

第5回 精神障がいのある親とその子どもの支援に関する学習会 報告

2019.7.15 (修正)

2019年5月26日(日)13:00～、日本福祉大学東海キャンパスにて「第5回 精神障がいのある親とその子どもの支援に関する学習会」を開催しました。

名古屋開催ということで昨年に比べると参加人数は45名(講師・スタッフ含む)と少なくなりましたが、東海地域から17名、関東地域から9名、関西地域から8名、九州・沖縄地域から2名、中国・四国地域から1名(講師・スタッフを除いた人数)と各地からお集まりいただきました。職種や立場も、医療職(医師・看護師・保健師・臨床心理士・作業療法士)、福祉職(社会福祉士・精神保健福祉士・スクールソーシャルワーカー)、当事者、家族、大学生、研究者、報道の方といろいろな方にお越しいただき、活発な意見交換ができたと思っております。

第1部：話題提供とディスカッション

初めに話題提供として、①一般社団法人日本ケアラー連盟ヤングケアラープロジェクト(立正大学)・森田久美子先生より、『ヤングケアラープロジェクトの取り組み』、②ヤングケアラーの立場の当事者の方から、ご自身の体験、③成蹊大学・澁谷智子先生より、『教育現場におけるヤングケアラー支援—南魚沼市の取り組みから—』についてご講演いただき、その後、参加者でディスカッションを行いました。



*ディスカッションの主なやり取り。

感想1：澁谷先生のご講演の中では、ヤングケアラーについて子ども向けに説明する劇が紹介されたが、先日、成増厚生病院の子どもプログラムに参加した時の劇を思い出した。その劇では、アルコール問題を抱える親の子どもが父親を操る“ノメノメ星人”を倒すというものだった。子どもたちは、その時の自分の感情を表したカードをペットボトルに貼って担ぎ、「この重みをどうしたら軽くできるか？」と話し合った。そうした内容に感動したが、今回劇で示された内容はほぼ同じだった。どちらも素敵な取り組みだと思う。大人から見ると、「回復が伝わるわけがない」とか、「フィクションでは無理だ」という声があるが、子どもは泣きながらノメノメ星人を倒している。大人の概念ではないところで何か伝わっているんだと思う。

講師：子どもに向けた劇の上演を実現するのは難しいと思っていたが、意見を頂いて元気をもらった気がする。すぐに実現は無理でも大事に温めておいて、時期が来たらという風にしたいと思います。

感想 2：スクールソーシャルワーカーをしているが、子どもは家庭で調整役を担っていると感じる。学校がそうした子どもの心の居場所になればよいと思う。子どもと先生が仲間になれると親のケアの作戦を立てたりできるが、学校の中で先生が子どもと仲間になることをどのように取り入れていけるか。また、大人になった子どもが語り合う場が必要だと思う。

Q1：「ケアラー」という言葉について。これによって、大変さを聞いてもらえたり、助けてもらえるチャンスになると思うが、昔、「アダルトチルドレン」という言葉が出た時に、親が悪者という見方をされ、批判を浴びたことがある。子どもの訴えを受け止め、子どもが「どういうことをして欲しい、どういうことはして欲しくない」と自己決定することが保証され、言える場があると良いと思う。話を聞くことがベースになると思うが、どんなことをやっていくのか教えて欲しい。

講師：ほんとに大切なことで、子どもが家のことを話せない構造の 1 つに、親がどう思うかという気持ちになることがある。親もまた、自分の子どもがヤングケアラーかもしれないと思うと、自分が批判されているように感じることもある。それは周りの人が親子をどう見るかというまなざしに影響するという議論が、1990年代半ばのイギリスにおいても、身体障害を持つ親から出てきた。障がいのある人の親としての権利と、子どもの権利がぶつかり合う論争とも言われた。そういう論争を経て、子どもだけを取り出して支援することは実際の生活の中では根本的な解決にはならず、家族全体を見るホール・ファミリー・アプローチ (Whole Family Approach) がヤングケアラー支援の基本であると言われるようになった。子どもが親を必要とし、親が子どもを必要とする面があることをまず認めることが必要だが、福祉やサポートは、親を“疾患のある人”としか見てなくて、疾患があることによってその人の親役割はどのようなニーズを持つのか、どんなサポートがあれば親役割が果たしやすくなるのかといった視点が抜けていると指摘された。「ヤングケアラー」という言葉は気をつけて使っていないと「子どもがケアしている」面だけを見せてしまいがちな言葉になってしまい、様々なことがある親子関係の内の一部だけしか扱っていないようになってしまう。そのことを意識しなければいけない。イギリスのヤングケアラー支援団体“ウィンチェスター・ヤングケアラーズ”の場合、子どもの話を聞いた後、必ず家庭訪問をし、親もちゃんと尊重する姿勢を一貫して見せている。別の支援団体では、親支援を長く続けすぎると親が依存するようになるので、親の支援は期間を限定するけど、子どもはいつでも来ていいというような、いろいろな工夫がされている。日本はその段階まで行っていないので、まずは子どもの頃のケア体験を持つ人たちが、自分の体験を整理して言葉にしていく、あるいは他の人の話を聞いたりすることが、安心できる環境の中で行えるようになることが大切。森田先生が中心になってやっているヤングケアラー・スピーカーズ育成講座では、それを中心にやっています。

