



京都女子大学 家政学部生活福祉学科

助教 吉川直人氏

「死」は「生」と同様に誰もが当事者でどちらも日常であることは、生命あるものの必然。

避けては通れない道に、例えば、聞くこと、知ること、語ること、考えることができる、心の拠り所となる場所があったら。

【デスカフェ】は「死」についてまわる暗さや禁忌のイメージを取り払い、ポジティブかつカジュアルに「死」を語り合う場所。そんな【デスカフェ】について研究を続ける京都女子大学家政学部助教の吉川直人さんは、「死について語ることで、生きる活力やモチベーションに繋がっていく」と語る。

2021年10月13日取材

Q: デスカフェの研究を始められるようになったきっかけをお聞かせください。

前任校である青森中央短期大学にいた時です。

大学の関連施設として特別養護老人ホームがあり、新たな地域交流としてのアイデアを求められた時に「デスカフェ」の取り組みを提案しました。

当時の青森ではまだ行われたことがなく、新しい世代間交流の場としてデスカフェの開催を提案した、それが初めて関わったきっかけです。

看取りを強化している施設で、包括の職員や緩和ケアの医師、また地域住民や利用者のご家族といった方々が集まる、大規模なデスカフェとなりました。

その後を訪れた栃木のデスカフェは、少人数で深い対話を行うもので参加者が5人以下という小規模なデスカフェでした。

同じ【デスカフェ】という名称でも規模の大小の違いだけでなく、色々なタイプがあり、この「場」と集まる「人」と「可能性」についてより深く調べることに価値があるのではないかと感じたことからデスカフェの研究を始めました。

Q: どのような活動をされているのでしょうか。

東京や京都、栃木から青森など、日本各地のデスカフェにフィールドワークを行いました。

若い人が多く集まる、とてもライトなタイプのデスカフェがあったり、また中高年層が多数というデスカフェもありました。

主催者についても僧侶や医師、葬儀社、図書館司書、特養の相談員や看護師などさまざまです。

それぞれが持っている「死」のフィールドというのは違います。

「死」のフィールドが違えば関わっている人も違う、また「死」に対する考えも問題意識も異なります。

ただ「死」の対話を開くといった一点では共通していて、それぞれが独自の実践をされています。

その状況を知り、主催者同士の結びつきや交流により、お互いの実践を参考にできたりシェアし合うことで、より良い活動になるのではないかと考えました。

そこでデスカフェの実践を紹介しあったり交流を行い、デスカフェを必要な人に届ける試みとして、【デスカフェサミット】をオンライン上で開催しました。

そういった形でデスカフェの実践やその効果について、フィールドワークやインタビューを行いながら研究していく中で、デスカフェという存在自体が新たな社会的資源になる可能性を秘めているのではないかと感じるようになりました。

例えば認知症カフェであったり子ども食堂などは、昔からあったわけではなく新たな時代状況に合わせたニーズによる草の根の実践でした。

これがカタチになり新たな社会資源になっていったように、デスカフェもそうした新たな社会資源の創出になるのではないかと考えながら研究を進めています。

Q:「死」をカジュアルに語るというデスカフェ。その内容を教えてください。

話したいという思いが強い人たちが集まれば、テーマをセットしなくても会話が広がっていくといったこともあります。

しかし、「死」についてカジュアルに語りましょ、さあどうぞ、といつてもなかなか言葉が出てこないものです。

「死」に対するテーマというのは多岐に渡るため、カードを使うことで対話の足掛かりを作るような進行であったり、実際にさまざまなタイプのワークが開発されています。

例えば死生観の対話を開くためのツールとなる〈もしバナカード〉や〈死生観光トラップ〉〈414(よいし)カード〉〈せぜばいいカード〉などカードだけでも複数あります。

またカードを使わないものでは、弔辞ワークや「死」をテーマにした絵本を使った絵本ワークなどもあり、多様な「死」の対話をより引き出しやすくするためのワークは、開発が進んでいるといった現状です。

