DECEMBER 2021　葬儀業界最大手の公益社がライフエンディングの最新情報をお届け　VOLUME 06

KOEKISHA Heartful

公益社ハートフル

公益社 KOEKISHA

新型コロナウイルス感染者の減少で通常の生活が戻りつつある中、見えてきたこととは

ライフエンディング コロナ禍をきっかけに変化したこと、変化しなかったこと総まとめ

新型コロナウイルスの流行から2年が経とうとしている今、ライフエンディングの現場では、葬儀の新たなスタイルや考え方が新たな常識として定着しつつあります。しかし、コロナ禍を経ても変わらなかったこともあります。国内のコロナ感染者の減少により、通常の生活が戻りつつある今、変わったこと、変わらなかったことをまとめます。

コロナ禍がライフエンディングにもたらしたこと

多くの人が集まる葬儀では、特に緊急事態宣言下において、感染対策のひとつとして参列者を近親者のみにするなど、少人数で執り行うケースが増えました。葬儀はコロナの流行前から、超高齢化、社会の価値観の変化などを受け、故人や遺族の在籍する会社や、地元のコミュニティを重視する葬儀から、少人数で執り行う家族葬に徐々にシフトチェンジしてきましたが、その潮流が5年分早まったと言われています。特にコロナ流行の初期は、全ての人が感染症対策に関する知識も乏しく、故人の訃報を今まで通り伝えて良いものか、伝えないほうが良いのか、多くの人が悩んでいました。

このように全てのことが手探りの状況で進んでいく中、コロナの感染者が世界的に急増したことで、喪主となる人が海外から帰国できない、県をまたぐ移動に制限が出たことで、遠方の僧侶が葬儀に来ることが出来ない、遠方の親戚が参列できないなどの問題が生じてきました。

それでも当初は、コロナはすぐに終息するだろうとの見方が多かったため「今は緊急事態だから仕方がないが、いずれ落ち着いたらお別れの会などを執り行おう」といった考えが主流でしたが、コロナ禍が長期化したことで、今できる最善のことをやろうといった考え方に変化していきました。

それにより、葬儀をオンライン会議システムで配信、僧侶がオンライン会議システムで読経といった、コロナ前の常識では考えられないような方法を採用したり、

コロナ禍で変化したこと

- 感染対策のために葬儀の参列者は少数に
- 葬儀におけるタブーの境界線が変化
- 遠方への移動が難しい場合、葬儀に参列できないことも
- 近親者以外（遠方の親戚、ご近所、故人の友人など）への案内の仕方に変化
- ライフエンディング全般について周囲の人に相談しづらくなる
- 病院での看取りがままならないことから、最後のお別れまでの時間が重要に

たくさんの人をお呼びするために、葬儀を2部・3部制に細分化し、同時に参列する人数を減らすなどの対策も考案されました。

さらに、ライフエンディング全般で考えると、コロナ禍をきっかけに、死や葬儀を意識し、自身の終活への関心を高め、準備をする人の増加をもたらしました。死について語ることのタブー視が少し和らいだとも言えます。コロナ禍で周囲の人に気軽に相談できない今、葬儀社のオンライン事前相談が人気を集めています。

コロナ禍で注目が集まったこと

この2年間で、エンバーミングを選択する遺族が増えています。エンバーミング処置をすることで遺体の消毒・殺菌、腐敗防止、修復（生前の安らかなお顔に戻す）をすることができます。

最期にお別れする際の故人のお顔の表情を生前の安らかな状態に戻すことで、残された遺族の心残りを払拭する効果があります。また、腐敗防止効果があるため、生前コロナ禍によって、会うこともままならなかった故人との最後のお別れの時間を

プロが答える

コロナ禍でもできる「弔う気持ち」を尊重したお葬式とは

コロナ禍で、最近の葬儀は近親者のみで執り行う家族葬が増えています。親しい友人や知人が亡くなられた時、弔う気持ちをどのように現せば良いのか、葬儀の最前線を葬祭ディレクターに聞きました。

今日は、近所に住む、おひとり様ライフを満喫する長女 愛が家に来ています。なんだか暗い顔をしている母 公子のことが気になり、聞いてみると。

愛も知っていると思うけど、お母さんと仲の良かった早智子さんが最近亡くなったのだけど、知った時にはもう葬儀も終わっていて。

コロナ禍で、葬儀は近親者だけで執り行うことが増えているみたいだから、しょうがないよ。

2年前に旅行に行ったときに、「私の葬儀には仲良しのみんなに来てほしい」なんて明るく話していたのに、葬儀に行くこともできなかったなんて、今からでも何か出来ることがあると良いのだけど。

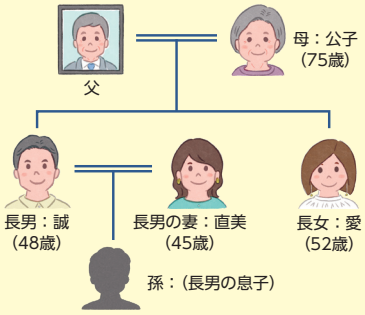
この間、葬儀費用について相談した葬祭ディレクターの阪本さんに聞いてみたら?

