

「グリーンケアは要らない」という声
が自死遺族にはある

上智大学 岡知史

全国自死遺族連絡会

田中幸子 たなか・さちこ

明 英彦 あけ・ひでひこ

一七字 x 二二行 x 二一段 (二四二行)

- 1 *****
- 2 ケアできない「悲しみ」も
- 3 ある
- 4 *****
- 5 「グリーンケアは要らない」と考え
- 6 ている自死遺族がいる、と聞いたたら、
- 7 保健師であるみなさんはどう思われる
- 8 でしょうか。
- 9 「それは、たいへんだ。そういう人
- 10 こ、ケアしなければ！」と思われるで
- 11 しょうか。支援を拒否する「より困難
- 12 なケース」を考えてしまうでしょうか。
- 13 それとも自暴自棄になって、人生を投
- 14 げ捨ててしまったような人を思い浮か
- 15 べるでしょうか。
- 16 私(岡)が出会った自死遺族たちは
- 17 「グリーンケアは要らない！」と言っ
- 18 ていましたが、決してそのような人た
- 19 ちではありませんでした。
- 20 その遺族たちは、みずからの体験を
- 21 同じ体験をしてきた遺族だけで、「分か
- 22 ち合う」自助グループに集っていまし
- 23 た。その集いがあったからこそ、遺族
- 24 たちは勇気をもって「グリーンケアは
- 25 要らない」と宣言することができたの
- 26 だと思います。
- 27 「グリーンケア」を拒否するには、
- 28 たいへんな勇気が必要だったことでし
- 29 よう。なぜなら「自死遺族にはグリー
- 30 フケアが必要だ」と「専門家」なら誰
- 31 でも声をそろえて言うような時代なの
- 32 です。そんな時代に「専門家」ではな
- 33 い人々、特に「社会的弱者」と否応な
- 34 く彼らから見なされてしまった人々が、
- 35 個人の生活においては深い悲しみを心

- 36 に湛えたたま、国や自治体のバックア
37 ップを得ていまや大声で叫んでいるよ
38 うな「専門家」を前にして、はつきり
39 と「否」と発言しているのです。
40 * * * * *
41 悲しんでいる人を憐れな人
42 だと思っているのか
43 * * * * *
44 自助グループに集う遺族たちが「グ
45 リーフケアを拒否する」というとき、
46 それは「より良質のグリーフケアを要
47 求している」ではありません。つま
48 り「心のこもっていないグリーフケア
49 は要らない」とか、「訓練されていな
50 い人からのグリーフケアは要らない」
51 と言っているわけではありません。
52 遺族たちが「グリーフケア」を要ら
53 ないと言うのは、一つの明確な理由か
54 らです。つまり「自分たちの悲しみは
55 ケアされようがない」と思っているか
56 らです。その深い悲しみは、ケアされ
57 ることなどないのです。まして、同じ
58 体験をもたない人からは、どんな技巧
59 を駆使した働きかけを受けても、その
60 悲しみの深さには届かないと遺族たち
61 は考えています。
- 62 「悲しみがケアされようがないなん
63 て、それこそ悲しすぎる」と、あなた
64 は思われますか。しかし、それが真実
65 なら人間は受け入れるしかありません。
66 そのあまりに重い真実をそのまま受け
67 入れることを決意した遺族が、自助グ
68 ループに集っています。
69 それだけの厳しい決意をした人々を
70 私（岡）は敬いたい。もしも、それで
71 もなお「グリーフケアは要らない」と
72 いう遺族たちは「実はケアを必要とし
73 ているのだ」と主張する「専門家」が
74 いたら、私は問いたい。「あなたは、
75 悲しんでいる人を憐れだと思っている
76 のか」と。もしそうだとしたら、たい
77 へん傲慢なことだと思う。私たちのう
78 ちどれくらいの人々が、いま遺族たち
79 が向かい合っている真実と同じくらい
80 重い真実に目を向けているだろうか。
81 * * * * *
82 遺族は「病人」ではない
83 * * * * *
84 「グリーフケアの専門家」を遺族た
85 ちが嫌がる一つの理由は、彼らが遺族
86 たちを「ケアを必要とする病人」とし
87 て扱うからです。

