〔心理臨床センター開設25周年・新札幌キャンパス移転記念号によせて〕

まさかの出来事をまさかとしないために

札幌学院大学大学院臨床心理学研究科　**菊　池　浩　光**

はじめに

1912年４月，イギリスからニューヨークに向かって処女航海に出たタイタニック号が氷山に衝突して浸水し，わずか２時間40分後に海面から姿を消した。救命ボートの数が全く不足しており，海に投げ出された多くの乗客は凍りつくような水温でたちまち命を落としていった。犠牲者は約2200名の乗客のうち1500名以上にのぼり，当時としては最大の海難事故であった。造船技術の粋を集めた不沈船として喧伝されていた豪華客船の「まさかの沈没」の衝撃は世界中を駆け巡った。

これに類した想定外の出来事が，最近，頻発している。「まさかこんなことが起こるなんて」といった出来事の頻発によって，人の心に漠然とした不安が生じやすくなっている。本稿では「まさか」の出来事に備えることの必要性について拙論を述べたい。

「まさか」の出来事の連打

近年の「まさか」で筆頭に挙げられるのがコロナ禍であろう。2019年末に中国の武漢で端を発し，翌年１月にわが国で初めて感染者が確認された新型コロナウイルスCOVID-19の世界的な感染拡散は，地域や医療といった分野を超えて全世界の人々に影響を与え，経済生活にも暗い影を落とし市民の生活様式を大きく変容させてきた。東京オリンピックは延期を余儀なくされ，わが国から外国人旅行者の姿は消え，商店街や夜の繁華街は閑散とし，施設は休館，イベントはことごとく中止，人びとはマスク着用で外出し一時は外出もままならず，働き方や教育のあり方も大きく見直されていった。

近代医学の最初の課題は多大な犠牲者を生む感染症の撲滅でありそれがうまくいっているかのように思っていたところへ，まるで感染症が逆襲してきたかのような様相であった。感染症は容易に人の命を奪う恐ろしいものであることを，私たちは改めて思い知ることとなった。

2021年以降の出来事を思い起こすと，ミャンマー国軍によるクーデター（２月），熱海の土石流による災害（７月），タリバンによるアフガニスタン支配復権（８月），沖縄に軽石漂着（10月），大阪ビル放火事件（12月）など。また，北海道に目を向けると，札幌市中心地域での熊騒動（６月），日高地区沿岸の赤潮の発生（11月），2022年の大雪による交通障害，JR全面運休（２月），知床観光船の沈没事故（４月）など，想定外の事態が見受けられる。北海道胆振東部地震（2018年９月）による全道の停電（ブラックアウト）も，安倍元首相銃撃事件（2022年７月）も代表的な想定外事象であろう。

また，2022年２月に始まったロシアのウクライナ侵攻は，軍事専門家も政治学者も，ウクライナの市民すら数日前まで予想していなかった出来事であり，21世紀のこの時代にあってどうしてこんなことが起きてしまうのかと世界中に衝撃を与えた。力による主権と領土への侵害行動は国際法上認められないことであり，国連の常任理事国がこのような振る舞いをすることで西側諸国とのあいだに緊張が高まっており，今後，従来の世界平和の均衡バランスが崩れ，新しい秩序が模索されなくてはいけない状況にある。

一つの想定外の出来事はまた次の想定外の出来事を引き起こす。戦争の影響で，世界中のエネルギー問題や食糧問題，難民の問題が深刻になると言われている。地球温暖化の影響で，自然災害の

表１　犠牲者が多い明治以降の地震と風水害

地震の名称	規模（M）	発生年月日	死者・行方不明者数（人）
関東大震災（関東地震）	7.9	1923.9.1	105,385
東日本大震災（東北地方太平洋沖地震）	9.0	2011.3.11	22,199
明治三陸地震	8.2	1896.6.15	21,959
濃尾地震	8.0	1981.10.28	7,273
阪神・淡路大震災（兵庫県南部地震）	7.3	1995.1.17	6,437
伊勢湾台風	—	1959.9.26	5,098

