

4. 被害後の変化・「回復」とは

交通被害の当事者の方たちは、被害後にどのような心の変化を経験し、日々の生活を歩んでいるでしょうか。「回復」ということばをキーワードに尋ねました。事故前の状態を 100 として、現在は何点くらいかについても尋ねました。回復度（数値）の高低が問題ではなく、ご本人が感じている回復具合の 1 つの目安として見ることができます。インタビュー協力者 9 名のうち回復度について回答を得ることができた方が 7 名で、そのうち 90 や 100 近いと答えた方が 2 名、60、70 と答えた方が 2 名、50 が 3 名でした。

インタビューでは、多くの方が遺族にとって「回復」はありえない、喪失感や悲しみは抱えたままと語っていました。その一方で、亡くなった家族のことを心の中に納め、社会生活を送るようになった、新たな意味を見出した、何かを得たといった語りもありました。

【回復度は 50 くらい】

回復度は 50 くらいと答えた方は、複雑な胸のうちをつぎのように語っています。半分は戻っている、あるいは生き直すように感じるが、残りの半分として心の傷、悔しさなどと表現されています。

「難しいですね。表面上は（普通に）なってますけど、中身はやっぱり変わってない。回復という言葉自体に抵抗がある感じで、傷とか、失ったものというのは戻らないので、その傷はそのままなんですけど、それを抱えたまま何とか生活を取り戻せるようにはなっているから、50 くらいですかね。」(T1)

「（回復度は）50 かな。50、半分。…何かもう一回自分の中を生き直すという意味では 50 で（これからの人生分として）、50 は、（過去の辛い思いとして）もう一生こう取っとくっていいのかな、こう、この思いは 50、こん中（心の奥）に入れとくっていい感じかもしれないですね。」(T2)

「回復してる感じですか。半分、50%ぐらいかな。フルタイムでなくても働くようになったので、50%ぐらいですかね。ただ、いまだ薬がないと眠れないとか、いろいろあるので。でも、どうだろう、100%まで回復するような気は何となくしないんですけど。心のどこかにやっぱりあるような気がしますけどね。悔しいというか、何でしょうね。」(T6)

【悲しみはつねにある】

現在普通に日常生活を送ることはできているが、悲しみはいつも抱えているという思いについても、つぎのように語られています。

「（回復度は）どのくらいかな、60 とか 70 かな。やっぱり、戻ってこない（妻）のことはずっと思ってるしね、いなくて悲しい気持ちはなくなるもんでもないんで、うん、そこは埋まんないんだろうなと思いつつですかね。」(T4)

「今日の私の状況を見ていただければ、ある程度、そちらのほうで判断できるかなと思うんだけど。気持ち的なところではもう普通の状態になってるんだろうとは思いつつんだけど、やっぱり（亡くなった）息子の話をするときにはもう駄目ですね。もう完全に落ち込みます。」(T5)

つぎの方は、現在の回復度を 100 としたあと、インタビューの終盤で 80 に訂正しています。回復をどう捉えるか、むずかしい問題を提示しているといえます。

「(回復度について) 100、回復しているんだと思います。ただ、(中略) いつも思い出してはいるんですよ。でもそれをね、そう、回復をしていないからそうなんだというものともまた違うと思うんですよ。私は私で回復はしている、でも悲しいと思う気持ちはいつも持っている。だけどそれによって自分自身の行動とかものの考え方とか、こういう日常生活、変わるというものでもまたないんですよ。何なんでしょうね、ちょっと私にもよく分からないですけど。」

「(家庭内で)・・・それ(亡くなった息子のこと)について話をすると、私は絶対涙が止まらなくなると思うので、触れないで自分の心の中だけでいつも思っている・・・これは、じゃあやっぱりちょっと回復したとは言えないですね。100%は撤回です。今、じゃあ 80 かな。死ぬまで抱えていかざるを得ないんじゃないでしょうかね。でも普通に生活はできるので、それを回復と捉えるのか、でも心の深い部分だけ元通りではないというふうだったら、回復は死ぬまでできないというか・・・」(T3)

【死生観や人生の優先順位の変化】

つぎの方々は、被害経験によって生についての見方や人生の優先順位に変化が生じたことが率直に語られています。

✓ 死生観の変化

「基本的には、これもずっと嫁さんには言うたんやけど、「早よう死にたい」というようなところで、「生きとつてもしゃあないし」みたいな感じのところは、下に弟がおって、あの子には申し訳ないんやけれども、私はそないに長いこと生きとつても時間の無駄やなというふうな感じでは、自分では今思うとるようなところがあります。そして、私は思います、次、私が娘に会えるときは、私が死ぬ間際に、あの子が私を迎えに来てくれるとき。そのときを楽しみに待っています。そう考えると、ある意味、「死」に対して、一般的な、「恐れる」という概念が、少し変わったと言えるのかもかもしれません。」(T8)