そうね、悩むよりも阪本さんに聞いたほうが良いわね。

登場人物

一級葬祭ディレクター 阪本さん

益田家 家系図



丁度、今日時間が空いているということなので、公子と長女の愛は、葬祭ディレクターの阪本さんに会うために公益社会館に向かいました。

実は最近親しい友人が亡くなったのですが、私が知った時には既に葬儀も終わっていて、どうしたら良いのか悩んでいるのです。

それはご愁傷様です。親しいご友人を亡くされて、さぞや気落ちされていることと思います。

葬儀に参列していないし、最後のお別れもしていないので、まだ友人が亡くなったということが実感できないの。

公子さんのお気持ちは良くわかります。

充分にとることができることも、後悔なく故人を送り出すために重要です。またコロナ禍により感染症への関心が高まったことも、エンバーミングへの注目が集まる要因となりました。

また、人と直接会うことが難しく、葬儀後に大切な人を亡くした悲しみを分かち合う人がいないことから、グリーフケアへの必要性も高まりました。

コロナ禍を経てもなお変わらないこと

家族葬など、参列者の少ないスタイルに変化しても、葬儀がなくなることはないでしょう。葬儀とは、そのプロセスを通して大切な人を亡くした悲しみを癒すための儀式でもあります。また、故人の尊厳を守り、弔うことも、故人との別れを乗り越えるための重要なファクトです。コロナ禍は、変化する時代に対応した、新たな葬儀のカタチを生み出しましたが、これは、故人を弔う気持ちといった普遍的な考えがあったからこそと言えます。

友人は、とても気さくで交友関係も広かったから、自分の葬儀には交流のあった方々にお別れをしてほしいと、生前言っていたことが、とても気になっているの。寂しい葬儀で、悲しんでいるのではないかと思うと、胸が張り裂けそうで。

最期にお顔をご覧になって、お別れをされたかったですよね。ただ、ご友人のご家族も、非常に迷われたのではないでしょうか。
ご遺族から、声を掛けることで、「こういった時期だけどお参りに行かなければならないのかしら」と、無理してご参列されるのではないか、このような時期に声をかけるのは非常識に思われるのではないか・・・。ご家族も悩んでいらしたのではないかと思います。
既に、ご葬儀は終わられていますが、故人に向けたお手紙、お花、お線香などを送るなどして故人を弔うお気持ちを現してはいかがでしょうか。

そうね。友人が生前「仲良しのみんなに来てほしい」と言っていたとしても、コロナ禍では実現するのは難しいものね。ご遺族も大変だったでしょうね。

ところで、コロナ禍の葬儀は、たくさんの人をお呼びしてはいけないのですか?

コロナの流行から2年近く経ち、私どもも様々な知見を得ました。やはり、交流のあった方々にお別れをしてほしいといった想いのご遺族も多いので、参列者が分散するよう、2部・3部制といった具合に、同時に集まる人数を減らすような工夫をしています。

なるほど。それなら安心ですね。

そのような方法もあるのね。

他にも、遠方にお住まいの方にもご参列いただけるよう、スマホ、iPad、PCなどの端末を使用し、リモート参列のサービスも無償で提供しています。

葬儀をビデオで撮影するなんて不謹慎ではないですか?

そう?　とても便利じゃない?
コロナ禍でなくても、高齢の参列者が遠方から来るのは大変だから、こういったサービスを使うのも良さそう。

確かに、最初は抵抗があるかもしれないのですが、実際にご利用された方からは、モニター越しとはいえ最後にお別れできたのは良かったというお声もいただいています。

私も、友人と同じように最後は仲の良かった友人や、お世話になったご近所の人にも見送ってほしいからその時々の最善の方法でお願いね。愛ちゃん。

わかりました。誠と、直美さんにもきちんと伝えてね。でもお母さんはまだまだ長生きしてほしいので、いつまでも元気でいてね。それより私は、独身で家族がいないから、自分のことも考えなきゃいけないかな。

いつでもご相談にいらしてください。

重要ポイント

- コロナ禍で葬儀に参列できなかった場合、お手紙、お花、お線香などを送り弔意を現す
- コロナ禍でも、葬儀に多くの人に参列していただく方法がある
- コロナ禍をきっかけに、リモート葬儀など新たなお別れの手段が生まれている

用賀会館館長、
1級葬祭ディレクター
阪本 さおり(さかもと さおり)
今までの葬儀担当件数は500件以上、「事前相談」「終活セミナー」「家族葬セミナー」などの講師も務める。

KOLインタビュー

コロナ禍で大切な人を亡くした遺族に必要なグリーフケアとは。

新型コロナウイルス感染症で、外出も人に会うこともままならない状況が長く続く中、大切な人との最後のお別れの仕方も変化しています。コロナ禍で、大切な人を失った悲しみを持つ人に必要なことを、グリーフケアの実践者であり研究者でもある黒川先生に伺いました。

