
研究ノート

国内デスカフェの発展過程とコミュニティとしての可能性

吉川 直人¹⁾, 萩原 真由美²⁾

Development process of domestic death cafe and potential as a community

Naoto Yoshikawa and Mayumi Hagiwara

In this study, we investigated the development process of domestic death cafes, which are becoming widespread, and analyzed the possibility of forming a death cafe community from the consciousness of the organizer, including the practice of online forms after the Corona disaster. Domestic death cafes have developed in various forms, due to the differences in the expertise of the people involved and the needs to talk about death. Furthermore, as the online practice that is easy to participate in spreads, the organizer feels that “creating the required place” is responsive, and while “growing himself”, he continues to practice with an awareness of “creating a new network community”. It was confirmed that.

Key words: death cafe, community, diversity, online, network

I. 目的

死はすべての人が当事者となる課題である。ACP, 終活, 死別の悲嘆等, 死を語るニーズは状況によって変化するが, 多死社会といわれる現在, 死を語る場の必要性は増している現状にある¹⁾²⁾。デスカフェとは, 「死」をタブー視せずに受け入れ, カジュアルに語り合う場である³⁾。宗教, 国籍, 年齢, 性別等に関係なく, お茶やコーヒーを飲みながら語り合うことで終末期, 親や家族の看取り, 近親者の死という経験を抱えた者, 自分ごととして死と対峙し学びたい者などが分け隔てなくつながることが出来る。スイスの社会学者 Bernard Crettaz が妻の死をきっかけに, 死について語り合う場 *café mortel* を開いたことが発祥である⁴⁾。イギリスの社会起業家 Jon Underwood が2011年にデスカフェ開催のガイドラインを公開し, 開催告知の登録が行えるサイト *deathcafe.com* を立ち上げた後, 世界中に広まった¹⁾²⁾。

デスカフェは, ケアの機能, 探求の機能, コミュニティの機能, ネットワークの機能, 死への準備教育の機能¹⁾⁵⁾を有し, 日本では, 海外の実践を参考としながら, 独自に様々な形で発展している¹⁾。また, 海外には, デスカフェを社会運動(デスカフェ・ムーブメント)として捉え, 社会的な制度や枠組を超えた自発的なコミュニティ

の広がりに着目した研究がある⁶⁾。国内では, 2020年2月のコロナ禍以降, デスカフェの多くは, 対面の場からオンラインに場を移して実施されている⁷⁾。コロナによる死は, 亡くなった人に会えず, 葬送の場も縮小されてお別れもできないだけでなく, 依然として死につながる感染症として蔓延していることから, 自らの死生観を揺さぶられ, 死について語りたい需要が増している状況にある⁸⁾⁹⁾。しかし, デスカフェがどのように広がり発展しているのか, 実態をつかむ研究が少ない。その上, オンラインで開催されるようになり, どのような変化が生じているのか未解明である。

そこで, 国内デスカフェの実態調査を行い発展過程を明らかにする。さらに, オンラインに場を移したデスカフェを含めて, 人と接する機会が制限されているこの状況下で, 人が集まり, 対話を通じてつながっていく, デスカフェのコミュニティとしての可能性を分析する。

II. 方法

1. 国内で行われているデスカフェ及びオンラインデスカフェのフィールドワーク

国内各地で行われているデスカフェを訪ね, フィールドワークを行った。リアルデスカフェ及びオンラインデスカフェに参加して, 主催者の開催動機と実際のカフェの展開内容, ファシリテーションの手法, 行われているワーク, 開催形態などの実態を調査した。

1) 京都女子大学家政学部生活福祉学科

2) 桜美林大学老年学総合研究所

2. デスカフェ開催者へのインタビュー調査

インタビュー対象者は継続的にデスカフェを開催している11人であり、僧侶、看護師、カウンセラー、エンゼルメイクやサロン開催に関わる経営者、図書館司書の職種にある男性6人女性5人である。それぞれの開催者の専門性や死へのかかわり方、デスカフェ開催と継続の理由、対話と場づくりへの意識を聞きとり、コミュニティづくりへの意識を分析した。