「まあ当事者になるまで考えてもなくてね、年取って死ぬんだらうなって思ってたのが、要は生きる意味とか生きるって何だらうなって考え始めちゃうね。そもそもそこに意味なんかねえんだらうなってところが、俺のたどり着いたところなんですけど。そこでまあまあ、日々、日々過ごせたっていうぐらいですかね。何か、うん、本当その日々に感謝して過ごせばいいのかなぐらいな感じになって、欲がなくなっちゃいました。物欲とかもないしね、おいしいもの食べればおいしいとは思うけど、別段食べられれば死なないしとかね。」(T4)

✓ 人生の優先順位を変えざるを得なかった

「人生の優先順位が変わりましたね。変わったっていうか、変えざるを得ないとかね。息子の成長が結構楽しくて楽しくてしょうがなく、子どものときの成長と違った、特に男の子だからあるんですよ。一緒に酒を飲み行ったり、こう、一緒にこう何か男同士っていうか何か、大人同士としての付き合いみたいなことが非常に心地良くて・・・普段話せないようなことも何か話せたりすると、何か将来こう何かこう、夢が広がって。ちょうどその事故の 1 カ月前、うちの社員の女の子が結婚したんですね。結婚式に行って、それで花婿のお父さんが最後あいさつするじゃないで

すか。そのときに、ああ、俺これやるんだなと思って、こう何かすごいうれしく思ったり。勝手に何かもうそんなとき自分の、どういうこと言おうかなってこう考えたりね、こうその楽しみがなくなっちゃったから、優先順位がガラガラって変わった感じですね。」(T2)

✓ 新しい世界で生きていきたいと思うようになった

「もう最近は(仕事先などで)分かってもらうことをやめたというか、何かいつまでたっても分からないから、無理に分かてもらおうと思わないというか。新しい世界で生きていきたいというかな。取引先なんかもうまったく知らない人というほうが楽になってきましたね。」(T2)

【子どもの死を受け入れられるようになった面はある】

この方は、回復度というより、事故直後に亡くなった娘と対面したときの苦しさを 100 としたら、今は 80 くらいになっていると表現しました。現在までの心の変化をつぎのように語っています。

「いまだに娘の写真とかビデオとか、そんなものなかなか見れないし、非常に苦しいところでもあるし、クリスマスやらお正月やら、楽しいことがあると、あの頃やったら娘がおって、こんなん、バレンタインやったらプレゼントくれたりとか、しょうもないことを、いろいろあれやこれやと思い出したりとか。今まで、だから楽しいこととか楽しい行事が、全て 180 度反対になってしまうというふうなのがずっと続いてしまってるというのがあって…(中略) 自分で、よく分かんですけど、あのときはまだ(娘)がいなくなったというのが、なかなか受け入れへんかった自分があったんですけども。今はもしかしたら、そんな言葉じゃないかもしれへんけど、「もう(娘)は帰ってこへんのかな」というふうな感じで、だんだん自分でも納めてきようところもあるんかな。…自分の思いとか言葉も変わってきよるのとは違うかなということは思うんですけども。」(T8)

つぎの方は最近の変化として、亡くなった子どものことは話さないと言っています。

「息子さんはとか聞かれると、もによもによって濁したり。「いや、いないんですよ」って言ったこともあるし、そのうち誰に何言ったか分かんなくなっちゃって、こう何か自分で何やってのかなって思うことがあるんですけど。まあ知らないほうが傷つかないっていうのかな、お互いに、というそういう状態が今かな。」(T2)

【回復につながる、存在を肯定することばの重み】

この方は、残されたきょうだい(娘)との会話から気づいたことを語っています。「回復」への重要なポイントが読み取れます。

「娘(被害者の姉)自体も精神科に通っているときに、ある日突然、「お母さん、私、生きてて良かったの?」って聞かれた日があって、一瞬何言ってるんだろうって思ったときに、「私も死ねば良かったね」って言われたんですよ、子どもに。事故のときに、事故当時まで弟の手を握ってたのに、誰かお友だちが呼んだからって手を離してしまった。だから、離れたことによって、弟が死んだのは自分のせいじゃないのかってずっと娘は思っていた。本当であれば、(当日)玄関に入って、娘抱きしめたときに、「あんただけでも生きててくれてありがとう」って言えれば良かったはずなのに、全然自分の気持ちだけで追いつかなくて。だから、娘が変わった瞬間もそこからだったので、抱きしめて、「も

