

# 東日本大震災遺族の生の軌跡と心の復興に関する研究

麦倉哲<sup>1)</sup> 野坂真<sup>2)</sup>

1)岩手大学 2)早稲田大学

## <要旨>

本研究は、東日本大震災の津波被災地域における被災犠牲者遺族がいかに生活状況や心の復興状況に置かれているかを、調査しその結果を分析したものである。心の復興と関連する、「向き合う」「続く」「つなぐ」の3つの概念を軸として、その組み合わせから、被災犠牲者遺族の生活の現状を類型化した。A：悲嘆と向き合える状況にあるか、B：何かに取り組むことができているか、C：何か・誰かとつながることができているか、の3つの軸から、震災遺族の現状を分析した。

遺族の被災後は、起きたことを受けとめることから始まるが、このことと向き合うこと自体に、それ相応の困難があることがわかった。また、被災経験と「向き合い」つつ、いかにして、「続く」（何かに取り組むこと、それを通して被災後の営みが続く）ことや、「つなぐ」（誰かともにいる、ともにする、誰かにつなげる）ことと連なっていくかどうかが、重要である点が明らかとなった。〈遺族（悲嘆者）〉にとって、生計だけが安心材料でないことが特徴であり、精神面での「続く」に意をそそぎ、つながりを求め先へとつなげていくかが要点である。その中で、「生きた証を記録し語り継ぐ会」の活動の余地があり、一定の重要性を発揮していることが明らかとなった。

## <キーワード>

被災死者（被災犠牲死者）、心の復興、悲嘆経験、向き合う、続く、つなぐ、語り継ぐサロン

### 【はじめに】

#### （1）目的

本研究は、東日本大震災により大きな被害を受けた岩手県大槌町（死者・行方不明者 1286 名、2010 年人口に対し 8.4%は岩手県内でもっとも高い数値）を調査対象地域とし、被災の当事者である遺族がいかに記録し語り継ごうとしているかを調査することを目的としている。被災とその後の生の軌跡の内容やそれを語り継ぐという営為を通じ、遺族の心が復興していく過程を記録すると同時に、心の復興を促す要因を検討するものである。

#### （2）対象

遺族合計 110 名について、次に挙げる3つの

データを基に分析を進める。①遺族への個別面接調査の結果（33 名分）、②遺族が月に1度集まりそのときに自身の状況や気持ちを語る「大震災を語り継ぐ会」への参加者の発言記録や感想文（20 名分）、③岩手県大槌町「生きた証回顧録」の記載内容や仮設住宅調査における回答（57 名分）である。分析項目として、1. 遺族の基本属性、2. 被災経験と喪失の内容、3. 被災経験と喪失の受け止め方、4. 被災経験と喪失への向き合い方、5. 震災後取り組んできたこと、6. 語り継ぐことへの感想、7. WHO-5（精神の健康5項目）という項目を用意し、遺族の心の復興を促す要因と妨げる要因のパターンを整理した。

#### （3）研究の基本概念とフレーム

遺族の心の復興を促す基本軸として、次の3つが考えられる。A「向き合う」、B「続く」、C「つなぐ」である。A「向き合う」は、被災し悲嘆した経験を受けとめたり受けとめられなかったり、それと向き合えたり向き合うことが困難であったりという軸である。B「続く」は、被災後の生活を続けることであるが、何かに取り組むなど時間を前に進ませるための営みを続けることであり、またそうした続くための営みが困難であったりという面である。C「つながる」は、誰かと、何かとつながるということであるが、被災経験を受けとめ、向き合うことと関連したつながりであったり、それとは別のつながりであったり、先々の展望を見出すつながりであったり、誰かに何かを託すという意味での「つなぐ」であったりする面である。

この3つを念頭に置いた、心の復興のパターンとしては、A⇒B⇒Cの順に、経験を重ねていくことが注目される。自分の気持ちに向き合うからこそ何かを続けられる、何かを続けているからこそ人とつながっていく。また、A⇒C⇒Bの順も可能性として考えられる。

