

# リメンバー新聞

56号

2012年8月1日

編集・発行  
リメンバー名古屋自死遺族の会  
<http://will.obi.ne.jp/remember/>  
[remember\\_nagoya@yahoo.co.jp](mailto:remember_nagoya@yahoo.co.jp)  
FAX: 020-4668-8925  
郵便: 〒458-8799  
名古屋市長緑郵便局留め  
リメンバー名古屋

## リメンバーin岡崎・11月4日



2010年12月、2012年1月と開催してきました「リメンバー名古屋in岡崎」を、今年度も11月4日(日)に行うことになりました。

※写真は、岡崎市内、乙川です。

今回で3回目となる「リメンバー名古屋in岡崎」を、11月4日(日)に行うことになりました。場所は、これまでと同じく、岡崎市「岡崎げんき館」です。

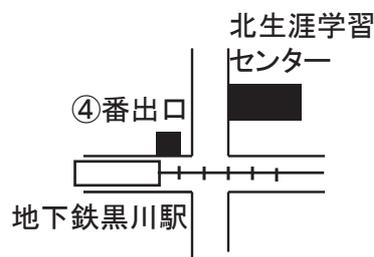
まだ内容、スケジュール等、詳しいことは決まっておりませんが、午後からは遺族の「わかちあい」を行う予定です。次号では詳しくご報告できると思いますので、それまでお待ちください。

岡崎の方が行きやすい方もおられると思います。よろしければ、お越しいただければと思います。

## 次回の遺族会

第53回

8月5日(日)13:15から  
名古屋北生涯学習センター  
地下鉄名城線「黒川」下車  
(4番出口)よりすぐ  
参加費:500円



その次は・・・

第54回 10月7日(日)  
北生涯学習センターです。

日程は、ホームページまたは、電話案内でご確認いただけます。  
パソコンの方

<http://will.obi.ne.jp/remember/>  
携帯電話の方

<http://www.will.obi.ne.jp/m/>  
電話案内(録音でのご案内)  
090-8544-9408

## 次回「ディアレスト」のご案内

家族ではないけれども大切な人を自死で亡くされた方を対象に、2ヶ月に1回、遺族会「ディアレスト (Dearest)」が開催されています。

日時: 2012年9月30日(日) 13:30-16:00  
場所: 名古屋市中村生涯学習センター 3階  
第三集会室

参加費: 500円

対象: 家族以外の大切な人(恋人・婚約者・パートナー・親友・同僚・上司・部下・先輩・後輩・先生・生徒、など)を自死で亡くされた方

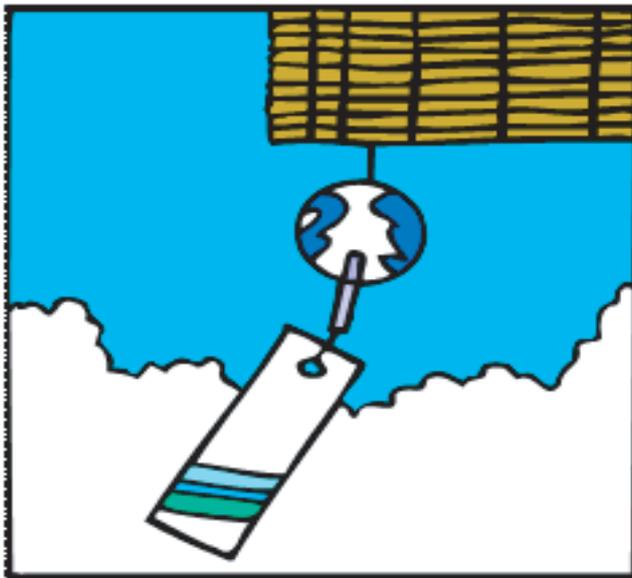
連絡先: [the.dearest1@gmail.com](mailto:the.dearest1@gmail.com)

▪ <http://dearest.heya.jp>

父の死の半年後から、死別にまつわる仕事をはじめました。なぜ、自分がつらいときに、さらにつらくなるような仕事をするのか自分でも不思議でしたが、私はきつと、思うようにいかなかった自分の家族との葬儀・死別を、心の中でやり直したかったのでしょうか。その思いは、ときには使命のような形で表れ、情熱をもって仕事に取り組んでいたと思います。それは果たして実現できたのかできなかったのか、ある時ふつりと、自分の心が死別の仕事を必要としなくなり、熱意が戻ってこなくなりました。