なお、調査は2020年3月～9月の期間に実施した。インタビューは、半構造化面接により行い、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。

倫理的配慮

調査に当たって、京都女子大学臨床研究倫理迅速審査委員会の審査を受けて許可を得た。(許可番号2019-33)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。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. 国内デスカフェの現況と発展過程

実施したフィールドワークにより、国内のデスカフェはいくつかの段階を経ながら、多様な形態で発展していることが確認された。表1に示すように、国内においてデスカフェの名称を用いた実践は、2010年頃のスローデスカフェが最初である。デスカフェ開催ガイドラインが公開される前からのデスカフェであり、自らの経験から、死について対話の場を開く必要性を認識したことから開催され、その後示されたガイドラインによるデスカ

フェと偶然似通ったものとなったケースである。2014年頃から、deathcafe.comのガイドライン等を参考に国内でのデスカフェ第一世代の実践が各地で開始された。この時期に単発や数回で活動を終えたデスカフェもあるが、現在まで継続した実践を行っているところも少なくない。2016年頃から、第一世代の実践をマスメディア、SNS等で知り、それぞれ多様なアレンジを組み入れたデスカフェが登場してきた。2020年からは、コロナショックによる対面デスカフェの中止、オンラインデスカフェの勃興、デスカフェオンラインサミットを経て新たな段階に向かう過渡期である。

また、国内デスカフェは表2のように大きく3つのタイプに分類された。①対話のみ(テーマあり/なし)、②対話+話題提供、③対話+ワークショップの3つだが、それぞれにさまざまなテーマや話題提供、ワークショップが組み込まれ、多様な展開になっていた。この3つどのタイプで開催するかは、多くの場合、開催者の開催動機や職種、専門性と関連していた。カウンセラーなどが、死へのさまざまな思いや死別の悲しみ(グリーフ)などを口に出して語る場を目的にしている場合は、少人数で対話を深める場として、「対話のみ」の形態で行っていた。葬儀社や図書館司書は、死についての学びを深めて、多様な考えや死の意味に触れるため、「対話+話題提供」の形態を取り入れていた。僧侶などが、死を怖がらず親しみやすくする目的で多人数の参加者を受け入れるためには、「対話+ワークショップ」の形態で行っていた。また、死に関わる専門職でない場合は、開催動機により実施形態を選択していた。

対話のテーマとしては[終末期、ACP、孤独死、スピリチュアリティなど]があり、話題提供としては[ゲストトーク、本の紹介、映画鑑賞など]があった。ワークショップには死をテーマに開発された独自のゲーム形式

表1 国内におけるデスカフェ年表

	名称	開始年	備考
第0世代	スローデスカフェ	2010年頃	国内において、デスカフェの名称を使った実践としては、最初
第1世代	死生観カフェ、デスカフェ@東京、デスカフェ仙台、マザーリーフ・デスカフェなど	2014年～	国内にデスカフェがほぼなく、deathcafe.comのデスカフェガイドラインを参考に始まった。
第2世代	sanshien de café、Café Mortel、カレンデュラカフェ、森のデスカフェなど	2016年～	ワーク形式、オンライン、グリーフケア寄りなど多様な形態のデスカフェが実施された。
コロナ以降	べりらいフ&デスカフェ、さかもとさんのデスカフェ、死をめぐる対話デスカフェなど ※オンラインデスカフェ以前に対面のデスカフェを行っている	2020年～ (オンラインデスカフェ)	2020年4月以降、10カ所以上でオンライン形態のデスカフェが対面の形態を変更して開始された。2020年9月には、デスカフェオンラインサミットが、国内のデスカフェ14団体の参加により実施された。

