

その名を呼べばこたえて！
笑顔の声はありありと
今なお耳にあるものを
おもいは胸にせきあげて
とどむるすべをいかにせん
溢るるものは涙のみ

梅花流詠歌「追御和讃」第一番の歌詞である。ご葬儀等の折この曲をお唱えする機会が多いと思う。私はお通夜の席ではしば唱えさせていただく。しかしそこに集まった方がたの悲痛な表情、ご遺体に触れて涙する姿を見ると、喉が詰まってしまひ、なかなか納得のいくお唱えができない。私たち宗侶は常日頃、檀信徒さんの他界後に枕終、運夜、火葬、葬儀というプロセスの中で、故人のご家族、ご親族、あるいはご縁のあった方がたと接する。そして形式に従い、儀礼を執行していく。

月命日に必ずご供養に何っている信徒さんの中で「一周忌を過ぎててもなお、納骨する気持ちになれない」「死後五年以上過ぎているのに、いまだに墓に行けない」という方が居る。世間話には花を咲かせることができるのだが、大切な部分には手を差し伸べることができていない。今もなお、その状態が続いており、わが無力さを痛感している。「儀礼の執行のみでは癒されない遺族の苦痛。それを証明しているのかのように思える。

そのような現場に居る私は、私たち宗侶は、ご遺族とどう関われば、ご遺族の苦痛に寄り添い、苦しみから安楽へ導くことができるのか。どんな言葉がけをしたら良いのか。今回は「遠旅外来」を開いておられる大西秀樹医師よりご指摘いただいた。
あまんず 慈道

あまんずの③「遺族外来」のある病院 前編 ダイアローグ

今回「あまんず」飯島は、「遠旅外来」を設置して死別したご遺族へのケアに取り組む埼玉医科大学の大西秀樹教授の元を訪れました。医師と僧侶が語る「現代の死」の周辺にある問題とは？

埼玉医科大学国際医療センター精神腫瘍科教授

大西 秀樹 樹 先生

1960年、兵庫県生まれ。横浜市立大学医学部卒。神奈川県立がんセンター精神科などをを経て、平成18年より埼玉医科大学精神腫瘍科教授となり、翌年より環境、専門は精神腫瘍学、老年精神学、緩和医療学、リエゾン精神医学、死生学、日本サイコソマトロジー学会常任世話人。

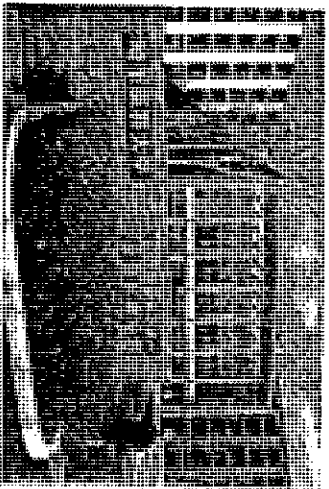


飯島 恵道 先生

長野県松本生まれ。尼寺育ち。曹洞宗として長年修行を続け、僧侶として活躍中。あまんず(amans=ama(尼)+ns(ナス、誓願師))として活動中。

遺族が直面する苦悩

飯島 先生は「遺族外来」で、家族ケアに取り組んでいらっしゃると思いますね。患者さんの大西 それを中心課題ですね。患者さんのご家族、ご遺族は、切っても切りはなせない一単位と考えています。飯島 家族が病んでいると、看病しているものは自分の時間を取られるという現実にあつて、そこで自分を追い込んでイライラしたりする。それは仕方のないことだと思います。僧侶の仕事はご家族、ご遺族と接することが多いのですが、大切な方を亡くされた後のご遺族に気持ちを知らせて臨めば、もつと良い関わりが出来るんではないかと思えます。そこで、私たち僧侶と同様に話を伺いたいと思います。患者さんの大西 まず、死別の悲しみが一番ですけれども、どこに相談にいってたら良いのか分



埼玉医科大学国際医療センター
〒350-1296 埼玉県日高市山根1397-1
電話 042-984-4111(番号案内)
http://www.saitama-med.ac.jp/kokusai/index.html