講師：「ヤングケアラー」という言葉を使っているのは、子どもが自分たちのことをきちっと周りに伝えられない構造が日本ではあるため。子どもが自分自身のことを伝えていく時に、親が悪く言われてしまうのではないかと感じてしまいがちなのが難しいところである。イギリスの精神疾患のある親を持つヤングケアラーの質的研究では、親子間のケアは一方的なケア関係ではないことを強調して報告している。一方的なケア関係ではなく、相互関係だということをきちんと伝えておかないと、「親は何しているんだ」という認識が周りに伝わって、子どもがケアのことを伝えづらい状況になっていくので、そのところが強調して報告されている。また、親御さんが子育てしていくところにいかに支援者が一緒に取り組んでいくかをセットでやっていくことが強調されていた。

感想 3：先ほどの劇を精神科医の勉強会で是非行なってもらいたい。“疾患のある人”としか見ていないと、子どもを育てている親でもある点が見えにくくなっていることが多い。親御さんの受診先の医療機関が、子どものいる患者さんにはソーシャルワーカーをつけるようにすると、親子がサポートされるのではないかと考えている。そうした視点を持つためにも、先ほどの劇をやってもらえればと思う。

講師：ヤングケアラーの発見ルートは、1つは子どもの周りにいる人だが、もう1つは親の受診先の病院と言われている。医療機関がその患者さんに子どもがいるとわかった時点で、親が具合が悪くなってできなくなった部分の役割を誰が担っているのかをアセスメントすることがイギリスでは行われている。日本はそういうところがまだ医療スタッフで共有されていないことも課題だと思うし、実践されているスタッフが診療報酬を得られるような体制を作っていくことも支援の広まりということに対して大事だと思う。

感想 4：配偶者の会をやっている。森田先生の講演の中で、精神疾患のある家族をケアしているヤングケアラーの家庭では、子どもが感情面のサポートや家事を担う比重が高いとあった。一方で、精神疾患のある配偶者を持つもう一方の親が家事をすることに精いっぱいになってしまうと、子どもの相手ができなくなってしまふ。家事サービスや居宅介護を増やせると良いと思うが、相談に行っても、同居家族がいる場合は増やせないと言われたりする。子どもが学校でスクールカウンセラーに相談しても、実際の支援に結びつくのは難しいとも聞いている。このような現状に対して、親としてどのように動いたら良いのか、アイデアがあれば教えてもらいたい。

講師：親御さんが子どもに安心して向き合いたいと思った時に居宅介護支援は重要だと思う。同居家族がいると使えないのは、高齢者介護の流れの中で障害者にも反映されているのかとも思う。具体的なアイデアがなくて申し訳ないが、ニーズがあることを明らかにしながら行政に訴えていかなければならないと思う。私たちの調査を受けて、国会でヤングケアラーについて質問してくれたり、いくつかの自治体でも議員が関心を持って動いてくれるようになった。私たちも施策を動かせるような立場の方に伝えたいと思っているし、そういった点で力を貸してもらえればと思っている。

感想 4：今の話にはジェンダーの問題が含まれている。当事者が母親で男性が相談する場合、育児ができないというのを前面に出すと不十分ながら支援を入れてくれることがあるが、父親が当事者の場合、母親は家計を支え、子育てするというダブルワークの状況で家事

が回らなくなっても、相談の場では「あなたが診断を受けない限り、支援することができない」と言われたりする。母親が障害を持つ場合がピックアップされることが多いが、父親が障害を持つ家庭もたくさんあるので、その辺りにも支援が入るよう取り組みを一緒に考えさせてもらえるとと思う。