規模が拡大したり生物の生態系に変化が出たりすることも予想され，その兆候はすでに，ここそこに現れている。シベリアの凍土が氷解して眠っていたウイルスが目を覚ませばどのような影響があるのかは未知である。

これらの現象を並べてみたときに，私たちの日常生活が，実は生活の基盤を揺るがすようなまさかの出来事と隣り合わせにあるということを改めて認識せずにはおれない。

「生存の危機」意識の希薄

表１に掲げたのは，明治以降に発生した地震を犠牲者が多い順に並べたものである。

わが国における感染症については，多数の死者を出した幕末のコレラなどがあるが，代表的なものは，20世紀はじめに流行したスペイン・インフルエンザで，約38万人の死者を出している（感染症情報センター）。新型コロナにおけるわが国の死者の累積数は約31000人（2022.6.14現在，厚生労働省）であり，この10倍以上である。当時の人口を考えると，親類や知人のうち誰かが死亡していてもおかしくない数字である。なお，太平洋戦争による犠牲者は軍人，民間人合わせて約390万人である。

このように，一度に大勢の人が命を失う事態は，歴史を遡れば数多く認められる。特にわが国において，地震，津波，火山噴火，風水害（台風，洪水，集中豪雨），土砂災害（土石流，がけ崩れ，地滑り），雪害，竜巻などの自然災害が年中行事のように発生しているのは，災害王国といわれる由縁でもある。人の肉体はそもそも病や災害の前では弱く，あっけなく死んでしまう存在であったという長い歴史を有しているのである。

しかし，科学技術を中心とする近代文明の発達によって，私たちは，生活上の多くの快適さを手に入れてきた。誰もがよりよい人生を求めて生活を安定・向上させることに日夜エネルギーを注いでいる。しかし，それら生活の維持・発展は，社会の安定が保たれ，生命が容易に奪われることがないという前提があってのものではないだろうか。

災害，戦争，疫病などは人びとの平穏な生活を壊すだけにとどまらず，直接，生命を奪い去る危険を有している。ひとたび災禍の風が吹けば，人は簡単に命を失う存在であるにもかかわらず，安全に守られている社会の中で現代人がその感覚を得るのは難しくなっている。

つまり，多くの人は「明日はまた同じようにやってくる」「明日もまた自分は今までと同じように生活している」と漠然とであるが強く信じているのだ。よく，「何が起きてもおかしくない世の中」と言われるが，日常生活においては，目前の刺激や忙しさにかまけて不測の事態を意識することは滅多にないのではないだろうか。いや，こういうことを考えると際限なく憂慮しなければならなくなるので，考えることを回避しているのかもしれない。

「命を守る」行動を

災害の警告報道で「ただちに命を守る行動をとってください」というアナウンスをよく聞くようになった。また，防災に関する番組，アプリケーションや防災グッズが増えてきたことに気づいている人も多いだろう。それだけ世の中で災害の危機意識が高まっている左証ではあるのだが，各個人が災害・緊急時において，何をさておいても命を守る行動が身についているとは言いがたく，本

表２　想定されている大地震

地震名	規模	確率	想定される被害
南海トラフ地震	Ｍ８～９クラス	30年以内に起きる確率が70～80％	（最悪）死者32.3万人全壊238.3万棟
首都直下型地震	Ｍ７クラス	30年以内に起きる確率が70％	（最悪）死者2.3万人（2012年４月発表） （最悪）6148人（2022年５月発表）
日本海溝・千島海溝周辺海溝型地震	Ｍ９クラス	そろそろ起きても不思議ではない	（最悪）日本海溝―死者19.9万人全壊22万棟 千島海溝―死者10万人全壊8.4万棟