誰よりも怒りっぽい時期もありました。並んで待ったコンビニのレジで「お待たせしました」と言ってもえなかっただけで怒りが沸点に達し、カゴをその場に置いて店を出してしまい、結局その後どの店でも買物物ができず夕食にありつけない、それでもどうしても買物物を最後まで終えることができない、というありさまでした。当時「仕事」はかろうじてこなしていたものの、「生活」はまったくできていない状態でした。周りの人はどれほど私を迷惑に感じていたことでしょうか。「お前みたいな気の短いヤツはみたことがない」と、私からみて私より短気な人にもよく言われていました。私は周囲の人間関係や、他の人の人生をも、ことごとく破壊し続けていました。その私自身の姿は、生前の父そっくりでした。少し年月が経ち、多少穏やかになってからは「上品なクレーマー」と言われていました。怒りの種は、どこにでもみつかったのです。

今はもう、そんなことはなく、あの頃はなんでもあんなに腹がたったんだろう、と思います。



グリーンワーク（死別を体験した人が辿る心のプロセス）の、一つの局面を過ぎたのかな、とも思いました。もしも私が「怒りの局面」に居たのだとしたら、ずいぶん長かったんだな、と振り返っています（死別を体験した人がしばしば抱く感情の一つに「怒り」があるといえます。でも、十年以上も続くなんで！）。迷惑をかけた相手の人たちには、謝りたい思いです。しかし、「怒り」は、生きてゆけるための重要なエネルギー源でもありませんでした。怒っている間は、悩むことはありませんでした。怒りによって生きつないできた私は、これからどうやってゆくのでしょう。単なる夏バテのエネルギー不足なら、涼しくなればまた怒りっぽい私になるのでしょうか。それとも？

父の自死から、まもなく十五年が経とうとしています。（た）

## 遺族面接相談のご案内

面接による自死遺族相談（無料）があります。  
※電話による予約が必要です。

## 電話相談のご案内

電話による相談窓口です。自死遺族に限らない、幅広い窓口です。

### 民間の電話相談

ONPO法人グリーンワーク・サポートプラザ（自死遺族向け相談）  
火・木・土 10:00～18:00  
03-3796-5453

### ○愛知県精神保健福祉センター

毎月第3木曜日 午後2時-3時30分 予約 052-962-5377

### ○名古屋市精神保健福祉センターこころば

毎月第3火曜日 午前10時-12時 予約 052-483-2095

### ○あいちこころほっとライン365

愛知県精神保健福祉センター

毎日 9:00～16:30 052-951-2881

### ○名古屋市こころの健康電話相談

名古屋市精神保健福祉センターこころば

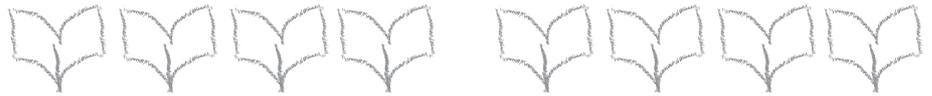
月-金 12:45～16:45 052-483-2215

### ○社団法人日本臨床心理士会（自死遺族向け相談）

毎週水曜日 19:00～21:00

03-3813-9970

## リメンバー文庫



リメンバー文庫では、遺族の方向けの書籍を集め、遺族会の時などに貸し出しを行っています。今回は、『自殺論』、『古典入門 デュルケム自殺論』、『デュルケム「自殺論」を読む』の3冊を紹介させていただきます。  
※これらは、大切な人を亡くされてある程度時間が経たれた方向けの本です。

今回は皆さんに、3冊の本を紹介したいと思います。『自殺論』（宮島喬 訳・中公文庫）と『古典入門 デュルケム自殺論』（宮島喬 著・有斐閣新書）と『デュルケム「自殺論」を読む』（宮島喬・岩波セミナーブックス29）です。

皆さんは、エミール・デュルケム（以下、デュルケム）という社会学者をご存知でしょうか。デュルケムは19世紀中盤から20世紀初頭にかけて活躍したユダヤ系フランス人学者で、その著書『自殺論』は、結論から言うと「良い＝正常」・「悪い＝異常」を否定する論文です。デュルケムが生き、活躍した19世紀のヨーロッパ社会では自死を禁忌し、国によっては犯罪として刑罰の対象にされていたという社会的背景があります。デュルケムの『自殺論』は、そういったヨーロッパ社会を素材に初めて自死を社会現象として、社会学の目で捉えた社会学の古典とされる著書です。しかし、あくまでも、自死についてのひとつの考え方に過ぎないですし、古い著書でもあるので、現代の感覚からのずれもあると思います。

