發佈：2023-09-25, 週一 11:37
點擊數：24571



日本社會的孤獨死現象經常為國際媒體報導，相關書籍也多得目不暇給，因此對大眾而言已經不是一個新鮮名詞。日本NHK所製作關於孤獨死的紀錄片在數年前曾震撼台灣社會，而紐約時報也曾於近年大篇幅介紹千葉縣常盤平集合住宅區，如何從1950年代家庭的夢想社區，變成僅剩孤獨終老的高齡者，甚至發生有人過世後三年後才被發現的慘況。人際關係淡薄的無緣社會與孤獨死，已然成為現代社會病徵的代名詞之一。許多亡者竟然要靠遺品整理士來拼湊一生軌跡與輪廓，更常見找不到家屬來處理後事的悲劇。

一、孤獨死之定義問題

Phoca PDF

發佈：2023-09-25, 週一 11:37
點擊數：24571

孤獨死(lonely death)雖然經常被媒體提及，相關研究也在2000年中期以後快速增加累積，但孤獨死不僅在法律上沒有定義，中央政府、地方政府與民間團體也沒有統一的定義。例如在北海道，孤獨死定義為，死亡後「超過一週」才被發現」，而在鹿兒島，則認定「超過兩日」即屬孤獨死。然不論死亡幾日遺體才被發現，「排除自殺與他殺，並且於自宅內無人照顧」，此兩條件是孤獨死在定義上的共識。此外，日本官方文件中，看到更多的是使用「孤立」死，而非「孤獨死」。兩者基本上區別不大，「孤立死」主要強調當事者與社會聯繫薄弱的孤立狀態，也可能發生在年輕人身上。

關於孤獨死在日本並沒有全國規模的統計數據。根據日本生命保險所屬研究機構「Nissay基礎研究所」（NLI Research Institute）報告，以「自宅死亡並超過兩日以上才被發現」來定義孤獨死的話，日本全國每年約有三萬人，從1999到2009年的十年間，人數就多了三倍。相當於法醫研究所的東京都監察醫務院，負責調查東京都23區所有非自然死亡案例。該機構針對東京23區65歲以上老人孤獨死之調查數據顯示，整體人數自2003年的1441 人，飆升至2020年4207人，其中男性約女性1.8倍。該院2020年統計，將近60%的65歲以上獨居男性，死亡後超過三天才被發現，而獨居女性則有44%。

二、孤獨死報導的歷史

孤獨死在日本並非新興的議題。在核心家庭趨勢逐漸成熟的1970年代，首次有報導提到了孤獨死亡。接著1974年由全國民生委員兒童委員協議會以及全國社會福祉協議會，對1972年全國九縣市65歲以上獨居老人死亡進行調查，其結果發表於《孤獨死亡老年人追蹤調查報告書》。70年代僅

Phoca PDF

零星報導，因此並沒有引起廣泛注意。學者從新聞檢索中發現，孤獨死相關報導激增而引發重視，是在1995年阪神大地震之後。當時許多災民居住在臨時住宅，發生了多起死亡後未被及時發現的案例。到了1997年是孤獨死相關報導量的頂點，之後一度減少，而到了2000年代中期，整體報導量又攀升。因此孤獨死被廣為討論與研究，應該是在2000年代中期開始。

70年代的報導中以社會脈絡解釋孤獨死現象，將孤獨死視為現代都會生活之病理現象之一。 阪神震災之後，對孤獨死的視角擴大到受災地的狀況，當時許多人陷入病情惡化，生活貧困，社會孤立以至於死亡的惡性循環。2007年北九州市的集合住宅區發生多起孤獨死的事件，關於孤獨死的討論逐漸從經濟因素轉移至對人際網絡中「關係性貧困」的重視。

三、孤獨死的原因

孤獨死的原因很難一概而論。最主要有人口結構，家庭型態，經濟以及人際互動關係等因素。首先是人口結構與家庭型態改變，單身人口增加。根據日本內閣府統計，65歲以上獨居人口在男女性中均呈增加趨勢。昭和55年(1980年)時，獨居男性約19萬人，女性約69萬人，其中65歲以上人口所佔比例分別為男性4.3%，女性11.2%。而到了平成27年(2015年)，獨居人口中男性約192萬人，女性約400萬人，65歲以上人口所佔比例分別為男性13.3%，女性21.1%（內閣府2021年『高齢社會白皮書』），而這些

人口通常被稱為「孤獨死予備軍」。

根據根據國立社會保障・人口研究所估計，2040

年單身人口將增至總人口數40%，因此未來孤獨死問題勢必更加嚴重。

Phoca PDF

發佈：2023-09-25, 週一 11:37
點擊數：24571

獨居的老人們並非沒有子女，而是通常與子女關係淡薄。根據東京FJ不動產公司，針對首都圈套房居住者的調查顯示，30歲後半的子女，一年回家一次或零次，就佔了整體40%。日本社會中家庭關係與台灣社會的差異，筆者來到日本後有強烈感受。與自己父母一年當中見面次數少，對話不多的情況在日本似乎是習以為常的事情。由於日本長照實施的早，國家會依據每個老人的需要提供相關服務，例如以便宜的費用就有定期居家服務，或是日間照護中心服務。老人的收入方面，老人年金，而非子女奉養才是生活費主要來源，因此子女和年邁父母各自生活的情況非常普遍。記得當新潟當地的年長朋友們，看到筆者帶著父母出門，紛紛表示羨慕，感嘆日本社會親子關係疏遠。

