40

年間やってきたから、最初の頃はかかってきた電話を分析して「ここに矛盾点があるからどうのこうの」とかいうようなことをよく考えてました。そして「聞くだけで何が役に立つの?」という感じは根底にありましたね、最初の頃は。

私は3期で、比較的古いほうなんですけども、今ほど「聞け、聞け」というふうなことはあんまり言われてなかったと思うんですよ。今から考えたらね。今は物すごい言われてますけど、割と自由にさせてくれてたような感じがせんでもないなと思って。なので、自分が「こんなことしたらええかな」というふうに考えてること、実際に「ここは傾聴が中心やで」という考え方のところとはちよつとギャップがあったなという感じがしましたね。実際やってみてね。

Q 相談員をされている中で社会の「生きづらさ」などについて思うことや社会がこうなつていけばいいのといったことはありますか?か?

#### 相談員⑤

昭和生まれは、昭和、平成、令和と生きてるじゃないですか。そしたら、昔は許してもらえたことが今は許してもらえないというのが一番大きいような。子育ての中でもそうなんだけど、やっぱりそれが一番大きい。それをどうしたらいいかは分からないですけど、社会も寛容やったし、一発お尻をたたいたら済んでたことが今は警察に行かなあかんとかね。学校へ行ったら先生に任せてるはずやのに、

先生は親を呼んでくるとかね。本当にそれ自体が生きづらいという感じがします。

#### 相談員④

ここで受ける電話で、きつきおつしやつたようなコロナによる経済的なことであるとか、あんまりそういう相談はお聞きしてないんです。ただ、見えなストレスと言うんですかね、自由があまりない、ずっとコロナを気にしながら生活する——生活が変わりましたよね、3年の間に。それに対して自分でも自覚してないようなストレスがかかっているんじゃないかなと思うようなことは、相談員から離れていても感じるものがあつて、だから、たまっているストレスなのか分かんないけど、攻撃。しかも攻撃できる対象になんですけども、それを何となく感じることはあるんです。

やっぱり、今まで普通だったことができなくなったりとか、そういうことって本人のせいではないことも多いんですけど、そういうことを語り合う人もいないんですかね。分かんないんですけど。何となくしんどさみたいなのを感じることはありますね。ちよつと上手に言えなくてごめんなきい。

ストレスが暴力に向かつてはいけないんですけども、やつぱり何となく社会がぎすぎすしているような雰囲気は、全然答えになってないんですけど、じゃあ、社会としてそれをどうすればいいかというのとは分かんないんですけども、何となくそれは感じながら生きてるところです。

#### 相談員③

私が最近思うことは、今2人の方がおつしやつたように、人の間でつながりが希薄になってる。何が原因なのかは分からないんですけども、コロナの前から希薄になってきたなというのを感じて、コロナで加速したと思うんですね。

それを本当に身近で感じるのが、新興住宅地なんかに住んでましたら、お隣の方が、例えばお母さんと2人で暮らしてた方が、お母さんが亡くなって1人で暮らしておられたら、知ってるわけじゃないですか。けれども、その方があるとき亡くなったのさえ気がつかないんですよ。それって、ちよつと人のことを気をつけてあげたら済むことだと私は思うんですね。だから、ちよつと困っていらつしやつたら声をかけたりする、そういうことが今本当に希薄になっているし、余計なことに関わりたくない、自分の時間を大事にしたいんだけど、介入するようなことをやってしまえば後々まで、自分はそういうのを望んでないというふうなスタンスの方がすごく多いと思つて。最近、孤独死とか、家族がいても、1人が死んでも隣の方も全然知らないというケースがちらほらと見えてきたんですよ。

それを思うと、私は、こういう仕事をやってるからではなくて、私の中で、お布団に入って「ああ、もう自分は駄目だ」と思つてるときに誰も声をかけてくれない、誰も気にしてくれない自分というのを感じながら死ぬわけじゃないですか。そんなことがこんな世の中で、AIがどうのこうのと言つてる時代にあつていいのかしらと。むしろ、やるせなさと、ある意味、ちよつと怒りのような感情。「なぜ人のこ



とにそんなに無関心なの？」というふうな感情が湧き上がってくる時があって、これはどうにかならないのかなと、さつきおっしやったのと同じような気持ちを持っています。

どうにかならないのかなと思ってたら、私はやっぱり動きたいし、誰かに声をかけて、それに賛同してくれるような人を見つけてそういうのを広げていきたいなと思いますけど、そこはなかなか難しいですね。声をかけても、そこでプチンと切れちゃうんですよ。なかなかつながって波ができてない。それがなぜなのかというのはよく分からないですね。

### 相談員②

全く関係ない話になるかもしれないんですけど、私は、子どもとの生きづらさを抱えている母子家庭だったり、生活困窮の子どもたちを夜の居場所ということで支えているんですけど、携帯を持ってひきこもってゲームだけやってる子どもとか、そういう子を見たら何とかしたいと思いがちですが、お母さんもいっぱいいっぱい、そういうお母さんの声をほんまに聞きたいなとか、かといって、「はい、そういうところは行政の仕事です」とか、こうなってしまってもどかしさというのか、私たちができることというのも限られているんですけど、やっぱりそこを何とかしていきたいなとか。行政とつながってやっていきたいなという思いがいつもあるんですね。だから、この電話でも、子どもつめてめたにかかってこないんですけど、かかってきたときに本当に子どもに対しては何とかしてあげたいと思ってしまう。やっぱり切った後に、さつきのように、「ああ、どうしてる

