

資料 1 : ヘルシンキ訪問日程

Professor Yoshitomo Takahashi's visit to Helsinki 5 – 11 February 2005

Saturday 5 Feb

22.45 Arrival to Helsinki

Sunday 6 Feb

11.00 Discussion with Jouko Lönnqvist on the schedule in Helsinki.

Monday 7 Feb

10.00 – 12.00 National Public Health Institute (KTL)
Department of Mental Health and Alcohol Research
Mannerheimintie 160 A, 00320 Helsinki
Prof. Jouko Lönnqvist

12.00 – 13.00 Lunch at KTL

13.30 – 15.00 Visit at the Department of Psychiatry, Jorvi hospital, Espoo
Kirsi Suominen, MD, PhD

Tuesday 8 Feb

9.00 – 11.00 Visit to the Finnish Association for Mental Health
Crisis assistance / SOS Center
Maistraatinportti 4 A, 00240 Helsinki
Annika Khilman

12.00 – 13.00 Lunch at Stakes
Lintulahdenkuja 4, 00530 Helsinki

13.00 – 16.00 Suicide prevention and crisis work at Stakes
National suicide prevention programme
Development manager Maila Upanne
Suicide prevention and crisis work at schools
Special planner Marie Rautava
Time out! –project: The effects of supportive measures in preventing exclusion
among young men
Development manager Eija Stengård
Crisis work and debriefing
Researcher Tuula Hynninen

Wednesday 9 Feb

9.00 – 14.00 Central Military Hospital, Finnish Defence Forces
Near by KTL (Dr. Henriksson will pick you up)
Markus Henriksson, Chief Medical Director,

Chief Psychiatrist

Thursday 10 Feb

10.15 – 11.30 Visit at the Department of Psychiatry, University of Helsinki, Lapinlahti
Hospital

Professor Erkki Isometsä

11.30 – 12.00 Lunch at a restaurant near KTL

Professor Erkki Isometsä

12.00 – 14.00 Adolescent Mental Health Unit, KTL

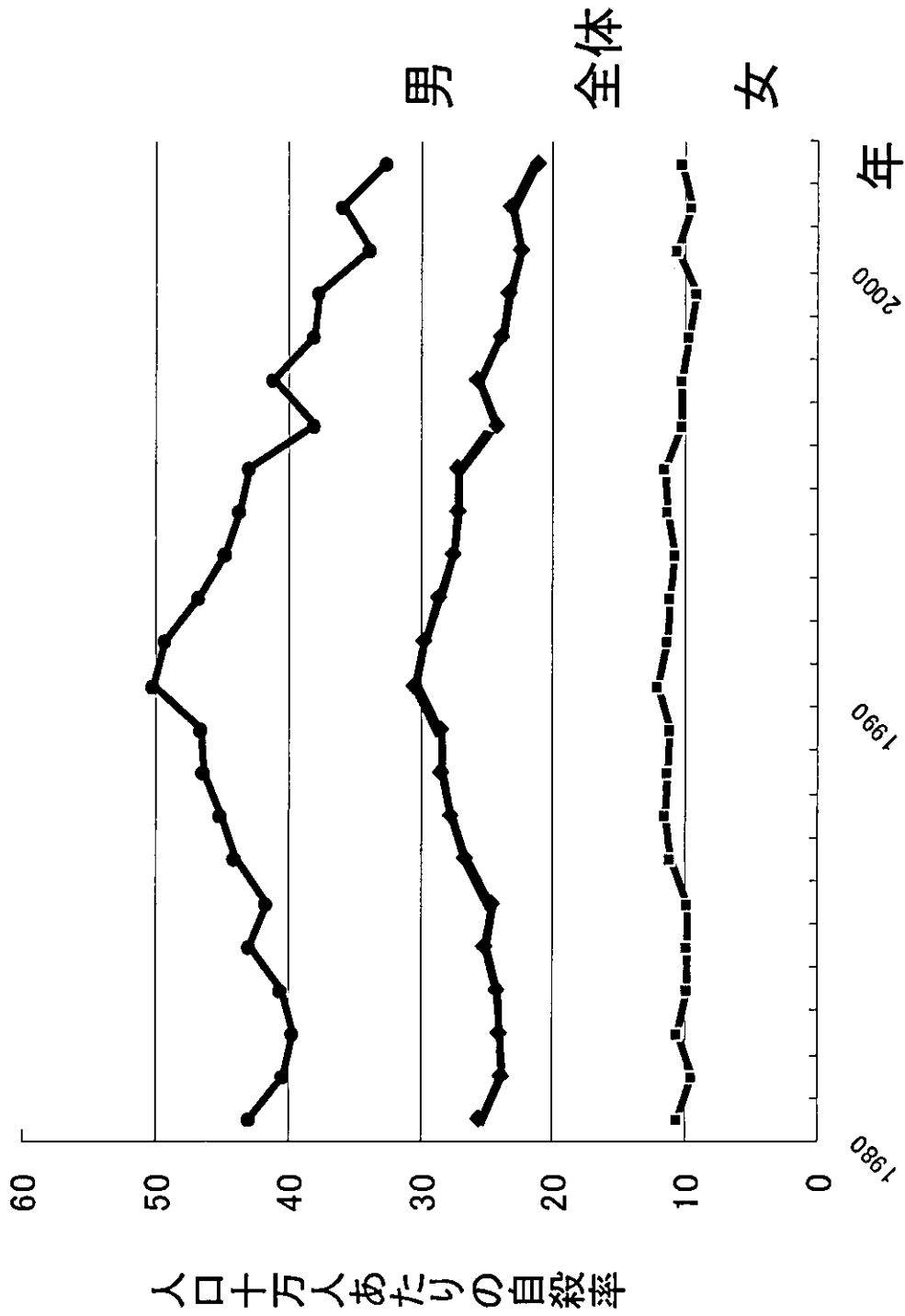
Professor Mauri Marttunen

19.00 Dinner

Friday 11 Feb

6.40 Departure from Helsinki

資料2：フィンランドの自殺率の推移



平成16年度厚生労働科学研究費補助金（こころの健康科学研究事業）

自殺の実態に基づく予防対策の推進に関する研究

分担研究報告書

遺族および民間の地域サポート活動に関する社会心理学的研究

－自死遺族サポートグループの展開と課題に関する研究－

分担研究者 清水新二 奈良女子大学 生活環境学部 教授

研究要旨

自殺問題同様、自死遺族支援問題もいまや社会問題として認識されるべきである。これを裏付けるように、これまで個人的問題として放置されてきた自死遺族ケアの問題への取り組みが、少しずつながら各地で立ち上がり始めてきた。自死遺族のための情緒的セーフティネットの現況と課題を明らかにし、さらにはこのセーフティネットを新規資源として各地にどのように構築増強していくのか、そして自死問題へのトータルサポート・ネットワークの一角にどう組み込んでいくべきかを念頭に、本研究では自死遺族サポートグループをとりあげ、現地訪問聞き取り調査によってその経緯、活動実態、課題と展望などについて明らかにした。

