



2007年6月

日本ホスピス在宅ケア研究会 高山大会

# 自死遺族ケア部会 抄録集

30日(土)午前の企画：

「看取り～葬送のあり方を考える

市民・宗教者・医療関係者・葬儀業者のためのワークショップ」

～打ちのめされている遺族をさらに傷つけないために～

午前の企画の対象は、自死による死別に限定していません。

30日(土)午後の企画：

「自死遺族と市民のワークショップ

～コタツ座談会：自死遺族は何を思う・自死遺族と市民との対話～」

於：グリーンホテル 2F 鳳凰の間

**「看取り～葬送のあり方を考える、**

**市民・宗教者・医療関係者・葬儀業者のためのワークショップ」**

～打ちのめされている遺族をさらに傷つけないために～

本セッションは自死遺族ケア部会の企画ではあるが、あらゆる死別体験には～とりわけ急性期には～むしろ共通した喪の出来事や感情体験が多く、本企画の対象は自殺による死別に限定していない。死別体験の急性期に普遍的に起こりえる遺族の悲嘆感情や葬送の儀式にまつわる出来事について現場の立場から率直な意見交換がなされれば幸いである。

**企画への思い** ( リメンバー名古屋自死遺族の会 代表幹事 鷹見有紀子 )

乳がんのステージ となり、死に向かって、私自身の準備と、遺される側への備えを考えているのですが、果たして、どうしたらよいのかわからないのです。

死別の前はホスピスで、

死別の直後は葬儀屋さんで、

儀式の時だけお寺さん呼び、

死別のしばらく後は遺族会で。

まるで分業のようになら支援の仕組みが存在しないのは、ちょっとどうかと思うのです。

本当なら、全ての時期を通じ、トータルでサポートしてもらいたいと思います。

そこで、葬儀業者さんや宗教者の方も参加しやすい友引日の午前に、本企画を設定し、一緒に考えてみたいと思いました。

それぞれの立場の取り組みを知り、サポートする側にある、宗教者・医療関係者・葬儀業者の方々には、今日のこの機会に、患者の声、患者の家族の声、遺族の声をしっかり聴いていただきたいと思います。

また、ご参加の皆様からの、「家族の葬式の時、お寺さんにこんなことをしてもらってうれしかった」「葬儀屋さんになんかことをされて嫌だった」といった、忌憚のないご意見をお待ちしております。

大切な人との死別に備えて、パネラーに質問してみるのもよいと思います。

この企画が、看取り～葬送のあり方をトータルで考えるための、第一歩となることを願っています。

## プログラム

9:30 総合ファシリテーター挨拶 (15分)

### \* 第一部

9:50 第一部 パネルディスカッション (80分)

医療関係者の立場から (看取りの現場にいらっしゃる方の立場から)

医療法人社団林山朝日診療所 理事長 はやしやまクリニック 院長 梁勝則氏

宗教者の立場から

壽命殿 長仙寺 副住職 渡邊真教氏

葬儀業者の立場から

株式会社 杉田フューネス 代表取締役社長 杉田 伊紗武氏

カウンセラーもしくは遺族当事者の立場から

(死別後にグリーフケア・グリーフワークを行っている方の立場から)

株式会社 公益社 ひだまりの会 事務局 出口久美氏

11:10~11:20 休憩

### \* 第二部

11:20 交流会 (ワークショップ形式。 大き目の輪で。ただし、人数次第)

前半は、それぞれの立場でのグリーフケアへの取り組みについて15~20分程度ずつ発表していただきます。後半は参加者も交えた輪を作り、全員で意見交換をします。

\* 企画の目的:

普段は聴くことのない、各々の立場の取り組み・本音に触れ合う中で、よりよい看取り~葬送のあり方を模索します。

## 抄録

### 1. 医療関係者の立場から（看取りの現場から）

医療法人社団林山朝日診療所 理事長 はやしやまクリニック

（<http://www.wataboushi.net/kibounoie/index.html>） 院長 梁勝則氏

患者の死は医療者にとって日常的なことであり、私たちが担当したある患者の存在と死はいずれ日々の業務の中で記憶のかなたに埋もれていく。しかし当事者である患者の家族や特別な間柄の友人にとってその死は他人事ではなく、固有で特別な人とその人との間に築かれた絆、そして共に過ごした過去の全てとその人と過ごすことができたかもしれない未来の可能性の全てを喪失するという破滅的な体験である。つまり死別は人がこの世から消え去ることだけでなく、人間関係、過去、未来といった一切の価値や意味を無力化させてしまう。