からなかつたというのが多いですね。あと、は下ラブルの相談も多い。
飯島 トラブルですか？
大西 葬儀の後、親族間や周りの人とのトラブルが多くなりますね。これらの人々をいかに慰めたいか、多分お坊さんも経験していると思いますが、親族間でも同じお寺、同じお坊さんで別々に法事をやるケースですね。「お坊さんもたいへんだな」と思いついて見ました。実は「笑」。そういったトラブルは患者さんの死後急に現れてきて、ご遺族はそれで戸惑う場合もあります。だから遺族外来では悲しみを聞くよりも、まず下ラブルに対応をします。それが解決した後、喪に服す状態になつてきます。遺族外来のコツはそれかな。つて思っています。

飯島 私も昨年、東堂を送りました。主に世話をしていたのが七十代の住職なんですけれども、やはり後悔はつきりというか、あれもしてあげれば良かったか色々出てきてしまつて、でも、一生懸命介護したにも関わらず、どこからか「私たちが東堂を虐待していたとかいいう話が出て、「何で他人にこんなこと言われなきゃいけないのか」と、ひどく落ち込んだ時期がありました。家族だから、多少は言い合います。大西 それも遺族外来のテーマの一つで、自分としたケアは、もしかしたらたくさんた人に対して良くなかつたんじゃないか、つて後悔がすごく多いです。私は医者としてその話を聞いて、特に問題がなければ

死別したご遺族の六人に一人はうつになるんです。(大西)

社会はもつとご遺族の悲しみを理解しなければいけませんね。(飯島)

じやなく宗教者もやるべきだと(エドサイ
ン・シユナイアノ※)は唱えています。
これ実は三十年前の本でそう言っているん
ですよ。

飯島 三十年前ですか(驚)。なかなか進
んでこなかった領域なんですな。何故で
しょうか?

大西 私は、社会が右肩上がりだったから
じゃないかと思つています。死が隠される
ようになってきたんですよ。経済発展の
ようになつたじゃないですか。経済発展の

間は、我々精神科医やお坊さんばかりで
脇にいた存在ですよな、どちらかという
来で突然「先生、電車

が飛び込む道具に見え
るんですけど」と言い
ん。確かに、遺族外來は収益性を考えると
出したので診察したと
そんなに良いわけじゃないんですよ。でも、
医者自身もいずれば死にます。その時に今

いたので、直ちに治療
まで自分かしてきた医療を自分がされた
かどうかが、考えれば分かんと思つんです。
我々自身も常に死を考えてないといけな
いんですよ。死生観がないとね。治療はかり

のは遺族外來のメリッ
トの一つですね。やは
飯島 やはり大切なのは、患者側の立場に
立つて考えるとか、私たちがあれば檀信徒
ぐために、ご遺族の防

り「第一の死」を防い
ぐために、ご遺族の防
問題に我々精神科医が
取り組んでいかなけれ

ばいけません。ポストベン
ション(後治療)つて
概念があります。宗
教関係者がやるのもこ
れと同じではないで

しょうか。治療と言つ
ても別に医療者だけ
ルニア大学(UCLA)の名譽教授。

※田宮の Symposium 一九一八年
生まれ、心理学博士。死生学の權威で、
一九五〇年にロサンゼルス自殺予防セ
ンターを共同設立し、所長を務める。その後、
国立精神保健研究所および自殺予防研究セ
ンターの主任等を歴任。一九六八年に全米
自殺予防学会を設立する。現在、カリフォル

れば問題ないですよ。つてしつかり患者
さんに伝えます。これはすごく大事なこと
ですね。私は「外野」つて言ってるんです
けれども、ご遺族はその外野の人たちの意
見に困らされるんですよ。お線香を上げに
来た人に「お前のせいで死んだんだ」つて
言われた方がいます。ひどいですよな。本
来守られなければいけないご遺族に対し

て、罵倒するような言葉を投げつける人が
います。それから、よく自分の都合を優先
する人がいますよな。葬儀の席順が後ろ
だったから謝罪に來い、とかね(笑)。あ
と花輪の位置が外だったとか。自分の見
栄が優先してご遺族を貶める言葉を使う。

今、ご遺族から聞いているのは、医療関係
者や外野の人に何を言われて嫌だったか。
そうするといつぱい出てくる。それを元に
「ご遺族に」言つてはいけない言葉集を
作らなければいけないと思つているくらい
(笑)。