講師：皆、「家族がいるならできるだろう」というざっくりとしたイメージしか持てないので、配偶者の会や子どもの集いをしているのであれば、どういったところで困るのかを見える化して見せていけるのではないかと思う。父親が障害を持つ場合は、母親が障害を持つ場合に比べて見えにくいことを学校の先生もおっしゃっていた。こうした話は外でしにくいところもあるので、匿名でも事例としてこんな風であるというのを伝えていかなければならない。手伝わさせていただくので、具体的な話を知っている点を強みにしてそれを見える化して行って欲しい。

感想 5: 当時者の立場でピアサポーターを活用した子育てをしている親の当事者会を行っている。親の権利と子どもの権利のぶつかり合いという話を聞いて、子どもが施設で育った場合など引き取りが難しくなったりする。なので、親の当事者として家族丸ごと支援という意識が増えていったら良いと感じる。当事者が恋愛・出産する機会が増えているので、それらのタイミングで、出産後の家族イメージや子育てのイメージが持てるよう、何かできたらと考えている。

感想 6: 精神疾患のある親は孤立しがちというイメージがある。うちの家もそうだったが、先ほどのような劇があると、それがきっかけになって友だちに話せたりするかなと思った。

感想 7: ヤングケアラーの方の話が聞いて良かった。両親や家族の話を素直に伝えることが、当時者にも支援者にも伝わりやすい方法だと思うので、それを聞かせてもらえてありがたい。つらい部分とか自分の中で振り返れない部分もあったかと思うが、それを発信しようと思った気持ちだったり、発信してみて変化があったかどうかなど、聞かせてもらえれば。

講師：嬉しい感想をありがとうございます。書き物にまとめて、メールや手紙で 30~40 通ぐらい感想をもらった。同世代の方からもあったが、ある程度の年齢の方から、何十年前の自分はヤングケアラーだったと初めて気づいたという感想もいただき、今まで見えていなかっただけで、こういう存在はたくさん埋もれていたんだという気づきがあった。今回、話すにあたって状況を整理していく中で、今は介護から離れてヤングケアラーの状態から脱したと思っていたが、家族への不安とか、親の将来の不安とか今も続いているし、実家を離れたから終わりというのではなく、親のことを愛しているからこれからも、良くも悪くも模索しながら関係を築いていかなければいけないんだと気づいた。ヤングケアラーの勉強会を当事者の友人とやりたいと話しているので、そういう機会があれば、また何かできたらいいなと思っている。

司会：3人の講師の方、ありがとうございました。いろいろな立場の方がおられたが、それぞれの立場で考えていただいたことや、実際の支援の話もしていただいて、有意義なディスカッションになったと思う。私が感じたことは、「ヤングケアラー」という言葉だけが

先走ってしまうと、子どもも「レッテルを貼られてしまった」という負い目になることがあるかもしれないし、子育てをされている親御さんの思いもあるので、自分がどういう思いでそこに関わっていくのか振り返ることも必要で、そのことがきちんと伝わるようにしていかなければならないと思った。いろいろなことを考えさせてもらえるディスカッションになったかと思う。

第2部：今後の学習会の進め方と各機関の情報伝達

☆ 各機関からの情報

1) 児童虐待防止全校ネットワーク（オレンジリボン活動）

これまでにメンタル面に課題のある親御さんと子どもへの支援をテーマに3回のシンポジウムを行った。これをどうまとめていくのか。オレンジリボンを通じて虐待の啓発活動を行っているが、それをもとに制度改善を求めていく。

2) こどもびあ大阪

去年の5月に立ち上がった精神疾患のある親に育てられた子どもが集まる会。始まったばかりで、たくさんの方を受け入れたいが会場をどうするかや、受け入れ体制としてスタッフをどうするかとか、そういうところを話し合っている。

3) カウンセリングスペース・リブ（大阪）

平成4年から子育て支援としてカウンセリングやグループワークをやっている。中には親の自死を語る会やシングルマザーの会などもある。

4) 福岡子どもとパートナーの会、こどもびあ福岡

2年ぐらい前から活動している。3か月に1回、第2土曜日に、午前が子ども、午後がパートナーと分けて参加を呼びかけている。随分定着してきており、次回は9月8日に予定している。支援者が中に入りアットホームな形でやっている。県外など遠方から来られる方が多いので、そういった方のところまで情報が届くようにしていきたい。

