

本願寺「自死問題実態調査」の 分析結果 (6)

教学伝道研究センター
現代宗教課題研究部会

■はじめに

本願寺派の全寺院を対象とした自死問題に関するアンケート調査「自死問題実態調査」の報告も第六回目となりました。

今回は、これまで自死予防・防止の対策・遺族支援対策に関わってきたか否かを問う設問の結果について報告します。

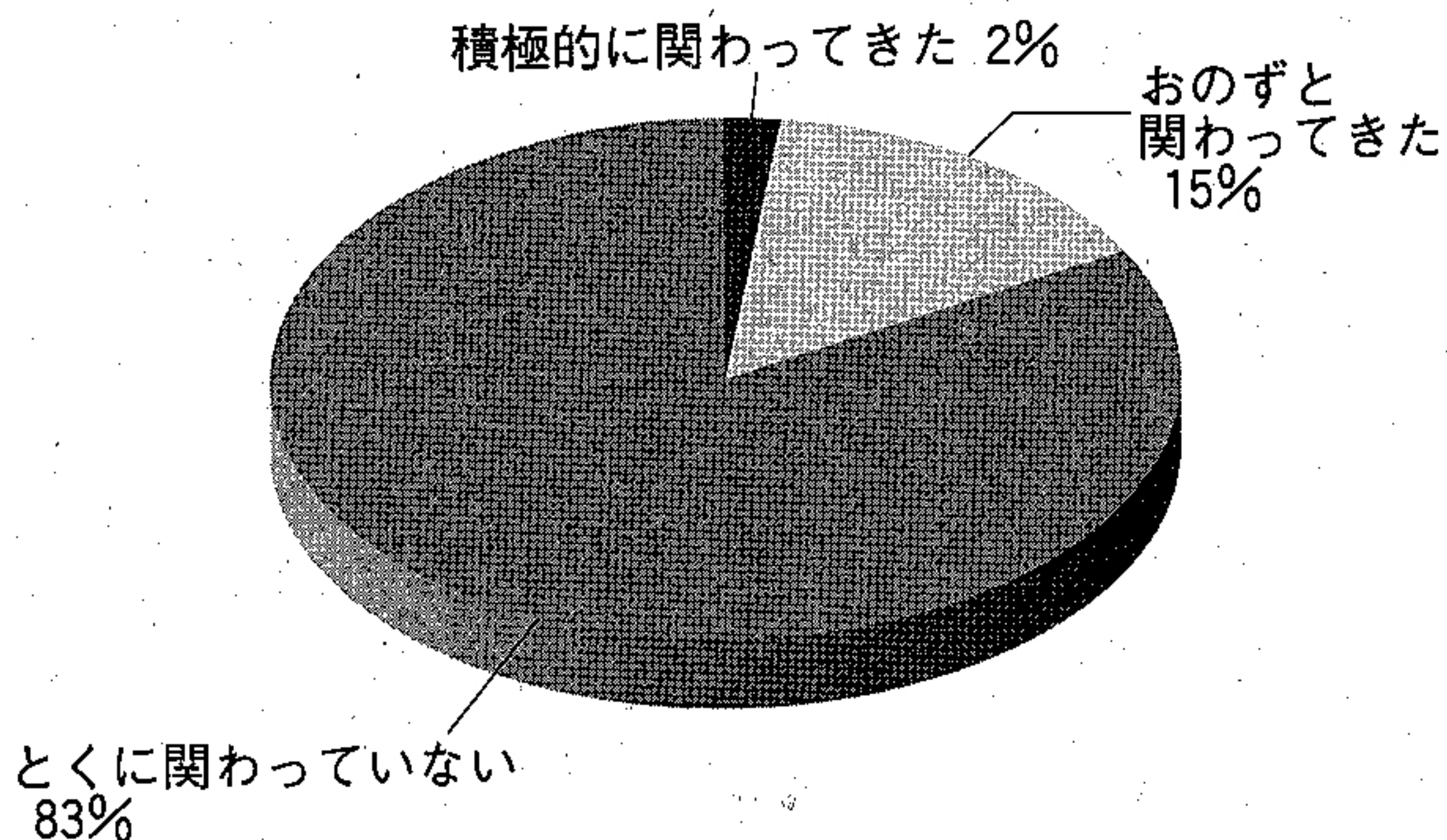
このアンケート結果を分析しつつ、僧侶が具体的な自死問題対策にどのような関わってきたのか、また今後どのような活動が可能なのかを考えてみましょう。