飯島 私の所にも、お坊さんがお葬式の時
にこんなことを言つたから落ち込んだ、つ
ていうご遺族の相談が持ち込まれます。
やつぱり私たちが気をつけなければいけな
いんだけど、社会全体として遺族への理
解が進まなければいけませんね。

大西 その通りです。社会全体でご遺族を
労い、保護しなければいけません。ご遺
族は悲しいものなんだよ「死別とはつら
い体験なんだよ」つていうことを分からな



あまんずのダイアログ④ 「遺族外来」のある病院 後編

前号に引き続き、あまんず、飯島と埼玉医科大学の大西秀樹教授の対談をお送りします。
遺族のケアを通して医療と僧侶とが連携する、その事例とは？

埼玉医科大学国際医療センター精神腫瘍科教授

大西秀樹 × 飯島恵道
おおにしひでき × いいじまけいどう

1960年、兵庫県生まれ。横浜市立大学医学部卒。神奈川県立がんセンター精神科などを経て、平成18年より埼玉医科大学精神腫瘍科教授となり、翌年より現職。専門は精神腫瘍学、老年精神学、緩和医療学、リエゾン精神医学、死生学。日本サイコオンコロジー学会常任世話人。

長野県松本生まれ。尼寺育ち。看護師としての経験を生かし、医療と宗教の領域を横断する「あまんず (amans=ama<尼>+ ns<ナース、看護師)>」として活動中。



ケアの対象に寄り添うとは

飯島 尼寺には、あまり知られたくないご葬儀の依頼がくることがよくあって、そういう時にどんな一言がどう響くかって全然判断できずに、早速お経を挙げ始めてしまふということがよくあります。

大西 ああ、言葉の問題ですね。言葉は私もいつも気にしています。死亡確認をそのまま告げる時もあります。思いつかない時はしゃべらない方が良いでしょう。それを我慢出来ずに「がんばって。あなたがしっかりしなきゃダメよ。」って逆に遺族にとってつらい言葉を吐いちゃうとダメですね。エリ・ヴィーゼル(※1)やヴィクトール・フランクル(※2)の足跡を読むと、別に言葉はかけられないけど、ドアを開ける絶妙のタイミングとか黙って抱きしめるとか、「寄り添う何か」の記述がよく出てきます。意外と言葉じゃなく行動なんです。

飯島 基本的に守りたいという強い気持ちがあって、そこから知恵がその場その場出るんですね。ハウトゥー (how to) があるわけじゃないですね。

大西 そういった先駆者たちの失敗集や成功集を読んでいくのも良いと思います。教科書には「傾聴して受容しろ」ぐらいしか書いてない(笑)。「スピリチュアルな部

分を何とかしろ」とか言われても分からないですよ(笑)。

飯島 確かにそうですね(笑)。

曹洞宗の青年会も被災地のボランティア活動を活発にしていますけど、そういう中で学んだことや体験談、成功とか失敗を伝えていくのが良いんでしょうね。

大西 家族や遺族のケアは、一番困っている時にすぐ動くというのが最大原則です。その前提として、病院も開放されてなくて行けません。「いつでもどうぞ」って。例えば遺族外来に予約の希望があった時は、なるべくその週のうちにやるようにしています。その方が効果的です。「早く診察が受けられてよかった。三ヶ月待ちって言われたら、申し込んだ当時の辛いことも忘れやすよね。」と遺族が言っていました。その意味では、予約の時点で半分診察は終わったようなものなんです。

飯島 葬儀の場で葬祭業者がすぐく流行ってきたのも、お坊さんが咄嗟の対応が出来なくなったからだと思います。

年回忌供養と記念日反応

飯島 お寺が遺族と関わっていくのに、まず亡くなってから四十九日の間、七日毎のご供養があります。その七日毎に四十九日の旅を守って下さるような仏さまが配されています。そして百ヶ日は卒哭忌と言って「嘆き悲しむのを卒業する」という意味で、亡くなられてから百日ほどたつたら、遺族も悲しむのを止めて社会に出て行きなさいよ、ということだと私は解釈しています。その後、年忌ごとにご供養していきます。

