

シンポジウム

生きづらさの先にある孤独死

～団地、災害の現場と向き合う～

報告書 前編

はじめに

◆公開講座の開催主旨

私たちの生きる社会は、近所付き合いや地域社会への関与が減少し、地縁の希薄化はもとより、核家族が高齢者世帯まで浸透するなど血縁のつながりまで薄れつつある状況が指摘されて久しい現状にあります。地縁や血縁という、それまで当たり前であった「つながり」の希薄化は、さまざまな形で問題を生み出し続けています。

こうした状況に鑑み、宗門総合振興計画の基本方針では、「社会的課題への対応については、孤独死・看取り、自死・いじめ等の社会不安」と具体的に明示されています。このことを受け、今回、総合研究所（教学伝道研究室）では、山積する社会問題の中でも、とりわけ「孤独死」についての知見を深めるべく、公開シンポジウムを開催いたしました。

◆今回の公開講座の目的

「孤独死」は、命の終え方やその状況が問題ではなく、孤立の中で死を迎えざるを得なかったという、人間関係の希薄化した社会のあり方にこそ大きな原因が潜んでいると考えられます。そこで、今回の公開講座では、「孤独死」を生み出しているその社会的原因は何なのかを改めて捉え直すことに主眼を置きました。宗制における「自他共に心豊かに生きる」という言葉が示すように、宗門の内外を問わず、より良い社会や充実した生き方を目指すためには、いのちの関係性について改めて見つめ直す機会が必要だと考えたからです。そして、「孤独死」問題を考えるうえで、常磐平団地の取り組み（平時のあり方）と災害（非常時のあり方）との対比を切り口として、私たちをとりまく関係性や孤独ということについて提言者の皆さまよりお話をいただきました。

講演概要

今回のシンポジウムには、約100名の方の参加がありました。以下、当日の講演録の一部を全2回に分けて掲載いたします。

提言 1

団地にみる孤独 団地で起きている孤独死

提言者プロフィール

◆中沢卓実氏

まつど孤独死支援センター所長、千葉県常盤平団地自治会元会長、NPO法人孤独死ゼロ研究会前理事長

1934年生まれ。50年前から自治会活動に関わったことを契機に、常盤平団地区社会福祉協議会を立ち上げ、本格的に「孤独死の課題」に挑む。千葉県発行エンディングノートの編集や世界各国のメディアから孤独死に関する取材を受けている。

◆水上由輝徳氏

NPO法人終活サポートセンター理事

1984年生まれ。葬儀の現場、墓地・納骨堂販売の経験を活かし、寺院の再活性化や納骨堂、樹木葬のプロデュース、エンディングノートの監修なども務める。常盤平団地では6年前から孤独死と終活という切り口で活動中。

中沢卓実さん、水上由輝徳さんのお二人からは、社会の中で「孤独死」がどのような問題を抱えているのか、また現実にはどのような事象を引き起こしているのか、実際の現場に携わってきたからこそ見えてくる視点を対談の形でご提言いただきました。

◆孤独死の現状

水上…日本では、独居者の世帯が1343万4千世帯も存在します。そのうち65歳以上の方が655万9千世帯、そのうちの男性の割合は209万5千世帯です。女性は倍以上の446万4千世帯の方が独居されている。しかし、孤独死をされている方の約8割は男性です。(平成28年 国民生活基礎調査の概況)厚生労働省まとめ <https://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/k-tyosa/k-tyosa16/dl/16.pdf> 男性のほうが老後、社会的に孤立しやすいといった側面があるからです。また、家族やパートナーと居住していても、熟年離婚や死別、子どもの転勤などで独居になるとい

うケースもあります。つまり、誰もが必然的に独居生活になる可能性を持つています。

厚生労働省では、「孤立死」という言い方でガイドラインを出していますが、現在のところそれを担当する部署は存在していません。残念と言わざるを得ません。また、独立行政法人都市再生機構（元日本住宅公団。以下、URと表記）は、「没後7日間が経過して発見されたご遺体のこと」を「孤独死」と定義しています。7日間という長い期間を設けているのは、なるべく数を少なく見せたいからなのかもしれません。「孤独死」は、実際その数倍から数十倍起きているといわれています。平成27年では、全国のURで、分かっているだけでも「孤独死」は179名います。そのうちの9割近くが50歳以上で、全体の約75%（136名）が65歳以上であるといわれています。