■これまでの関わり

葬儀・法要とは別に、自死予防・防止、自死遺族支援に関わってきたことがあるとする回答は、約一七％に相当する四四六件（全アンケート回答数二六九四件）でした。

この数字は、ご門徒から「自殺したい」という相談を受けた経験者数の約一五％

これまでの関わり



〈図1〉

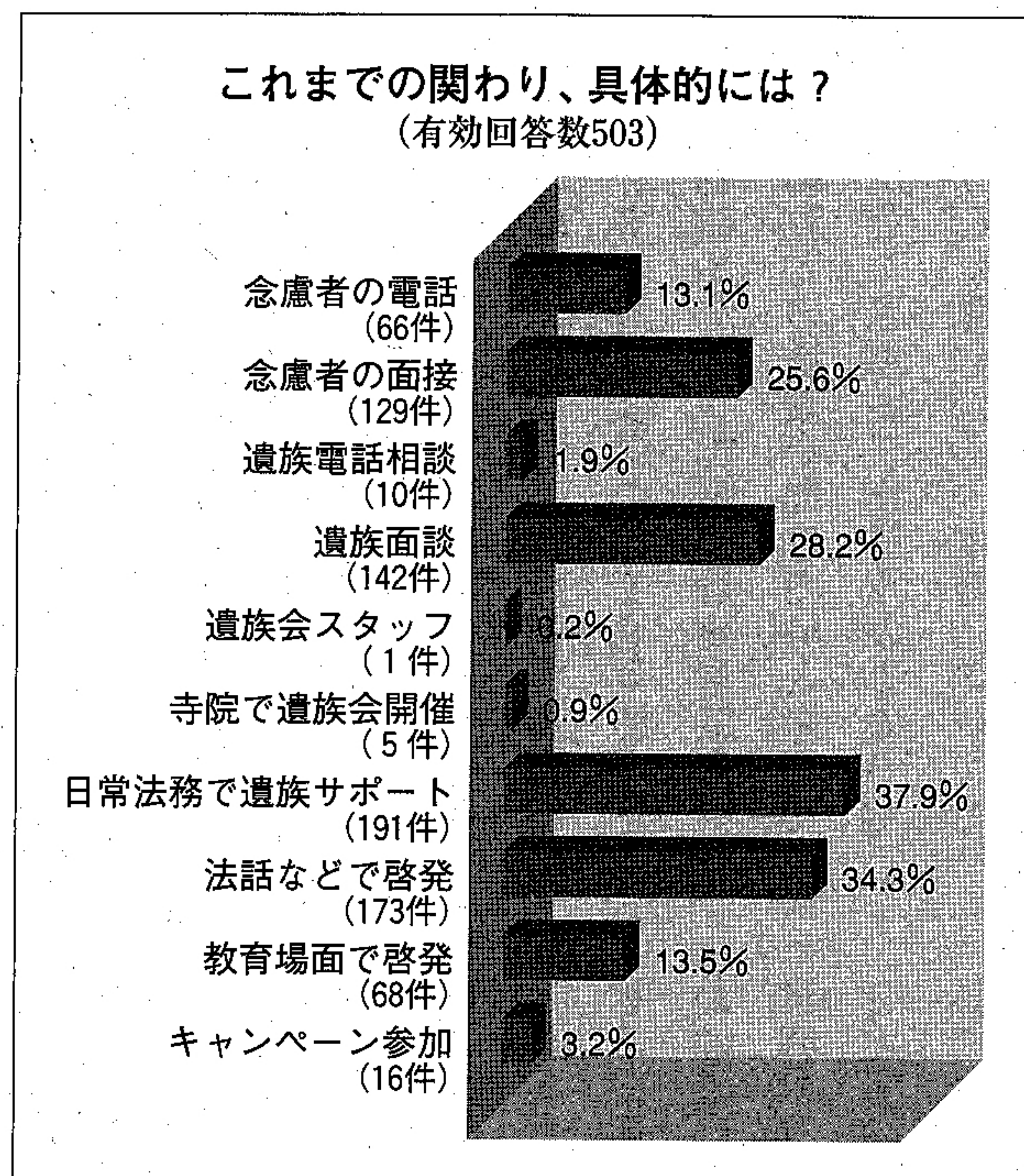
とほぼ一致しており、本願寺派の僧侶の自死問題関与の実態を、およそ示している数字と言えるでしょう（『宗報』二〇〇九年十月号参照）。つまり、僧侶の八割以上が自死問題に具体的な関わりを持ってこなかったと「認識している」という結果が示されたと考えられるのです。

