

OPINION!

保健師さんへ

保健師さんは、人と人との絆をつなげていくうえで一番必要な人です。

現代は「無縁社会」と言われ、新聞やテレビでは連日のように自殺や孤独死のニュースが流れている。私たちはもう他者との「縁」を必要としなくなってしまったのだろうか。数百人の患者さんを看取り、「いのち」にかかわる活動をしている中下さんに、日本社会の行く末について伺いました。

明治大学非常勤講師
寺ネット・サンガ代表
葬送支援ネットワーク代表
真宗大谷派 僧侶

中下大樹さん

聞き手 編集部

人を切り捨てる社会

中下さんは貧困や自殺対策への取り組みをされていますね。

中下 現在日本では、自らの命を絶っている人が13年連続で年間3万人以上います。自殺者の7割が中高年以上の無職者で、生活困窮者です。もちろんうつや家庭問題などさまざまな要因はあるものの、貧困というキーワードは見逃せません。これは個人の問題ではなく、社会全体で考えていくべき問題です。

自殺対策を推進していくうえで、二つの方向性があると思っています。一つは政治主導。社会システムとして国が対策を講じると同時に、我々民間人からの政策提言をしていきます。もう一つは無関心や偏見を払拭していくための一般の人たちへの啓発活動です。

まな自殺対策を立てていきましたが、ご存じの通り、あつという間に総理大臣が代わってしまつて、頓挫している状態です。一般の人たちへの講演活動もこの後に何度か行っていますが、自殺

しかしながら、両方ともそう簡単には進まないのが現状です。昨年は反貧困ネットワークとNPO法人自殺対策支援センターライフリンクと協力して「自殺と貧困から見えてくる日本」を

企画し、当時の鳩山由紀夫首相や福島みずほ内閣府特命担当大臣らにご出席いただき、シンポジウムを実施しました。鳩山政権では、「いのちを守る自殺対策緊急プラン」を策定し、さまざま

「死」に光をあてることで、

「生」について考えるきっかけになって欲しいと思います。



PROFILE

●なかした・だいき●

大学院でターミナルケアを学び、真宗大谷派住職資格を得たのち、新潟県長岡市にある仏教系ホスピス（緩和ケア病棟）にて末期がん患者数百人の看取りに従事。退職後は東京に戻り、超宗派寺院ネットワーク「寺ネット・サンガ」を設立し、代表に就任。寺院や葬儀社、石材店、医療従事者、司法関係者、NPO関係者等（正会員80名）とも連携し、新宿歌舞伎町に事務所を構え、「駆け込み寺」としての役割も担う等、「いのち」をキーワードにした様々な活動をする。現在、在宅ホスピスケアにかかわりつつ、自殺問題や貧困問題にもかかわる。明治大学他、いくつかの大学や専門学校で非常勤講師も兼務。

はまだ社会的にタブー視されている側面があり、反発を示す人が少なくありません。実際バッシングもありました。先日NHKの職員に聞いた話ですが、一昨年、東京・日比谷公園の年越し派遣村の映像を流したときに、村民がたばこを吸っている映像が流れました。それに対して一般の視聴者たちからクレームの電話がかかってきたそうです。「あいつらたばこなんか吸って、国の税金使って甘やかすんじゃない」と。つまり、自分よりも劣っている人に対して攻撃することによって自分のアイデンティティーを保っているわけです。そして社会全体が臭いものに蓋をしろ、こういった話題はできれば見たくない、聞きたくないという風潮です。こうした問題を直視するよりも切り捨てて、それよりお金儲けして豊かになったほうがいい。死にたい人も住む場所がない人も自己責任。他人に思いを馳せるといふ余裕を失っているの

のころから家族のあり方が壊れ始めていると感じていたので。患者さんにチャノーゼが現れて危険な状態になった場合はご家族に連絡を入れますが、夜中に電話をすると、「一体何時だと思ってるんですか」と言われてしまう。臨終のとき、家族が集まっていても、「おじいちゃん」「おばあちゃん」と言っていて泣く人がどれだけいるかと言うと、それほど多くない。周りに家族がいたとしても、「孤立」は存在するのです。残念ですが、もう「サザエさん」のような家族をこの国に求めるのは難しいでしょう。

—家族の愛情がなくなってしまったというのでしょうか。

中下 必ずしも愛情が持てなくなったわけではないと思います。周りの家族に余裕がなくなってしまったのではないのでしょうか。長岡西病院の周辺では、

が今の日本人です。

経済的にも、心にも余裕がなくなっていました

—なぜこのような社会になってしまったのでしょうか。

中下 戦後日本教育の責任が大きいと思います。お金持ちになれば幸せになる。地位や名誉があれば幸せになるという価値観を植えつけてしまった。この場合の幸せは物質的な豊かさです。目には見えないけれど尊い「人と人とのつながり」をないがしろにしてきた結果、つげが回ってきたのだと思います。無縁社会、孤独死、子どもの虐待も根底は同じです。

