

自死遺族支援の現況と課題 ——遺族側から見てくる自殺対策の問題点と要望

自死遺族ケア団体全国ネット 藤井 忠幸

I. 現状認識と現場での問題点

私どもの組織は、平成17年以来、約7年間、全国各地の自死遺族支援・自助活動グループの支援に関わってまいりました。

その主な活動内容は、自死遺族の方々のメンタル面のサポートと自助活動に資するスタッフ研修です。

この間、5年ほど前の自殺総合対策大綱の施行後、とみに自死遺族支援・自助の場で感じとられてきました問題等について、以下に述べさせていただきます。

「大綱」改定に際して、僅かでも何らかの参考にしていただければ幸いです。

【自殺対策の推進と自死遺族たちの苦しみ】

○「大綱」の施行後、全国各地で自殺予防・防止をめざす自殺対策キャンペーンが実施されてきました。

その推進を担ってこられました国や関係機関、団体、関係者等のみなさんのお働きには、まず心より敬意を表させていただきます。

○一方で、初めての不慣れな分野の活動であったことでしょうし、遺された遺族側にとっては、大変つらいキャンペーンが進展されてしまった、という側面もあったことは事実と言えましょう。そのことは、世間的にはあまり知られていないかと思われませんが。

○たとえばその具体例として、「身近な人の自殺兆候に早く気づくように！」とか「身近な人のうつ症状に早く対処するように！」、「断定調による、自殺の要因はこういうことです！」などの上から目線での訴え方は、無念にも遺されてしまった自死遺族側にとっては、かなり辛い、傷つけられる訴求の仕方でありました。

○自ら「いのち」を絶たれる方々の多くは、ごく身近な人たちにさえ気づかれないようにして逝ってしまう方々が圧倒的に多く居られるのです。

○そのような状況下で遺された遺族たちは、自責の念で自身を強く責め続けている渦中に、

それに追い打ちをかけるかのように、「気づかなかったこと」や「防げなかったこと」を、自殺対策側からもさらに責め立てられるように感じてしまうのです。

それはまるで、傷口に塩をすり込むかのように、弱い立場に追い込まれている遺族たちを一層、責め立てしまいかねない対応です。

2. 自殺対策行政に求めるもの

○自殺対策は本来、自ら「いのち」を絶ってしまいたいほど苦しみ、悩み抜き、追い詰められている人たちと、その苦しみや痛みを、同じ地場でともに苦しみ、悩み、悲しむ姿勢を大事にしていくことが原点ではないか、と私どもは考えております。

○そのような原点からすると、自死遺族の方々をさらに追い込んでしまうような呼びかけ方や態度は問題でしょう。それはひいては自殺防止側の活動においても、希死念慮者たちをも同じようにさらに追い詰めかねない要素となり得ましょう。

○したがって、自死遺族支援・自助活動の側からとしては、今後自殺対策の実施に際しては「いのち」の危機に窮している人たち（希死念慮者や自死遺族等）の苦しみをもとに分ち合い、涙し、苦しみ合う姿勢や言葉かけ、態度、スローガンに充分配慮され、決して上から目線で自殺対策を展開されないよう要望いたす次第です。

3. 今後の取り組み、課題など

自殺対策における今後の課題等に関して、自死遺族側の立場で体験してきた視点から、つぎのように要望させていただきます。

1) 自殺（自死）に対する偏見・差別是正への着手を

○自死・自殺に対しては、社会的風潮として一般的に、何か忌まわしいもの、特殊な人たちが行うもの、社会的な敗者・弱者、精神障害者等が陥る行為などと、誤解されることが多くありましょう。

○しかし、実際はそうではないのです。私どもの活動の一環として掲げてきた「自死者の名誉・尊厳回復宣言」^(注)で見られるように、自死者たちも最後まで真面目に生き抜いてきた方々が多いのです。

○関連法規や行政、団体間の調整により、自殺・自死に対するさまざまな分野での偏見差別の是正を促進していただけるよう要望いたします。

○その具体的な分野としては、自死遺族の人権や不動産の瑕疵担保、生命保険問題等については、自殺対策および自死遺族団体や法曹関係者等の要望を支持いたします。

2) 今後の自殺対策の課題についての要望——対処療法的対応と抜本対策の併用促進を

自死遺族支援・自助活動分野から感じとってきた自殺対策の課題として、つぎのような課題を要望いたします。

それは自殺対策において、水際作戦のような対処療法的な対応も大変重要な課題ですが、そのことと合わせて、自死者の減少に向けたより抜本的な分野への取り組みも合わせて実施されることを望みます。