そして、大切な人を亡くしてからある程度時間が経ち「自死とは何か」を考え始められた方向けの著書であることを明記します。

昨今の心理学・精神分析学の流行で自死の原因を「身体の内側」から、つまり「動機」を探る傾向があります。「その人は何を考えていたのか？」・「心の状態は？」などを遺書や生前の言動などから、自死の原因を推察するのです。しかし、デュルケムの社会学は自死を「身体の外側」、その人と他者つまり「社会」との関係から原因を探るという作業をし、その結果を論文としてまとめたのが『自殺論』なのです。デュル

ケムは、自死を社会の一現象として捉え「個人が所属している社会（社会集団）がある特定の状態になるときに、自殺傾向の増減が推察される」と論じているのです。

世間一般の人々は、自死を「逸脱した」普通じゃない死だと見ます。しかし、デュルケムは統計資料から自殺率の平均値を割り出します。デュルケムは、どんな社会でも自死はある一定の割合であり、自殺者が「0」になる社会はありえないと捉えたのです。そして、自死の急激な増減傾向を説明する際に「動機」という、個人的なレベルでの説明は不可能だと論ずるのです。

第一の自死の傾向としてあげられるのが「自己本位的自殺」という現象です。これを一言で言うしまうと「社会の統合や連帯が弱まり、個人が集団生活から切り離されて孤立する結果として生じる自殺」ということです。デュルケムはこれをクリスチャンでもカトリック信者とプロテスタント信者の自殺率の違いから詳細に論じています。日本人にはあまり馴染まないのが「戦時中」を例にあげます。

戦時中の話は、お年を召した方から聞く機会があると思いますが、当時は「欲しがりません、勝つまでは」などといって「敵」を倒すことが社会の連帯を促していました。その結果、一般市民が自死することは少なかったのです。これはフランス（西欧）にも同じことが言え、デュルケムも『自殺論』で、宗教生活、家族生活と自殺率との関わりを論じ、「自己本位的自殺」の考察の最後に、政変や戦争など国民的規模で起こる興奮の高まりが自死にどのような影響を与えるかについて短くではありますが、論じています。

私は以前、特急列車に乗っている

ときにあるご老人一行に出くわしたことがありました。終戦記念日も近かったこともあり、自然とご老人一行の話は戦時中の話になりました。大空襲のあった日の、それぞれの出来事を語り合うあたりでは、話が最も白熱していたことを鮮明に記憶しています。「あの大空襲を生き延びた」という連帯感が一行をつつんでいたのです。

つまり、社会的連帯感が高いときには自殺率が低くなり、逆にこの社会的「連帯感」が過度に低くなり、個人主義化が進めば進むほど、自殺率が高くなるのだということをデュルケムは「自己本位的自殺」の稿で論じたのです。

そして、「自己本位的自殺」という言葉において注意していただきたいのが、けっしてその死が、身勝手な死ではないということです。この現象を一般化して伝えるにあたって、デュルケムという学者が考えた言葉に過ぎないということです。

第二の自死の傾向として「集団本位的自殺」という現象をデュルケムは、あげています。これを一言で言うとも「社会が過度に強い統合度と権威をもっていて、個人に死を強制したり、奨励したりすることによって生じる自殺」ということです。例に挙げると殉教や殉死、戦時中、特攻隊や玉砕として亡くなった兵士たちの死のあり方に象徴されるものが、この「集団本位的自殺」です。特攻隊や玉砕として亡くなった兵士たちの死のあり方に象徴されるものが、この「集団本位的自殺」です。社会の大義名分のため自分の好む、好まざるに関わらず死を選択せざるをえなかったタイプの死を、デュルケムはここで論じています。

(次ページへ続く→)

## スタッフ募集

遺族会に参加したことがある方で、会の活動のお手伝いをいただける方募集しています。

遺族会当日に、お茶の買い出し、参加者の案内など、継続的でなくても結構です。

詳しくはお問い合わせください。

## 新聞郵送をご希望の方へ

1月～6月末までのお申し込み(前期)・・・1000円 もしくは 80円切手13枚

7月～12月末までのお申し込み(後期)・・・500円 もしくは 80円切手7枚

お申込みは、郵便番号・住所・氏名を記入の上ご送金いただくか、切手をご郵送ください。遺族会の当日、受付でお支払いいただいても結構です。

## リメンバー文庫

(←前ページから続く)