表2 国内デスカフェの形態

開催形態	開催者の職種	開始年	頻度
対話のみ(テーマあり/なし)	経営書(デスカフェ業他)	2010	不定期
対話+ワークショップ	僧侶	2014	不定期
対話+話題提供	葬儀社	2014	月1回程度
対話のみ(テーマあり/なし)	カウンセラー	2015	不定期
対話+ワークショップ	カウンセラー	2015	不定期
対話+ワークショップ	僧侶	2015	不定期
対話+ワークショップ	経営者(サロン他)	2016	不定期
対話のみ(テーマあり/なし)	カウンセラー	2016	月1回程度
対話+ワークショップ	僧侶	2018	年3回程度
対話+ワークショップ	福祉施設	2018	年2回程度
対話のみ(テーマあり/なし)	看護師	2018	月1回程度
対話+ワークショップ	カウンセラー	2018	月1回程度
対話+話題提供	図書館司書	2018	月1回程度
対話+話題提供	カウンセラー	2019	月1回程度
対話のみ(テーマあり/なし)	僧侶	2019	年3回程度
対話+ワークショップ	学生	2020	不定期

表3 デスカフェで行われるワーク

ワーク	内容	備考
もしバナカード	もしもの時に大事にしたいことが書かれたカード	もしもの時の考えを開示することにより、自らの死生観を掘り下げる対話のきっかけとなる。
死生観光トランプ	世界各国の死生観や弔い方が描かれたトランプ	自分と異なるものや近いものなど様々な死生観に触れ、自らの死生観を掘り下げる。
弔辞づくり	任意の対象が亡くなったときを想定して弔辞を作る	対象者を想い、悼むことから、自らの死に関する思いをあらわにする。
死の体験旅行	死に近づく当事者となり、心の中を体験する	死の体験旅行であらわになった死生観や心を対話の場に移行させる。
朗読	死をテーマとした朗読の読み上げ、試聴	心を落ち着かせ、対話の進展を行う。
イラスト	死をテーマとしたイラストの作成	言葉で伝えきれないイメージを開示し、イメージから言葉に戻り対話を進行させる。

なども多く、代表的なものを表3に整理した。ここに挙げたワークショップは、ほとんどがオンライン上で再現可能である。ワークそのものが目的ではなく、死を語るハードルを下げ、対話の切り口を親しみやすくする目的でワークが取り入れられていた。

表4には、オンラインでのデスカフェに共通している実施内容を整理した。ほとんどは、同時双方向オンライン会議ツールであるZoomを使用して行われていた。対面の時と同様に、必要な事前ルールの理解を得てから全体で対話し、特に小グループの対話では、同時双方向で参加者の顔が見えるので対面とそう変わらないカフェ

トークができ、ブレイクアウトセッション機能を利用してグループ分け対話もできるため、ワークショップも可能になっていた。ただし、納棺体験等の実施はオンラインでは困難であるため、行われていなかった。

すべてのデスカフェがオンラインに移行して対面のデスカフェがなくなったわけではない。デスカフェ開催者は、対面のもつ効果や意味を認識しており、オンライン、対面の双方の形態を使い分け、並行して実施していきたい開催者がほとんどであった。7月以降、対面のデスカフェ再開の動きが出てきており、人数を絞った実施、会場の工夫、感染症対策の徹底を行い、開催されていた。

表4 オンラインデスカフェの実践

名称	オンライン形態の開始時期	開催ツール	開催形態
カレンデュラカフェ	2019年3月	Zoom	対話+ワークショップ
Death Cafe Daianji	2020年4月	Zoom	対話のみ(テーマあり/なし)
デスカフェ@東京	2020年4月	Zoom・LINEチャット	対話のみ(テーマあり/なし)
さかもとさんのデスカフェ	2020年4月	Zoom・Google Meet・LINEチャット	対話のみ(テーマあり/なし)
べりいライフ&デスカフェ	2020年4月	Zoom	対話+ワークショップ
デスカフェ～死をめぐる対話～	2020年4月	Zoom	対話+話題提供
Virtual Death Cafe Sendai	2020年4月	Zoom	対話のみ(テーマあり/なし)
Cafe MorteI	2020年6月	Zoom	対話のみ(テーマあり/なし)
マザーリーフ・デスカフェ	2020年7月	Zoom	対話+話題提供
デスデザイン・カフェ	2020年9月	Zoom	対話+ワークショップ
ワカゾーのDeathカフェ	2020年9月	Zoom	対話+ワークショップ