各グループの個別的課題の他、ほぼ共通して直面している課題は1)サポート経験の集積整理、2)サポートグループ同士の経験・工夫・知恵の交流、3)マンパワーの育成、4)広報啓発活動、の必要性であった。特にマンパワーの開発養成問題はサポートグループの立ち上げ、維持にとって喫緊の課題であるにもかかわらず、各グループの個別的努力では難事であることが浮き彫りにされた。加えて、よりインテンシブなケアが必要なメンバーの受入と個別フォローに展望を開くべき専門的マンパワー開発の要も見通された。これらのこととも関連しつつ、5)官民連携問題もこれからの遺族支援活動の展開にとっては重要なテーマであることが示された。全国的に数少ない遺族サポートグループ活動をバックアップし安定化させるためにも、またこれから各地に支援グループが立ち上がるためにも、マンパワーの育成課題など行政側が民と組んでなにができるかを考える時期に来ていることを指摘した。

広くはポストヴェンションといわれる自死対策の1局面であるが、自死遺族のグリーフワークは当事者自身の個人的課題として任せておくのでは十分でなく、今後さらなる支援グループ設立と、官民双方からのプログラムの支援ならびに開発が強く望まれる。

A. 研究目的

自死の急増によって今や、自死は単なる個人的問題としてではなく、社会問題として論じられ、そうした視点から諸種の対策も講じられねばならなくなった。この流れの中で、ようやく自死遺族の問題にも光があたり、遺された者のケアとサポートが大変重要であることの社会的認識が形作られ

始めてきた。ちなみにマスメディアによる、この問題に関する報道も目に付くようになってきている。一言でいえば、「ポストヴェンション」として指し示される問題局面であり、専門家の間では次第に共通語として浸透してきている。遺された者が直面する様々な困難を受け止め支援すると同時に、このことが将来の自死予防に少なからず寄与する

とみる視点から、つまり事後的ケアの点からのみならず予防的ケアの視点からみても、喫緊の対策課題と位置づけられねばならない。

本分担研究はこの課題について、支援技術論の立場からというより社会的資源論の立場からアプローチするものである。いわば自死遺族のための情緒的セーフティネットの現況と課題を明らかにし、さらにはこのセーフティネットを新規資源として各地にどのように構築増強していくのか、そして自死問題へのトータルサポート・ネットワークの一角にどう組み込んでいくべきか等々を、さしあたっては自死遺族のためのサポートグループ活動に焦点をあわせて検討するものである。

B. 研究対象と方法

自死遺族支援活動グループに関する全国的概況については、1)極めて限られた数の支援グループしかなく、地域的なアクセシビリティは極少状況にあること、2)その活動の経緯と実態は専門家主導ないしは支援型か、自助グループ型か、あるいは自死遺族特化型か否か等々それぞれに大きく異なり、自死遺族のニーズの偏差も絡んでニーズに対応したサービス可能性もこれまた極めて低いこと、加えて3)今後の展開についても確たる基盤が確保されているわけではないことが既に明らかにされている(清水他, 2003)。

そこで本研究では視点を個別の自死遺族サポートグループならびに特定地域に転じ

て、自死遺族サポートグループ活動の実際と直面する課題、展望などをより詳細に検討することにした。いわば、事例観測と定点地域観測の両面からアプローチすることにより、日本における現下の自死遺族支援活動実態の一断面を明らかにする。このため今回は、1)三つの自死遺族サポートグループについて事例的に詳しく面接聞き取りを行い、かつ2)特定地域として福岡市を選びこれもまた面接聞き取りを通して自死遺族サポート活動の立ち上がり契機、実態と現況、今後の課題等を明らかにすることにした。

なお本研究はサポートグループへの訪問インタビューが中心の研究のため、個人情報管理など通常の配慮を除けば特段の研究倫理上の問題はないものと考えられる。

C. 結果

I. 自死遺族サポートグループ事例

今回は、1)数少ない自死遺族サポート活動の中で、さらに希少な仏教僧侶たちによる個人的取り組みとしての「祈りの会」、2)当事者中心主義を堅持し、日本では古参的位置を占める東京・生と死を考える会の「わすれなぐさの会」、3)NPO法人として当初から組織的な活動を組み込み、かつ遺族一般から自死遺族に対するサポートへと特化を見せる展開過程のただ中にある「グリーフケア・サポートプラザ」の3事例を取り上げる。

1. 「祈りの会」

1) 目的と経緯

四国は西国八十八カ所、松山市石手寺内において平成8年12月にスタートした、自死遺族を支えるグループ活動の中では珍しい仏教徒(寺院)による支援団体である。会の趣旨は次のように述べられている。

「自死を思う人、また自死者の遺族の方及び友人は、さまざまな悩み・不安・心配事を持ちながら、話す相手、心の拠りどころとする人、場をもてないでいます。年に1回ですが、みなさんといっしょに自死者へ手を合わす場をつくりたく思い、供養を行っています。また心のうちを話し、分かち合ったり、解き放ったりして、受け止めあうことができればと、交流会も行っています。併せて、日々のなやみ相談も対応しています。」

地元の中学生在がいじめを苦にして自殺したことをきっかけに同じ松山市内にある安国寺仏僧が、仏教としてもこの問題になんらかの対応が必要だと考え、石手寺住職らと協力の上ささやかな供養の会を催したことが始まりである。

自殺者の葬式は仏式が多いにもかかわらず僧侶・仏教界の自殺者への関心はきわめて低いことを憂慮し、自殺者のそして遺族の悲しみを共有するために、遺族参加の供養法要をすることに考え至りこの会を発足させたという。

2)活動概況

「祈りの会」は、自死者を供養し、遺族の交流を目的とした会で毎年12月第1日曜日仏教寺院にて開催される。平成16年

末で9回目となる。特に会員制度を敷いているわけではなく、毎年1回の「祈りの会」に参加するのみである。したがってグループとしての名称を掲げるわけでもなく、参加者も固定しているわけではない。一方自殺に限らず、毎日の悩み相談を駆け込み寺として石手寺が受け付けている。とはいえ、真言宗、真宗、臨済宗の七人の僧侶が関わっての「祈りの会」であり、この世界では珍しい宗派を越えた取り組みである。