かな」とか「生きてるかな」とか、そういうふうな考えてしまうので、コロナだからじゃないんですけど、子どもだけじゃなくて家族を支えていきたいなと思いますね。

### 相談員①

電話をかけてこられる方で、友達がいなくて、結構多いんですね。どうしたらできるんですかとか、それから生きがいがないとかね。生きてる価値がないとかね。そういうことを言う人がまあまああるのちゃうかな。よく取るんですけどね。いきなりそういうことを言われる人が多いです。まあ、孤独というのもあるんでしょうけども。反対に、隣近所の人があるさいか、余計なことを、監視されているみたいなことを言うてる人もいるし、結局、人と人の距離感の保ち方というのが、何かバランスが取れてないなという感じがせんでもないんですよ。受けててね。

そんなとき、いつも思うのは、小さいときから自分が大きくなったときの哲学みたいな、自分の信条みたいなものをもっとしっかり持たなあかんのちゃうかなというふうな感じがすることが多いんですよ。自分がもうちょっとしっかりしたら、自分がぶれへんかったらええやんというふうな感じがするときに多いんですけども、そういうのも持てない人がかけてくるんやから、なかなか難しいんですけどね。その辺のところの小さいときの教育みたいなのがちょっと欠けてるのかな。時代的にね。個人的にはそんな感じがするんですけどね。まあ、自分自身でもうちょっと勉強して、色々な本を読んで勉

強したらええんちゃうかなという感がせんでもないんですけど。そんなことを思っています。



滋賀県知事  
三日月 大造



宗教学者  
山折 哲雄氏

宗教学者 × 滋賀県知事  
山折哲雄さん × 三日月大造

宗教学者 山折哲雄さんに知事が電話インタビュー。滋賀県で2020年12月に設置した「死生懇話会」についての印象やアドバイスなどをお話いただきました

2021年6月16日取材

…滋賀県で「死生懇話会」を設置…

行政が、正面からこの問題に取り組まれたのは、なかったと思いますね。私は「共生共死」という観点から人間の人生、ものを考えなきゃならんと半世紀ずっと言い続けてきました。

**知事** 滋賀県で「死生懇話会」というのを立ち上げました。

**山折先生** よくやられましたよね。私も半世紀ぐらい「生」と「死」の問題、全国組織や地域のものも含めて関わってきた人間の一人なんですけどね。行政が、正面からこの問題に取り組まれたのは、なかったと思いますね。

どうですか？行政があるいは県が、これを政策的な問題として取り上げたのは。他に何か先例を参考にされましたか？

**知事** いえ、私の知る限り、他の都道府県でこういうことをやられている例は知りません。

**山折先生** すでに第1回の懇話会は開催されたということですが、それについては非常に敬意を表しております。これからこれをどう発展させるかというのは難しい、根気のいる仕事になる

だろうなという気はします。

**知事** そうなんです。そこで先生に今後の歩みといいますか、悩み、また、ものの見方を色々教えていただきたいなと思ひまして。

**山折先生** 以前はどここの地域、どここの県での大会におきましても、基本的にこの「生」と「死」の問題はやっぱり個人の問題だから、個人として参画するというのが前提でしたね。ところがですね、年々、参加する方々の数が増えてまいりましてね。だいたい全国大会の時には、2000人から多い時には3000人集まるような。

我々の人生論におきまして、「共生」という言葉が戦後の合言葉になりました。しかし人間っていうのは、共に生きて、やがて共に死んでいくんだよと。私は「共生共死」という観点から人間の人生、ものを考えなきゃならんと半世紀ずっと言い続けてきました。しかし、共生の問題が取り上げられることはありませんでした。

**知事** 例えば、幸せっていうのは何なんだと。それらはどうすれば得られるのかと。誰も死ぬこととか老いることとか病は避けられないんだから、それを真正面から直視しようじゃないかと。それで

そのことから限りある「生」、生きていくことを大事にすることができないだろうか。

先生も先ほどおっしゃった「共に生きて、共に死ぬ」、死の準備をする、こういうことについても、逃げず避けず考えるそういう機会を我々はつくつていきたいと思っています。

**山折先生** 滋賀県で生と死の問題を取りあげる時、一つのアイディアとして前から言っているんですけど、びわ湖の水の問題、比叡山の山の問題、水と土、水と山ですよ。その2つの問題を中心にした物語を作るといいの。それを映画にしたりDVDにして、小学生、中学生に見せる。漫画でもいいし、アニメでもいいですけど。

それで主人公を人間じゃなくてですね、動物に、魚たちにする。そういう物語をつくって、地元の小学生、中学生たちに見せる。小中学生とその親たちが関心を持ち始めたら、自然と政策に反映させることができるんじゃないかと。