近來的孤獨死，部份發生於子女與父母同住的「同居孤獨死」情況，通常是年邁父母照顧繭居在家無法工作的子女的情形，這個問題在日本社會被稱為「8050問題」，也就是八十歲高齡父母還要照顧與社會隔絕的50歲子女生活起居，有一方身體出現狀況而過世的話，同居的父母或子女也跟著無法生存而死亡。官方統計，日本繭居人口大約百萬人，其所衍生出的問題不僅僅是孤獨死，還有遺棄雙親屍體，共同自殺，詐領生活保護費與年金等問題。

經濟因素方面，貧困也是造成生活孤立主因。根據內閣府『高齢者社會白皮書』，高齡者家庭（僅由65歲以上的成員構成，或者包括未滿18
歲的未婚成員）的平均收入金額（2020年）的全年收入為332.9
萬日元，是其他家庭收入（平均收入689.5萬日元）一半左右，而150～200
萬日元的年收入區間最為普遍。此外，約有四分之一的家庭的收入完全來自於公共養老金和撫卹金。除了收入低，高齡者要找到棲身之所也非易事。隨著孤獨死的個案增加，大多數房東不願意租給獨居老人，而伴隨租賃契約之「孤獨死保險」也隨著流行。收入低，自然外出行動力也低，

Phoca PDF

也造成上述「關係性貧困」等惡性循環。

「關係性貧困」可以說是死亡後無法即使被發現的主因。人與人之間聯繫日趨淡薄雖說是先進國家普遍現象，但數
據顯示，日本社會在關係性貧困的問
題上較其他國家嚴重。
在國際人際關係比較中，日本的老年人群中，將配偶（伴侶）視為心靈支柱的比例最高，他們通過與鄰居的互動和物資交流來保持聯繫，而擁有可以諮詢的親近朋友的比例則較低。特別是在與朋友、同事以
及其他地區或團體的交往方
面，回答「完全不或很少交往」的比例在OECD
國家中最高。這並非高齡者特有的現象，事實上日本社會「怕給別人添麻煩」以及重視隱私與獨立性的「個體主義」，也可以說是關係性貧困的主要原因。在新冠疫情期間，許多人在家療養期間死亡而未被發覺的現象，引發日本社會討論。有論者呼籲日本社會中這種怕打擾別人，怕給人添麻煩的習慣必須改革，應該學會「多管閒事」，才能改善這種孤立死的現象。

終身雇用制的瓦解，可能會間接造成關係性貧困的惡化。當派遣形式逐漸成為主流，員工與公司的連結越趨薄弱，在職場上生活上，相較於正式員工更容易陷入孤立的狀態。

四、孤獨死防治

如何預防孤獨死或者能夠在死亡後早期發現？解決關係性貧困問題被視為

Phoca PDF

當務之急。建立起人的互助網絡，讓高齡者隨時有人關注其動態，是地方政府與自治單位在有限資源之下努力的目標。

首先是民生委員制度的擴充。除了家人，在第一線工作的人員，有照護工

作者，還有日本獨特的民生委員制度。所謂的民生委員是無給職之地方公務員，由地方自治單位推薦產生。民生委員主要任務在於掌握該區域住民的生活狀態，提供必要援助或建議，提供福利服務之訊息等。根據學者對日本某政令指定都市的民生委員進行之調查，每五位民生委員中就有一位遭遇過孤獨死的個案。民生委員確實在早期發現時能夠提供協助，但也由於全國皆有民生委員人手不足的現象，而此工作也多半由60歲以上退休高齡者兼職，再加上個資法使得住戶訊息不易掌握，讓民生委員工作效能大打折扣。

與民生委員功能類似的是日本各住宅區的管理委員會，通常稱為町內會或自治會，可以發揮守望相助的作用。例如郵箱信件堆積沒人處理，屋內長時期燈亮沒人開關的情況，都可以及早發現處理。另外管理委員會定期舉辦的活動也可以促進住戶相互認識。本文一開始所提及的千葉縣常盤平住宅區，為了改善孤獨死，即強化了管理委員會的功能，收到很大的成效。例如每天都提供讓住民活動交流的場所，並且與市政府等公部門合作，強化對社區老人的看護。

其次是報社之報紙販賣中心，配送養樂多或牛奶之業者等與派出所合作。這些配送業者與照護工作者及民生委員一樣，都是第一線能與獨居者接觸的人員，最能立刻掌握情況。日本已經有許多這類業者與鄰近派出所合作，並曾因此救出有困難的長者。

Phoca PDF

發佈：2023-09-25, 週一 11:37
點擊數：24571

最後是關於個資法而使關係網絡難以建立的問題。早期容易取得個資，因此守望相助上不會因資料取得困難受到阻礙。然而個資法施行，日本社會整體對個資的敏感程度高，甚至有過度反應的情況。日本地方實踐上則是透過制定條例，讓70歲以上的單身戶與75歲以上的高齡戶之個資得以不需經過本人同意就提供與管理委員會或民生委員使用。一旦關係性的貧困問題能夠舒緩，除了可改善孤獨死問題，也可同時減少高齡者被詐騙的機會。

解決孤獨死問題，需要「公

助」，也需要「自助」。公部門必須提供預算以及人力，並強化與私部門關係網絡的合作，而社區自治會以及配送業者等私人單位也必須動員起來，讓整體地區有意識防止孤獨死的發生。

作者 陳柏宇 為新潟縣立大學國際地域學部

Phoca PDF