具体的な「祈りの会」は、12月はじめの日曜日午後1時から始まる法要の後、別室で参加者と茶話会をもつというスタイルで開かれている。年1回の集いのため日常的に生じている遺族へのニーズに応えるというわけにはいかないが、それでも数年間連続して参加する参加者もいるとのことである。参加者数は年によって異なるが、約20人前後という。石手寺の自殺者供養は、はじめは愛媛を中心にした地方の集いであったが、2000年4月号の『文芸春秋』にルポ「四国遍路自殺者への祈り」として紹介されると、その年の12月の会には近畿、中国、九州の各方面から多くの参加者があった。

仏教僧侶とはいえ、なにぶんにも個人レベル取り組みであり組織的な活動はそう多くを望めず、このことがせいぜい年1回の集いという活動形態をとらしめており、また広報なども基本的にマスメディアに頼らざるを得ない現状の様子である。

2004年12月、9回目の会が開催されたが、この年の参加者は約50名、ほと

んどが新規参加者で、その多くは自死遺族であった。会の前日の「自殺問題の市民集会」を持ち、この会が地元メディアでも取り上げられたこともあり、本堂は立錐の余地もないほどに埋まったという。

供養の法要は石手寺本堂で行われる。厳粛に行うため、本堂には関係者以外は入れない。一同着席した後、僧侶の挨拶があり、読経がなされ、併せて参加者（遺族）の焼香が行われる。全員の焼香が終わると、再び僧侶の挨拶があった後散会となる。法要のあと希望者は別室で茶話会に参加する。茶話会は一応一般の人を入れるが、法要の続きでもあり実際には入りにくいと思うと僧侶自ら認識している。

3) 今後の活動

関係僧侶の一人は今後の抱負として、この問題に関する仏教界の関心啓発と取り組み奨励を一つの柱にしつつも、他方では独自の取り組みとして「定住型農園」道場を作りたいという。いつでも、誰もが立ち寄ることができ、農園の仕事を手伝ってもらうことで、最低限の衣食住を提供できる。そこに行けば悩み、苦しむ人がともに語り合うことで心が救われる、そんな場を作ることが次の課題だという。

これに関連して、お遍路さんに「自死遺族の書いた手紙」を託す旅の構想は次のようなものらしい。遺族はお遍路さんに思いを託し、旅する人はその思いを受け止め歩くことで、年間3万を越える自死者を代表するとはいけないものの、幾分でも他者と

の思いを共有する。遍路行の伝統にのり、通行手形を持せば金を出さずにとめてくれる宿を見つける。「農園」道場で泊まることもできる。お遍路さんの四国伝統文化に根ざした、そのような草の根的な自死者と自死遺族の供養の運動はできないものかと構想を練っているところだという。

決して組織的ではないものの、ある立場からの個人的努力による自死遺族支援活動である。

2. 東京・生と死を考える会

1) 立ち上げの経緯

1982年秋に、東京の私立大学におけるカウンセリング研究所とA. デーケン氏らが中心になって開催した死生学ないしは死への準備教育（death education）をテーマとしたセミナーを母体に、翌年の1983年には周知の「生と死を考える会」が発足した。その目的は、1) 死別の体験をわかちあうこと、2) 死を通して生きることを考えること、の二つであった。

その後多少の経緯を経て、1999年に「東京・生と死を考える」（以下東京・「考える会」と略）の設立にあたって、当事者中心の三つの“わかちあいの会”が設けられた。伴侶や身近な人をなくした人のための「こすもすの会」、子どもをなくした人の「すみれの会」、そして自死により身近な人をなくした人のための「わすれなぐさの会」である。死別した者の続柄ならびに死因によって、分かれた三つのわかちあいグループである。

1999年以前にも、自死遺族と他の遺族との二つに分けてわかちあいを持ってきたが、それはそれに先立つ一時期両者を一緒にしていた経験の行きづまりからきたものであった。どうしても、自死遺族メンバーの参加が低下しがちなためであったという。

2) 活動実態

現在「生と死を考える会」はほぼ全国に立ち上げられており、各地の考える会が参集する全国連合組織としての「生と死を考える会・全国協議会」もある。これらの会の基本はわかちあいの会の例会である。東京・「考える会」もこの点では同様である。東京・「考える会」の場合はこれに加えて教育研修活動がもう一つの大きな柱となっている。近年様々な問題を抱える教育現場でのちの大切さを考え実践する教育関係者を主な対象にして、死生学について学ぶ年3回の会員向け研究会と夏季のセミナー(年1回)である。この他に折々、会員および一般向けに講演を中心とした一般公開セミナーを開催している。この両輪は現在分化することも考えられている。

自死遺族のサポートグループとしての「わすれなぐさの会」ではメンバーのプライバシー保護のためクローズドで行われ、通常は5人前後のグループで体験や思いを語り合う場である。一応ファシリテーターとしてのスタッフが参加するが、スタッフ自身も当事者である。会ではもっぱら自身のことを語ることが心がけられ、他のメン

バーの語りについてはひたすら聞くだけでコメントも、ましてや評価やアドバイスなどは一切行わない。このことがメンバーたちに、何を言ってもいいのだ、聞いてもらえるのだ、という安心感を保証する仕組みになっている。一般的な、通り一遍の安心感の保証でなく、これまで誰にもうち明けられないままじっと自分のこころの奥深くに抱え込んできた辛い体験を語れることの意味は、想像以上に大きい。

しかし同時に、わかちあいの会においてさえ、自分の胸の内を語れるようになるまでにはプロセスがあり、人には語れないような葛藤もあり勇気もいるため、結局最後まで語れない人もいるとのことである。ただそうであっても決して無理せず、そんな場合はただ他のメンバーの話の聞いているだけでも受容される。

現在のスタッフは、こすもす、すみれ、わすれなぐさの3つのグループをそれぞれ3人ずつのファシリテーター・スタッフ(当事者)が担当し、さらに事務局長の専門家1名が事務局ボランティア7名を統括調整している。わかちあい自体はあくまで当事者中心主義に徹している。