やはり根元的な価値観である死生観や死に関することは、誰しもなかなか踏み込みにくいものですから、ワークやカードを使うことによってワンクッション置いた形式にすることで、対話が深まりやすくなる効果があると思います。

ですから、こういった形で行われるデスカフェも、「死」の対話のひとつの形態として大いに需要があると言えるでしょう。



Q:デスカフェの今後の可能性やいちばんの面白みはどこにあるとお感じですか。

参加する動機や目的は異なる方が多く、ただ気軽に話してみたいといった方もいれば、癒しを求めて来る方もいる。

また学びを求めて来る方もいるし、繋がりを求める方もいらっしゃいます。

例えば癒しを求めに来て学びを持って帰る

人もいれば、学びを求めに来て繋がりを持ち帰る人もいる、最初の動機とは異なるものを持ち帰るといったこともあると思います。

デスカフェの窓口は広く、また持ち帰るものも多様であり、それが更に新たな結びつきを生み出すことも特長的ですし興味深い点ですね。

また「死」の対話を開くといったこと自体、なんらかの審査や検定などはありません。

ただ知識とファシリテーション能力、「死」に対する問題意識を持っていて尚且つ場を開き運営するチカラが必要です。

そういったさまざまなハードルをクリアしないと、この「死」の対話を開くといったこと自体ができないわけです。

実際に今行っているのは「死」に対する専門性を持った方、葬儀社や僧侶、看護師や医師といった方々です。

例えば僧侶ならば檀家さんや葬儀の場に関わる方であったり、葬儀社であれば会員さんなど、それぞれの関わりの中でそれぞれの専門性や独自性を持って広がっていくことが面白みでもあり、大きな特徴と言えるでしょう。

現在はデスカフェ主催者同士のネットワークも広がっており、その中でお互いの問題意識や行っていることを参考にしあい、更なる広まりに繋がっていくのではないかと期待しています。

身近な人と話すことはもちろん、地域の他の住民とも話すことができれば、それが将来的には地域のケア力の底上げにつながるといった可能性もあるのではないのでしょうか。

Q 絵本を使ってワークされることもあるようですが、子どもの参加も可能なのでしょうか。

絵本を使った対話に関しては、大人向けに行っています。

絵本は子どものものでという概念でなく、大人が読むからこそ深いメッセージをより知ることができるといふ考えから、図書館司書の方が絵本の対話ワークを開発されました。

したがって今のところお子さんが参加されることはありません。

ただグリーンケア(深い悲しみから立ち直るための支援)という点については定評がある絵



本を選定して行っていますので、深く深く読み込んでいってそのメッセージというのを受け取って、そこから「死」の対話を深めていくと、こういった形態のデスカフェというのがありますので、これは開発された方が大人向けということでも考案されたわけですが、それを子ども向けといった形でアレンジして行うといったことは可能なのではないでしょうか。

Q 深い悲しみや、苦しみを持つ人が癒される場所というイメージでしょうか？

参加される方の中には癒しを求められる方もいらつしやいますが、デスカフェ自体はグリーンに特化したものではありません。

中にはカジュアルな内容のデスカフェに来られるとやはり、自分が求めていたものとは違うなと感じられて別のところに行かれる方もいらつしやいます。

しかしながら、ある程度の悲しみに対しては対話であつたりワークなどで癒しというものが少しはすくい取れることもあるのではないのでしょうか。

また深い深い悲しみというのは越えなければ、それでもまだ悲しみを抱えているといった方に対する癒しになるようなタイプの死の対話もあります。

5年経つても10年経つても、自分の中で消化できていると思つても、やはり心の奥底に悲しみが残つているということも当然あると思います。

デスカフェで自分の看取り体験であつたり死別体験について語るとき、それらはすでにある程度言葉として話せる状態にはなつていて、でもそれで完全に癒されるというわけではありません。

