

---

---

原著論文

---

---

国内のデスカフェの現状と可能性  
—多死社会を支えるつながりの場の構築—

吉川 直人

Current status and potential of Death Cafes in Japan  
Building a connection that supports a multi-death society

Naoto Yoshikawa

Attempts are being made at Death Cafe, a place to casually talk about death. As a result of considering based on interviews with those who are involved in fieldwork and management of death cafes in Japan, the following suggestions were obtained. First, Death Cafe organizers recognize Death Cafe as a place to talk about death in an open manner with care and exploration functions. Secondly, although death cafe plays a role in accepting death, it is expected to play a role such as community and network in the coming multi-death society.

Key words: Multi-death society, Death Café, A place to talk about death

## 1. はじめに

人口減少社会に突入した現在、来たる多死社会に向けて、国レベル、自治体レベル、市民レベルで備える必要がある<sup>1)</sup>。しかし、社会の構造、市民の意識において多死社会への対応に備え切れていない現状がある。

「もしものための話し合い」については、現在置かれている状況にかかわらず誰もが持つべき視点である。厚生労働省は、「人生会議」の愛称で、人生の最終段階における医療・ケアについて、本人が家族等や医療・ケアチームと繰り返し話し合う取り組みを普及・啓発を行うなど<sup>2)</sup>、国の取り組みとしても行われている。

在宅で死を迎える割合と医療機関で死を迎える割合は、昭和51年を境に逆転し、近年では医療機関で死を迎える割合が、8割を超えている<sup>3)</sup>。死が身近であった時代から、死が遠い存在となった現在において、個人レベルでは死の準備教育、終活、エンディングノートと、死を受け入れやすくする試みも行われている。

多死社会における課題として、増加する「死」への物理的、心理的な対応の困難があげられる。死を迎える際の心構え、死を迎える場所、送られ方、残された者のケアといった、死に関する課題が増加することが予想され

る。多死社会による変化として、葬儀の変化(直葬等)看取りの変化等がある<sup>4)</sup>。死を取り巻く状況の変化に伴い、死に対する価値観、死生観も変化が予想される。いままでの悼み方、受容の仕方(悲しむ、葬送の儀式を行う、受け入れる)といった(ゆっくりと段階を踏んだ)受け入れ方が、死の増加に伴う物理的な影響の波及効果として難しくなる場合も出てくることが考えられる。死は話しにくい話題である。話しにくい話題である死について、カジュアルに語り合う場として「デスカフェ」の試みが進んでいる。

デスカフェとは、「死」をタブー視せず、受け入れ、カジュアルに語り合う場である<sup>5)</sup>。スイスの社会学者バーナード・クレタズが、妻の死を契機に、気軽に死について話し合う場を作るために始めた試みであり、2011年にイギリスの社会起業家ジョン・アンダーウッドが行ってから広がりを見せ、現在は欧米を中心として世界60ヶ国以上に広がっている。宗教、国籍、年齢、性別等に関係なく、お茶を飲みながら語り合うことで終末期、看取り、近親者の死という経験を抱えた者、当事者、死について学びたいものなど、分け隔てなくつながる場としての機能がある。

デスカフェに関連する研究は、緒に就いた段階であり、現状と課題についての研究が待たれる状態にある。この度の研究では、デスカフェの各地での実践の現状を

フィールドワーク等から調査する。また、運営に携わっている人にインタビュー調査を試み、デスカフェに対する意識を調査する。その中で、デスカフェ運営者が、デスカフェの機能、役割に対してどのような認識を持っているのか明らかにする。また、参加者の傾向、実施内容等を明らかにする。市民が死を語り合う場としてのデスカフェの実践が、死を当たり前のものとしてとらえ、来たる多死社会において直面する死への受容の課題に対して果たすべき役割を運営者の意識に焦点をあてて調査する。