中沢：孤独死が起きる要因の一つとして、日本は、経済的に非常に豊かになりましたが、こころの豊かさがそれに

伴っていないということ。経済的な豊かさところの豊かさは、むしろ反比例しているのではないか。こころの貧しさの典型的なものは、「あいさつをしない」「家族の中で連絡しない」「友達がない」「これが現代社会の特徴だと私は思います。家庭の中でも、地域の中でも、あいさつをするということは、人間のつながりの第一歩です。これをおろそかにすることは孤独死の道を歩んでいるようなものです。

水上：地元住民のコミュニケーションが著しく低下しているという問題もありますが、「認知症」と「孤独死」のリンクも大きく存在しています。例えば、認知症になられた方で、日常生活は問題ないが、コミュニケーションがうまく取れなくなつた方がいます。常日頃、あいさつをしていたら、「あの人、いつの間にかあいさつをしなくなったから、認知症かも」と、お節介と思えるような行動を地元住民がする。そのことが、認知症の発見を早めるなど、コミュニケーション

を通じてできることの一つかと思えます。

◆常盤平団地の場合

中沢：「孤独死」の現場を見ると七つの特徴があります。一つ目は、一人暮らしが前提。二つ目は、男性の部屋はごみの山。三つ目は、孤独死は男性に多く女性に少ない。四つ目は、高齢者に限らず中年も若者もある。五つ目は、あいさつ無し、友だち無しなど、生活習慣がないに尽くし。六つ目には、発見が遅れると虫の餌になってしまう。七つ目は、孤独死予備軍が相当数いる、ということ。広い意味では、誰でも孤独死する可能性があります。

水上：中沢さんたちがいろいろ対策を講じていても、年間平均10件くらいの孤独死が起き、防ぎきれないという問題があります。中沢先生の活動を紹介させていただきますと、団地の自治会の皆さんと直接見回りする活動、常盤平団地ではURで初めて独居者の入居登録を可能にし

たこと、そして、地域の合い言葉を作成し看板を設置したなどが挙げられます。

また、団地内に日本初の地区社会福祉協議会（以下、地区社協）を設立されました。さらに、「生き生きサロン」という喫茶店もつくられています。

中沢：「生き生きサロン」は、商店街の部屋を借りて、みんなでお茶を飲む場所を提供しています。サロンはこの市町村でもやっていますが、土日毎日やっているのはうちだけです。「生き生きサロン」は、100円払えばコーヒーは飲み放題、時間制限もありませんので、高齢者が気軽に集まる憩いの場になっています。サロンを毎日やっていると、1週間に1回、1カ月に1回でも参加される方が出ます。毎日そういう交流の場をつかっていく。そしてサロンに来なくなったお年寄りがいれば、電話をかける、これが大事なんです。そういう体制を団地の自治会と地区社協、それから民生委員・児童委員（以下、民生委員）の3団体が

協力して、設立しました。

孤独死というのは、現代社会の大きな病気だと思っています。放っておくと、みんな独りぼっちになって、孤独死もどんどん増えていく。夫婦でいえば、どちらかが必ず先に逝き、やがて独りぼっちになる。だから、自分の町内会にまず加入し、地区社協の活動に協力する。関わりを豊かに持つことがとても大事です。独りぼっちで生活をする、いつの間にか孤独死することが多い。だから地域の中で一人にしない。関わりを大事にする。そのためには、町内会も地区社協も民生委員も行政も、お互いに関係を大事にしていくことが何より大事です。

私も、地区社協の会報『ときわだいら』を1カ月に1回、全戸配送しています。取り組みをみんなに周知することで、地域ぐるみの活動になります。そうすると、行政も、それなりに手を差し伸べてくれることになります。

また、宗教家の皆さんには出番を期待しております。人間のこころの有り様を

説くのは、宗教家の皆さんです。それが現代社会にふさわしいかたちで、どういう話をしていただけるかが重要です。地区社協や町内会などの催し物に積極的に参加していただき、喜びを共に、苦しみも共にする。そういう中で皆さん方が話し合えることがとても大事です。私がおこころの有り様を説くわけにはいきませんが、それは宗教家の皆さんの社会的な役割ではないかと思っています。そういう意味で、皆さん方が地域社会にどんどん出ていくことを私はこころから期待しております。

◆地域を面で支える

水上：今のお話にもありましたが、行政では地域の特性に応じてつくり上げていく、地域包括ケアシステムというのをすすめています。各中学校区内に地域包括ケアシステムをつくり、地域包括支援センターを中心に介護や医療、生活支援のことは行っていますが、これだけ機能しているところは常盤平団地さんぐらい