ただし、心の復興への歩みは一様ではなく、今回、注目したパターンが唯一ということではない。また、個人差も小さくない。遺族は、起こったことや悲嘆経験の質の違いによる影響も受ける。若い人や幼子を亡くした親の場合は、悲嘆の度合いが深くかつ長期におよぶ傾向がある。故人が死亡か行方不明かによって、その後の遺族の心の状態は大きく異なる。故人が行方不明であったり、見つかったとしても遺族本人が望むような葬儀が行われなければ、悲嘆の時点の区切りがつけられないことも多い。また、遺族がなんらかの事情で被災地から離れて暮らす場

合、ふるさとのその後の変容と向き合いつつ過ごす時間が閉ざされがちとなるために、次の何かを見出し何かを続ける段階へは到達しにくい場合が少なくない。

## 【方法】

### (1) ハードの復興と心の復興

津波被災地域の遺族と接してきた筆者ら<sup>1)</sup>は、様々な復興事業が現地で完了していく中で次の違和感を持った。「復興事業の中で、基盤整備(道路、高台、防潮堤など)、住まいの再建、産業や仕事の再開、交流の活性化、医療体制の整備などは進んだが、より根本的な「何か」が足りない」という違和感である。例えば、父を亡くしたある遺族(50歳代女性)は、震災直後から家族を支えるために仕事を再開し、震災前とほぼ同じ場所に自宅を再建し、地域活動にも積極的に参加している。「震災前の地域を取り戻したい」と意気込むが、過労で入院したことがある。あるいは、妻を亡くした遺族(70歳代男性)は、仕事の再開や自宅再建を成し遂げたが、「家で何もしていないと涙が止まらなくなるから」と真夜中でも職場で働いている。

そこで、東日本大震災の津波被災地域において遺族の心が復興していく過程を記録すると同時に、心の復興を促す要因と妨げる要因を、A「向き合う」、B「続ける」、C「つながる」という3つの軸から検討することにした。

### (2) 向き合う(受けとめる⇔向き合う)

向き合うとは、遺族が、被災経験の中で抱えた強い負の記憶、およびそれに付随して起こる気持ちの「揺らぎ」にいかに向き合い、そして受けとめていくかという観点である。被災地の住

民や被災地に関係者がいる人々は、皆がそれぞれに辛い被災経験をしてきた。しかしその中でも特に遺族は、身近な人を探すために早急に数千の遺体を確認したり、身近な人との急な死別により自分が生き残った理由が分からず苦しんだりなど、訓練や心の準備が不十分なままに強い負の記憶を抱えざるをえなかった。さらに、負の記憶を抱えながらも、震災前とは異なる新しい自分の生き方や将来設計を考えなければならず、過去の喪失と将来に向けた回復の間で「揺らぐ」。遺族は、負の記憶を忘れることは決してできず、「揺らぎ」は生涯にわたって続く。このため、負の記憶と「揺らぎ」がともなっている自分の人生に自分なりの「意味」を自分で付与して受けとめていかないと、人生は苦痛に満ちたものとなる。そうした意味づけができなければ、上述のように、たとえ生活基盤を確保できても、あるいは他の人との交流を活発に行っても、それを持続することが困難となるケースも少なからずある。ゆえに、負の記憶と「揺らぎ」がともなっている自分の人生への意味づけがいかに行われていくか、および行われていない場合それはなぜかを明らかにすることは、心の復興を促す要因と妨げる要因を検討する上で、根本的な観点と言える。

負の記憶を抱える人々が「揺らぐ」こと、そして「向き合い」「意味づける」の重要性は、先行研究でも指摘されている。阪神淡路大震災における震災遺児家庭の親にインタビューを行った副田（2001）は、「なぜ、かれあるいは彼女は死んで、私は生き残ったのか。私が死んで、かれあるいは彼女が生き残るべきだったのではないか。私は生き残ったことで罪をおかしているという意識が生じる。…不条理と罪の意識に苦しむと