私たち医療専門職はこの過酷な死別体験のスタートラインに遭遇することが一般的であり、遺族となってしまった家族友人と接触する最初の第三者である。死別前後の対応には下記のような格別の配慮が求められる。

#### 1. 適切な態度

- どんな状況でも慌てた素振りを見せず、暖かな態度で接する。穏やかな笑顔が始めて顔を合わせる時には望ましいが、すぐに相手の表情に合わせる。アイコンタクトを意識する。
- 相手が初対面の場合は必ずこちらか自己紹介する。

#### 2. 説明

- あとで家族の質問に答えられるように、「もうすぐ患者が死亡してしまう」というような重要な説明には看護師も立ち会う
- 悪い知らせの後、すぐに立ち去らず、可能な限り家族の質問に答える
- 時に何度も詳しく説明する必要がある。何度も同じことを繰り返し話すのを面倒に思っているといけない。自分ができなくなったら別のスタッフに代わってもらう。

#### 3. 傾聴

- 時間が許す限り相手の話をさえぎらないで聞く。
- アイコンタクトをとり、うなづきながら聞く

#### 4. 「 が死んでしまうはずがない」といった否認に憤懣しない

- 否認は感情を覆い隠すものである。心の準備ができれば否認は消失する。患者や家族によってはひたすら治癒を願い、死の可能性を否認する場合もある。このような願いをすっかり取り去るようなことをしてはいけない。患者や家族が法律上、医療上、そして経済上、理性的に行動しているかぎり、医療者はこの否認を支持すべきである。

#### 5. 強い感情表現を許容する

- 怒りの表現に対して心の準備をしておく。悲嘆症状は正常なプロセスであると説明

して他の家族を安心させる。号泣、呻き、悔やみの声も自然な悲嘆反応であり、こころゆくまで泣かせてあげるべきである。「そう思うのはとても自然なことなのです」「あなたの感情は異常ではありません」と悲嘆感情を肯定する。

6. 今までベストを尽くしてきたことや今もベストを尽くしていることを家族に保証する。  
「過去の治療をけなさない」ことも忘れてはならない。
7. 家族の意見が分かれたとき  
患者が表現していた意志は何であったかを基に決めるのが、最善の行動になる。
8. 「あなたは乗り切れるでしょう」と言わない  
むしろ、悲嘆の人の苦痛を認める。「おつらいですね」
9. 「あなたの気持ちは良くわかります」とは言わない。「さぞ、つらいでしょうね」が良い
10. ボディータッチ  
肩に手を置く、握手する、また本人が嫌そうなそぶりを見せない場合のハグなどの言外のコミュニケーションは患者の家族や遺族に安心感を与える。
11. 死別の事実を率直に認める  
関心と心遣い、例えば「　　さんが亡くなって残念です」と率直に言う。

## 2. 宗教者の立場から

壽命殿 長仙寺 (<http://kiriku.sub.jp/>) 副住職 渡邊 真教氏

### 葬儀は『生』の延長線上にあると感じながら

真言宗僧侶 渡邊真教

亡くなられた方には、それぞれの人生があります。遺族や見送る人の中にも、亡くなられた方と共有した人生があります。その延長線上に死があり葬儀があるのです。私は、緩和ケア病棟で患者さんと同じ時間を過ごすことで、生と死が連続したものとして感じられるようになりました。それ以前の私にとって、葬儀は人が亡くなって始まる儀礼だったのです。

私は葬儀の前に、葬儀の意味を説明し、分かりやすい葬儀を心がけています。儀式の途中に読む諷誦文<sup>ふじゆもん</sup>も、故人がどんな人生を送り、どんな人となりだったのか、なるべく分かりやすく申し上げるようにしています。これは、会葬者に故人との縁<sup>えにし</sup>を再確認してもらうためにも大切なことだと思っています。

実は、私はベットサイドで患者さんと一緒に人生を振り返ることが多いのですが、同じ事を葬儀で会葬者の皆さんとしているのかもしれませんが。

一方、僧侶は祠祭者として葬儀に於いては絶大な権威と権力を持っています。私は、この権威と権力を、故人と遺族のために発揮するようにしています。故人の尊厳を守り、遺族の心を守るための枠組みを作るのです。