来は守れる命を守れないで終わってしまう事案も，残念ながら少なからず報道で見聞する。

表２は，近年中に想定されている大地震を３つ挙げたものである。

ここで注目したい点は２つあり，１点目は，過去の大災害をまとめた犠牲者数（表１）と比較にならないほど多数の死者が想定されていることである。

河田（2018）は「日本がつぶれる」と題して興味深い試算をしている。南海トラフ地震の被害を，熊本地震のデータを元に想定したところ，直接死32.3万人のほかに災害関連死者数が160万人に至るとし，必要な支援として，自衛隊員１億6800万人，消防3230万人，避難所４万１千カ所，緊急食糧7500万食が必要という実現不可能な数字を提示している。そして，国民が国難災害に強い関心を持ち議論することと，国家や地方自治体は国の衰亡につながる災害に具体的に備える必要性を訴えている。

２点目に注目したいのは，東京都（2022）が発表した首都直下型地震の予想される最悪死者数が，2012年発表時の2.3万人が，2022年５月の発表では6148名に減少したことである。

それには，東京都の防災力が強化されてきた背景があり，その例には，住宅の耐震化率の引き上げ，木造住宅密集地域の面積減少，不燃領域率の増加，家具類転倒防止等実施率と日常備蓄の実施率の増加などがあるという。

これは重要な示唆を含んでおり，普段の減災への努力によって犠牲者数をはじめとする被害を大幅に減少させることができるということである。「まさかの事態」はそれが想定され予測化された時点で「想定内の事象」へと変わっていくのである。

それにもかかわらず，かなりの確率で近い将来に起きる可能性が指摘されている南海トラフ地震，日本海溝・千島海溝地震，首都直下型地震などの災害に対して，私たちの関心や対策行動は高いといえるだろうか。防災のために，できることがあるのに放置していることはないだろうか。

今後も起こるであろうさまざまな突然の惨禍にどのように対応していくのか，悲惨な出来事が発生し緊急時の心のケアの探求も重要であるが，安全神話に惑わされることなく自らの生存という原始的な衝動を今一度呼び起こして，死なないための意識を高めていく，その一つとして防災意識の高揚の必要性を痛感している。

おわりに

「想定外」「予想外」「不測」「未曾有」「緊急事態」「不慮」「イレギュラー」「よもや」「あろうことか」……これらの言葉は，「まさかの出来事」を示すものである。身の回りに生じる「いつもと違う出来事」はたいていなんとかなるものだが，「生存の危機」にさらされる出来事も常に生活の中に内在しており，それに現代人は気がつきにくくなっていることを述べた。

私が専門にしている「事故・災害時の心のケア」において，最大の効果を現わすものは，事故や災害による犠牲者や被害者を未生にすること，または被害を最小限に食い止めることなのである。人々が痛ましい状況や過酷な状況に巻き込まれず，悲嘆や心痛，苦悩や後悔の叫び声を生み出さないためにも，救える命を無下に失うようなことがあってはいけないこと，自分の命を守り家族や周囲の命を守れるようになること，そのためのアクション・プランが喫緊の課題として私たちに問

われているように思えてならない。

文　献

感染症情報センター：インフルエンザ・パンデミックに関するQ＆A．http://idsc.nih.go.jp/disease/influenza/pandemic/QA02.html，2022年６月15日取得

河田惠昭（2018）：日本がつぶれる．https://www.koyasan.or.jp/wp-content/uploads/2018/07/5b3d591649f4e9738531b1a54b20373a.pdf，2022年６月15日取得

厚生労働省（2022）：新型コロナウイルス感染症について／国内の発生状況など．https://www.mhlw.go.jp/stf/covid-19/kokunainohasseijoukyou.html，2022年６月15日取得

東京都（2022）：首都直下地震等による東京の被害想定（令和４年５月25日公表）．https://www.bousai.metro.tokyo.lg.jp/taisaku/torikumi/1000902/1021571.html，2022年６月15日取得

東京都（2022）：10年間の主な取組と減災効果．https://www.bousai.metro.tokyo.lg.jp/_res/projects/default_project/_page_/001/021/571/20220525/torikumi.pdf，2022年６月15日取得