他のグリーフケアサポート団体とは、特に連携をもっているということはなく、ボランティアだけで支える自らのグループの活動で手一杯というのが現状である。各地の生と死を考える会とも同様であり、年1会の全国協議会でさえ情報交換程度の交流とのことであった。東京・「考える会」の運営はすべて会費とセミナーなどのイベント

収益金でまかなわれている。

3) 直面する課題と今後の展望

a) 匿名性・プライバシー確保と広報

メンバーの匿名性やプライバシーをどう保証していくかという自助グループとしての原点の保持は、当然の基本的課題である。しかしそれは基本的課題にとどまらずに、具体的、現実的課題でもあることが、スタッフの面接聞き取りから理解される。現にわすれなぐさの会には遠い府県からの参加者もあり、このように社会にニーズが存在する以上、まだ悲しみ悩み苦しんでいる人々にもメッセージや会の存在を伝えるために、広報活動などにも力を入れてみたいのだが、事柄はそう単純ではない。遠い府県からの参加者には、実はそのような遠路参加によってプライバシーが保たれていることを好むメンバーもいるかも知れないのである。この点はわすれなぐさの会に限らず、わが国における自死遺族のグリーフワーク全体に関する課題でもあるといえる。

b) スタッフ育成

この他にスタッフが強調する東京・「考える会」が直面する課題としては、他のグループでも必ずといっていいほど指摘されるスタッフ育成問題である。当事者頼みのスタッフ運営には限界があり、とりわけ微妙でかつ消耗感や燃え尽き感の危険性も高い活動だけに、志さえあれば誰でもできるというものでもない。かといって、東京・「考える会」では未だスタッフ養成のための研修プログラムは未確立であり、研修プログ

ラムの開発余裕もない。わかちあいのグループ卒業者を個別にリクルートしているのが現状だという。

さらに他のグループとの連携問題についても聞き取りは及んだ。考える会では数年前より、あしなが育英会のレインボーハウス（阪神淡路大震災をきっかけに立ち上がった震災による死別を体験した子どもたちのサポートハウス）と提携して、相互に相談・参加事例の紹介活動を採用し始めた。レインボーハウスが自死遺族として大人も対象にし始める展開の中で連携の幅が少々は広がったものの、全体にまだまだ関係団体との接点は希薄なようである。支援グループ単独ではスタッフ養成が難事であるとの認識が語られた。

c) 専門的なグリーフケア資源の欠如

自死遺族のサポート、ケアの必要性が社会的にも認知されるにしたがって、今後より専門的な相談・サポート機関も含めて、こうした外部のグループとの接点が増加するものと予想される。

しかしその場合、「専門機関へ紹介したいが、的確な相手資源がない」とのスタッフの指摘は重要である。わすれなぐさの会はメンバーたちの相互の語りを通じて感情吐露というカタルシス効果を引き受けるものであり、それ以上のグリーフケアなどは必要に応じて専門機関に紹介したいのだが、その相手がよく見えないため「こわさ」が先立ってしまうとのことであった。いきおい、それが故になかなか外部機関との連携が進まないということにもなるのだろう。

ただやはり、そうとばかり言っている、この問題は特殊専門的な分野の課題であるが故の孤立が続くおそれも大きい。初期サポートとその後の介入的サポートにおいて、自助グループと専門機関の役割の分担連携は、自死遺族のトータル・サポートケアシステムを考えるにあたって大きな課題となることは明らかである。

3. NPOグリーフケア・サポートプラザ

1) 沿革と経緯

死別遺族への直接的支援のみならず、より広くグリーフワーク技術ならびに活動の支援を目指してNPO法人グリーフケアサポートプラザ（以下GCSPと略）が平成13年12月に結成された。法人格でスタートする、グリーフケア人材育成を目的に掲げるなど、設立当初から長期的、安定的、組織的な展開を見据えている点が特徴的といえる。

2) 目的と基本活動

定款によれば、GCSPの目的は3つからなる。すなわち、(1)身近な人の死およびいろいろな喪失に直面している人々と、その家族の心のケアを行い、その精神的自立を支援する、(2)グリーフケアに関する情報の提供、相談及び教育啓蒙、(3)悲嘆の中にある人々及びその家族にとって必要とされる全人的援助と教育（含む訪問）である。

この目的遂行の為GCSPが行う事業としては次の5つが掲げられている。それらはグリーフケアに関する、(1)情報の提供及び

諸団体との交流事業、(2)支援、相談及び研修事業、(3)教育／啓発活動、(4)調査、研究及び研究成果の普及事業、(5)人々及びその家族への訪問／介護事業、となっている。

スタッフは現在事務局5名、分かちあい担当10名ほど、電話相談8名だが、相互に多少オーバーラップしたスタッフ構成である。NPO登録会員は約60名ほどである。

3) 活動の実際

次に、GCSPがこれまでに行ったいくつかの事業活動について、講演活動、わかちあい・集い、研修活動、個別相談活動、情報提供活動を中心に具体的に見てみる。その際、事例的に自死遺族サポートグループ活動の展開とその間の問題点も浮き彫りにするため、スタート時点と現在の平成17年初頭を比較できるものはしつと記述することにしたい。

a) 講演活動

講演活動は、2001年7月に第1回の“集い”をもち、その後10月と翌年3月に第2回と第3回の集いが開催されている。死生学、グリーフケア、自死問題について、啓蒙も兼ねて一般市民を対象にした講演会である。進行形式は、講演と報告の後に、いくつかのグループに分かれて自己紹介や自分の喪失悲哀体験を語り合う形で進行する。“集い”はなかなか盛況で、各回70名から80名の参加者があり、その中からは個別の相談活動に進むケースもある。

このように当初は、「講演と話し合いの

集い」として講演に加えて当事者のわかちあいの場を提供するスタイルをとっていた。しかしこの講演会は第4回以降諸種の事情で開催されておらず、しばらく事業中断の状態が続いていた。これに代わって平成16年10月からは小講演会シリーズが始まっている。これまでのような外部会場を借りる大がかりな形ではなく、自前のオフィスを利用したセミナー的講演会であり、原則隔月開催で2005年3月には第3回小講演が予定されている。

また当初の講演会シリーズとは別に単発イベントとして、2004年7月には「急増する自殺－職場・学校・医療、そして遺族の立場から見えてくるもの」をテーマに一般講演会が開催され、200名ほどの参加を得ている。当初の講演会と比べて、参加者数の著しい増加が目立つ。

b) わかちあいの会

以前は上述した講演会とわかちあいの会をセットに、講演会終了後に希望者は残り、いくつかのグループに別れてわかちあいを行っていた。これが現在では、小講演シリーズとも別に独立したわかちあいの支援活動に分化している。この点は、NPO活動の発展の軌跡の一つと理解してもよさそうである。つまり、講演会がイベント的性格を有するものとすれば、わかちあいの会はこれを分化させる形で通常活動化し定着してきたともみなせるからである。