以下では、この数字について、もう少し掘り下げて考えてみましょう。

■法務を基盤とした活動

まず、「関わってきた」と回答した方は、具体的にどのような活動を行ってきたのでしょうか。

最も多かった回答は、「法務を通して遺族サポートを行っている」(二九一件)、「法話によって自死予防の啓発を行っている」(二七三件)という回答でした。



〈図2〉

この二つの回答に共通するのは、僧侶としての「へ日常」の活動・法務の中で、自死対策を行っているという点です。こうした活動内容については、自由記述欄からも確認することができます。

この設問に付された自由記述欄には、全体で七一件の記述がありました。そのうち、一八件が「定例の法座において自死に関する話題を取り上げている」と回答しています。その他、「寺報」や「揭示伝道」を通して「いのち」に関するメッセージを伝えているなどといった記述も複数確認できました。

このように、「関わっている」と答えた方の多くが、「へ日常」の寺院活動を通して、自殺問題に関与してきていると述べています。ここに、僧侶が自死問題に関与していく上

での一つのヒントがあると思われます。

■法務以外の活動

もちろん、「へ日常」の法務以外の活動を行い、頑張っている方もいらっしゃいます。

具体的には、遺族会のスタッフとしての活動をされたり、キャンペーンへ参加されたりといった活動例が報告されています。ただ、寺院活動以外の場面において活動を行ってきたとされた方は、わずか一七件にとどまっています。

しかし、注目したいのは、自由記述において、「いのちの電話」や行政の自殺予防相談機関の電話相談員としての活動を行っているとする回答が存在することです(全七一回答中、八件)。

また、全七一件の自由記述のうち、小中学校の教員や福祉行政の担当者、また地域の民生委員としてなど、兼業の業務の中で自死問題へ関与しているとする回答が二一件ありました。

こうした活動は、いわば僧侶としての「看板」を掲げながら行っているわけでは

ありません。厳密に言えば、僧侶としての活動とは言いづらい面があるでしょう。しかし、さまざまな死の問題に直面し、遺族とも接してきた僧侶が、寺院の外側で「生死」に関する経験や知識などを活かすことは、逆にとても大切な意味を持つことがあります。自死遺族の中には、宗教者の言葉を聞きたいと考えている方がたくさんいらっしゃいます。ただ、そうした思いがあっても、これまでにご縁がなければ、なかなかお寺を訪ねたり、僧侶に相談したりすることができません。そんな時に、たとえば、遺族ケアグループなどの活動に僧侶が参画していれば、お寺の外で僧侶に触れ、僧侶や仏教を身近に感じる機会となり、生死の問題を僧侶に尋ねていくケースも生まれるのではないのでしょうか。現在、センターの研究者も、さまざまな外部の活動に参加していますが、その中で、いろいろな立場の方と巡り合い、ネットワークが

広がり、僧侶や寺院の敷居が低くなっていくのを実感しています。

さて、自由記述で見てきたように、民間の電話相談員や地域の相談員を通しての自死問題への取り組みの一部は、僧侶によって確かに担われています。ただアンケート結果から確認できるように、多くの僧侶がそうした活動に参画しているわけではありません（電話相談一・九%、遺族会スタッフ〇・二%）。一方で、そうした活動への参画要請の声が、自死の現場では、しばしば聞かれます。