## II. 方法

デスカフェに関する新聞記事、SNS等で発信しているデスカフェ情報から国内における開催状況の調査を行った。日本各地のデスカフェに参加してフィールドワークを行った。継続的に実施しているデスカフェの運営に関与されている方5人を対象とし、インタビュー調査を行った。なお、調査は2019年1月～6月の期間に実施した。インタビュー対象者は、表1にまとめた通りである。インタビューは、半構造化形式により行い、インタビュー時間は60分から90分程度とした。本研究では、質的記述的分析法を用いた。録音したデータを逐語録とし、テキストデータのコーディングを行った。

### 調査に際しての倫理的配慮

研究実施前に「人を対象とする研究倫理審査」に関するチェックシートにより、予想される危険性等のチェックを行い、臨床研究倫理審査対象外の確認を行った。インタビュー調査実施に際しては、調査対象者へ調査目的の説明を行い、同意書を取り交わし協力の同意を得た。調査データの取り扱いに際しては、対象者のプライバシー保護に留意し、管理を行った。収集した紙データは、鍵付きの棚で保管し、デジタルデータはパスワードを用いて保管する。調査終了10年経過後、データは裁断もしくは消去する。

## III. 結果

### 1. 国内のデスカフェ開催傾向

国内では、2015年前後から開催の動きが始まり、日

本各地でデスカフェの試みは進んでいる。デスカフェは、統一されたルールや登録制度、国・地方自治体による補助金もなく手探りの実践である。個人、社会福祉法人、寺院、NPO法人、葬儀社など運営主体も様々であり、行っている内容もケア、探求、ワークショップと特色がある。デスカフェは東京都で最も開催件数が多く、SNS上で開催の広報等を行っているデスカフェは国内に20ヶ所程度確認されている。しかし、SNS上で広報を行っていないデスカフェも存在し、出張デスカフェ（注1）の形態での開催も始まっているためデスカフェの総数の把握は困難な状況である。

イギリスの社会起業家ジョン・アンダーウッドは、Webサイト deathcafe.com でガイドラインを公開している。ガイドラインで重要なものは以下の3つである。

1. 一人ひとりが自由に自分の考えを表現できるようにすること
2. 特定の結論を出そうとしないようにすること
3. カウンセリングやお悩み相談になりすぎないようにすること<sup>6)</sup>

deathcafe.com では、各国・地域で開催されているデスカフェが登録を行うことができる。登録により deathcafe.com 上に掲載され広報上のメリットがあるが、先に記載したガイドラインに縛られるデメリットがあり、国内のデスカフェでは登録しているデスカフェは13である。このなかでも継続的に活動を行っていないデスカフェも存在する。（注2）

デスカフェは deathcafe.com への登録の有無、ガイドラインに準拠するかを問わず、茶菓の提供を行い、死について構えない雰囲気での語り合うことが基本である。それ以外のプログラムについては、各実施者により自由度がある実践が行われている。孤立死、孤独死や安楽死、尊厳死といったテーマを用いて語り合うもの、死に関する講演会とその後のカフェタイムといった構成のもの、ワークショップ、映画、本、絵本、アート、納棺体験、弔辞作り、エンディングノート作りといったワークを用いてよりカジュアル感を前面に出すものと多様性が見受けられる。

表1 デスカフェ開催者

性別	デスカフェ開催のきっかけ	デスカフェのスタンス	タイプ	職種	開始年度
男	死について語る場作り	探求	テーマに沿ったトーク	教員	2015年～
男	死に慣れ親しむ場を作る	死について自由に話す	カフェトーク	カウンセラー	2016年～
女	死についての思いを気軽に話せる場を作る	ケア寄り	カフェトーク	看護師	2018年～
男	お寺の活用	探求寄り	ワーク＋トーク	僧侶	2015年～
男	地域の看取り介護の底上げ	ケア寄り	ワーク＋トーク	看護師	2018年～