それまでのわかちあいは死別遺族全般のためにセットされていたものだが、プログ

ラムとして分化させるのを契機に、平成5年11月より分かちあいの会を自死遺族に特化するものとした。自死遺族限定のこのわかちあいの会は月1回（第3日曜日）定期的にもたれており、これが現在GCSPの最も中核的な活動になっている。参加者は8人前後、多い時は10人ほどで、リピーターのメンバーが2、3人いるとのことである。マスメディアによる紹介などがあると、一時的にメンバー増加を見ることもある。会の終了後、当初はGCSP側が付近の喫茶店などでインフォーマルな二次会的のような時間をセットしていたが、今は参加者に任せているとのことで、できるだけ自助グループ的な当事者の自発性を見守るスタイルを取れたのはこの間におけるNPO活動の成長と評価してよいと思われる。

会員の中から認定されるスタッフの関わりはファシリテーターとして関わる形だが、自死とは限らないもののスタッフも当事者があっている。分かちあいの会におけるファシリテーターの役割は限定的で、守秘義務や悲しみ比べをしない、話したくなければパスして構わないこと等の基本ルールを確認すること、それに時にグループでの話の内容がおかしな方向へ流れそうな際に少々の方向付けをする程度とのことである。たとえば、あまり情報提供中心の話よりも、情緒的レベルでの話を中心に据える方向を意識しているなどである。

それでも自死遺族のケアグループ活動はこちらのエネルギーも大いに必要で、その消耗を防止する手だても準備しておく必要

がある。このこともあって、月1回会員対象に「ふりかえりの会」を持ち、特にわかちあいの集いの後はその都度必要に応じて debriefing を兼ねて集まりを持つようにしている。

c) 初級研修セミナー

これからグリーフケア活動に携わろうとする人、またグリーフワークに関心を持つ人、あるいはグリーフケア問題一般に関心を有する市民を対象に、悲嘆に関する基礎知識、グリーフケアの意味、進め方と実際、サポート活動における留意点などをテーマにした有料セミナーである。グリーフケア自体が消耗の激しい活動であるとともに、まだまだヒューマンリソースも不足していることから、個別の団体やグループにとどまらない、今後わが国における自死遺族のサポートシステムを組み上げる上で、貴重かつ不可欠な活動と位置づけられる。とりわけ、数少ないグリーフケア・サポートグループが、その活動の焦点をグリーフケアそのものに置いている現況に照らすと、この人材育成活動は極めて貴重なものといえる。

これまで既に5回のセミナーが開催され、有料ながら各回の参加者数は第1回が24人、以下第2回21人、第3回15人、第4回23人、第5回14人となっている。参加者の多くを、自死家族当事者（遺族）、大学院生学生や当事者が占めているが、細かく見るとその属性は多様である。これらのセミナー受講者が今後どれだけグリーフ

ケア活動を支える実質的なヒューマンリソースになり得るかなど、課題と期待を担ったの出発であった。

しかしながら、こうして始まった初級研修セミナーであったが、X年Y月の第5回セミナー以降は開催されておらず、グリーフケア人材養成活動はその大きな期待にもかかわらず、残念ながらとん挫している現況にある。一般にはボランティアが各種の活動で浸透しているが、グリーフケア、ましてや自死遺族活動という分野でのボランティアの養成、リクルートにはなお大きな壁と課題が残されているように思われる。

d) 個別相談活動

上記のように、グリーフケア活動のためのスタッフ養成がなお途上であったことから、これまでのところGCSPではまだ正式の個別相談活動を受ける態勢には至っていない。当初の計画としては、上記のセミナー修了者を中心にスタッフ養成に目途がつき次第、週3回体制で定期的な相談活動を展開するとのことであったが、これも展望通りには進んでいない。そこで当面の措置として、緊急性の低い個別相談ケースは日を改めて電話相談対応を行い、一方緊急性が高いと判断される場合は、連携関係にある自死遺族で相談実績を有する精神科クリニックに紹介する手順が確認されている。

実際の電話相談件数は、時期によって大きな変動があり、月10件ほどの時期と、皆無ないしは1件程度の月もあるという。電話相談から心理面接相談に展開したケー

スもあるが、主な相談内容は「周囲の人に話をすることができず、話を聞いて欲しい」というものである。

以上はGCSPの当初の実態であるが、平成16年11月からは改めて新体制で電話相談活動を始動させている。現在のところ、木曜日、土曜日のみで受付時間は10:00AMから4:00PMである。HP、関連団体(大学、保健センター等)に案内ちらし送付したが、まだ開設直後のためか相談数はそう多くなさそうで、日に2、3本、ない日はゼロという実態である。

e) 情報提供事業

かつては図書やマスメディアの紹介などがきっかけで、自死遺族の支援グループの存在を知るとというのが基本パターンであった。しかし現在はこれと並んでホームページの閲覧を通じて支援グループを知ることが多くなった。当然GCSPでも平成5年から、スタッフの手作りの工夫によってホームページを立ち上げている。地域への配慮もあって、地方によってはおおびらに自死遺族のわかちあいの会を広報することがはばかられることもあると聞く現況にあって、匿名的アクセスを可能とするインターネットを利用は大いに有力な情報提供・アクセス媒体である。この特徴はどの場合にも当てはまるが、とりわけ自死遺族にとっては上記の社会的背景もあって、積極的に活用すべき媒体であろう。最近では双方向性のアクセスを可能とするブログのような新しいネット媒体も登場して、問題点と共にそ

の活用方法の研究、情報交換が大いに望まれるところである。

一方、こうした日常的媒体はもちろんのこと、先の講演会ならびに啓蒙的、情報提供的図書の刊行といったこれまでも行われてきた通常媒体による情報提供活動にも取り組んでいる。それが平山正美監修、グリーンケア・サポートプラザ編『自ら逝ったあなた、遺された私—家族の自死—』、朝日新聞社、2004.である。これ以前にも、初級研修セミナーの教育テキストとして、また広く啓発用媒体として『グリーンケアハンドブック』を刊行している。この他会員を主な対象にしたニューズレターを、機会あるごとく外部の関心ある人々や団体にも配布している。2005年2月現在までで、ニューズレターは7号まで発刊している。