- 88 「病人」とは病に苦しむ人です。 114 かわらず、「専門家」は、あたかもそ
- 89 病人は「病」が一刻も早く無くなり、 115 れが自分たちにとってはすでに知って
- 90 「病」から回復することを望みます。 116 いる事項であるかのように考え、一般
- 91 そのためには誰かの手、特に専門的知 117 化し「処方箋」を与えようとしています。
- 92 識をもつ人の援助も求めます。なぜな 118 そのときに多用されるのが次に述べ
- 93 ら「病」の治療法は「病人」本人より 119 る「悲嘆回復のプロセス論」です。
- 94 も医師などの専門家のほうが良く知っ 120 *****
- 95 ている場合が多いでしょうから。 121 「悲嘆回復のプロセス論」
- 96 しかし、遺族の「悲しみ」は病な 122 は遺族の心情を否定する
- 97 のでしょうか。愛する息子や娘が亡く 123 *****
- 98 なって「悲しむ」のは人として当然の 124 「悲嘆回復のプロセス論」は、おそ
- 99 ことです。悲しまないほうが、かえっ 125 らく「グリーフケア」の核になってい
- 100 て「病氣」であるように思います。五 126 る考え方でしょう。少なくともグリー
- 101 年、十年、二十年と育ててきた子ども 127 フケアの「対象」となっている自死遺
- 102 を亡くした親が、数年でその悲しみか 128 族からすると、そう見えるのです。
- 103 ら回復されるでしょうか。 129 「回復させる」ことが、グリーフケ
- 104 遺族の「悲しみ」が「病」とされる 130 アの専門家の「腕の見せどころ」なの
- 105 とき、その「悲しみ」が自分の愛する 131 でしょう。「回復させる」ことができ
- 106 家族の思い出と一つになっているもの 132 ないのなら、治療できないということ
- 107 であるにもかかわらず、遺族は自らの 133 であり、これは専門性の敗北です。で
- 108 「悲しみ」を捨てることを「専門家」 134 すからそれは専門家の沽券こけんにかけても
- 109 から強いられているように感じます 135 認められないわけです。
- 110 (専門家はそれを「回復」と言い換え 136 「回復」を良しとする専門家にとっ
- 111 ていますが、同じようなことです)。 137 ては、いつまでも悲しみを湛たえている
- 112 またその「悲しみ」が、遺族一人ひ 138 人は「病的」です。「問題」であり、
- 113 とりにとって特別なものであるにもか 139 「処遇困難ケース」であり、要するに

- 140 「継続することが望ましくない状態」 166 「悲嘆回復のプロセス論」のなかで
- 141 にある人です。「悲嘆回復のプロセス」 167 は「悲しみ」は、できるだけ人間はそ
- 142 の図を使えば、下位の段階でとどまっ 168 こから離れているべき「悪」として描
- 143 ている「不幸な人」「前進しない人」 169 かれているようです。なぜなら、プロ
- 144 とも言えるでしょう。 170 セスが進むにつれて「悲しみ」が遠ざ
- 145 かし、そのような考え方は「私の 171 かり、それだけ人間が幸せになるとき
- 146 悲しみはケアされようがない」と考え 172 れているからです。これでは「悲しみ」
- 147 ている遺族を否定するものです。「私 173 は心を痛めつける害毒のようで、遺族
- 148 が回復するのは、息子が（娘が）生き 174 の「愛と一体である悲しみ」とは、あ
- 149 返ったときだけだ」と言う遺族の声が 175 まりに姿が違いすぎるのです。
- 150 あります。その声を「病的だ」とす 176 「悲しみもまた私たちのもの」と、
- 151 るのが「悲嘆回復のプロセス論」でし 177 自死遺族たちは主張します。「悲しみ」
- 152 よう。なぜなら、その声は（誰もが望 178 は「専門家」やボランティアなどの他
- 153 んでいるはずだと「専門家」が思い込 179 者に治療してもらおうような「病」では
- 154 んでいる）「回復」を拒絶しているよ 180 なく、また大切な自分の身体と同じよ
- 155 うに聞こえるからです。 181 うに切って取り除くようなものでもあ
- 156 * * * * * 182 りません。また「私の悲しみ」は「私
- 157 「愛」からの「回復」はあ 183 とともにあり、「私」が最も良く知る
- 158 りえない 184 者なのであり、どんな「専門家」とい
- 159 * * * * * 185 えども、「私」よりも「私の悲しみ」
- 160 「悲嘆回復のプロセス論」の間違い 186 を知っていると言うことを許さないと
- 161 は、遺族の「悲しみ」は、家族への愛 187 いうことです。
- 162 と一体なのだという自明の事実を軽視 188 「愛しい」と書いて、「かなしい」
- 163 していることでしょう。「愛からの回 189 とも「いとしい」とも読みます。昔日
- 164 復」はありえないように、自死遺族の 190 の日本人は「愛しき」と「悲しき」が
- 165 悲しみからの回復もありえないのです。 191 一つのものとしてあることを良く知っ