残念ながら現代の葬儀は、社会的な儀礼として煩雑な手続きを、喪主や親族に強いています。のみならず、喪主としての慎ましさや礼節を求められるのです。しかし、喪主や親族は、多くの場合最も悲嘆に暮れている人々なのです。「喪主なんだから」、「喪主らしく」という言葉が、親戚の人から浴びせられる光景を、私は何度も見ました。確かに、故人の肉親として、故人を立派に見送ってやりたいという人の気持ちも分かります。しかし喪主や近しい人たちは、深い悲嘆とともに死を迎えているのです。その遺族の感情を慮って、葬儀に臨むようにしています。

今回、葬儀に関わる各方面の人と席を同じくして、葬儀について語り合えることは、実はとても得難いことだと思います。すでに身近な人の葬儀を終えた人、これから自分や肉親の葬儀をしなければならぬ人、葬儀について一言僧侶に言ってやりたいという方もおられるでしょう。忌憚のない声を伺いたいと思います。

### 3.葬儀業者の立場から

株式会社 杉田フューネス (<http://www.fun.es.co.jp/>) 代表取締役社長 杉田 伊紗武氏

## コミュニケーションを大切に

「国民生活に関する世論調査」によると、日常生活で悩みや不安を感じている人が過去最高となり、具体的には「老後の生活設計」を挙げる人が最も多く、格差拡大や少子高齢化の進行も1つの要因としてあるのでしょうか。私の仕事「お葬式」でも、「心の安心」「心の安全」「心の回復」をテーマに掲げ、ご家族のお役に立てるよう日々研鑽しています。今年の都知事選挙で当選した知事さんも各局のテレビを通じて、「安心・安全の街づくり」という言葉を協調しておられたのが印象に残ります。

何故今頃になって“安心・安全”を唱えなければならぬのでしょうか？公共事業の過去には、「道路整備」、「公共施設」、「社会福祉」等がいわゆる“優先順位”として手がけられてきましたが、皆さんもご記憶にあられる、あの世界中を震撼させた“テロ事件”から世界中の“安心の基準”に大きな変化が現われてきたのではないのでしょうか…。この事件の勃発に、私たちは“目には映りにくい危険”に関する“危機管理”の不備に気づかされたのではないのでしょうか…。この“不安”は「もの」への不安ではなく、“心の不安”です。この不安を安心に変えるためには、どうしたらよいかを真剣に考えなければならぬ時が訪れたのでしょうか。

私の仕事を通じて、昨今よく QOL という言葉を耳にします。これは私たちの“生活の質”や“生きることの質”、そして“人生の質”について考えようということだと思えます。そして私たちはよく“生きがい探し”という言葉も耳にするようになりました。また将来的に訪れる“老い支度”の1つに、QOE(クオリティ・オブ・エンディング)ということを唱えられた方もおられます。これには自らの「QOE」… 旅立つ人へのクオリティー と、ご家族の「QOE」… 残された人へのクオリティーとがあると思えます。

このところ「1000 の風」ブームがふき回わり、「家族ケア」の大切さが浮上しているように感じられます。そして、「身近な人を大切に思っています…」ということばをご家族からよく承るようになりました。

このことに関しては前よりも、“コミュニケーション”を良くとられるようになったということだと思えます…。自身の“悲しみ”や“苦しみ”について、語ることが出来、その“苦しみ”にそっと寄り添って共感してくれる“葬儀者”がいてくれたとしたら、「苦しみや悲しみ」はだいぶ楽になるのではないのでしょうか…。

そこでは世代を超えた、21 世紀にふさわしい「いのちの響きあい」という美しい音色のコミュニケーションが育まれることにより、“QOE” に近づくことができるとも思います。

その様なことを感じつつ、“私たちは人の痛みを感じる心を...” ということばを常に大切に思っています。「人の痛みを感じる心」を育もうと思うとき、「人の心の痛み」は、目では確認することが出来ません。では一体どこで“確認”すればよいのでしょうか…。たぶん“こころ”で確認するのではないかとされます…。