2. インタビュー調査

デスカフェ開催者のインタビュー調査の結果から、開催者の専門性や死へのかかわりから語られたデスカフェの継続要因と今後のコミュニティとしての可能性を分析した結果、表5に示した「求められている場づくり」「開催者自らの成長」「新たなネットワークコミュニティ」の11のコード、3つのカテゴリーが抽出された。以下に、カテゴリー「 」, コード〈 〉で表記する。

1「求められている場づくり」

デスカフェ開催者は、死を語る場を開く際の留意点等を意識していた。対話の場であるが強制されずに、何を話しても受け入れてくれる安心感を持てる〈安心・安全な場〉であることを特に大事にしていた。開催者も自分から〈自己開示〉を行うことにより、対話が円滑に進むように工夫を行っていた。デスカフェが癒しの機能や探求の機能を発揮できるように、人は必ず死ぬという当たり前のことを時間をかけて深く見つめ、死を存分に〈悲しむことが出来る場〉とすることで、心の奥にある思いを語れる空気を作り出している。参加者が深い所で話しているときは、口を挟まずだれかが話して上書きされないように気をつけ、〈一段深い対話〉に落とせるように意識した実践を行っていた。

2「開催者自らの成長」

デスカフェは、参加者のみに影響を与えるわけではなく、開催者にも影響を与えていた。制度的担保がなく行政の補助があるわけでもないため、開催者のモチベーションが続かないと継続は出来ない。デスカフェは、自分がよく生きるための〈自らの生の場〉であり、参加者の死生観を知ることからの気づきや知識の修得も多く、〈自らの学びの場〉となって「開催者自らの成長」につ

ながっていた。また、自らも話を聞いてもらうことで〈自らの癒しの場〉にもなり、参加者、開催者の双方向に好影響があることが大きな継続要因となっていた。

3「新たなネットワークコミュニティ」

デスカフェは、死へのどのような思いも受け入れられる場所、聞いてもらえる場所である。〈死生観で集まる場〉は、自然とお互いを否定することなく、多様な人が認めあいがらつながる、〈死のテーマを媒介としたコミュニティ〉になっていくことを多くの開催者が感じていた。さらにオンラインでの開催になれば、リアルなコミュニケーションが苦手な人も、顔を出さずに写真だけ映し出すなどの方法で参加して、発言が出来る。このようなネットの中で生きている人ともつながり、コミュニティの寛容性が広がるという開催者もいた。〈オンライン・リアル2種類のコミュニティ〉がコミュニティづくりの可能性の幅を広げていた。また、これからは、オンラインのつながりやすさを活用すれば、他のデスカフェとのコラボレーションや、他のさまざまな業種の対話カフェなども〈多死社会をテーマにしたネットワーク〉を作ることが出来る。今まで作りにくかった「新たなネットワークコミュニティ」の構築を見据えている開催者もいた。

IV. 考察

国内のデスカフェの発展過程は、自主性、自然発生的な勃興が特徴である。2010年代後半の終活ブーム期に終活セミナーやエンディングノート作りが各地で行われたが¹⁰⁾、葬儀や墓、遺産などの死後の話ではなく、どう逝きたいか、理想の死とは何か、どう看取られたいかといった死を語る際の核心の問いを求めるニーズから、デスカフェが行われるようになった⁵⁾。デスカフェは強