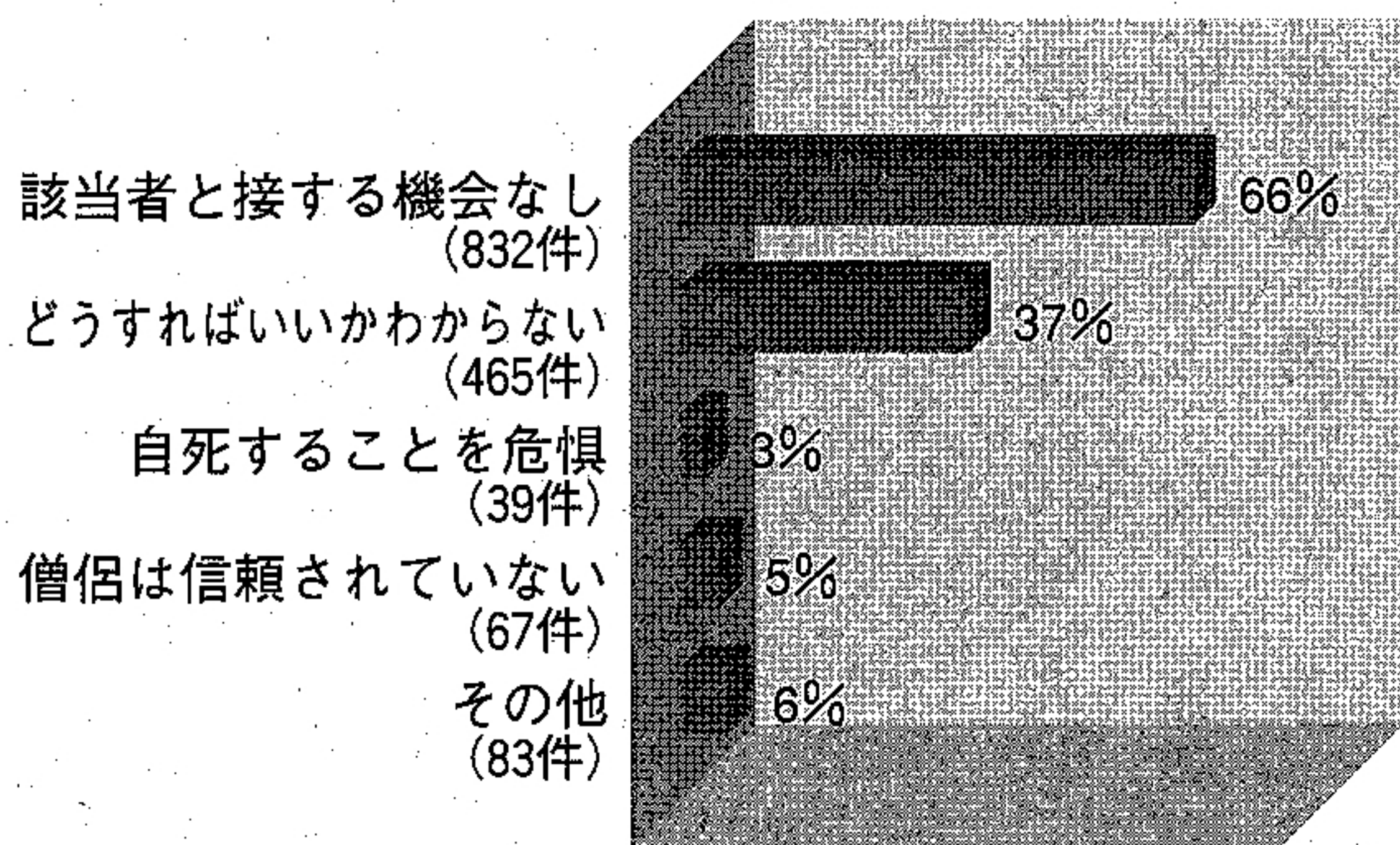
こうした状況を鑑みると、お寺の外での活動に、私たち僧侶が参画していくことはとても大切であると感じられます。

■関わってこなかった理由

次に、「関わってこなかった」とする回答について、見ていきましょう。

「これまで関わってこなかった」とする回答は、全体の実に八三%をしめていましたが、その理由を尋ねた結果がへ図

関わってこなかった理由
(有効回答数1255)



〈図2〉

3です。

最も多いのは、「該当者と接する機会がなかった」とする回答（六六%）です。次に多かったのが、「どうすればいいかわからない」（三七%）とする回答です。

最も多かった「該当者と接する機会がなかった」という回答については、①該当者だったが僧侶にそのことを告げて相談することがなかった、②実際に該当者と全く接点がなかった、という二つの可