デスカフェは国内各地で実践が行われているが、未開催・未実施の地域もあり、広報も SNS によるものが多く、日時、場所、頻度、広報媒体等の理由から開催されていてもたどり着けない人も存在する。開催場所については、公民館、貸会議室、カフェ（貸し切り、通常利用）、福祉施設、お寺と様々な形態が見受けられる。また、運営者は、死に関する体験や思いを抱えた個人、専門職、社会福祉法人、僧侶、葬儀社、教員と幅広い。運営者は、デスカフェの存在を、SNS、新聞記事等で知り、それらを参考にして実施している。deathcafe.com への登録は、今回調査した運営者にはいなかった。また、deathcafe.com の存在を知らない人も存在し、他のデスカフェ運営者との交流や他のデスカフェへの参考としての参加も1人を除いて行っていなかった。

内容の傾向として、参加者が10人程度の開催の場合は、フリートーク形式による進行が展開され20人以上の開催は、ワークショップ等による開催者側の仕掛けを行っている。開催頻度として、毎月、隔月、不定期が主であり現在のところ（2019年9月時点）常設のデスカフェは存在していない。また、参加費としては、無料から1000円程度が多くを占め、茶菓の提供を行っている。

デスカフェの名称問題について触れる。認知症カフェが、認知症の言葉の持つイメージを和らげ多くの人が集える場を目指す理由等から、オレンジカフェ等の名称をつけたようにデスカフェの名称にも議論がある。デスカフェの名称として、死の言葉の持つマイナスのイメージを和らげるため、さまざまな名称の工夫が行われている。（表2参照）

主催者は、開催しているデスカフェの内容をどのように伝えているのかを、SNS上で広報を行っているデスカフェのチラシ等の文言をもとに、テキストデータ解析ソフト KH Coder を用いて分析を行った。デスカフェの内容を伝える文言から名詞・サ変名詞・形容動詞の出現回数上位10語を表3とした。サ変名詞には「対話」や「参

表3 デスカフェ説明

名詞	サ変名詞	形容動詞
カフェ	30 対話	15 カジュアル 8
テーマ	15 参加	14 大切 8
死生	11 経験	11 様々 5
社会	8 開催	10 生 4
場所	7 お話	4 シンプル 3
あの世	6 談話	4 気軽 3
お茶	6 活動	3 自由 3
この世	6 共有	3 不要 3
考え	6 死別	3 貴重 2
思い	6 お待ち	2 軽やか 2

加」等の文言が確認された。形容動詞には「カジュアル」や「自由」「軽やか」といった文言が見受けられた。デスカフェ開催者は、デスカフェで死を語るハードルを乗り越える工夫を意識している文言が抽出された。デスカフェは、「死を語る場」「死を語る人」がいることで成立する。死を語りたいニーズを持つ人が、参加に至るまでのハードル、デスカフェにおいて語るハードルが存在する。参加する場が、自身の思いを表現する、気軽に語ることができる、特定の思想、思考の押し付けではないという安心感がある環境が必要とされる。そのため、開催者は、広報文の中に、それらを表す用語を用いていることが示された。

2. インタビュー調査

カテゴリ〈 〉, コード「 」で表記する。

〈デスカフェの機能〉は、デスカフェが参加者や地域に対して果たしている機能である。「死を語るハードルを下げる」「死について語る」「死について考える機会」「緩やかなコミュニティ」「癒しの機能」「探求の機能」の6つのコードから生成された。

〈デスカフェの可能性〉は、今後のデスカフェの発展的展開により果たしていく役割を含めた可能性である。「属性を限定した開催形態」「死の準備教育」「死を身近

表2 デスカフェの名称

デス (Death) (死) の名称を使用	デス (Death) (死) の名称を不使用
死生観カフェ	
さかもとさんのデスカフェ	
Death Cafe Sendai	Sanshien De Cafe
デスカフェ@東京	Cafe mortel
死生学カフェ (メントモリカフェ)	カフェ カルペ・ディエム
自己の死について語るカフェ	カフェあの世この世
Death カフェ	
大人の寺子屋 デスカフェ	
Death Cafe	