表5 開催者の継続要因と今後のコミュニティとしての可能性

カテゴリー	コード	データの一部
「求められている場づくり」	〈安心・安全な場〉	全部答えなくてもいいよということを認めるし、言ってしまうてもOKだし、場の雰囲気だけを味わいに来られる様な形でもいいと思っている。私はここにいてもいいんだという安心感、パスの権利も大事にしています。
	〈悲しむことが出来る場〉	人は必ず死ぬ。その当たり前前ことを実感する。その人はもう死んだんだってまず認めてその死を存分に悲しむことなんです。
	〈自己開示〉	まず自分が自己開示をして、自分がこれだけ言うんだよということ大事にしている。
	〈一段深い対話〉	深い所でしゃべっていると思ったときにあえて口を挟まない。みんながその人の話に聞き込んでいる瞬間が確実にある。その時にだれかが話すと上書きされるので、それを上書きされないように気をつける。
「開催者自らの成長」	〈自らの生の場〉	自身がよく生きるため、自分の与えられた生を自分が人々に与えられたら良いなというのが1つのモチベーション
	〈自らの癒しの場〉	普段は感じられない自分の深い所に下りられる場所、触れ合いを求めている、自分が受け止められていると感じてくれているとやりたい事ができている。
	〈自らの学びの場〉	自分のなかで死生観、いろんな死生観があるのに気づきがありますし、自分の知識なども伝えることができる。生きていて良かったと思ってほしいと感じられるのがやりがいになっている
「新たなネットワークコミュニティ」	〈死生観で集まる場〉	死生観というキーワードで集まり、お互いに否定しない、価値観を認め学び合って高めあいながら場所ができていく。
	〈死のテーマを媒介としたコミュニティ〉	死をテーマとして集まったつながりや場は、コミュニティとして発展し、次の段階に進んでいける。
	〈オンライン・リアル2種類のコミュニティ〉	ネットの中で生きている人が増えている。様々な理由でリアルに出られない人がいる中、オンラインとリアルのコミュニティ2つの可能性で進んでいける。
	〈多死社会をテーマにしたネットワーク〉	死というトピックで、デスカフェ同士や他種の対話コミュニティとの新たなつながりができる。

制されて出る場ではなく、だれかから誘われたから否応なしに参加する場でもない。デスカフェは自主的に参加する対話の場であること¹¹⁾が参入障壁を下げている要因の一つであると考えられる。デスカフェは議論をしたり、自分の正当性を主張する場ではない。どの開催者もデスカフェで重視している対話は、複数人で話すことで相手と向き合って話し、新しい何かを見出したり、相手を理解したり、それぞれの考えをフラットに伝え合う機能のコミュニケーションであった。

新しい生活様式のもと、多様性のある共生社会を実現するには、このような対面でもオンラインでもつながれる形態で、しかも気軽に自主的に参加できる小さなコミュニティの存在が必要とされているのではないだろうか。

デスカフェ参加者の中には、家族や近い人には、死生観や、死にまつわる話題を話しにくいという人は少な

くない⁵⁾。頻繁に顔を合わせる関係性においては、死生観、政治、宗教など価値観の相違が明らかになると、関係性に支障が生じることが考えられる。デスカフェの、ゆるやかであいまいな関係性だからこそ、本音が開示できるという開催者も多い。自分の本音で緩やかに繋がれる場が、現代のライフスタイルに欠如しているからこそ、求められている場となっていると考えられる。

地域の中の互助力も薄まり、地域コミュニティの弱体化、希薄化が進んでいると言われている¹²⁾。この時代に勃興したデスカフェが、対面、オンライン問わず、人がゆるやかにつながるコミュニティ作りに果たす役割は大きいと思われる。

しかも、オンラインによるつながりが容易になった現在、デスカフェ同志のつながりや連帯も可能である。これを実施する取り組みのひとつとして、2020年9月

21日(月)～9月27日(日)までの1週間にわたって、オンラインデスカフェに関するイベントを継続して行うDeathCafeWeek 2020(デスカフェオンラインサミット)を行った。※研究ノート「デスカフェオンラインサミット(DeathCafeWeek 2020)の開催報告」参照

国内デスカフェネットワークの構築とコロナ禍でさらに高まった死を語る場の需要に応える場の形成が行われ、参加したデスカフェ開催者たちからも、場に集まった参加者からも、アンケート等を通じて、これからもこのネットワークを続けてほしいという声が上がっている。

地理的・時間的制約を乗り越えやすいオンラインでは、コラボレーションによる知識の共有や協働をしやすく、新しい時代の対話コミュニティ形成の後押しになる可能性がある。その過程で、死というテーマと志の縁で結ばれた参加者の間に、新たな地縁が結ばれる可能性も指摘されている¹²⁾¹³⁾。看取りの地域人材(看取りのドゥーラ)育成の必要性を提唱している研究者は、ドゥーラに適した人材をデスカフェの参加者から発掘できる可能性がある¹⁴⁾¹⁵⁾。