- 192 ていたのではないでしょうか。三回忌、²¹⁸ 遺族に「もう二度と来るものか」とい
- 193 七回忌、十三回忌と、五十回忌まで続 ²¹⁹ う悔し涙を流させた「グリーンフケア」
- 194 く日本の法事の伝統は、死者とともに ²²⁰ がなぜ全国各地で行われていたのかが
- 195 生きることを知っていた私たちの先祖 ²²¹ わかるでしょう。そして、行政の肝煎^{きもい}
- 196 の知恵だったのかもしれない。 ²²² りでつくられた「癒しの場」に、なぜ
- 197 * * * * * ²²³ 自死遺族が集まらないのか、来たとし
- 198 **保健師たちに望むこと** ²²⁴ てもなぜ再び足を運ぼうとしないのか
- 199 * * * * * ²²⁵ がわかるはず。 ²²⁵
- 200 最後に保健師たちに望むことを書い ²²⁶ 自死の予防も大切ですが、防ぐこと
- 201 ておきます。 ²²⁷ ができなかった自死もあるはず。 ²²⁷
- 202 「グリーンフケア」の必要性が国をあ ²²⁸ その事実の前に耐えながら生き続けて
- 203 げて叫ばれています。その「グリー ²²⁹ いる遺族たちを「病人」扱いせず、ま
- 204 フケア」なるもので傷つけられている ²³⁰ して「問題」とはせず、避けられなか
- 205 自死遺族がいることも忘れないでいた ²³¹ った重荷を負った人であるとして敬意
- 206 だきたい。 ²³² をもって接していただきたいと思う。 ²³²
- 207 「グリーンフケア」は精神科医などが ²³³ 言うまでもなく、私（岡）が接した
- 208 誇示する高い専門性に依拠し、国と自 ²³⁴ 自死遺族はすべての自死遺族の姿と重
- 209 治体の承認と奨励という権威に守られ ²³⁵ なるというわけではありません。「グ
- 210 て、ボランティア的な善意で行われて ²³⁶ リーフケア」を積極的に求める人もい
- 211 いるという、いかなる反論も許さない ²³⁷ るし、鬱などの精神症状をもち、「病
- 212 条件のもとでたいへんな圧迫感ととも ²³⁸ 人」としての扱いが必要な人もいます。 ²³⁸
- 213 に与えられているのかもしれないとい ²³⁹ しかし基本は同じだと思っっています。 ²³⁹
- 214 うことを覚えていてほしい。 ²⁴⁰ 遺族の声に耳を傾け、その意思を尊重
- 215 そうすれば、わずか数時間のセッシ ²⁴¹ するということがどこまでも求められ
- 216 ョンに参加しただけで「悲しみが減っ ²⁴² るのだと思います。 ²⁴²
- 217 た」という結果を数字で表現させられ、