

是枝嗣人さん

(葬祭ディレクター・グリーフサポーター)

葬送文化と地域のつながりを守りたい

時代とともに葬儀のあり方も大きく変わった。かつては地域コミュニティで営んでいた葬儀を葬儀社が主導するようになり、家族葬や直葬も増えてきた。そんななかで、どう考えたら「良き送り」ができるのか。葬祭ディレクターの是枝さんに話を聞いた。

その人らしさを表現する葬儀

——是枝さんと初めて会ったのは、昨年六月、親友の妻が自宅で亡くなった日でしたね。これまでの経験から、お葬式って型通りにどんどん流されていくものだと思いますのに、お仕着せの葬儀ではなく、「その人らしさ」をいかに表現するかにこだわって、どんなアイデアを出してくる。こんな葬儀屋さんもいるのかと驚きました。

死別体験で湧いてくるさまざまな感情や思いを外へ

なにいい看取りをされても残るものですが、「でも、お父さんが庭で育てていたコトツンの花を祭壇に飾ることができたわ」などと、葬儀の会場でその人らしさを少しでも表現することができれば、グリーフがいくらかでも和らぐでしょう。そういう、小さな成功体験をひとつずつ積み重ねていくことが、今後襲ってくる



●これえだ・つくと 1979年東京都生まれ。大学3年生のときに葬儀社でバイトを始め、卒業と同時に葬祭業界に飛び込む。28歳で独立して株式会社小金井祭典を設立(代表取締役社長)。葬儀の施行だけでなく、遺族のグリーフサポートや終活アドバイスなども手がける。講演やセミナー、ラジオ番組出演なども多数実施。(葬式のあれこれを気軽に訊ける場所として設けたサロン「めぐる」にて)

出せなくて内に閉じこもっている状態、それを英語で「グリーフ(grief)」と言います。エリザベス・キューブラー・ロスという精神科医が終末期にある患者が死をどう受容していくかを研究して出てきた概念ですが、その後、遺された家族たちの心の傷をどうサポートしていくのかも大きなテーマになってきました。

私さまざまなご提案をさせていただくのは、その人らしい、心のこもったお葬式ができれば、ご家族がわりと早くグリーフによる悲しみと折り合いをつけて、元気になる例を多く見ているからです。生前にああしてあげられればよかったという思いは、どん

グリーフと闘う武器になると思っています。

——是枝さんに焚きつけられて(笑)、イラストレーターである親友は喪主なのに会葬御礼のために新たに絵と文章を用意しましたし、森林ボランティア仲間たちはお通夜の日に山に行つて、祭壇に手向ける檜の小枝や会場に飾る木を採ってきたりと、葬儀というよりイベントをやっているような感覚でした(笑)。でも、常に亡くなった彼女を身近に感じながら動いていますから、いま考えると、あれは確実に私たちのグリーフに対するサポートになっていたんですね。

広い交友関係から大勢の会葬者が集まり、あのご夫婦らしい、いいお式になりましたね。でも、たとえば家族五名だけの家族葬で送ってしまったと、どうでしょう。五名だけの「その人」でしかありませんが、親戚や友人のみなさんにも来ていただけると、故人をめぐる過去のさまざまなエピソードをお互いに語り合うことができます。だから葬儀って、自分が知らなかった故人の人生を共有する場でもあるんですね。そうやって、悲しいのは自分だけではないと気づき、お互いに感情を表に出して受け止めてもらうことも、グリーフサポートという観点からはとても大切だと思います。