私は「葬送支援ネットワーク」という、さまざまな宗派の僧侶や葬祭業者と協力して、生活保護受給者や、ホームレス状態の人が亡くなった場合に弔いをする活動をしています。この

04年の新潟県中越地震の被害を受けました。入院している患者さんの家も崩壊して、仮設住宅に住んでいる家族の方々もたくさんいました。よくよく話を聞いてみると、自分の父や母のこと

は嫌いではない、だけど自分の家もないし、お金もない、お墓もない、死んでも葬式もあげられない、というのが残されたものは今を生きていかなければならない。いっぱいいっぱいなんです。一概には責められないと感じました。

私はこのような状況を現場で見えてきて、家族の人を含めたフォロワーが必要だと考えました。しかしどんな職業でも一つの職業で限界です。いろんな職業の人がチームを組んで取り組むのがいい。そしてワンストップサービスのようない、一つの窓口でさまざまな問題解決の糸口がつかめるシステムがあればいいと考えたのです。そこで、「寺ネット・サンガ」という、現代の駆け込み寺というべき「いのち」をキーワードにした包括的なネットワークを立ち上げました。私は僧侶なので、仏教のことしか分からないけれども、パイプ役はできる。疼痛で苦しんでいる人が



いたらペインコントロール専門のドクターを紹介したり、遺産相続や多重債務の件で悩んでいる人がいたら弁護士を紹介したり、同じ志を持っている医療、司法、行政、あらゆる職種の人たちとネットワークを作って、スクラムを組んでやっています。

第4の縁をつくる

―「寺ネット・サンガ」への相談件数はどのくらいあるのでしょうか。

中下 年間2000件くらいの相談があります。このうち自殺に関する相談が80〜100件あり、それらの葬儀にも立ち会ってきました。ご遺族の話を聞いていると、亡くなる数カ月くらい前から兆候が現れる場合もあります。このとき精神科に受診してうつ病の薬を飲んでいれば、このとき生活保護を受給していれば死なずに済んだのに、

なり、お互いに話し合える人がいないことが問題だと思います。

―家族、隣近所、会社の縁が崩壊しつつあるなか、絆を取り戻すにはどうしたらよいのでしょうか。

中下 それに代わる新しい縁、第4の縁をつくるのが一番の課題です。国として政策を掲げていくと同時に、目に見える関係の中で分かち合いの会をつくっていく必要があります。10人くらい集まる小さな集まりでいいのです。誰にも言えないことでも、第三者には言えることもあります。私は自殺で家族を亡くした方限定の会を毎月行っています。誰しもいつか家族を亡くす経験をしますが、自殺は特殊なケースです。ただでさえ公にできないし、偏見やいじめもある。会では、ここで聞いたことは口外しない、悲しみを比べることをしない、相手の批判を

と思うことがあります。

電車に飛び込んだ10分前にはハローワークにいた人もいました。バッグの中には履歴書が20通入っていました。最後の最後まで仕事を探していたのです。「だめなお父さんで「ごめんね」と遺書に残して亡くなった人もいます。男性のほうが女性と比較してSOSを出しにくい傾向にあるようです。男は弱音を吐けないという暗黙のプレッシャーがあるんですね。それに加えて人間関係が希薄に

しない、というルールを決めて、2時間の中で安心して自分の思いを語ってもらいます。このほかレスパイトケアの一環として介護している人たちの集まりや一人暮らしの高齢者の交流の場、会社員なら会社から家に帰るまでの、何か居心地のいい場所など、さまざまなコンテンツを作っておくべきだと考えています。もちろん人と会うよりネットでつながっていたいと思う人もいます。それはそれで一つのコンテンツとしてあっていいと思います。でもやはり手をつないだときの温もりであったり、人の優しさ、声、手紙の筆跡はバーチャルな世界にはないものです。

「葬送支援ネットワーク」では合同墓地を作っています。これは知らない者同士が一緒に手を合わせる事ができる場所です。無縁を縁として新しい縁をつくっていきましょうというものです。タブー視されてきた死に光を当てること