4) 変容と展開

a) 活動対象の特化—自死遺族限定支援グループへ—

GCSPの場合、2001年12月発足当時から死別者全般を念頭に活動してきたが、そのニーズに応えるグループ、団体は既にそれなりに各地に散見されるため、2003年8月に自死遺族のグリーンワークに特化することを確認した。大きな方針転換である。その背景には、死別遺族全般のグループではなかなか本当のことが言えず、言ったとしてもすれ違うことも多く、結局自死を病死と言ってしまうこともあるほど、窮屈な現状がある。またこれまでの簡易なハンドブックも一新して、自死遺族向けの

啓蒙・情報提供図書を刊行し、最近では自死遺族限定の電話相談もスタートした。加えて個別面接相談事業も視野に入ってきているという。

他方、教育研修活動は休止するなど未展開な活動があり、これらの調整も含めて上記のような相談・支援、情報提供、啓発広報などにウェイトがシフトしてきている。NPO法人立ち上げとともに活動の柱とされた一般市民を対象としたグリーフケアに関する研修は大きな目標であり、この事業の柱が未展開であるのは残念であるものの、その背景としては1)NPO自身の力量、2)これと連動するNPO自身のグループとしての基礎固めの要、3)一般社会の側の関心の低さ、などが相互に絡み合っていることと思われる。この非成功体験は、これから新たに自死遺族のサポート活動を立ち上げようと考えている他のグループにとって参考になる点であろう。

なお参考情報として、NPO法人格取得の意義と課題について記すと、1)公的承認があることから、社会的認知、信用を手にすることができた、2)関係機関、団体との連携関係を結ぶ際にも、同様のメリットを活かせる、また寄付行為の受け皿としてもNPO資格は有利であり実効性が見込まれる、4)その結果としても、会の活動の安定化が図れる、などの諸点が明らかにされた。反対に法人格故の制約、拘束としては、1)活動方針の変更、修正が生じた場合、逐一その公的手続きが必要とされ、また2)なにか緊急性を要する事態への対応において、

期待される迅速性が損なわれやすい点が触れられた。

b) 直面する問題—スタッフ養成課題—

このスタッフ養成については、GCSP 立ち上げの当初から既に課題として認識されていたものである。この数年間でそれが解決に向かうどころか、一層の困難な状況にあることを観察し、いよいよこの課題が自死遺族支援活動のネックの中心的課題の一つであることが浮き彫りにされた。

GCSP の場合、スタッフの養成ないしはリクルートはどのように行われているのだろうか。現時点ではスタッフのリクルートの要は、基本的に1)分かちあい担当スタッフ、2)始まったばかりの電話相談スタッフ、それに3)事務局スタッフの3つがあるという。この内、1)と3)は現在一応充足態勢にある。とはいえ、ぎりぎりの綱渡りのような常態でもあり、なにか事あればたちまち火の車になるような現況でもある。ちなみに分かちあい担当スタッフおよび電話相談スタッフの養成研修を内部的に月1回の形で行っている。というのもスタッフは当事者が多いとはいえ、必ずしも自死遺族とは限らないこと、さらにスタッフの資質向上が最も大切で重要な根幹的課題であるとの認識からである。

事務局などは4人態勢にありながらも常勤は1名、それも週2日間だけという状態であることから、NPOの今後の展開によってはすぐにでもスタッフ不充足問題が表面化しかねない。当初からの初心者研修事

業が行詰まっている現在、新規事業の電話相談の開始に併せて再開する市民対象の電話相談担当スタッフ養成とリクルートは、GCSPにとって喫緊の課題となっている。

Ⅱ. 福岡地区における自死遺族ケア・サポート活動

以上、東京・生と死を考える会「わすれなぐさ」の場合とグリーフケア・サポートプラザの場合について、その実際と直面する課題、今後の展望などを見てきた。しかし、その検討はいわば自死遺族サポート活動の「点」にあたるものであった。そこで本研究の特徴として「点」から「面」へと、一歩研究課題を展開することを意図し、今回は福岡地区にその「面」を求めた。その理由は、福岡市には既に10年以上前から死別遺族のサポートグループが存在しかつごく最近になって新規資源として別の自死遺族に特化したサポート活動を目的とするグループが立ち上がったことである。しかしこうしたことだけならば、既に見た東京の場合でもわすれなぐさの会とグリーフケア・サポートプラザの関係はほぼこれに対応するものともいえる。福岡地区の場合、これに加えて行政（福岡市精神保健福祉センター）も明確な問題意識を持ってこれらの動きに注目し、できる範囲での側面的支援を心がける動きを重視して実際にその流れを作り始めた点が特徴的といえる。いずれはこの地域でも自死遺族のサポート対策で話題になること必定の、「官民の連携

問題」がいち早く模索段階ながら動き始めている点で注目され、これが福岡地区を“定点観測”することにした大きな理由である。

以下では、1)自死に特化しない形の死別遺族全般のサポートグループタイプの「福岡 生と老い・死をみつめる会」、2)自死遺族限定のサポートグループタイプとして「リメンバー福岡」、そして 3)これらのカウンターパートナーとしての行政として福岡市精神保健福祉センター、についてとりあげる。なお、1)と2)のような市民ボランティア活動とは若干異なる形だが、これらの他に 4)精神科医らの専門家が中心となるタイプの支援グループが死別遺族のサポート（グリーフ）ケア活動をしているとの情報をつかんでいるが、この時点でまだアクセスできていないため、今後の継続的定点観測の中で取り上げていく予定でいる。

1. 福岡 生と老い・死をみつめる会—歴史を有するサポートグループ—

1)経緯

1982年上智大学で開催された「生と死を考えるセミナー」が開かれ、これをきっかけに「生と死と考える会」が誕生する。その後次第に全国に「生と死と考える会」が誕生し、福岡にも1992年当時既に専門家を中心とするホスピス関係の「生と死を考える会」があった。しかしホスピス専門家にできることと当事者にできることにはそれぞれ異なるものがあることから、新たに「福岡 生と老い・死をみつめる会」が1992年10月17日に設立総

