

全国自死遺族総合支援センター  
事務局長



なんぶ かつこ  
南部 節子

## 私の視点

投稿は〒104・8013(住所不要)朝日新聞  
オピニオン室(私の視点)宛caite@asahi  
.comへ。電子メディアにも収録します。

10年前、走ってきた電車に夫は身を投げた。家族を残し、自ら命を絶つことが、夫の人生最後の選択だったとは思いたくないし、到底思えない。夫の最期の行動をどのように表現するのが真実に近いのか、今でも考えない日はない。「自殺」を「自死」と言い換えては、という議論がある。「自死」というと、過酷な現実がオブラートに包まれる気がする。でも私は、すべて自死とすることに反対だ。受け入れやすい表現に変えれば、死へのハードルを下げかねない。特に、自殺が深刻化している若者への影響が心配だ。一度失った命は戻らない。そのことを痛切に知るひとりとして、言い換えは慎重にするべきだと強く訴えたい。私たちのように悲嘆や苦悩の極みに達する遺族を、もうこれ以上増やしてはならない。

自殺未遂をした人たちから「とても強く、黒く恐ろしいほどの大きな渦にのみ込まれるようだった。家族のことを考える余裕などまったくなかった。言葉にできない次元の瞬間だった」といった話を幾度となく聞いた。夫もどれだけ苦しかったろうかと思う時、過酷な現実から目を背けるわけにはいかない。

ただ「自殺」という表現が適切だとも思わない。昨年改訂された自殺総合対策大綱にも「自殺は、

## 言い換えより遺族支援を

「自殺」と「自死」

その多くが追い込まれた末の死」と書かれた。例えば「窮迫死」というように、過酷な現実を直視する言葉を検討できないか。

同時に、二人称の死、つまり大切な人の死を語るときは、関係者の間で広く共有されている「自死遺族」「自死遺児」といった表現を尊重してもらいたい。いまだに「自殺遺族」と表す行政やマスコミがあるが、これは改めてほしい。

そして何より、自死遺族への実務的な支援を強化してもらいたい。「自死遺族の4人に1人が自殺を考えたことがある」という調査結果もある。私たちのところには連日、孤立して心理的にも経済的にも追い詰められた遺族から、悲痛な叫びが寄せられている。支援の充実には、言葉の言い換え以上に、遺族を支え、自殺に対する誤解や偏見から解放することにもなるはずだ。

すべての遺族が安心して悩みを打ち明けたり、法的な相談をしたり、子どもの奨学金の情報を得て実情に応じた支援を受けられたりできる「遺族支援センター」を、国が主導して全国に作れないものか。自殺だけでなく、災害や事故、病气など、様々な理由で大切な人を亡くした時に、遺された誰もが孤立を強いられず、その人のペースで故人の死と向き合える共生社会を、皆でめざしたい。

※朝日新聞に無断で転載することを禁止します。