によって、皆で生を考えていくきっかけになってほしいと思います。

保健師さんは住民や政策提言のパイプ役に

―包括的なネットワークの中で保健師さんの役割も大きいと思うのですが。

中下 これからの時代、保健師さんの役割は必要不可欠です。地域包括支援センターや社会福祉協議会も限界がきていると感じます。孤独死問題にしても個人情報保護法の壁があつて動きようがないのが現実です。そこで保健師さんが入ってうまくパイプ役になって情報を伝えたりしてくれば、随分風通しがよくなるでしょう。それから政策提言ができる人は頭はされるけど現場を知らない。現場を知っている人は文章が苦手だったりするので、両方できる人はめつたにいません。保健師さんは政策提言できる官僚や学者さんた



ちと現場をつなげるパイプ役になれる人です。間違いなくこれからの社会、絆をつなげていくために一番必要な人です。

命のバトンタッチ

—中下さんは、なぜ人の命にかかわる活動をされるようになったのですか。

中下 私は母子家庭で育って、父親は、生きているのか死んでいるのか今となっては分かりません。母親は今でいう育児放棄で、私は親戚の家を転々となりました。預けられた先の叔父さんが自宅で習字教室をしていたのですが、教室で首を吊って亡くなったのです。子どもながらに人の生死についていろいろと考えました。私はお寺の子ではありませんが、出家したのもやはり命の問題について一生向き合いたいと思ったからです。中学を出てからは毎

しめられたような感覚が一度でもあれば、それがもう会えない人だったとしても、生きていけると思うのです。命にかかわる社会的な運動をはじめたのも、この出会いがきっかけです。

援助職の人の働きやすい環境を

—人のために力を尽くされるお仕事は、大変ではありませんか。

中下 病院に勤めていたとき、看護師さんをはじめとした医療従事者のケアが必要だと感じました。実はお医者さん、弁護士さん、学校の先生、ソーシャルワーカーなど、「先生」と呼ばれている国家資格を持っている人の自殺が結構多いのです。看護師さんも多い。今の時代は成果主義で、完璧を求める社会です。私はこれからの社会は、すべての人が「許す」心を持つことが重要だと思っています。人間は完璧では

朝3時に起きて新聞配達をしながら学費を稼ぎ、高校、大学、大学院まで行って住職の資格を取りました。そして新潟の長岡西病院に就職したのです。20代で就職して間もないころ、身寄りがなく生活保護で暮らしていたおばあちゃんの看取りに立ち会いました。息絶え絶えのときに、私の顔を見て、手を出さずですよ。私がおばあちゃんの手を握ると、何か言いたげなので、おばあちゃんの口元に耳を寄せました。そうしたら、かすれるような声で、「人の痛みの分かる人になってね」と言ったのです。涙が止まらなくなりました。今思うと何であんなに泣いたのかなと思う。そのとき、命のバトンタッチをもらったような気がしたのです。「私は死んでいくけど遠くから見守っているよ」「忘れないよ、ありがとう」と言われた気がして、うれしかった。看取りをやっているとつらいことや苦しいこともあるけど、やってきたことを

ありません。自殺問題や年越し派遣村の映像でバッシングする人もしかり、家族の死を嘆くことのできない人もしかり、皆が心に余裕がなくなっています。人に優しくする、許すためにはその人自身も愛されて、満たされていないと無理です。ですから私は、とくに人を支えている人たち、保健師さんや看護師さんたちが仕事をしやすい環境をつくっていく、レスパイトしていくことが、実は一番重要だと感じています。自殺対策で100億円用意するより、リフレッシュ休暇を設けるほうが即効性があるんじゃないでしょうか。そうすれば明日からまた努力しようという気持ちになれます。それぞれが少し肩の荷を軽くして、ゆとりを持つようにすれば、少しずつ世の中は変わっていくかもしれません。私は「がんばれ」という言葉は使いません。その代わり、「がんばってるね」と言います。こう言われると、いつも



自殺と貧困から見えてくる日本 レポートブック

编者 反貧困ネットワーク／NPO法人自殺対策支援センターライフリンク
発行 ビサイドWi's出版サービス
<http://book.be-side.net/>

本の収益の50%は編者が展開する貧困問題対策、自殺問題対策の活動費にあてられます。

初めて認められた感じがしました。今も見守られているような安心感があります。人間というのは、こういう抱き

見守られているような、温かい気持ちになりませんか。

寺ネット・サンガ=<http://teranet.web.fc2.com/index.html>
葬送支援ネットワーク=<http://www.sousou-shien.net/>
いのちのフォーラム(中下さんの活動紹介) =<http://www.inochi.or.jp/>

編集部から

中下さんは名プロデューサーだ。職業や宗教の壁をとっぱらい、固定観念にとらわれず、次々と新しい発想を生み出していく。こうした活動が功を奏して、政府も無縁社会に本腰を上げ、「一人ひとりを包摂する社会」特命チームがスタートした。「情熱は必ず人を動かす」。彼の言葉だ。