き、生きのびた人びとは、判断停止の放心状態にしばしば逃避する。それは判断の主体としての自己の放棄である。…その状態では無力感はむしろ慰めとなる」と、負の記憶を抱える遺族が、防衛本能のように合理的な判断ができなくなる経験をするを指摘している。また、自死による死別経験後の心理的過程を分析した奥柴・島谷（2014）は、「罪悪感や自責の念、後悔は持続的に抱く悲嘆感情で、生涯にわたり根深く存在し続ける可能性が示唆された」と、負の記憶とそれともなう悲嘆感情は、生涯ある程度残り続ける可能性を示唆している。負の記憶と悲嘆感情は病気のように治療して取り除くことは困難であり、遺族はそれらとともに生きていく。ゆえに、佐々木（2017）は、Neimeyer（2001）による二重過程モデルを踏まえつつ、日々の生活経験の中で喪失志向と回復志向の間を「揺らぎ」ながら、身近な人の喪失によって失った身の回りの様々なもの・ことの「意味」をもう一度構成し直し、喪失の意味づけをすることで、喪の作業を行う重要性を指摘する。

### （3）続ける（続く⇔続ける）

被災経験は、故人との関係の密度との関係からくる喪失の度合いや深刻さによるが、従前の日常からの劇的な変化により、世界が変わってしまった状況に置かれる。時間が止まった状態である。時を進めるためには、事実を受けとめつつ、それを再び進めなければならない。

新たな状態は、変転し、再編され、一定の暫定的な統合状態へと至る。その状態を維持することが続くことであり、場合によっては変転や再編を繰り返しながらあたらしい状態へと移行するが、いずれ続く、持続する状態へとたどり着

かないと安定、安心には至らない。

続けるための何かの形式を整える、何かを続けるための価値を見出す、何かを続けた結果の目標（当面の目標であったり、少し先の目標であったり）を定めるなどの取り組みをするだろう。

仕事や事業が続いたり、暮らしが続いたり、家族生活が続いたり、一般に平穏が保たれていれば続くことが、当人にとっては従前の平穏が一変したために、新たに、生きていることを続ける意図が必要になっている。遺族は、いろいろなジャンルの必須なことを再始動しなければならない状況に置かれるが、何をどのように再始動するかどうかは、日常生活が劇的に転換した中では、以前とはちがった方向や組み合わせを模索するかもしれない。

悲嘆を経験したことと重ねあわせて、何かを継続する、あるいは続ける何かを軌道に乗せつつある場合には、「起きたこと」とつながりのある「続く」へと進展しているように思える。もちろん、「向き合う」ことを保留したままの「続く」もある。「起きたこと」と向き合うことに困難を抱えつつ、いったん止まった時間を、再始動させるための条件を整えつつあるのもまた「続く」であると言える。

#### （４）つながる（つながる⇔つなぐ）

大切な家族を亡くした遺族の経験は、犠牲の直後から引き続く一連の儀式が終わることで、すべて片付き、雲散霧消されるわけではない。喪失した後の長い精神生活を営まなければならない。こうした遺族らの心情を悼み、寄り添う人びとが、親族や地域共同体の中にもみられ、他方で、志のある人びとの中にもある程度みら

れるようになる。遺族らは、自分自身の喪失体験と向き合い、死者との対話に向き合いつづけるが、こうした遺族には、そうした新たな生き方に共感し共鳴し、その生き方を支え、価値づける方向で精神的な支えとなるあらたなつながりが発生するかもしれない。麦倉（2016、2017、野坂真らとの共同調査の結果）によれば、身近な生命の喪失を受けとめ、それと向き合いつつ、新たな自分自身の生き方を模索する人びとは、あらたにつながりによりえられた他者との共働により、その後の人生を歩んでいくであろう。死の意味を究明することは社会的な営みであり、そのいわば中心に位置する遺族は、様々な支え手や共感者や共働者をえて、社会を再構築する公共圏を形成するに資するかもしれないし、地域社会の持続性を回復するためにも貴重な中核的な当事者であるといえる。