大西 そういう年回忌法要のすすめ方は、良く出ていますね。今の日本人はこれを忘れたからいけないんだと思うんです。記念日反応(命日反応)といって、亡くなられたその一週間後、例えば金曜日に亡くなったなら、毎週金曜日をご遺族は思い出して、何か反応が起きるんですよ。私は一周忌や三回忌が近づいてくると、ご遺族に「この日、この月はダメだから休んでください。予定を入れないで」って言うんですよ。ご遺族を心理学的に判定する時に、十二ヶ月目ってやらないんです。十三ヶ月目なんです。十二ヶ月目だと記念日反応で具合が悪くなるから。だから命日の月は仕事のペースも落として、休んだ方がいい。昔の日本人はそのことをよく知っていたんでしょ。これは精神医学的にすごく意味があると思います。

遺族ケアとお寺の今後

飯島 お坊さんが遺族との関わりの中で、どういう時にどう注意した方が良いでしょう、っていう具体的なアドバイスをいただきたいの

年回忌法要や月参りは、精神医学的にすごく意味があると思います。(大西)

僧侶による遺族ケアの場になるかもしれないですね。(飯島)

ですが。

大西 お坊さんも、年回忌法要の前にご遺族とお会いすることがあると思いますが、「この月は休む月です、しっかりお休み下さい」として予め言うのが良いんじゃないでしょうか。我々と同じことだと思います。そうしたら「お坊さんの言った通りだ、休んで良かった」と言ってもらえると思います。私も「先生の言われる意味が分かりました」と言われることがほとんどです。私のような医師や遺族外来は全国的にも少ないですが、絶対的な人口はお坊さんの方が多いわけだから、我々と同じような役割を地域でしていただけだと思います。

飯島 確かに、お寺は地域のどこでもありますね。

大西 初めにも言いましたが、ご遺族になって、どこに行つて良いか分からないって言う人が多いんですよ。ここでは「遺族外来」という看板を出していますが、精神科だと少し行きづらい。そこをお坊さんや宗教関係者の人たちが医療と連携をつけていただいて、もし何か相談があった時に、我々がやっているんだと打ち出せると

良いですね。お坊さんに話して、

それでもまだ気分が滅入ったり病的なところがあれば、私どもが担当するという形になればと思います。

飯島 そうですね。私も看護師として緩和ケア病棟で働いていた時に、お坊さんに申し送りしたい場面が結構ありました。ご家族はこんなに疲れちゃっていますから、お坊さん後のフォローをお願いします、って言いたくなって感じたことは多々ありました。うちには毎月命日の日はお参りに行きます。尼僧にはそれが日常的なお務めですね。お陰で休む暇もなくて結構たいへんですけど(笑)。

大西 それはすごく良いと思う。さっきの記念日反応の点から言っても、命日にお坊さんが来てくれたら絶対うれしいと思う。

飯島..ただ、尼僧さんの数自体が減っていて、だからそういう細かいところで寄り添える活動がだんだんと減ってきてはいるんですね。

大西 どのくらいいらつしやるんですか？

飯島 曹洞宗は百人くらいですかね。しかも高齢化が進んでいるの

で。

大西 尼僧さんになられる方は少ないんですか？

飯島 まず髪を切らなきゃいけないから。それだけですごく決意が

習上)結婚もしてはいけません。宗派にもよりますけど。いづれにしても男僧でも尼僧でも、毎月のご供養をしてくれる人が増えれば、訪問系の遺族ケアが出来るのかもしれない。

大西 予防の一環としてもすごく良いんじゃないですか。我々には出来ない。我々のところには患者になってからくるから(笑)。

飯島 日常の命日参りに対して見方が変わりました(笑)。

※1 エリ・ワイゼル

(Elie Wiesel)

一九二八年生まれ。ルーマニア出身のユダヤ人作家。第二次世界大戦での自らのホロコースト体験を自伝にするなどの活動で、一九八六年にノーベル平和賞を受賞した。

※2 ヴィクトール・エミール・

フランクル

(Viktor Emil Frankl)

一九〇五年生まれ。オーストリアの精神科医、心理学者。フロイト(Sigmund Freud)一八五六〜一九三九)やアドラー(Alfred Adler 一八七〇〜一九三七)に師事し心理療法における「第三のウィーン学派」の中心として活躍した。ワイゼルと同じくユダヤ人で第二次世界大戦時には強制収容所に送られた。その体験を元に『夜と霧』を著した。一九九七年没。