です。

では、発展的な地域包括ケアシステムとは何か。一人のおじいちゃんやおばあちゃんに対して、介護福祉士だけではなく、薬局やシルバー人材センター、UR、生協、銀行、葬儀社、そして僧侶が、線や点ではなく、面で支えていくのが、常盤平のような発展的な地域包括ケアシステムであると思います。

中沢…もし自分が亡くなったら誰が面倒を見てくれるのか、そのことを皆さんに問い掛けております。長男なのか、あるいは娘なのか。高齢の親とは、往々にして摩擦が起きやすいですが、しかしどうやって仲良くするか、それが家族の中で一番大事なことです。終活のことまで考えて、人間の在り方を考えましようと言っているのです。その点では、宗教家の皆さんのアドバイスをお願いしたいと思っています。まさに現代社会におけるこころのありよう、人と人との関わりが、どうあるべきかが、今の時代で特に大事です。

自治会と民生委員と地区社協、行政ともお互いに協力し合って、自分たちの関係をよくする。そういうことがとても大事だと思っております。

水上…孤独死というのは、今のところ完全になくせるような状態ではありませんので、今、お話ししていただいたとおり、まず早期発見をできるシステムをつくらなくてはなりません。例えば、地元企業、地元住民、地域包括支援センターと行政などが、協力して働く「協働」というものが、今後は必要になってくる予防策と言えるのではないのでしょうか。

中沢…「孤独死」とは、死の問題です。死の問題に対応することによって本当の生き方が分かってくる。本当に死の問題から生きることの意味をどれだけ感じられるか。死の問題というのは生き方の問題ですからね。死は生の鏡。家庭にいる中でも、地域の中でも、関わり合いをよくし合っていること。地域を構成している団地の自治会、民生委員、地区社協、行政も含めて、互いに協働する関係をつ

くること。これが現代社会の一番大事なところではないかと思っています。そのところをしっかりとわきまえてやるならば、困っている人に手を差し伸べることができるのですね。基本をしっかりとめていくことが、とても大事だと思っております。当たり前なことかもしれないですが、その当たり前のことを実行する。頭で知っているだけではなくて、実行することが大事です。

水上…最後になりますが、発展的な地域包括ケアや終活を活用して、地域単位で高齢者の皆さんを面で支えていくことが重要だということを、われわれの提言のまとめとさせていただきます。

(提言1終了)

提言 2

災害にみる孤独 みんなって誰のこと

提言者プロフィール

◆近藤誠司氏

関西大学社会安全学部准教授

京都大学大学院情報学研究科博士後期課程指導認定退学。博士（情報学）。NHKスペシャル『メガクエイク 巨大地震』で科学技術映像祭・内閣総理大臣賞を受賞。人と防災未来センター・リサーチフェロー、京都大学防災研究所巨大災害研究センター非常勤講師、神戸学院大学非常勤講師を兼務。主な著書に『ワードマップ 防災・減災の人間科学 いのちを支える 現場に寄り添う』（新曜社、2011）、分担執筆で『現場でつくる減災学 共同実践の五つのフロンティア』（新曜社、2016）など。2016年度「ぼうさい甲子園」で優秀賞受賞。

近藤誠司さんからは、災害に対する社

会の対応から、私たちが平素から、どのような社会構造を形づくっているのかを提言いただきました。

◆災害とは

私は災害の局面から「孤独死」についてお話をさせていただきます。

24年前の阪神・淡路大震災の時も、われわれは、孤独、孤独死などの問題に直面していました。神戸市長田区では、震

災から2カ月後に、餓死した状態でご遺体が発見されたということがありました。災害が起きたときには、隣近所から助け合いや、救助活動が始まりますが、そのときには、「顔が浮かんだ仲のよい方をまず助け出した」という証言がありまして、次に助け出したのは「日ごろけんかをしていた人たち」だそうです。顔が浮かばなかった人には結局手を差し伸べることができない。関係性がないと助け合いが起これないということも、あの時、分かったことでした。

災害では、このようなことが集合的に一気に起きてしまう。あちこちで助けを求めている人がいても、手を差し伸べることができない。弱い立場にいる人が、ますます弱い立場に陥おちってしまう。仮設住宅、公営住宅などでは、高齢者や障がい者の方を優先的に入居させたが故にかえってそうした人たちばかりが困窮する、そういう場面がたくさん起きてしまいます。そして問題が長期化する、深刻化する、圧縮するという出来事が起き