能性が考えられます。これまでの連載でも何度か指摘してきたことですが、自死は社会の中で、まだまだ偏見にさらされ、タブー視されています。そのため、深刻な悩みを抱えていたとしても、それを他人に語りにくい状況にあります。それは、僧侶が相手であっても同様で、なかなか自死について口に出せない現状があります。そうした中で遺族の方や念慮者が頼っているのは、自死問題に関係する諸団体、諸活動です。したがって私たち僧侶がお寺で待っていても、必ずしも多くの関係者と接点を持ち、相談を受けるということにはなりません。もちろん、長年の教化活動によって信頼を得て、ご相談を受けておられる方も多いと思いますが、なかなか相談することができないでいる方も、一方で少なくないと考えられます。そうだとすれば、私たちが僧侶として関与していくには、やはりお寺の外の活動に参画していくというのが、一つの解決方法となることでしょう（この点については、後に詳説いたします）。

次に多かった「どうすればいいかわからない」という回答には、「実際に念慮者や遺族にどのように対応していけばよいのだろうか」という僧侶の戸惑いとまどが表れています。僧侶は多くの生死の現場に接しているわけですが、こと自死という問題について考えてみた場合、十分な知識や情報を持っているとは言にくい面があります。こうした中で、なかなか関与しづらいと考えるのは、ごく自然のことでしょう。

一方で「これから関わっていくことができると思うか」という今後の活動の可能性に関する設問では、「関わることはできる」「関わることを合せて八六%の方が、自死問題に何らかの活動を行うことはできると回答しています」。

それでは、僧侶は具体的にどのような場面で、この問題に関わっていくことができるのでしょうか。また、実際にどのような支援が求められているのでしょうか。

■自殺対策の三段階

前回に報告しましたように、自殺対策はプリベンション（prevention：事前予防）、インターベンション（intervention：直前の防止、危機介入）、ポストベンション（postvention：事後対応）の三つの段階に分類されます。

プリベンションとは、現時点では危機的状况にはない段階で、悩みの原因をさぐって解決しようとしたり、日ごろから生きる支えを提供するなどして、自殺を考えるほどの苦悩へと深まらないように予防することです。また、ストレスの多い社会ですが、そのストレスをためこみすぎないようにサポートすることなども考えられます。この意味では、私たち僧侶の布教伝道活動や日常の法務はプリベンションに大きく寄与していることでしょう。ひとりでも多くの方が生きる支えを見出せるよう、その手助けをしていきたいものです。あるいは苦悩の多い社会

があるわけですが、宗教者に対しては、その苦悩を受け止め、それを支え、共に悩み、一緒に考えていくことが求められています。

次にインターベンションとは、いままさに死を考えている人に対して、その苦悩に寄り添いつつ、生きていく方向を一緒に考えるなどして、自死を防ごうとする活動であつたり、自死の危機に介入していくような取り組みを意味しています。これは自殺対策の全体の中でも極めて重要な取り組みです。

私たちが社会生活を送る中で、そうした悩みを打ち明けられることがあるかもしれませんが。もし「死にたい」と打ち明けられた場合に「がんばれば何とかなるさ」といった安易な言葉がけや「明日になれば何とかなるよ」といった無責任な言葉によって、相手との距離が離れてしまふこともあります。できるだけ、その生きづらさに寄り添い、苦悩を理解するようにつとめたいものです。また、距離が近づきすぎて困惑することもあるかも

しれません。たとえば、深い苦悩を抱える人の思いを受け止める作業は、受け手の側が精神的に衰弱してしまうこともあるでしょう。それでも、目の前の人からそういう思いを打ち明けられたならば、落ち着いてしつかりと話を聞いて、その思いを受け止めることが大事だと思われます。

けれども、この活動には専門的な知識や十分な経験・スキルが必要です。ボランティアで相談を受けつけている既存の機関などに参画していくこともできるのではないのでしょうか。

ポストベンションとは、はからずも自死が生じてしまった場合に、遺された人々に及ぼす心理的な影響を可能な限り少なくすることです。これはまさに宗教者として関わっていく必然性の大きいものですし、遺族の方からも宗教者へのニーズは大きいとうかがえます。私たちは法務をする中で、身近な人を自死で亡くされた方々と向き合うことがあるでしょう。そうした場面で、できるだけ相手の