**知事** 今、身の周りで「死」というものを目にする機会が減ったじゃないですか。ですから、子どもたちに、次の世代に、どういう伝達をしていくのかっていうのも課題になっていましてね。

先生が今おっしゃった、物語や映画のようなものをつくって、そして「主人公は人間ではない」という発想にはすごく惹かれました。

歳をとり、体が弱り、死が間近になってきて、むしろ不安に包まれてる方が非常に多いと思います。

**知事** 70歳代、80歳代の方が増えてきて、やはり余命のこと、もしくは死のことを考える人っていうのは増えていくように思っています。

**山折先生** それはもちろん増えてますよ。でも死に立ち向かう勇気が出てくる、元気が出てくるっていうところまではまだいってないと思いますね。歳をとり、体が弱り、死が間近になってきて、むしろ不安に包まれてる方が非常に多いと思います。

**知事** ただやはり、「望む生き方をしたい」という欲求と同時に、「望む死に方をしたい」という人もこれから増えてくると思います。

**山折先生** 増えてくると思いますね。痛みと不安に包まれた老年は送りたくないとみんな思っていますよね。ただ、いかんともしたがたくそういう状況に追

い込まれていくのは歳をとるっていうことですよ。これは私自身もそうなんですけど。

今、介護要員がどんどん少なくなってきて、これが不安の種になっていると思います。それから認知症の問題も。そういう時に、治療薬の発見なんていうニュースがあると、やっぱりそれに飛びつく。報道の仕方から変わってきますよね。経済成長と関わる時代の流れと非常に敏感に対応する。これは宗教者だろうとかならうと、あまりその間の差はないと思いますね。

**知事** 今回、滋賀県の「死生懇話会」でも、そういう介護のお仕事ですとか、看取りのお仕事なんかをされている方にご参加いただいたり、インタビューに応じていただいたりしていますので、そのあたりの現実の問題も出てきています。

**山折先生** それは非常に結構なやり方だと思いますよ、どんどんおやりになるといいですね。

**知事** そういう現実もしつかり直視しながら、この「死生懇話会」を進めていきたいと思っています。



アニメ・漫画の世界っていうのは、存外に難しい問題をわかりやすく表現することに心を砕いているんですよ。

**山折先生** やっぱりね、今の日本の文化が持っている世界に向けた発信力に、アニメ・漫画の世界があるわけですよ。アニメ・漫画の世界っていうのは、存外に難しい問題をわかりやすく表現することに心を砕いているんですよ。正確な情報を出していますからね。びっくりしたことがありますよ。仏教図鑑なんているのも出ておられますね。漫画で仏教の教義の難しいのをわかりやすく表現していますよ。

**知事** そういう難しいテーマを、アニメや漫画、物語なんかで表現してみようっていうのも、有効な手法だと思えますね。  
**山折先生** 今、小中学生は、遺伝子の問題であるとか、生命科学であるとか、あるいは宇宙科学の問題であるとかは漫画から学んだりしているわけですね。よく売れている漫画本なんかは、実によくできていますよ。難しい書物なんか読んでも全然わからないけど、漫画を読むとすっとわかる。これは生きていますよ、読み物としては。  
**知事** 先生に今日いただいたお話をもとに、僕らも考えてみます。今日はありがとうございました。

### 滋賀県 「死生懇話会」

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、「生」をより一層充実させるヒントを探ろうと三日月滋賀県知事の発案より、令和2年度に設置した懇話会。

色々な立場の方に委員としてご参画いただき、ゲストスピーカーや三日月知事も加わって「死」「生」という根源的なテーマについての議論を行っている。



2021年6月19日に滋賀県庁で開催した「第2回死生懇話会」の様子

### 滋賀県知事 三日月大造

1971年生まれ。滋賀県出身。一橋大学経済学部卒業後、西日本旅客鉄道株式会社（JR西日本）に入社。広島支社にて駅員、電車運転士や営業スタッフなどに従事。1999年11月西日本旅客鉄道労働組合（JR西労組（JR連合））中央本部青年女性委員長に就任。2002年4月（財）松下政経塾入塾（第23期生）。2003年11月に衆議院議員（民主党）初当選し、以降4期連続で衆議院議員を務めた。その間、観光・住宅・国土・交通等をテーマとした立法に関わるとともに、2009年9月民主党政権下において国土交通大臣政務官、国土交通副大臣などを歴任。2014年7月滋賀県知事に就任。2018年7月に再選、現在2期目。

### 宗教学者 山折哲雄氏

1931年、サンフランシスコ生まれ。1954年、東北大学インド哲学科卒業。国際日本文化研究センター名誉教授（元所長）、国立歴史民俗博物館名誉教授、総合研究大学院大学名誉教授。難しいテーマをわかりやすく、かつ独特な視点から論じているユニークな宗教学者。専門も宗教学、思想史のほか西行などの文学的テーマから美空ひばりまで、その関心とフィールドの広さには定評がある。著書に『死の民俗学』『親鸞をよむ』『義理と人情 長谷川伸と日本人のこころ』『これを語りて日本人を戦慄せしめよ 柳田国男が言いたかったこと』『ひとり』の哲学』など多数。