このように、デュルケムは自死そのものを逸脱あるいは異常として観ず、自死への傾向が極端に高低する社会のあり方を考察しようとしたのです。

最後に、第三の自死の傾向としてデュルケムがあげたのが「アノミー的自殺」という現象です。これを一言で言うと「社会の規範が緩くなったり、崩壊したりして、個人の欲求への適切なコントロールが働かなくなる結果、無限の欲求に駆り立てられる個人における幻滅、むなしさによる自殺」ということです。私たちの持つ欲求というものは社会規範によって規制されているのです。しかし、社会規範や規制の弛緩（緩くなること）によって、欲求が無限大に増幅し、そのすべてを満足させることはできない自分に幻滅、むなしさを感じ、自死に及んでしまうという現象を述べています。つまり、社会的な絆の弱体化（社会の解体）がまねく自死のことをいいます。デュルケムは、近代産業社会の持つ豊かさの影の側面に警鐘を鳴らしたのです。つまり、経済的な豊かさは、それが与える力から、自分で何でもできる幻想を抱かせるからです。

この「アノミー」の概念は、現代社会思想においても卓越した地位を持ち、とりわけ解釈の難しい概念でもあります。デュルケムの生き、活躍した19世紀から20世紀初頭は、「物質的幸福の神格化」の確立した時代であり、デュルケムが近代社会の最も特徴的な自死が「アノミー的自殺」であると指摘したことは、現代社会にも通ずるでしょう。

デュルケム著の『自殺論』は、彼の論文を日本語に訳したものです。かなり分厚く、文字も細かく、難読する本だと思います。『自殺論』をより深く理解、あるいはとりかかりへととぎなう本として『古典入門 デュルケム自殺論』（宮島喬 著・有斐閣新書）と『デュルケム「自殺論」を読む』（宮島喬・岩波セミナーブックス29）をあげておきます。

『古典入門 デュルケム自殺論』（宮島喬 著・有斐閣新書）と『デュルケム「自殺論」を読む』（宮島喬・岩波セミナーブックス29）の著者、宮島喬氏は、とくにエミール・デュルケムやピエール・ブルデューなどフランス社会学の研究で知られる社会学者です。

この2冊もまた、自死を一般化し、捉えようとしていることから、遺族にとっては辛く感じる表現が出てきます。やはり、大切な人を亡くされてから、ある程度時間が経ち、学者が用いる表現にも耐えられるというときに読まれたほうが良いかと思えます。「自死とは何か」や「人は死ぬと分かっているなぜ生きていられるのか」という問いを探したいときに手がかりになる本だと思います。今回、3冊の本を紹介させていただきました。(A.S)

### ★★★★本の紹介★★★★

『自殺論』デュルケム/著 宮島喬/訳 中公文庫

『古典入門 デュルケム自殺論』宮島喬/著 有斐閣新書)

『デュルケム「自殺論」を読む』宮島喬/著 岩波セミナーブックス29

## りめんばー

先日、デッサンの講習を受ける機会がありました。描くものはトランプのカード、ピーマン、卵。ごく初心者向けのものです。写真なら1秒もあれば写し取れるものを、丸2日もかけて描くという非効率な作業です。その目的は、うまく描くことではなく、対象をありのままに、より深く捉えることにあるようです。デッサンをするのでなければ、卵を2日も見続けることなどできないでしょう。

人がものを見るということは、主観的で、非常に複雑な精神的行為です。デッサンでは、「見た」ものを紙の上に客観的で、物理的な線として描き出していきます。自分の主観世界をくぐりぬけた上で描き出されたものを見て、今度は逆のルートをたどり、元の対象に向かっていく。その限りない往復の中で、見方そのものが研ぎ澄まされていくのだと思います。こうして今行っている、文章を書くという行為も、「見た」ものを線ではなく、文字という記号で描き出すという違いはあるものの、実は同じような行為なのでしょう。文学表現を「心のデッサン」と言ったりもします。

デッサンをすることで、卵の複雑にざらついた表面や、そこにある微かな“しみ”が見えてきました。日常の中でも見方が研がれていくことで、それまでとは違った風景が見えてきます。この12年間で、自分自身の、世の中の風景、社会、人間、人生の見え方はずいぶん変わったように思います。身近なものが自死をしたのが12年前の夏でした。そのことで研がれたというよりは、自分自身を覆っていたものが削りとられたのかもしれない。

現実世界は、美しい、すばらしいものだけで満たされているわけではありません。矛盾、苦しみの多い世の中を、ありのままに、より深く捉えることは、時にとてもつらいことでもあります。曖昧に、ぼんやりと見ていた方が幸せかもしれないと思うことがあります。

死んだ当人には、この世の中はどのように見えていたのでしょうか。卵の“しみ”を見るように、普通は見向きもされない苦しみまでも見て、背負って、心痛めていたのではないかと想像しています。ぼんやりと見たり、見過ごすことができれば、もっと楽に生きられたのかもしれない。

蒸し暑くて眠れない夜は、きっと同じように眠れずに、ひとり死んでしまった者のことを思い出させます。そしてあの夏のことを。(KN)