表4 デスカフェの機能

カテゴリー	コード	データ
デスカフェの機能	死を語るハードルを下げる	ハードルが高い分かち合いの会やカウンセリングではない場で、死やグリーフのハードルを下げる機能
	癒しの機能	出入りしやすいカフェで、胸のうちに秘めていたものを吐き出し安心や癒しを得る空間
	探求の機能	専門家だけにまかせず、自分たちで支えあい、学びあいを得る。
	死について語る	死について考えているが、対話する場がないため、消化できてない人が語ることができる場
	死について考える機会	自分たちにいずれ訪れるものから逃げずに歩み、死について考える機会になる。
	緩やかなコミュニティ	死を媒介として、出入り自由な緩やかで緩やかなコミュニティとなる。

表5 デスカフェの方向性

カテゴリー	コード	データ
デスカフェの方向性	属性を限定した開催形態	高齢者だけや、家族を亡くした人など対象を絞った開催の仕方を求められることがある。
		高齢者施設とか若い人達の集まりだとかでやってほしいと言われればやりたい。
	死の準備教育	元気なうち死について自覚的にいて、それを踏まえた上で人生をどのように歩いていくとよりよく死ぬための準備につながる。
	死を身近に感じる装置	死を身近にすることによってウェルビーイングに繋がる、死を身近に感じる装置
	死と老いの課題に応える	多死社会にあたってみんなが右往左往する死と老いについての課題にデスカフェで答えていく。
	専門職や機関につなげる役割	さらに一歩支援が必要な人や、求めているものが深い人は、それを支援する。
	地域のケアの底上げ	看取り、孤独死、尊厳死など死に対する思いを話し、共有することが地域のケアの底上げにつながる。

に感じる装置」「死と老いの課題に応える」「専門職や機関につなげる機能」「地域のケアの底上げ」のコードが確認された。

デスカフェ開催者は、〈デスカフェの機能〉を「死を語るハードルを下げる」「緩やかなコミュニティ」等の機能を発揮するオープンな空間であると認識している。将来的な方向性から発揮していく可能性のある役割として、「地域のケアの底上げ」や「専門職や機関につなげる機能」を認識している。カウンセリングやグリーフケアを主目的とはしていないが、結果として「癒しの機能」を持ち帰る場合と、死を媒介として、学びや支えあいを得る「探求の機能」を得ることがある。

「地域のケアの底上げ」や「専門職や機関につなげる役割」に対しては、運営者により温度差があるが、共通

していることとして自由度の高い実践を縛られることは望んでいない。

#### IV. 考察

「死」について話したいというニーズを抱えている人は「誰に」「どこで」話すことができるのか。話したい内容、共有したい内容、聞きたい内容により近親者、知人には話しにくいことは存在する。この問題に対して、デスカフェは、カフェというオープンな空間により話したい人、聞きたい人を結びつける装置としての機能を発揮している。

デスカフェで語る内容として、1人称の死「私の死」、2人称の死「近いものの死」、3人称の死「誰かの死」がある。1人称の死として、どう死にたいか、死に直面したときの自分、死に対する思い等である。2人称の死

として、身近な人の死、愛する者の死、グリーフケア等、3人称の死として、臓器移植、脳死、死を迎える場の変化や傾向である。一人称の死は、探求形式のデスカフェ、2人称の死は、グリーフケア、ピアカウンセリング形式のデスカフェ、三人称の死は、ワークショップ形式のデスカフェで話される傾向にある。

デスカフェ参加者の中でも、デスカフェに求めるニーズは異なる。開催者のデスカフェに対するスタンスとして、ケア寄りや探求寄り等がある。参加者は、死に対する探求を求めてケアを持ち帰る者もその反対もある。国内で開催されているデスカフェの特徴としては、デスカフェの明確な定義や規定されたプログラムがなく、手探りの実践を積み重ねている点である。今後、多死社会において、死に関する対話、学び、つながりの需要は増えていくことが予想される。専門職や行政だけではすくいきれない死に対して向き合うニーズをデスカフェが果たすことが期待されると考えられる。

しかし、今回の調査で明らかになったことは、デスカフェ主催者間での交流が希薄な点、また手探りの実践を重ねている点である。将来的な発展や役割を期待される際には、各地の自然発生的なデスカフェ間における相互交流や問題意識の共有が必要だと考えられる。