る。これが災害という局面です。

◆日本社会の二つの潮流

今、日本社会で、何が起きているのか。災害リスクの分野では、二つの潮流があります。それは「事故の災害化」と「災害の事故化」です。

「事故の災害化」とは、例えば2年ほど前に新潟県糸魚川市いとがわの住宅街で大火災が起きました。ラーメン店のご主人の失火が原因でしたが、行政ではこれを災害と捉え、「被災者生活再建支援法」の枠組みで、被災された皆さんの生活をサポートしようとして、新潟県では生活復興のため一律に400万円を提供しました。みんな痛みを分かち合い、社会のみんな考えよう、そういう優しい社会の潮流があります。

一方、「災害の事故化」とは、例えば、東日本大震災で宮城県石巻市いしのまき大川小学校の小学生たち74人が津波に流されました。そのため、なぜ速やかに避難させなかったのかと訴訟問題になっています。

日本では、東日本大震災を契機に、災害を元にした訴訟案件が増えています。そして今後増えていくでしょう。なぜなら、被害想定がたくさん出され、「知らなかった」では許されない世の中を、われわれがつくっているからです。

「優しい」潮流も「厳しい」潮流も、同時にわれわれ自身がつくっているのです。根っこにあるのは、誰が悪いのかという「責任」の所在を一生懸命探す世の中なのです。

◆自助という責任

「防災は自助が大事だ」という人が増えています。自助とは自己責任、セルフディフェンスのことです。「防災は」という部分を入れ替えても、この言葉はよく使われます。では、自助努力ができない人は災害で死んでもいいのか。もしくは、災害でいのちを落とした人は自助努力をしなかった人たちなのか。そんなふうにして、後ろ指をさすようなことをしていて、本当にわれわれはこころ豊かに

過ごせるのでしょうか。

皆さん、自分の子どもやお孫さんに、「車には気を付けるんだよ」と言っただけから送り出した経験はありませんか。自分もまた同じ確率で、交通事故に遭うかもしれないにもかかわらず、子や孫に対しては、いろんなことをおもんぱかってあげることができる。われわれは、そうした動機付けを持っています。自助が大事だということを全面的に否定はしませんが、テコになっているのは、実は愛する他者への気遣いや絆きずな（共助の力）ではないでしょうか。

◆津波でんでんこ

東北の人たちは、津波でんでんこと言います。津波がきたら一人ひとり一人でんばらばら（でんでんこ）に逃げる。これは一見、自助努力のように見えます。しかし、町中で避難をする人が、あちこちにもこちちにもでんでんばらばらに動くと、その姿に吸い寄せられるように、「あつ、逃げなきゃいけないんだ」

と一緒に逃げる人が増える。自助の振る舞いがじつは共助を喚起しているという部分が重要なのです。ベースになっているのは自助ではなく、絆です。ばらばらに動いていてもきつと互いに助かるといふ信頼関係です。それでも最後の最後、自助や共助を喚起して、みんなで頑張ったけれどもいのちを落とした場合には諦める。そして、悼む。そのための言葉が、津波でんでんこです。最初に諦観して、「しようがないでしょう、災害で死んでも」と言う人がいますが、それは単なる諦めで、つまり「何もしません」という宣言ですので誤解しないようにしてください。

では、こうしたことをベースにやっている防災の営みとは、一体何なのでしょう。

◆防災とは何か

東日本大震災で生き残った人たちは、「人が押し流されていく時、なぜ駆け寄っていくことができなかつたか」「本当

になすすべはなかつたのか、今でも夢に見る」と考え続けています。岩手県では地震が起きてから津波が来るまで、およそ30分～50分の猶予がありました。津波が迫ってくるまでの30分を活かすことができれば、あのおじいちゃんを助けられたんじゃないのか。平素から、あのおじいちゃんと一緒に避難訓練をしていれば、助かつたんじゃないのか。あらかじめ、できることを一緒に考えること。これが防災になります。私にもできることがあるはずだ。まず自分が助かれれば人を助けることもできる。私の振る舞いがみんなを幸せにして、みんなが幸せになることが自分の幸せにもつながっている。自助と共助が一つに溶け合う関係として考える。防災という営みや、地域おこしという営みを、別々の独立した営みとして考えるのではなく、具体的なみんなのこととして考え、自分ができることを具体的に考えておく必要があります。