その具体的な分野として、とりあえず次の2分野について要望いたします。

① 精神医療分野の改革と充実を

○身近な人の自死で遺されてしまった遺族のかなり多くの方々より、精神科医療への不満、非難、時に攻撃が激しくなされることをしばしば体験してきております。

○遺族側の無意識による他罰的な意図で自身の罪責感を減らしたいという心理作用がないとは言いきれませんが、その要素を仮に差し引いたとしても、医療関係者の方々にはまことに恐縮ですが、なおやはり精神科医療現場の問題は明らかにあると言えます。

○そしてまた、うつや希死念慮者の早期発見と治療機関への橋渡しを促進したとしても、この分野の改革なしでは、その効果は危やふいか、あるいは逆効果をもたらしかねないこともあり得ましょう。

○それはたとえばつぎのような分野です。

- ・ 治療者の資質向上に向けた施策の実施
- ・ 薬物治療分野の総点検
- ・ 精神療法分野の拡充
- ・ 診療報酬体系の改善 など

○診療報酬の改革等、関連省庁や諸団体等との調整が必要になってくると思われませんが、この分野に手をつけないままでは、抜本的には自死者の減少はおぼつかないのではないかと遺族支援・自助活動に関わっている立場としては痛感しております。

② 社会教育における「思いやり」精神の一層の啓発

○自死者数が年間3万人を超え始めた時期は、日本社会で新自由主義経済が定着し始めた頃とも言えましょう。

○経済効率性を優先することは、国際間の競争社会において大切なことであるのは言うまでもありません。そのことを否定するつもりはないのですが、ただその推進に際しては、予想されるその負の部分に対するさまざまな分野における丁寧なセーフティネットの補完システムの確立が不可欠であったと言えましょう。

○その整備を軽視したまま、効率性のみを優先した場合、敗者や弱者、ハンディを抱えた人などには構って居られず、自分のこと、自分の家庭のこと、わが職場などを優先していく社会的風潮が蔓延していくのは、当然の成り行きと言えましょう。

○そのように偏った、行き過ぎた効率優先社会では、あらゆる分野で人間性は歪められ、人間関係もますます貧弱化していくのは、やむを得ない傾向と言えましょう。

○「他人のことなぞ構ってられない！」という社会的風潮が、弱い立場に追い込まれた人や人知れず苦しみ悲しんでいる人たちを、冷たく社会から、身の回りから排除、疎外していくのは自然な成り行きかもしれません。

○そのような社会的風潮が自死者高水準の背景の一因になっているとも思われます。

○そのような効率性優先の社会を補完するセーフティネットの丁寧な整備や、人間味を、そして他者への「思いやり」を大切にしていく社会啓発活動をさまざまな分野で賦活していくことが、自殺対策上でも求められていると、自死遺族側からも感じられる次第です。

それらの改善、改革に向かっては、関連法規や団体間等との難しい調整が必要になってくるとは思われます。

しかし、自殺総合対策大綱の見直しに向けて、依然として毎年、無念にも遺されてしまい増大の一途をたどる自死遺族側の実体験、肌身で感じとってきた視点、展望等を、「大綱」

改定の際、少しでも活かしていただけますよう要望いたす次第です。

そしてまた、身の回りの「死にたいほど苦しみ、悩んでいる人たち」への「思いやり」は、何も特定の篤志家たちやグループ等に依存するだけでなく、私たちすべての国民に「時代」から等しく託されている大事な課題だと認識せざるを得ません。

そのような心弱り果てた時にさらに追い打ちをかけない「思いやり精神」は、自殺対策や自死遺族支援・自助活動に関わっている私たちにも等しく課せられている大事な原点であることを、ここであらためて自覚せざるを得ないと思っております。

⑨

【自死者の名誉・尊厳回復 宣言】

わたくしたちは、おのずから亡くなった人たちの人格の尊厳と名誉を守るために、「自殺」という言葉ではなく、「自死」という言葉を用い、次のように宣言します。

- ◎ わたくしたちは、自死をいたずらに推奨し、美化したりは決していたしません。
- ◎ わたくしたちは、自死者はいのちを大切にしなかったわけではなく、それぞれのかかえる問題でやむにやまれず、みずからの命を絶たざるをえない状況に追い込まれたのだと考えます。
- ◎ わたくしたちは、自死者の人格を非難、中傷、攻撃するような社会的風潮やいわれなき偏見・差別に反対します。
- ◎ わたくしたちは、自死者は繊細、純粹、心やさしく、死ぬまで精一杯努力し、まじめに生きてきた人たちであると思います。
- ◎ わたくしたちは、自死者の思いに寄り添い、祈り、かれらの生きた日々を心に刻み続けます。

NPO 法人グリーフケア・サポートプラザ

自死および自死者、自死遺族への偏見差別の是正をめざすプロジェクトチーム

協賛：自死遺族ケア団体全国ネット