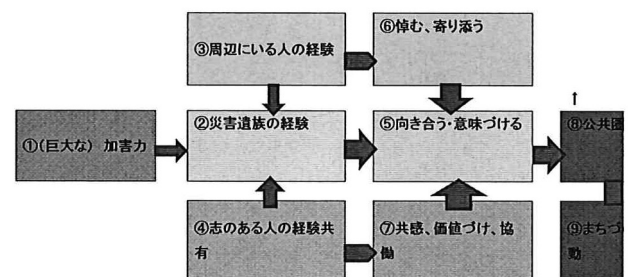


図1 多様な人が関わり寄り添う図  
（麦倉、2016、2017より）

#### （５）「続く」と「つながる」の連動

B「続く」とC「つながる」が連動する場合、誰かにつながるとともに何かを続けることになる。さらに、起きたこととA「向き合う」が重なり連動すると、誰かにつながり何かを続けることが、安定軌道に乗ることになるであろう。

安定軌道とはいうものの、何かのハードルを



クリアするのとは違った、継続的で再帰的な側面をもっている。活動的であったりそうでなかったり、前向きであったりそうでなかったり、精神的に健康であったりそうとも思えなかったり、しかしながら、そうした繰り返しや周期が、こうした経験のある方の特徴である。

日常生活の中で、なんらかの義務を負い、結果を出すように求められ、物質的な豊かさの刺激を受け、手段的な関係の中にかこまれているような、現代の都市型の生活の中では、どこかに置き忘れられている。しかしながら、本当は実在するものの潜在化している価値がそこにかがえるのである。遺族たちの営みは、私たちが生と死と向き合い、そのことで他者とつながり共に歩いていく価値を、私たちに知らしめてくれているのではないだろうか。

喪の作業における「続ける」ことの重要性や、「続ける」ことはたびたび「つながる」ことを伴うことは、先行研究でも指摘されている。

奥柴・島谷(2014)は、自死による死別経験後の遺族について、「罪悪感や自責の念、後悔が誘因となって、死因を探求し、故人が遺した思いを探しながら、根底的な自己の問い直しを繰り返し行うことで、死別の意味を探求する。また、死別前の日常生活を継続し、定期的にお墓参りをするなどの喪の作業をしつつ、故人に語りかけ故人と経験を共有しながら故人と共に生きることを通して、行動的模索もなされる。…このような模索を続けている中で、運命的な出会いに導かれ、死別経験を分かち合える場所を見つけ、外界と関わり始める行動的な回復がなされるにつれて、自死を受けとめ自死と向きあうことができるようになる認知的回復に至り、それに伴って感情的な回復もなされる」と指摘する。

ただし、認知症介護者へのピア・サポートにおけるセルフヘルプ・グループを検討した荒井(2013)は、単にセルフヘルプ・グループとして集まれば良いのではないと指摘する。もし集まるのであれば、多様な経験を持つ者同士の中で一定の効果を導けるファシリテーションが重要になるとしており、「つながる」ことそれ自体が心の復興が進む上での絶対条件ではなく、有意義な効果を持つかどうかは、その場のコーディネーターの力量に左右される(適切な条件が整わなければ、遺族に新たな負の記憶を与える可能性もある)。

以降では、上記3つの観点に立脚し、遺族の心が復興していく過程を整理すると同時に、心の復興を促す要因と妨げる要因を検討する。

## 【結果】

### (1) 調査結果による類型化

調査の結果を整理して、110人の遺族の分析をした。「A:向き合う」「B:続く」「C:つなぐ」の有無を、聴き取り調査や質問紙調査の回答結果から評価して、8パターンに分類した。さらにそれを、縮約して5類型に分けた。