ちろん生きてもらって良かったよ。死なないでありがとう」って、それを言ってからの娘の回復はものすごく早かったの、私が娘に言ってあげたのと同じように、実際私にも誰かそんなふうに言ってくれたら、もっと自分は変わったのかなって今でも思うけれども、言ってくれる人はいないですね。今となれば、事故のことに対しても、私の周りはそうなんですけども、それこそ腫れ物に触るような状態で、誰もそんな話を最近はしてくれないので、私の中のその瞬間というのは、多分ないんじゃないでしょうか。」(T9)

【被害経験から得たもの】

つぎは、「被害経験を通して、もし得たものがあつたかと聞かれたとしたら、何か思いつくことはあるでしょうか」という質問をして得られた語りです。

✓ 周囲の思いやりや配慮を感じ取ることができた

「今回のことで得たものですか。それはこんなことないほうがええんですけど、こうなって初めて感じたのは、周りの人の思いというのが、いい意味での温かさというのか、そういうふうなのは得たというか、感じたなと思います。逆に自分が反対の立場やったら、当然なことと言ってしまったらそれまでかもしれないんですけども、あのときは校長というような立場やったんで、いろんな重責とか仕事があつたんですけども、周りの、その学校の職員とか、同期の校長連中とかが、「そんなもんせんで、俺が代わりにしといたるから」とか、「今度のやつもやったからな」とかいうふうな感じでいろいろ助けてくれたり、電話掛けてくれて、また、ある世話係的な校長さんが、「どっちがええ？」って、「何も考える暇がないほど仕事をめっちゃ回したるか、それともなんもせんとじっとしとるか、どっちがええんや？」くらい気遣うてくれたりする。」(T8)

✓ 同じように苦しんでいる人のために自分のできることをしたい

「そういうふうなところでは、得たん違うかな、(亡くなった)娘が教えてくれたんちゃうかなと思うと同時に、(このインタビュー)もそうやけれども、逆に今度は自分ができないことはないかなということで、同じような苦しんでおられる方とか、悲しんでおられる方があるのやったら、僕らができることはほとんどないんですけども、それでも自分の力でできること、その方のためになれるようなことがあるのやったら、何でもさせてもらおうかなというふうなことがあつたんで、今回も(インタビュー)にぜひ参加させてくださいって、・・(中略) その辺は得たところというんか、良かったなというふうな思いはあります。」(T8)

✓ 物事の本質が見えてくるようになった、人生で何が大切か選別できるようになった

「得たものですか。得たもの、物事の本質とか、何かすごく透けて見えるようになりました、世の中が。価値観とかが違ってしまったと言えばそうなんでしょうけれども、人間、幸せというかきちっと生きていくときには、何が大切なのか、くだらないことはくだらないと思えるというか、自分の中で結構選別できるというか。だから人からは何を言われても、私はこういう考えでこうやっていくんだから気にしないとか、そういう強さ。同調圧力とかそういうのは関係ないんです。」(T3)

【遺族として具体的な行動を起こす】

被害後に遺族として「いのちの授業」※で話す、「いのちのメッセージ展」※に参加するなど行動を起こした方がいます。どのような変化を経験したのか、つぎのように語っています。

※ いのちの授業：警察が中心となって実施している、いのちをテーマとした授業。事件や事故の被害にあった当事者の方が中学・高校等で講演する。「いのちの大切さを学ぶ授業」ともいう。

※ いのちのメッセージ展：事件や事故で命を奪われた犠牲者のことを想い、生命の大切さを伝えるため犠牲者の等身大オブジェ、写真、遺品などを展示する。日本全国で巡回展を行っている。特定非営利活動法人いのちのミュージアムが主催。

✓ いのちの授業で講演する

「（警察からの誘いで始めるようになったいのちの授業について）1回やったら、すごくストレスがはけたと言っているのかな、手応えというのかな、（授業を受けた）子どもたちからアンケートとってるんですけど、（中略）それを読むことによって「自分がやってることって間違っていないんだな」とか、「やることって人の役に立ってるんだな」って思えることが、自分が生きるためのリハビリに感じるが多かったのも、それが自分にできること、伝えることもあるんだなというふうに思ってます。」「こうやってしゃべれるようになったというのも、一つの経験があったからこそ言えることだと思うし。」（T9）

✓ いのちのメッセージ展に参加

いのちのメッセージ展を観て、自分も出展してみようという行動を起こすことによって、少しずつ回復の道を歩み出した方もいます。この方は、居住地の被害者支援条例について改正案を出したり、将来は支援団体をつくりたいと考えるようになっていきます。

「自分の頭の中で漠然と考えているだけのことはあるんですけど、今の段階で。自分もそういう支援団体をつくってみたいという、何となくイメージがあるんですけど、そういうのはどうやって勉強したらいいのかなと・・・（考えています。）」（T6）