思いに寄り添い、支えていく、あるいはその方と歩調を合わせてともに歩んでいくことができれば、遺族の方は、わずかもかもしれません、気持ちも落ち着いていくのではないのでしょうか。このように遺族の方が思いを語り、誰かがそれを聴くということはグリーンワークにおいて大事な作業です。たとえば状況は変わらなかったとしても、語ることで気持ちが整理され、それを理解しようとしてくれる人がいることで安心感を得ることができるかもしれません。葬儀や法要を通して、こうした関係性を築いていきたいものです。

これについては、前回に報告したヴァツカリへの釈尊の対応から学ぶことも少なくないでしょう。当時のインド社会にも自死を断罪する風潮があつたようです。しかし釈尊はその死について、事後に決して評価や拒絶をしてはいません。その死を受容しようとされ、遺された弟子たちとその死を悼みました。

さらに、追悼法要をしてほしいという

ことも、遺族からの要望が大きいもの一つです。自死であることを隠して葬儀をしたり、葬儀そのものをしなかったりした人もいます。第二回の分析報告で取りあげましたが、超宗派の組織である「自殺対策に取り組む僧侶の会」が行っている追悼法要が徐々に広がりを見せて、今年は関西や名古屋でも勤まる予定です。また同様の追悼法要が天台宗や浄土宗においても行われています。こうした法要は、宗教的な雰囲気の中で、遺族が偏見におびえることなく安心してその死を悼み、亡くなった人を偲ぶことができるという重要な意味を持っています。

■宗教者が活動する意義

現在の日本社会の中には、自死にまつわる苦悩を抱える人が想像以上にいると思われます。現段階では、そのような人がお寺に相談にきたり、僧侶に打ち明けたりすることは少ないかもしれませんが

が、宗門の取り組みが社会的に認知されていくことで、これから相談されることが増えるかもしれません。寺院の掲示板に「悩みを打ち明けてみませんか」などの掲示をすることで受け入れる姿勢を積極的に示すこともできるでしょう。僧侶や寺院は日本社会において、その数からしても極めて大きな存在です。相談の選択肢の中に僧侶が入ることで、相談者への窓口が大きく開かれることになりました。

また、たとえば突然に住む場所を失った人のために寺院が居住場所を提供するなどのこともできるのではないのでしょうか。地域性にも大きく左右されるでしょうが、再出発が難しい社会構造がある中で、そうした人を支えるために、寺院にはもつといろいろな可能性があるように思います。

このように寺院が敷居を低くして、さまざまな苦悩を抱える人にお寺に来ていただくとともに、僧侶が寺院の外に出ていき、民間のボランティア活動に参加す

るということも重要ではないでしょうか。自死による死別に対する思いを安心して語ることができる場所を提供している、自死遺族サポートチーム「こころのカフェ きょうと」のスタッフによりますと、そこには宗教的な問いを持つておられる方も少なくないといえます。

また新聞記事には、「『自殺者』年間3万人時代 宗教者の役割に期待の声」という見出しで、次のようにありました。「自らも夫を自殺で亡くした開設者の石倉紘子代表は『宗教者にじっくり話を聞いてほしいと言う人は多いが、今の寺や教会は受け皿になりえていないのではないかと』と疑問を投げかける」、さらに、奈良女子大の清水新一教授（社会病理学）が「自殺者の葬儀の場にもなるお寺は、遺族支援のために行政や弁護士、支援団体に引き継ぐゲートキーパー役にもなれるのでは」と指摘され、同志社大の木原活信教授（社会福祉学）は「宗教は居場所を失った人の最後の受け皿になるべきだと思う。国の自殺対策からは宗教が排

除されているが、本気で取り組むなら宗教も取り込んだほうがいい」と提言しています。

この社会から苦悩がなくなるということはありえないと思いますが、宗教はそうした苦悩に向き合い、それを支え、受け皿となっていくことで、生きるうえでのよりどころとなっていけるのではないのでしょうか。

■多面的な知識の共有

僧侶という立場での発言は、私たちが思っている以上に影響力を持っています。もしも、自死に関する誤解を持ったまま自死に関する悩みを抱えている方から接するならば、たと思いやりの気持ちから発した言動であっても、その方を深く傷付けてしまう場合さえあるのです。また、気軽に発した一言が、その発言を聞いている方々の偏見を助長させてしまうこともあるのです。