まず、A、B、Cのいずれも難しい、Aマイナス、Bマイナス、Cマイナスのタイプである。被災経験と大切な家族を亡くした事実を受けとめることが難しく、誰かに会うのも、何かをすることも難しいという遺族である。全体の13%がこの類型である。次に、向き合うのは難しいが、何かをしている、あるいはつながっているという類型で14%である。起きたことは受け入れがたいものの何かをし、誰かとつながることで生活できている遺族である。次いで、向き合うことだけに集中し、他はさして広がりを見せてい

ない遺族、向き合うことができているものの、向き合うことからくる紆余曲折を自分自身で受けとめるという困難をあわせ持っている遺族である。次に、向き合いつつ、BかCのいずれかを実行できている遺族である。筆者らは、つなぐ（C）と続く（B）は、セットになることで、生き続けるための持続性が安定すると考えるので、これは片方であることの流動性をもった類型といえる。この類型は25%を占める。最後に、ABC（向き合い+続く+つなぐ）の型で、向き合いつつ、「続く」「つなぐ」の両面と結びついている遺族で、約4割を占める。本研究の対象が、筆者らが共同運営する「生きた証を記録し語り継ぐ会（語り継ぐ会）」のメンバーを含むために、分析対象のうちこのABCのタイプの比率が高く押し上げられている。語り継ぐ会のメンバーを除外した集計では、このABC型の比率は、3割弱（27%）となる。

調査ではWHO-5のスコアを集計している。5項目の合計が13点未満の方は、精神面での困難を抱えていると分類される。5類型とWHO-5のスコアとの関連をみると、「向き合うことが難しい」遺族において、精神の健康度に問題の比率は、非常に高い（75%）。こうした人々への精神的なサポートが、いかに重要かがわかる。他方で、ABCすべてに取り組むタイプの人びとの問題比率は非常に低いことがわかる（13%）。被災犠牲者遺族にとって、「向き合う」「続く」「つなぐ」が連動した生活状態に至ることの重要性が指摘できる。また、筆者らが実施している「生きた証を記録し語り継ぐ会（略称：語り継ぐ会）」の活動の効果がうかがえる。

表1 調査方法、類型化8パターンの紹介

5類型	人数 (構成比率)	WHO-5 精神の問題比率
向き合うのが難しい (A→B→C→:A,B,Cのいずれもなし)	14 (13%)	75%
向き合わず+α (B,C,BC:Aはないが、 他は1つないし2つある)	15 (14%)	38%
向き合うのみ (A:Aのみある)	11 (10%)	50%
向き合う+α (AB,AC:Aに加えてBか Cがある)	27 (25%)	42%
向き合い+続く+つなぐ (ABC:A,B,Cのいずれもある)	43 (39%)	13%
合計	110 (100%)	38%

表2 5類型と語り継ぐ会参加の有無

5類型\参加の有無	非参加者	参加者
向き合うのが難しい	14	0
向き合わず+α	14	1
向き合うのみ	11	0
向き合う+α	24	3
向き合い+続く+つなぐ	23(27%)	20(83%)
合計	86	24

## (2) 類型ごとの事例検討

### 1) 向き合うことが困難なケース

以下では、5類型ごとのケースを紹介する。第一は、「向き合うことに困難をかかえている方」のケースである。

#### ①Aさん（60歳代男性、A-型）

震災で妻を亡くす。「いつも頭に浮かぶのは私のところに嫁いでこなければこのような事になっていないのではないかという思いが、頭より離れない。仲の良い夫婦を見るとうらやまし

く思えるし、老母を世話する息子を見るとグッとくる。」

②Bさん(60代男性、A-型)は、母、妻、子ども2人、孫を亡くし悲嘆にくれる。起こったことを考え続ける。仕事の再開、他者とのつきあいなど、外向けの活動は、今も困難である。唯一残った息子が事業を継承する。遺された家族に見守られながら、悲嘆を続ける。生きた証を残すことを媒介に本大学とのつながりをもつ。