多死社会の課題に対して、デスカフェは死をテーマとしたゆるやかなコミュニティをつくることで、死をあたりまえのものとして話せる風土を醸成する役割、死に対するタブー視をなくす役割等がある。また、近年は新たに開催されるデスカフェは増えていることから、デスカフェの存在が認識されてきたことに加え、新たな参加者が増え、デスカフェの輪が広がっていることがうかがい知れる。しかし頻度・開催数ともに地域における死を語るニーズに対して応えきれていないと言えない現状である。

デスカフェは死を語る場を提供しているが、加えて地域の居場所としての機能や地域と人をつなぐなど、多様な役割を發揮する可能性を有していることが示唆された。デスカフェの展開は、死を語る場や機会の需要といった問題だけでなく、コミュニティカフェの広まりやつながりの希薄化や孤立といった課題が背景にあると考えられる。国内のデスカフェの特徴として、自然発生的な増加によるガイドラインに縛られない自由度の高い実践があげられる。宗教者、医療・福祉専門職等が、デスカフェのつながりの場を作るコンテンツとしての可能性に気づき広めることでさらなる発展につながると考えられる。各デスカフェ間の情報共有、連携等を行うことで、参加者と主催者のミスマッチを防ぎ、地域にとって必要な死を語るコミュニティとして住み分けを行うことが必要で

ある。死を語る場の受け皿となるデスカフェが、地域コミュニティの再構成、看取り、多死社会を支える人材につながるために、過渡期の実践の認知度を高め育てていくことが課題である。

## V. 結論

デスカフェに対するフィールドワークと運営に携わる方へのインタビューを踏まえて考察した結果、以下の示唆を得た。

第1は、デスカフェ運営者は、デスカフェをケアの機能と探求の機能を有しているオープンに死について語る場と認識している。

第2は、デスカフェは、死の受容に役割を發揮しているが、来たる多死社会においてコミュニティやネットワークなどさらなる役割を期待され發揮することが予想される。

今回、フィールドワークを行ったデスカフェは5ヶ所、インタビュー対象とした開催者は5名のため、一般化することには課題がある。また、SNS等で広報を行っているデスカフェが調査対象であり、国内のデスカフェの全てを網羅しているわけではない。広報活動が弱いデスカフェや出張デスカフェも存在するが未調査である。そのため、本研究の結果は限定された情報に基づいているため、普遍的な結論とはいえない。今後の課題として、継続的なデスカフェのモニタリングと新たに開催されるデスカフェの調査により、デスカフェの形態と役割を類型化し、多死社会に向けた方向性の形成過程を明確にすることである。今後さらに研究を進め、地域性の違いや参加者のニーズ把握などを進めていきたい。

## 謝辞

本研究の実施にあたり、ご協力いただきました皆様に感謝申し上げます。なお、本研究は、京都女子大学研究費助成(令和元年度)「多死社会におけるデスカフェの役割と機能に関する研究」の一部である。

## 注

- 1) 既存のサークルや研究会を母体として、活動の一つとしてデスカフェを行う形態。外部から、デスカフェ開催経験のある人などをファシリテーターとして招いて行う。
- 2) デスカフェ開催後、継続的に開催せず単発で終了するケースも存在する。

## 文 献

- 1) 藤 和彦：多死社会の到来による価値変容に応じたシステム構築の必要，ポリシー・ディスカッション・ペーパー，2018，18号
- 2) 厚生労働省：「人生会議してみませんか」，[https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage\\_02783.htm](https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_02783.htm)
- 3) 厚生労働省：人口動態調査，<https://www.mhlw.go.jp/toukei/list/81-1a.html>
- 4) 横山奈緒枝：社会福祉士養成における葬送文化導入に関する一考察—多死社会の到来と弔いの変容における課題，吉備国際大学研究紀要，2017，増刊，55-64
- 5) 小谷みどり：話題のデスカフェに行ってみた Life design report＝ライフデザインレポート，2018，227，34-37
- 6) Death Café <https://deathcafe.com/c/Japan>