“心で理解する”といわれても、かなり難解な行程ではないかと思うのです…。そこでまず、他の人の話を「きく」ということからはじめなければならないと思います…。ただ「きいていれば」よいのではなく、よく「きかなければ」なりません。それから、この「きく」事に関して、よく使われる「聞く」というような“聞き方”ではなく、「聴く」という“聴き方”が求められてきます。では、この2つの「ききかた」の相違はどんなところにあるのでしょうか…？

「聞く」ということは、例えば、友達とお茶などを飲みながら会話をしているとか、お互いにただ話しているだけで“楽しい”時間を過ごしている等、私たちが日常よく遭遇するような光景ではと思われませんが、「聴く」という作業は、「聞く」と比べてみるとまず、“門の中に小さめの耳”と書いて「聞く」と読みます、「聴く」は、“耳が単独で表現され、尚且つ「心」という字”が加わっています。「聴く」はその人のことを分かろうとするために、その文字の如く“耳を傾け”そして“心を拓いて”聴かなければならないときに使われる“ことば”というように思われませんか。



4.カウンセラーもしくは遺族当事者の立場から

(死別後にグリーフケア・グリーフワークを行っている方の立場から)

株式会社公益社 ひだまりの会 (<http://www.koekisha.co.jp/service/griefcare.html>)

事務局 出口 久美氏

## 遺族ケア & エルダースライフサポート

### 『ひだまりの会』の取り組み

葬儀会社である公益社が遺族へのグリーフサポートとして『ひだまりの会』を設立したのは、2003年12月です。今年で4年目を迎えました。現在、会員数は400名に達し、月ごとの集まり、月例会には、およそ80名が参加する規模までに発展しています。

公益社では、葬儀サービスに対する顧客満足度を調べる電話調査を、継続的に行っています。その中で明らかになったことは、地域社会において、遺族ケアが十分に機能していないことでした。電話調査により、独り暮らしの方たちの孤独感が強く、故人への思いから悲しみに暮れる遺族が大変多いことが、わかってきたのです。多くの遺族は“自分の気持ちを誰かに聞いてもらいたい”“同じような体験を持つ人と分かち合いたい”という切なる想いを持たれていました。企業として、そんな遺族の想いに寄り添った支援ができないものだろうか。

『ひだまりの会』は、このような時代認識の中で、公益社の社会貢献活動の一環として誕生しました。

『ひだまりの会』では、交流・学習・健康を目的とし、月1回、第3日曜日の例会を中心に、講演会や体験談を主としたイベントを開催しています。また、例会時に、本人の悲嘆の度合い、年齢、性別、そして、故人の属性を考慮し、3～5グループに分かれて“分かち合い”を行なっています。会員には、高齢者の死別体験者のグループが多い中で、とりわけ、若い世代のグループの動向が注目されています。

会の設立当初は、“遺族のマイナスの気持ちをゼロまでに”という遺族ケアの発想でスタートしました。しかし、多様な会員のニーズに応える活動を経て、今では、さらにステップアップして、“ゼロからプラスへ” 会員の背中を押して新しい第一歩を踏み出す手助けをするプログラムの必要性を強く感じています。

そのために、3つの軸となる活動のうち、「月例会」は会員自らが運営に参加できる会。また、「分科会」は生きる支援のようなライフサポート活動。さらに、「個別相談」は一人ひとりの想いを受け止めるサポート活動として、それぞれを位置づけて、前向きに取り組んでいます。

『ひだまりの会』の特色は、“グリーフサポート”と“ライフサポート”の活動が、車の両輪のようにバランスがとれていることだと思います。

今後の課題は、悲嘆から回復しつつある自立した卒業生のグループを、いかに支援していくかということです。超高齢社会の現在、急激な高齢化に対応するために、地域社会でのボランティア活動などの活性化が求められています。

『ひだまりの会』の卒業生が、自分自身の体験を生かし、地域社会で活躍する時代も近いことでしょう。

## 「自死遺族と市民のワークショップ」

### ～コタツ座談会：自死遺族は何を思う・自死遺族と市民との対話～」

自死遺族の感じていることを伝えたい、自死についていっしょに話したいと思う。  
自死は決して一部の人のみだけの問題ではなく、命を持って生きるすべての人の存在に関わる問題である。

ホスピスに関わり、命、死を見つめている方たちと、最後には、生きることってなんだろう、死ぬことってなんだろうということについて、共通の感覚でつながれるようになればと思っている。