「現在の自分では月日がたっただけ、心の整理がつかず。言いたいことも心にしまいこんでしまう。」

## 2) 向き合っているが、つなぐ、続くが乏しいケース

③Cさん(60歳代女性、A型)

建設事業者の夫を震災で亡くし、その後は、仮設住宅で夫の父(義父)を介護して、義父を看取る。子どもたちは父の一部の事業を継承したが、自分自身は一人ぐらしで孤独感を感じている。「義父が亡くなられて1人ぼっちになりとても淋しくて不安でいっぱいでしたので、ペットの猫を飼うようになってから癒され元気に生活出来る様になりました。」

④Dさん(70歳代女性、A型)

大切な家族である夫は公務員であり、公務中に被災し亡くなった。夫婦で仲睦まじく大槌町で暮らしてきたものの、夫が亡くなってからは、首都圏に住む子どもと同居することになった。夫の死を悲しみ、犠牲となったことへのぶつけ所のない怒りを感じつつ、被災地と離れてくらす。「同情や涙はいらないです。次の世代には無駄に終わっても何回でも逃げる事を教えていきたいです。」

## 3) 「向き合い」つつ、「続く」か「つづく」の片方がある方

⑤Eさん(80代男性、AB型)

震災により最愛の息子を亡くす。以来、家からほとんど出なくなった。息子の死の悲しみと向き合い続けた。引きこもったEさんは、ある時に室内装飾用のアクセサリーをつくりはじめた。その作品に家族は共感し、亡くなった息子も喜んでいと実感できた。以来、多種多様な装飾品を制作する。心の復興サロンには参加できないが、Eさんなりのこだわりの活動を続ける。息子と対話し、限られた関係の中で家族に包まれている。

⑥Fさん(60歳代女性、AB型)

震災で、公務員の夫を亡くす。語り継ぐ会に徐々に参加し、心境を語るようになり、少しずつ活動を広げている。「今も考えてしまうと気持ち落ち込んでしまう事が多いです。」「刺し子と編み物をしています。夜中にできる事なので、少しずつ続けたいと思います。」

⑦Gさん(70歳代女性、AC型)

実家の和菓子屋に婿に入ってきた夫を津波で亡くす。ぎりぎりのところで助かった自分を、夫は見守っていたのではないかと思いを続け、かさ上げ工事で期間を要するふるさとを離れ、内陸でくらす。気の合った仲間と盛岡市のお茶っこで歓談しつつ、しかし、悲嘆した心情のことを話す機会はなかなかない。「一瞬にして全私産、思い出を失い、命だけを残して生き延び、何の欲もなく空の気持ちで残念です。老人の取越し苦労が多く、精神的にも不安定な生活。」

## 4) 「向き合う」「続く」「つなぐ」がある型

⑧Hさん(80歳代男性、ABC型)

被災を見つめ、地区の檀家をまとめ、みなで  
供養し伝承活動をしていく決意で人生を送って  
いる。震災で妻を亡くすほか、姪夫婦も被災し  
た。妻の死はいつまでたっても決して忘れない。  
災害のことを忘れず伝承することが大事と考え、  
亡くなった人の名簿はすべての町民に配付して  
記憶に残すべきだと考える。自分自身は、護寺  
会の代表者として、檀家の犠牲者を供養しつづ  
けている。「大震災から8年が経過した。各市  
町村でこれまでの経過なり記録なりを冊子にし、  
全家庭に配布することも伝承活動の一助になる」

#### ⑨ I さん (40 歳代女性、ABC 型)

被災経験と向き合い、つながる活動を続ける。  
被災経験と向き合うことから逃れられない。被  
災から復興に携わる活動をしたいと、同じ経験  
者をつなぎ、必要な資格を身につけ、遺族の  
心の復興に寄与する活動を続ける。それを持続  
し、それをつつましくも、なりわいをなりたた  
せる生き方を続けている。同じ方向を向くパー  
トナーを見つける。被災者の父とくらし父をみ  
とって、被災した実家の土地を売却し盛岡市で  
くらす。被災地のふるさとへは定期的に通って、  
心の復興サロンの活動を続ける。