【被害者のための社会的活動をするのが回復につながっている】

つぎの方々は、交通事件の被害者のために当事者の会や自助会で活動し、活動を通して自分のなかに生じた肯定的変化について語っています。

✓ 自分の経験を多くの人に伝えられることが回復の一助

飲酒運転による交通被害のご遺族のほとんどは、当事者の会を立ち上げたり参加したりして、交通事故を減らすための活動を続けており、その活動の中での仲間同士のつながりを大事にしています。

「寒い時期になると（事故）当時を思い出すので、少し気持ちが落ちるときもありますけど、回復や記念日（アニバーサリー）反応があることを自分で知れたことが、何よりの回復への近道だとだんだんとわかってきました。そう考えると、心構えができることでストレスや不安を理解することができました。それでも、私も家族も眠れない日はやっぱりいまでも感情がとても大きく揺れ辛いとか悲しみは波のように押し寄せても来ます。ただ、私の回復の割合は大きいと思っています。多くの方に自分の経験を通して（社会に）伝えられていることが私自身の回復を手助けしてくれているのだと思います。」「（飲酒運転や交通事故案を）止めるには、社会がこれを当然だと、理解してもらい、危険なことを止めるのが当然な社会につなげていくために、私たちが、声を発するということが自体が犯罪被害者を

なくすことにもつながります。自助活動の中で自分たちが、今日は話せてよかったね、会えてよかったね、違う意見が聞けてよかったねなど、一人ではなく、ほかのご遺族もやっぱりそういうふうに思うんだねと思えたのです。何よりも感情を出すこと、特に笑っていいんだねと思えたことが、今現在の私たち家族には大きな心の回復につながります。」(T7)

「飲酒運転に絡む事故の刑罰が非常に軽いのでなにか行動を起こしたいと考えていたときに、飲酒ひき逃げ事犯に厳罰を求める署名活動が地元で実施されることを知り、その活動に参加しました。その中で同じ経験をした仲間たちと一緒に過ごす時間が有難く、署名活動をすることが待ち遠しくなったものでした。この活動が私の回復につながったと受け止めています。」(T5)

✓ 当事者の会の活動に生きる意味を見出す

「… 死ぬまでの課題はその活動ですかね。うん、少しでも（交通事故を）減らせればいいな。何ができるんだろうとか、どういう働きかけができるんだろうというのが、もう生きがいですかね。そこが生きる意味になっちゃうのか。そうですね、交通被害であったり被害者支援であったり、そういうところを良くしていきたいですね。」(T4)

✓ 自助会で学んだことが他者の役に立っている

「… 今も自助会のほうに 2 カ月に 1 回出て、新しく入られた方とか、「どうすればいいの?」というようなことを、自分が今度アドバイスできるようになったというのは、自分が学んだこと。こんなことで学びたくは何もないけど、学んだことが無駄になっていないような気持ちにはなりますね。」(T9)

【回復とは…】

被害からの「回復」とはどのように捉えられるのか、二人の遺族の方からつぎのような発言がありました。

✓ 回復というより「変化」

この方は、インタビューの事前説明から、辞書で「回復」の意味を調べインタビューに臨まれました。

「（回復について調べたら）、その辞書に「一度失ったものを取り戻すこと。元のとおりになること」と書いてあったんで、これは違う。僕じゃないかと。自分には回復という言葉はないなというようなことを思いました。（中略）… 自分より先に娘が亡くなってしまうというふうなこと、これは絶対人生としてはあってはならんようなことをしとるんで、これをいつになったら回復というような言葉は、全く当てはまらへんのちゃうかな。回復というよりも、ちょっと変化はあるん違うかなというふうなところで、娘の死に対する思いとか、考え方とか、受け入れられるというふうなところが、変化してきてるとするのは自分なりにはあるん違うかなと思います。」(T8)

✓ 回復とは被害にとらわれず社会生活が送れるようになること

「私は回復ということそのものは、その被害のことばかりにとらわれていないで、日常生活とか社会生活、そういうことが送れることだと思うんですよ。ただそこに感情面が入ってくると、それって死ぬまである部分、変わらない部分もあるのではないかなとも思うんですよ。（中略）… ただ1つだけ、多分死ぬまでどっかに持っているのかなと思う

のは、その事件にあったっていうのも突然、ある日突然にそういう目にあうわけですね。どれだけ順調にいらっている、何も困ってもない、でも人間、人生いつ何があるか分からないというその恐怖感、恐怖感というか、そういうような気持ちは多分死ぬまでどっかにあるからあんまり喜んじゃいけないとか、そういうふうにかう自分で自分を抑える気持ちもなきにしもあらず、です。… 自分でうまく説明できないですけど。」(T3)