会を持つに至る。

2) 目標と事業活動

その際、1)ホスピス活動の対象者以外にも生と死を見つめる「死の準備教育」のニーズのあること、2)高齢社会の到来とともに現在健康な高齢者であっても“老い”については関心が高く、このトピックを通じて生と死を考えることの大きな可能性を勘案すべきとして、ターミナルケアの局面のみならずさらに広く高齢者をも対象に会の活動目標を設定することにしたという。とはいえ専門家との協力的関係は重視しており、現に発足時にもまた現在も精神科医を中心にサポートを受けているうえ、講演の引き受け手には多くは専門家がラインアップされている。この確認を基盤に会の具体的活動目標は1)生・老い・死に関する講演やビデオの放映、2)生・老い・死に関心を持ち、考える人々の語り合い、3)生・老い・死の諸問題に直面している人々の語り合いと支え合い、4)身近な人の死に接した人々の語り合いと精神的支え合い、の4つが掲げられ、これを受けて事業の具体的支柱としては講演会、語り合いの会、交流会・研究会の3つが設定されている。この種の活動団体の多くがそうであるように、福岡 生と老い・死をみつめる会も特に自死問題に突出しているわけではなく、したがって昨今の状況悪化にもかかわらず特段に自死問題を強調してはいない。

3) 組織とスタッフ

すべてがボランティア活動として成り立っており、事業の運営も事務局活動もすべてが会費と一般の寄付によってまかなわれている。それだけに活動の制約も大きいですが、それでもなんとか10年以上にわたる活動を続けてきた実績が光る。会員には一般会員と賛助会員があり、それに応じた年会費の設定がある。この他、非会員も含めて、月例会当日の参加費収入があり、これらが活動の原資となる。

福岡生と老い・死をみつめる会は、全国にある「生と死を考える会」全国協議会ならびに九州ブロック会議にも参加しており、相互支援と情報交換も重要で貴重な活動チャンネルとなっている。

4) 具体的活動内容

会に関する問い合わせは多くが電話によることが多く、多少の相談を聞くこともあるが概して会の説明と例会案内が初期対応となる。個別相談のニーズはある得るものの、スタッフの専門能力の限界もあってそう多くはないという。

例会の基本は前半の講演会と後半の語り合いがセットになってほぼ2時間にわたる月例会が開催される。講演会には専門家、実践活動家らが講師として呼ばれているが、前述の会の趣旨、目標からしてそのトピックは多岐にわたっている。生と死をめぐる事柄を中心に、生老病死全般にわたる各種テーマをはじめ、食事作り、老いと痴呆、介護保険、遺言書の書き方や葬儀、傾聴とは、精神障害者のリハビリテーション、に

至るまで様々である。したがって、テーマごとに参加者の層も人数もことなり、必ずしも定着したメンバーによる例会という光景ではないらしい。

参加者は通常20～30名で、後半の語り合いへの期待も多く、中には講演会をパスして語り合いだけに参加するメンバーもいるという。

5) 活動の現状と課題

健康な高齢者も対象に「老い」を重要テーマの一つに加えたことは、広く高齢者一般の関心を吸収した点で慧眼であり、さらにそこをきっかけに広く死について、そして生について考えてみる必要性を訴えかつその機会を10年以上にわたって毎月提供してきた社会的意義は大きい。この点はスタッフも控えめながら十分に自覚認識しているようであった。それも生と死を真剣に考えてみる社会的雰囲気のおお希薄な頃から、こうした活動を起こし継続してきた実績は特筆に値するものとインタビューに訪れたわれわれは強く印象づけられた次第である。

と同時に、テーマの多彩さ故には多くの人が部分的に関心をもってくれるものの、会の活動の焦点がややぼけて曖昧になってしまった嫌いがあるともいう。このことと相まってか、会の趣旨であるこの特徴が最近では次第に必ずしもプラスには作用しない面が強くなりだし、加えて事務局を中心とする運営スタッフの加齢ならびにスタッフのリクルート問題も加重し、さらには発

足当時にくらべて死の問題もそれなりに語りうる機会も増え環境も変化しつつある中で、会の求心力と持続力に少々翳りも見えだしているらしい。

その結果、2003年からはそれまでの月例会から隔月例会に移行しており、今後の会のあり方および運営の仕方、そして会の将来についての再検討が模索されているという。しかしこの隔月例会の背景には、2003年段階において1982年当時とは異なる専門家を中核とするホスピスの会が立ちあがっており、これと緩い連携をとりつつ重複を避けて、現在では本会が奇数月にホスピスの会が偶数月に例会がもたれている。

それにしても純粹にボランティアとして生と死を見つめる活動が10年以上にわたって展開されてきた事実は特筆に値するものといえる。死別後一定の喪の期間が過ぎれば遺族といえども彼らのきょうだいに対してさえ「寂しい」と率直には言いにくく、通常はこの感情を表す場が無くなってしまふ。本当には慰めてもらいたいののに、「分かってもらえない・・・」との嘆息が聞こえるという。そうした状況の中で、生と死を見つめ続けてきた本会の貴重な活動は、ひとえに中核スタッフとこれを支える人々の善意に負うところが多い点は注目され、またいくつかの観点から関心を引くところである（善意の活動の機動性と限界性）。

テーマの多彩さとも関連して、翻って生と老い・死をみつめる会の活動が自死遺族のニーズにどれだけ対応し得てきたかは評

価がわかれるところである。自死遺族にとって語れる場所が皆無であった当時の状況からすれば、生と老い・死を見つめる会の発足は確実に福音であった反面、死別遺族に特化したサポートグループの場合でさえ死因別、続柄別によって遺族間では微妙なズレも聞かれる状況があり（本会でも“悲しみくらべ”はしないようにと意を砕いているとのことであった）、現在死別とは直接関係ないメンバーも一緒に語り合いの会において自死遺族の胸の内をどれだけ吐露し分かち合えてきたかは、会の趣旨からして当然とはいえ少なからず困難があったように思える。ちなみにスタッフによれば、自死遺族の参加者は決して多くはないと言う。

2. リメンバー福岡一立ち上がり期のサポートグループ

NPO法人日本ホスピス在宅ケア研究会の自死遺族部会として、つい最近（平成15年9月）福岡市に発足したリメンバー福岡は、自死に特化した遺族支援を目的にする市民ボランティア活動グループである。全国的にみてもなお自死遺族限定のサポートグループが極少である中で、市民中心のボランティアグループ活動としては大変貴重な取り組みである。まだ発足したばかりのこのグループの今後は定かでないものの、こうした新しい試みは社会的関心の高まりとともにようやく一筋の流れを形作り始めた日本の自死遺族支援への取り組みの現在を確実に映し出すものである。同時に、自