黒川 雅代子（くろかわ かよこ）
龍谷大学短期大学部
社会福祉学科 教授

死別を経験した人に対する支援（グリーフケア）について研究。龍谷大学にて、死別を体験した人が集い、悲しみを共有し、これからの生き方を話し合うための会「ミトラ」を運営。公益社遺族サポート「ひだまりの会」スタッフ。共著に「生死を超える絆」、「あいまいな喪失と家族のレジリエンス」他。

大切な人の死を人に伝えることができない

外出も人に会うこともままならない状況が長く続く中、葬儀も近親者など少人数で執り行うことが多くなりました。コロナ禍であろうと、なかろうと大切な人の死は耐え難いものです。

コロナ禍で、葬儀を近親者など少人数で執り行うことが増えたため、遠方に住む親戚、友人、知人などに、大切な人が亡くなったことを伝える機会が減ったように思います。悲しみの中にある遺族にとって、大切な人の死を葬儀などの儀式以外で他者に伝えることは、死を実感することにつながり、想像以上にエネルギーがいるものです。

悲しみ、後悔、罪悪感、怒りなどの気持ちを人と共有することが困難に

病室が面会禁止のため、充分な看病ができず看取りもできなかった。県をまたぐ移動ができなかったため、帰省もままならず、生前の故人に会うことができなかったなど、遺族が後悔したり、罪悪感を持ったりすることが増えています。

葬儀後も、心配する友人、知人がお茶やご飯に誘ってくれたり、親戚、友人、知人ら故人を知る人が自宅を訪問してくれたりなど、遺族にとって心の支えになる人とのつながりも、希薄になっています。また、遺族会などの遺族を支援する組織の開催頻度も減り、悲しみを共有できる場が、ほとんどなくなってしまっています。

大切な人を亡くした悲しみと向き合うために

そもそも、悲しみが深いということは、それだけ故人のことを想う気持ちが強いことの表れであり、尊いことです。大切なことは、遺族がその悲しみを一人で抱え込むことなく、周囲に理解し共感してくれる人が存在するということです。そして、時間の経過の中で、故人との思い出を振り返ることや、故人を知る人と思い出話しをする、故人との思い出の場所に行くなどは、遺族が行うグリーフワーク（悲しみと向き合うこと）のひとつとなります。ただし、悲しみに向き合う方法は個人差がありますので、自分に合った方法を見つけることが大切です。亡くなった人に語りかける、手紙を書く、やりたいことを見つけるなどもあります。グリーフは病気ではありません。悲しみは、大切な人を想う気持ちです。そのため、グリーフケアのゴールは悲しみをなくすことではありません。グリーフケアとは、遺族が悲しみに向き合うための力を支援するものなのです。

私は、大切な人と死別した悲しみを共有し、これからの生き方を話し合う場「ミトラ」という遺族会を運営しています。月1回開催していますが、コロナ禍の中、しばらく開催を見送っていました。コロナが少し落ち着き、最近になってようやく再開できるようになりました。

実際に再開すると、コロナが流行する前に比べ、参加者は増加しました。いかにみなさんが悲しみを共有できる場を求めておられたのかがわかりました。

コロナ禍で生まれた新たな人と人とのつながり方

長期化するコロナ禍で、出来なかったことも多くありますが、逆に発見もありました。今までは、実際に会って対話することを重視してきましたが、メール、LINE、オンライン会議システムなど、新たなコミュニケーション方法を取り入れるきっかけになりました。孤立を防ぐための方法として、デジタルの力を活用することは有益です。また、こんな時だからこそ手紙のやりとりも良いものです。手紙だからこそ伝わる暖かい気持ちが、遺族の心にそっと寄り添うかもしれません。

私がスタッフとしてサポートしている公益社のグリーフケアを実践する遺族会「ひだまりの会」は、他の遺族会がコロナ禍で、活動をほぼ休止している中、いち早くオンライン会議システムを使って遺族会を再開しました。

参加される方のほとんどが、オンライン会議を利用したことがなく、最初は手間取りましたが、今ではスムーズに会も進行し、コロナ禍で人と話すことが極端に減っている今日、参加者にとっては貴重な時間となっているようです。

公益社とは　燦ホールディングスグループの葬儀サービスを提供する葬儀会社。1932年に大阪で創業。1994年に葬儀会社として初の株式を上場（当時の大証新二部）。2001年に東証大証一部に株式上場。2004年に燦ホールディングス株式会社に商号変更、持株会社となり、会社分割により新たに設立した株式会社公益社に葬祭事業と運輸事業を継承。首都圏と近畿圏を地盤とし、51の葬祭会館を運営するグループの中核会社。創業から89年の豊かな知見を活かし、家族葬、一般葬、社葬など、小規模な葬儀から大規模な葬儀まで執り行うことができる国内最大手の葬儀社です。
https://www.koekisha.co.jp/

大阪本社

東京本社

KOEKISHA Heartful Vol.6（2021年12月発行）　発行:株式会社 公益社　編集:株式会社インテグレートコミュニケーションズ　TEL:03-5464-2046　担当:村山（amurayama@integrate-com.co.jp）