◆「みんな」とは誰のことか

「Who are we problem」という議論が世界中でされていますが、みんなって誰でしょうか。常盤平団地では、その「みんな」が、それぞれの顔が浮かぶほど毎日茶話会をされていました。では、われわれが住んでいるコミュニティではどうなんだろう。自分の町内会に知的障がいの方は何人いるのか。それは誰なのか。その人はどこか施設に入所しているのか、通所しているのか。何歳なんだろう。「8050問題」と言いますが、80代の高齢の方が50代の障がいのある方やひきこもっている子の世話をしている。そういうケースがたくさん出てきています。一つのファミリーで困窮している。みんなというものを具体的に言い換える必要があります。

一人ひとり、状況や事情が違います。たとえば山田さん、鈴木さん、池田さん、近藤さん、誰でもいいんですけれども、もし、自分があなたの立場だったらどう思うだろうか、どうしてほしいだろ

うかと考えられるような関係性です。自分が津波から逃げ遅れたおじいちゃんの立場だったらどうだろうかと考えてみる。それが、防災教育のアプローチの仕方になっていくわけです。

防災という営みとは、具体的なあなたと私が日常的につながっていること。ここがポイントになります。みんなというものを抽象的に議論するのではなく、もう一度見つめ直したいと思います。

先ほど、行政は、孤独死、孤立死のガイドラインはあるが、定義付けをしていないというご指摘もありました。「災害対策基本法」では、「要配慮者」「要援護者」という言葉を使用しますが、メディアでは「災害弱者」という言葉を主に使っています。弱い立場の方々が、「みんな」の中にはたくさん含まれているのです。女性や高齢者、旅行者、情報弱者。子どもや妊婦さんや、障がいをお持ちの方やけがをした人、病気の人、それから、経済的に困窮している人も全部含めて、災害弱者です。

もうお気づきではありませんか。災害弱者でない人のほうが少ないのです。この日本において、われわれは誰しもどこかにハンデがあるわけです。ハンデがあっても、できることを探して支え合っていかなければならない。そういう時代を迎え、そういう社会に、われわれは生きているわけです。

◆よい情報の共有

多くのニュースは、悲しい出来事ばかりを強調して伝えていきます。ですが、「今月は、1軒も火災が起きなかった」という、うれしい情報を共有して力にできる関係性こそが地域力の根本なのではないかと思えます。災害の局面に照らして言い換えると、本当にいい情報とは、人々のところをくじくような、とんでもない被害想定をぶつけることではなくて、「よし、みんなでやってみよう」「災害に立ち向かってみよう」「直視してみよう」と思えるような、そういう情報の提供の仕方です。コミュニケーションを

媒介するものが、情報になります。よい情報、活力を生んでくれるような情報を、われわれはどうやって手にするのか考えなければなりません。孤独死を迎えた方々の課題も、もちろん直視しなければならぬけれども、ただそこだけを切り出しても問題の解決には至りません。

やはり、平素からの取り組み。その一つの入り口として、防災とか防火などの、いのちを考える課題を共有することだと思います。自分が孤独死を迎えないために防止運動をしようと言われても、その運動に立ち上がったりにない。でも、自分の振る舞いが、みんなの力になると分かっているならば、「よし、やってみようかな」と、そっと背中を押されたり、手を引かれたりする場面がたくさん出てくる。われわれは、そもそも社会的な存在であるということを、もう一度思い起こす必要があると思います。

(提言2終了)

前半まとめ

提言1では、孤独死の現状を踏まえ、社会の縮図とも呼べる団地という集合体の中で、住民同士がどのようなつながりが持てるのか、提言者が活動を展開する千葉県常盤平団地の事例を具体的にご紹介いただき、地域全体で高齢者や独居者を支えることができているのかという提言をいただきました。

提言2では、災害という極限状態が、それまであった社会のあり方を問い直す機縁になることが示されました。とくに自己責任という言葉は、平時においても、災害時においても、同様に用いられます。自己責任（自分の力）で災害に対応する自助だけではなく、自助がそのまま共助（たすけあい）となるようなあり方が重要であると指摘され、互いが互いに影響し合うコミュニティの可能性を提言いただきました。

次回は、二つの提言を踏まえたうえ

で、さらに登壇者を加え孤独死について考えるディスカッションの内容を報告する予定です。