死遺族支援の社会的取り組みにつながっていくものかどうかを占う意味でも、今後こうした取り組みがどのように育つのか、注目される。

1) 経緯

日本ホスピス在宅ケア研究会は、当初はがんの、そして次第に多様な死因の遺族サポートを目的に神戸、姫路、大阪の「ひまわりの会」を既に立ち上げている。現在これらは自助グループとして活動しているが、この死別遺族支援活動の過程で、自死別遺族が体験する座り心地の悪さが問題視されていた。同じ遺族ながら一般の死別遺族とは異なる死別体験、社会的反応などで、死別遺族の会への参加が自死遺族にとってむしろ孤立感・孤独感を強める結果となったり、時には二次的な心的外傷をきたす、といった問題である。この問題になんとか対応できないものかとの模索の末に、日本ホスピス在宅ケア研究会はそれまでの死別遺族サポートグループのひまわりの会とは別に、自死遺族に特化したサポートグループを立ち上げることになった。こうしてその流れの中で、平成15年8月に福岡でも自死遺族のサポートグループとしてリメンバー福岡の活動を始めることになったのだが、その最初のステップには行政との絶妙なタイミングでの出会いなどがあったことは後段で述べるとおりである。

なお日本ホスピス在宅ケア研究会は、その自死遺族部会としてこのリメンバー福岡の他にも名古屋と神戸で同様な自死遺族サポート活動を展開している。

2) 目標と事業活動

自死遺族のグリーフケアの支援を目的にするリメンバー福岡では、自死遺族としてお互いの思いを共有し、少しでも安寧感を共感することを目的に、現在ではほぼ3ヶ月に1度の定例会を開催している。しかしなにごんにも立ち上がったばかりのため、まだ整序された事業活動の柱は明確でなく、また実践されていないも同然で、この初期段階ではとにかくグループの活動を立ち上げつつ今後の方向と課題を模索中と行ってよいだろう。

3) 具体的活動

2004. 9. 19. :発足例会 第1回例会開催。

満を持してとはいうものの、参加者があるだろうか、あっても数人しか来てくれないのではないかと等々の不安の中で、リメンバー福岡はようやく正式発足と第1回例会の開催にこぎ着ける。参加者27名を得る。予想を超える参加者に、スタッフメンバーは少々戸惑うも、続柄別に分かれた小さなグループごとに分かち合いの場を持つ。カウンセリングの経験があるとはいえ、自死遺族支援の専門職でもない市民ボランティア・スタッフ12名からなるこの支援グループでは、自分たちがどこまでやれるのか、やるべきなのか不確かな現状認識を持ったようだが、当面はグループのお膳立てで遺族同士が親交を結び、ゆくゆくは自助グループへと展開することを展望している。

センター側の関わりはここでも、広報協

力と会場提供、そして集会後の反省会にオブザーバーとして参加するという、求められれば応援するという徹底した側面的支援の形で行われている。しかしこれも「求める動きがあれば」の連携スタイルであり、そうした動きさえもないあるいはキャッチし得ない精神保健福祉センターを始めとする公的関係機関の場合は、福岡市方式は参考にはなるもののそのままモデル化できるわけではなさそうである。求めがない以上ニーズがないものと見なすには、昨今の自殺数はただごとではない。偶然的必然の地道な努力を積み重ねるか、いま少し直接的な支援をインセンティブとして提供するかなど、各地にあった仕方で工夫する要があると思われる。

2004. 12. 19. 第2回定例会開催

第1回の体験を生かして、比較的落ち着いた態勢で望んだグループのメンバーはなお戸惑いを感じながらも、次第に手応えを感じつつある様子があったという。このグループの母体となっているNPO法人日本ホスピス在宅ケア研究会におけるグリーフケアのノウハウも駆使して、前回と同様続柄別に6つのグループに分かれてのグループトークをもっている。参加者は22人であった。早くも自死遺族当事者がボランティアとして名乗り関わり始めたことは注目される。このグループの根幹の不安の一つが、スタッフ自身は自死遺族ではないという自己不安であることを考えると、先はまだ不確かながらグループの継続展開に向け

た大きな一歩と考えられる。

2005年3月20日には第3回の定例会が予定されており、全国的にみればなお一粒の麦のようではあるが、福岡の地においても自死遺族支援活動の着実な歩みが始まったことを予感させるものである。

3. 福岡市精神保健福祉センターの取り組み

1) 背景

センターにおける自殺問題への取り組み開始は、正式には平成14年8月の所内勉強会の発足に求めることができる。しかししれ以前からも社会問題化した自殺問題について市民からサポートグループの問い合わせ等、電話相談がぼつぼつと出始めており、時に面接相談などもあったという。そうした流れの中で、精神保健福祉的にも自殺問題が徐々に関心を引き、センターでも何らかの取り組みが期待され始めた。以前から精神科臨床医としても個人的にも自殺問題に関心を深めていたセンター所長の意向もあり、この時期から所内でスタッフ同士の勉強会が始まったものである。

2) 経緯

平成14年度下半期をずっと毎月1回文献購読会を続ける。文献購読だけでなく、この間スタッフが県主催の自殺問題講演会に参加し、そうした経験もこの会合でフィードバックされたという。さらにインターネットなどを活用し自殺問題情報収集などに努めた。「生と死を考える会」などがヒッ

トし、公的機関としてのセンターにできること、できないことについて熟慮検討を重ねた結果、自殺問題に関する当面の業務課題を「ポストヴェンション」対策と見定め、この対策枠組みの中で自分たちにできることを模索する。こうした経緯の中で、「自死遺族フォーラム」開催の企画が持ち上がっていく。

平成15年7月には隣県への視察研鑽を行っている。この過程で既存のヒューマンネットワークが活性化する。すなわち同じ福岡市の子ども総合相談センター元所長の縁で、隣県での自死遺族支援団体との接点を確保することになる。7月に佐賀県で行われたビッグフット（あしなが育英会の自死遺族団体）の遺族大会に所長を含め3名のスタッフが参加し、フォーラム企画準備の手応えを確認する。

こうした経緯を経て、同年12月にはセンター主催の第1回フォーラム、自死遺族支援のための講演会を開催するに至る。参加者60名を得る。上記の縁もあり、このフォーラムにパネリストとして佐賀ビッグフットのメンバーが参加してくれ、側面的支援を受けている。

第1回フォーラム参加者でアンケートに答えてくれた者の内、13名が自死遺族であり、アンケートによる要望として「自分たちの体験を語れる場所がほしい」ことが浮き彫りにされた。まさにポストヴェンションへの要望といえるものであった。

3) 官民3者会議