岩手大学が復興庁・民間財団等の支援を受け  
て実施してきた。①聴き取り、②記録化、③遺族  
の繋がり化、④語り継ぐサロンなどの諸段階が、  
遺族のステージでの歩みに一定の寄与をしてい  
る。

#### ⑩ J さん (70 歳代女性、ABC 型)

母と姉夫婦と子供、妹、姪っ子、自分の家族・  
身内と考える範囲の6人が犠牲となった。「被  
災された家族とされなかった家族とでは、違い  
があります。うちみたいに、まわりに6人もい  
なくなり、淋しさとくやしさ、この苦しみを誰

がわかるかと思っただけです。集会所に通い、  
人との出会いを大事に楽しみをもって、かよっ  
たような思いでいっぱいでした。当時、ふるさ  
との歌を聞くのがつらかった。心の中では震災  
によって自分達が住んでいた町、家がなくなり、  
ふるさとも消えていました。」

つながりは、以前から加入していた宗教団体。  
以前よりも熱心に取り組み、団体のバスが被災  
地見学に来るときは、ガイド役もした。その一  
方、岩手大学が始めた心の復興サロンにも参加  
した。そして2019年の春先、不明だった4人の  
うち、母の遺骨がDNA鑑定の結果、最終的には判  
明した。被災から9年目のできことで、このこ  
とはサロンのメンバーにも大いに関心を持たれ  
た。家族が行方不明の人たちも依然として、少  
なくないからだ。

被災から8年もたったから、被災経験のない  
人からはもう復興したのではと思われ、悲しい  
出来事から立ち直ってと思われても、悲嘆経験  
のある遺族の人生は、大震災のこと、起こった  
ことと無縁では進まないし、悲嘆は遠い過去の  
出来事にはならないのである。

Jさんは、ABCの類型に属し、被災と向き合っ  
て人とつながり活動を継続してきた遺族である。  
その心境は、人とつながって、活動の場があっ  
て、ある程度は安定しつつあるといえるが、気  
持ちの持ちようは、流動的なのである。しかし、  
それを受けとめる、いうなれば、態勢をもって  
いるといえるのである。

### 【考察と結論】

#### (1) 考察—心の復興の歩みは多様

復興とは、地域社会が持続する状態へと至る  
ことである。生き残った人の人生のサイクルが



回ること、ファミリーサイクルが回ることの集積が地域社会の持続である。災害で最も激しく被災したのは犠牲となった人である。犠牲となった人のことを最もよく知るのは遺族等である。大切な人を亡くすという悲嘆経験のある遺族が生き続ける諸条件を探ることは、その当人の心の復興過程のかけがえのない1面であるとともに、地域社会の持続可能性を最もミクロにリアルに表すものである。

110 人の遺族の生の軌跡を追うことで分かってきたのは、犠牲となった人の生の時間は止まり、遺族は身近な生が途絶えるという激変を経験したことである。遺族はその後の①ある時点から再び時を進める。それが、生きつづく第一の条件である。その前提として、起こったことがあり、他方で、②暮らしがつづくのである。

こうした中で、「A起こったこととどう向き合うか」というステージが浮上してくる。起こったことと向き合わなくとも生活は成り立つ。①時間がつづくなかで、②暮らしを続けられよいのである。しかし、悲嘆の出来事を経験した遺族は、「A起こったこととどう向き合うかどうか」の前に立たされているようだ。

