

発言



南部 節子 全国自死遺族総合支援センター事務局長

「自殺」「自死」用語統一は慎重に

2004年2月11日午後9時34分、夫は新婚当時暮らしていた団地の見える場所で電車で飛び込み、自ら命を絶った。58歳だった。

「仕事ができません。まったくできません。どうしようもない。何でかわかりません……」という遺書を残した。私はその日から、「まきかーの自死遺族となった。夫は私に「死にたい」と一言も言わなかった。それなのに、なんで？」という思い。なぜ、自分は気づけなかったのか、

という自責の念に苦しみ抜いた。

しかしいろいろ調べると、夫は確固たる信念を持ち亡くなったのか、本当に死にたかったのか、という疑問が生じた。今まで完璧にできていた仕事ができなくなり、もがきながらどうにもできず、ただ苦しんで苦しくて、楽になりたいとの思いから死に至ったのではないか。その時の夫は、きっと思考が正常に働いていなかったのだと考える。こんな思いをする人を一人でも減

らしたいと、私は自殺対策の活動に

関わるようになった。「自殺」という表現を「自死」に言い換えてはどうかという議論がある。背景には、遺族の心情への配慮がある。確かに、「自死」という表現には過酷な現実がオブラートに包まれる印象があり、私自身も自分を自死遺族と表現している。また、島根県と鳥取県では今年、原則としてすべての公文書で「自殺」を「自死」に改めた。だが、このよ

うにすべてを「自死」とするのは反対だ。夫が「自殺」という過酷な手段で亡くなったことは、事実だからだ。

遺族の痛みのみならず、自殺念慮に苦しむ人、それを必死に支える人の苦悩も忘れてはならない。特に心配なのは、受け入れやすい表現にすることで、死に対するハードルが下がることだ。一度失った命は決して戻らない、そのことを痛切に知る一人として強く伝えたいのだ。

そこで私たちNPO法人・全国自死遺族総合支援センターは今年10月、遺族、未遂者やその家族、支援者と関わってきた経験から、表現には丁寧な使い分けが必要と考え、次のようなガイドラインをまとめた。

- ①行為を表現するときは「自殺」を使う(自殺防止、自殺のサイン、自殺未遂など)②「自殺した」ではなく「自殺で亡くなった」と表現する③遺族や遺児に関する表現は「自死」を使う。

自死は、その多くが追い込まれた末の死だ。「瞬間(点)」で起きるのではなくリストラや失業、うつ病などさまざまな要因が重なり「プロセス」で起きているとの理解が不可

欠だ。②は細かい違いだが、後者のように表記することで瞬間の行為であるという誤解を少しでも払拭できればと考えている。

まだまだ社会での自死・自殺への偏見は根強く、多くの遺族が死の事実を封印している現状には胸が痛む。私自身は、夫の死は隠すのではなく、むしろ語ることで自分も生かされ、亡くなった人も生かされたと感じることができた。誰にも起こり得ることとして自死・自殺への理解が深まることを切に望む。

……なんが・せつこ 2009年から現職。相談活動の他、各地で遺族同士が語り合う会の運営に携わる。