## プログラム

### 第0部：「プロローグ」

基調朗読。フルートの調べにのせて。

### 第一部：「自死遺族は何を思う～伝えたい思い」

会場中央に設置した「コタツ」にて、自死遺族当事者数名による座談会

#### <テーマ> (予定)

なぜ自死という道を選んだか

大切な人が死を選んだ理由。それは、簡単にわかるものではない。

しかし、それを考えることが、故人を思い、その人の人生に寄り添うことのように思う。

遺族が、それぞれの大切な人の「死」について語る。

自死遺族としてどう生きるか

大切な人の死はとても悲しい。加えて「自死」ということが、遺された者に、さらなる課題をつきつける。

生きていていいのか、生きていけるのか、どう生きていけばいいのか。

遺族が、それぞれの「生」について語る。

#### <休憩>

### 第二部：「自死遺族と市民との対話」

遺族の話をうけて、感じたこと、思ったことを、紙に書いていただく。

回収した質問用紙を、「コタツ」にて取りあげ、遺族の輪の中で話していく。

無理にご意見、ご発言を求めることはありません。静かに伺いいただだけでも結構です。

## 企画への思い (リメンバー名古屋自死遺族の会 代表幹事 野村清治)

年間の自殺者数が3万人を越える数字で推移しているという。

でも、今は、全体の数字を考えるのはよそう。

自分にとってとても大切な人が死んでしまった、そのことを見つめていきたいと思う。

遺族としての生き様は、返事のない故人との対話、自分自身との対話である。

そのいつ終わるとも知れない対話の中で、なぜ死んだのか、なぜ自分を遺していったのか、なぜ助けることができなかったのか、なぜ自分は生きているのか・・・を問い続けているように思う。

自死(自殺)遺族のケアを考える企画ではない

自殺者を減らすための企画ではない

遺族の声を聞き、参加者の声を聞き、死んだものの心、そして、自分自身の心を想う。

そこに「自殺」という枠を超え、生きること、死ぬことについて、共通の深められた感覚が残れば。

そんな企画になることを願っている。

### ●プロローグ(第0部)

遺族の思いを文章にして朗読。フルートの調べにのせて。

### ●自死遺族は、何を思う。伝えたい思い。(第1部)

何を伝えたいのか、まだ十分に言葉にできない。

でも、伝えたいものがある。

遺族は、愛するものを失ったあと、悲しみ、寂しさ、怒り、自責、・・・、さまざまな感情を抱く。まわりの人々との意識の違いに、時に傷つけられたりもする。

「命はかけがえのない大切なもの」という言葉にも、故人の気持ちに寄り添い、擁護しようとしたとき、故人が非難されているようでとてもつらいと思うことがある。

「社会から自殺を減らしていこう」ということでさえ、自殺を選んだことも含めた故人の人生を受け入れ、肯定しようと努める心には、受け入れられないこともある。

「なぜ自死という道を選んだか」

「自死遺族としてどう生きるか」

を中心的なテーマとして、会場の中心に設けた遺族の輪の中で話していく。各自が、故人の生き様、死に様、故人への思い、そして自分自身の生き様を語り、伝える。

遺族の生の声を受け止めていただきたい。

## ●参加者の方々と、交わりたい思い。(第2部)

言葉を、思いを交わしたい。

生きることについて、死ぬことについて。

自殺は、決して一部の人が関わる問題ではない。人が生きる意味を見出せず死を選ぶということに向き合うとき、遺されたすべてのものに、生きる意味とは何かという問題をつきつける。答えのないことではあるが、遺族(少なくとも私)は、そのことを考えざるを得ないのである。

答えがないからこそ、人と、言葉を、思いを交わしていくしかないとも思う。遺族、参加の方々と、そして故人の相互理解のためにも。

遺族の話を聞いて、感じたこと、思ったこと、伝えていただきたい。

お渡しする紙に、感じたことを書き綴ることにより、まずは参加者の方ご自身の思いを深め、可能ならば伝えていただければと思う。

その紙を受けとり、また遺族の輪の中で話していく。

無理にご意見、ご発言を求めることはありません。静かにお聞きいただくだけでも結構です。

重く、難しく、答えがない。

でも、生きる上で、とても大切で、必要なこと。高山という山に囲まれた地で、静かに、語り合いませんか？ 多くの方のご参加をお待ちしています。