遺族は、その後の経過の中で、「B：続く：何かに取り組もうとする」かもしれない。起こったことと向き合うことと関連した、何かに取り組むという経験を積み上げていくのである。もちろん、そうする義務があるわけではなく、何かを為すかどうかの地平に立たされるということである。遺族は、生活の諸基盤を再建する（住む、暮らす）だけではない人生を歩むような傾向を持つのである。遺族は、起こったことと向き合う過程で、ある③気持ちがつづくために、起こったことを受け止める経過を経て「B：続

く：取り組む何かを見出す」のである。

遺族は何かに取り組もうとする中で、被災し悲嘆した自分の物語を絶えず編んでいく。その過程でまた、誰かと④ともにあゆもうとする。あるいは故人と、あるいは共感者と。例えば「生きた証を残し語り継ぐ活動」なども⑤つながる、「C：つなぐ：つなげる」活動となっている。

表3 <遺族にとって>時が続く5つの面と3つのステージ

時が続く5つの面	個人と社会のステージ	多様な歩み
①再び時間が経過していく	A: 向き合う: 起こったこととどう向き合うか	ステージを進展させることがベターと評価するものではなく、多様な歩みがある。
②暮らしがつづく	B: 続く: 何かに取り組むという経験を積み上げていく	ただし、「向き合う」ことをベースとして、「つづく」と「つなぐ」が創発する社会の中での個人の身の置き所の必要性を提起することは重要といえる。
③気持ちがつづく		
④ともにあゆむ		
⑤つながる	C: つなぐ: つなげる	

## (2) 結論—大震災遺族の特徴

遺族（悲嘆者）でない人は最低限、生きることと、②暮らしが続くこと、を成り立たせる。遺族（悲嘆経験をした遺族）は、①と②以外に、③、④、⑤が関わりあい連動する。

遺族（悲嘆者）にとって、①暮らしがつづく、だけが安心材料でないことが特徴であり、②③④にどのように意を（気持ちを）そそぎ、つなが

りを求め、先へとつなげていくかが要点である。その中で、生きた証を記録し語り継ぐ会の活動の余地があり、一定の重要性を発揮している。

### 【注】

1) 震災による全犠牲者 1286 名分の記録をつくる大槌町「生きた証プロジェクト」において、2014 年度から 2015 年度まで筆者らは町から事業推進業務を受託し、遺族にヒアリングし故人の記録をつくる業務を、故人 641 人分行ってきた（岩手県大槌町「生きた証プロジェクト」2017）。

### 【参考文献】

荒井浩道、2013「<聴く>場としてのセルフヘルプ・グループ—認知症家族会を事例として」『ピア・サポートの社会学』晃洋書房、pp. 33-68

岩手県大槌町「生きた証プロジェクト」、2017『平成 28 年度 生きた証—東日本大震災犠牲者回顧録』

Robert A. Neimeyer, 2001 *Morning Reconstruction and the Experience of Loss*, American Psychological Association

奥柴祐子・島谷まき子、2014「自死による死別経験後の心理的過程—悲嘆からの回復後の変化に着目して—」『昭和女子大学生生活心理研究所紀要』Vol. 16、pp. 33-43

佐々木誠、2017「喪失と物語り」大震災を語り継ぐ会配布資料（2017 年 6 月 24 日）

副田義也編著、2001『死の社会学』岩波書店

麦倉哲、2017「東日本大震災遺族における「死者との相互行為」—岩手県大槌町での経験を

中心に一」『岩手大学文化論叢』9 巻、pp. 129-147

麦倉哲、2016「生きた証プロジェクトのもつ意味や意義—大災害後の歴史的テーマは「すべての犠牲者と向き合うこと」」『現代の社会病理』、No. 31、pp. 5-22

麦倉哲、2016「大災害犠牲者の記録を残す活動の社会的意義に関する研究—岩手県大槌町「生きた証プロジェクト」を事例として—」『岩手大学研究年報』第 75 巻、pp. 31-47

麦倉哲、2019「災害検証の含意—何を排除し何を含めるかの論議—東日本大震災被災自治体による検証をめぐる」『日本都市学会年報』Vol. 52、近刊。