一方で、影響力を持つということは、

僧侶が自死に関する問題の解決に深く関与することができるということでもあります。もしも、正確な知識を持って、適切に対応することができれば、その行動によって、自死に関する悩みを抱える人々の支えとなることもできます。また、周囲の人々の自死に関する偏見を改めることもできるでしょう。

これまでに見てきたように、「自死に関する問題」といっても、一括りに語れるものではありません。自死に関する悩みを抱える方の支えとなるためには、それぞれ個別の問題において、違った場面で、違った相手に対する適切な対応が必要となります。できるだけ適切な対応をするためには、どのような関わり方をするにせよ、自死に対する多面的な知識をきちんと身に付けることが、とても重要です。

アンケートでは、八〇%の僧侶が自死に関する問題に関わっていけると答えています。真宗の僧侶約三万人の八〇%が自死についての情報を共有し、関与して

いくならば、この自死に関するさまざまな問題を解決していく大きな推進力となることができるのではないのでしょうか。

※自死に関する情報については、文末の「情報収集のために」をご活用ください。

(研究員 野呂 靖)

「情報収集のために」

多面的な知識を得るために参考となる情報をいくつか紹介いたします。誌面都合上、極めて限られた情報しか紹介できませんが、参考にしていただきたいと思います。

○内閣府からの発信

内閣府のホームページでは、「自殺対策基本法」や行政を中心とした自殺対策に関するさまざまな基本情報を提供しています。また、各種催し物の案内もあります。

・内閣府のホームページ「自殺対策」

<http://www8.cao.go.jp/jisatsutaisaku/>

○地方自治体からの発信

多くの自治体において、さまざまな取り組みがなされています。冊子、リーフレット、ホームページなどを用いて情報発信をしている自治体も多くあります。また、相談の窓口を開設している自治体もあります。

京都を例に挙げるならば、京都府からは、自死念慮者に対する対応方法のヒントや自死遺族への分かち合いの場の紹介などを載せた冊子「大切な人を自死でなくされたあなたへ」、京都市からは、自死遺族の声や自死遺族の状況をわかりやすく伝えるQ&Aなどを載せた冊子「自殺予防のために私たちができること」が発行されています。また、京都府と京都市それぞれに、こころの悩みに関する相談窓口が設置されています。

○民間団体からの発信

たくさんの方々がさまざまな角度から、自死に関する問題に取り組んでいます。これらの団体は、先に示した自殺

対策の三段階のどこに焦点を当てるかによって、その特徴が違ってきます。

中でも特徴的な団体が、各団体や行政とのつながりに焦点を当てる包括的な活動をしている「自殺対策支援センター ライフリンク」です。全体的な幅広い情報を得るためには、この団体のホームページが役立ちます。ここでは、多くの自死遺族の声を分析して明らかとなってきた実態を分析した『自殺実態白書』をダウンロードできたり、自死遺族のこころのサポートを目的とした自死遺族の会を全国マップで示した図を見ることがなどできます。

・ライフリンク

<http://www.lifelink.or.jp/hp/top.html>

○本願寺派からの発信

基幹運動推進本部から発行された、自死に関するやさしい文章と相談窓口を載せた、「こころのふれあいをたいせつに」自死（自殺）について考える」や、教学伝道研究センターから発行された、

自死遺族ケアに関する講演会を中心にまとめた、『自死、遺された人たちへ死別の悲嘆によりそって』（本願寺出版社）が発行されています。

今後も、リーフレットや書籍などで情報を提供していく予定です。

i 「積極的に関わってきた」「おのずと関わってきた」を合わせると一七％。積極的に関わってきたとする回答は、全体の二％に過ぎない。

ii この回答は、次の設問に関するものです。

「関わる事ができると思うが何もしない」と回答された方におたずねします。これまで、自殺予防・防止に関わってこなかった理由として、以下の項目から該当するものに○をつけてください。（複数回答可）

iii 関与しなくて良いと答えた回答は、わずか一％に過ぎません。

iv 「こころのカフェきょうと」ホームページ

http://www.geocities.jp/kokorono_cafe/top.html

v 毎日新聞、二〇〇九年一月十八日号。