しかし自分の死のものがたりをシェアし合うことで、今の「生」を見つめるということにながついていくものと考えています。

Q 滋賀県が設置・開催する『死生懇話会』について、率直な感想をお聞かせください。

こういった取り組みが進んでいくことがより望ましいと考えております。

デスカフェはあくまでも個人での取り組みといった形になりますが、公的な機関がそうした取り組みを行うことによつて、よりこの試み自体に意味があるという担保となり、開催する人にも参加する人にとつても後押しされることにつながると考えられます。

「死」の対話を望む人や話してみたい人、考えてみたい人に対して、それはおかしなことではなく、ごく自然で意味のある事なんだよという後ろ盾になるような試みなのではないでしょうか。

例えば特別養護老人ホームなどの公的施設や公共の図書館などのデスカフェなども、公的な取り組みとしてより進んでいけば「死」の対話というのをもっと広がっていくのではないかと考えております。

Q. コロナショックによるデスカフェへの影響はありましたか？

デスカフェの試み自体はコロナ以前から行う人も参加する人も増え、拡大していました。コロナ禍における一番大きな変化は、国内に限らず海外でもデスカフェがオンライン形態で行われるようになったことです。それによって今まで参加できなかった人が参加し始めた、入り口が更に広くなったといったことは言えると思います。

対面で行われるデスカフェに興味があっても物理的にその場に出向くことが難しかったり諦めざるを得なかった人も、オンラインなら参加してみようかなといった声も聞かれます。

参加される方の中にはコロナ禍において「死」について考える機会が多くなったので、参加してみたという方もいらっしゃいました。

きっかけはそこにあつても、その後通常の「死」の対話、死生観であったり死に対する価値観や、自分が死を迎える時の大切なものといった、深いところでは変わらない「死」のテーマという話にシフトしていくのではないかなと思います。

Q. 多死社会に向かつていく中で、デスカフェのあり方をどのようにお考えでしょうか。

デスカフェ自体の広まりには、多死社会という大きなキーワードがあると考えています。

「死」に触れる、考える機会が多くなつていき、看取りの場なども変化していきます。

また独居、核家族という、可能な限り死とは切り離された日常を送っているいわゆる「普通の暮らし」の中で、ある日突然身近な人または自分の「死」に向き合ったり関わることになった時、一体どうすればいいのかとなるのは必ず、まず考えておくことが必要だということに行き着くわけです。

終活やエンディングノートなどもブームになりましたが、それが必要な取り組みだったと思います。

これらは、事務的な終わり方、終わらせ方の話が多く、根源的な自分の価値観や死生観などと深く向き合ってみることは違うアプローチかなと思います。でもそこから更に「歩進んだ」というのは、やはり対話の中でしっかりと向き合えないとできないのではないかと考えています。「死」についての対話ができる新たなコミュニティがあるという、ひとつの心のサポートとしてデスカフェの存在意義があるのではないのでしょうか。

ただ「死」について考えたり対話することは大切な試みですが、強制されるものではないということが大きなポイントです。

全ての人が最終的には「死」に向かつていくわけですから、「死」について考えることや対話することを当たり前のこととして認識される社会であつていい。求める人が望む時に考えた話しすることができると、そのひとつとしてカジユア

ルな対話の場がある、ということですが。ただし批判や否定や強制されることがない、ということが大前提です。価値観や人生観は人それぞれですから。多様な考えに対応する窓口の広い社会、それが誰にも優しい世界への第一歩となるのではないのでしょうか。



Profile

京都女子大学
家政学部生活福祉学科 助教

吉川 直人 氏

日本福祉大学院 社会福祉学研究科
社会福祉学専攻 修士 (社会福祉学)

専門である高齢者福祉の数多くの現場を経て、死も視野に入れた福祉の必要性を実感し、デスカフェの調査研究に着手。

2020年9月には「デスカフェサミット」を企画開催するなど、デスカフェの更なる発展とネットワーク構築のために奔走する。