このようにさまざまな希望や期待を受け取りながら、デスカフェは多様な形で、大小さまざまなグループで広まっていくだろうとどの開催者も予測している。その広まりがこれからの共生社会に貢献するコミュニティの機能として発展していくためには、ばらばらな広まりをゆるやかにつなげる国内ネットワークの構築、国内での開催のための支援体制の構築、国内向けの登録制度といったサポート体制を整備していくことが必要である。こうした新たな開催者、参加者も参入しやすくなる仕組みづくりが課題となる。また、今後は、葬儀社×寺院、施設×教育機関、カウンセラー×寺院等、多様性を活かしたコラボレーションを行い、死の対話の場の拡大が、死を語るハードルを下げ、ACPの普及を筆頭とした多死社会の課題に対する協働の端緒となることが考えられる。

V. 結論

対面のデスカフェ及びオンライン形態のデスカフェへのフィールドワークを行い、デスカフェ開催者へのインタビュー調査を行った結果から得た知見を整理する。

国内デスカフェの実態調査の結果、多様な形態による発展は、主催者が持つ専門性(病院、施設、寺院、葬儀社、セラピスト等)によって開催形態の工夫を行われており、ACP、グリーフケア、死の探求、自分の死について考えてみたい等のさまざまなニーズに対して適応していた。

オンラインに場を移したデスカフェが発揮している機

能として、リアルな場で行っていた多様な形態をオンライン上で再現が出来、ケア、探求、コミュニティ、ネットワーク、死への準備教育のすべての機能を継続していたが、特にオンラインの特性により、コミュニティの機能が強化されていた。

デスカフェ主催者たちはコミュニティ形成の場としての意識を持って実践を続けており、今後の連携や協働などを通じて、死のテーマを媒介とした新たなネットワークが形成されつつある可能性が示唆された。

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、上廣倫理財団研究助成、京都女子大学研究経費助成(令和2年度)、日本私立学校振興・共済事業団若手奨励金の一部である。

文献

- 1) 吉川直人：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，京都女子大学生生活福祉学科紀要，2020，(15)，pp39-44
- 2) 吉川直人：デスカフェとは DeathCafeWeek2020, 2020
- 3) Death Café <https://deathcafe.com/>
- 4) Bernard Crettaz Cafés mortels Labor Et Fides, 2010
- 5) 萩原真由美，柴田 博，芳賀 博，藤井 圭，長田久雄：自発的な「死」の語り合いがもつ意味：デスカフェ参加者の人生観と死生観を通して，応用老年学13(1)，2019，pp54-65
- 6) Jack Fong: The Death Cafe Movement: Exploring the Horizons of Mortality, Cham, Switzerland Palgrave Macmillan, 2017
- 7) 萩原真由美，吉川直人，中藤 崇，柴田 博，長田久雄：国内デスカフェの多様性と動向：(デスカフェオンラインサミット) DeathCafeWeek 2020の事例報告を含めて，第15回日本応用老年学会，2020，p35
- 8) 「死を語るカフェ」に吸い寄せられる人々の事情 全国に広がる「デスカフェ」のネットワーク，東洋経済オンライン，2020
- 9) 死を“じぶんごと”に。コロナで人気急騰の「デスカフェ」とは？. クーリエ・ジャポン，2020
- 10) 木村由香，安藤孝敏：マス・メディアにおける終活のとらえ方とその変遷—テキストマイニングによる新聞記事の内容分析—技術マネジメント研究17，pp1-19
- 11) 萩原真由美，藤井 圭，長田久雄：中高年者のデス

- カフェへの参加動機, 第14回日本応用老年学会, 2019, p58
- 12) 山崎浩司: 死生学×デスカフェ～志縁と地縁を紡ぐ
デスカフェ～DeathCafeWeek 2020, 2020
- 13) 石丸昌彦, 山崎浩司: 死生学のフィールド 放送大
学教育振興会, 2018
- 14) 林美枝子: 死のドゥーラと Death Café のこれから
～DeathCafeWeek 2020, 2020
- 15) 林美枝子, 永田志津子: 臨死期介護における地域住
民のボランティアについて, 看取りのドゥーラを中
心に, 第28回日本介護福祉学会, 2020年10月31日