5) 円グループ（東京・多摩地域）

昨年、この学習会でPCGの紹介をさせてもらった。会社自体は精神障害のある方の訪問看護を中心に運営している。PCG（ペアレント・チャイルド・グループ）は、精神障害のある親とその子どものグループワークを、月に1回第3日曜日に行っている。訪問看護を利用する当事者（親）が来る場合もあるし、一緒に子どもさんが来る場合もあり、お母さんは子育ての悩みや病気を抱えながら子育てをする大変さを分かちあい、子どもたちは遊びを中心とした子どもらしい時間を過ごしてもらえる場を提供している。

6) こどもびあ（東京）

4つの大きな取り組みがある。みんなねっとと一緒に活動している「家族学習会」を年に1回、ワンクールでやっている。また3か月か4か月おきに「集い」をやっていて、次回は6月30日に朝日新聞本社（東京）を借りて行う。子どもの存在を知り、理解してもらえよう活動・情報発信として「体験発表」を行っている。「配偶者の会に来られた参加者のお子さんの集い」を配偶者の会と同時開催でやっている。この4つを大事にしながら、1年半ぐらい活動している。各地で活動グループを作っていこうと思っているので、やってみ

たい・集いを開催したいという方がいれば、こどもびあがやってきたことやネットワークを伝えながらサポートしていけるのではと思っている。各地で、子どもが話せる場ができていくことがこどもびあの大きな目標になっているので、活動の相談があればできる限りの情報提供と協力をしていきたい。

ハンブルグ大の先生に誘っていただきノルウェーのシンポジウムに参加してきた。精神障害を特別な病気と捉え、家族も当事者も孤立している日本の状況や、子どもや当事者、家族がグループを作って発信する活動をしていることを話してきた。ノルウェーにも精神疾患の親を持つ子どもの会が7つほどあるそうで世界各国で必要とされていること、そうした活動をする人が数多くいることも知ることができた。

7) 精神に障害がある人の配偶者・パートナーの支援を考える会（東京）

3年ほど前から活動している。配偶者の会に参加する方の6割ぐらい子育ての経験があり、小さい子どもを育てている方もいるので、集いを行う時は保育ボランティアを準備し、子どもを連れて参加できるようにしている（毎回4~5人、未就学の子どもや小学校低学年の子どもが参加している）。子どもの抱えていることもあると思い、こどもびあの協力を得て、子どもグループも同時開催している。こちらには小学3年~高校生ぐらいの子どもが参加し、継続して参加している子どももいる。子ども支援の研究者は、子どもに説明をするようにと発信しているが、説明の仕方については一切発信されていないので、配偶者の立場からすると、説明をすることが負担になっている。また、結婚や育児のことについて語る当事者会も始めた。次回は7月7日に開催する予定。他にも、コンボと一緒にリカバリーフォーラムの分科会を開催したり、今年もリカバリーフォーラムの地方版分科会で各地を回らせてもらう予定。

8) RRP (Respectful Relationship Program) 研究会

ドメスティックバイオレンスの加害者になった人や被害を受けた母子の支援をしている。被害を受けたお母さんと子どもと一緒に話をするようなプログラム、加害男性のプログラムをしている。

9) 子育てゆんたく広場（沖縄・北谷町事業）

2010年からやっている北谷町の事業。北谷町在住者限定。「ゆんたく」とは、沖縄の言葉でお茶会・お喋り会を指します。スタッフ（親子連れもあり）も含め、当事者親と子どもが集まって遊ぶスタイルでの活動を行っている。

10) ピアサポ Park 沖縄 子育て会（沖縄・精神疾患等をもつ子育て親当事者会）

2018年1月からスタートした当事者主体で運営するセルフヘルプグループ。県の精神のピアサポーター養成講座後にピアサポートに関心の集まる人が集う「ピアサポパーク沖縄」という場があり、そこを母体に活動している。各回、大学関係者や専門家を見守り役をお願いし、奇数月にお茶会「子育てゆんたく会」を行っている。会に来れず孤立している方たちへWEBでの発信活動も行っている。

11) 保育士、幼稚園教諭を養成する学校の教員をしている。最近は病院や施設に就職する学生も多い。ここで教えてもらった子どもの表面だけを見るのではなく、表面に現れている奥に何があるのかを考える保育士になるよう、学生に伝えていきたい。

12) 楠メンタルホスピタル（名古屋市北区）

昨年からは院内で精神疾患を持つ子育て中の通院患者の親のグループに、子どもを連れて

きてもらって子どものグループを行ってきた。グループには他のクリニックのワーカーや保健所の相談員にも入ってもらっている。子どもグループは大人に見守られながら遊ぶ体験になっている。今年度は、区役所の会議室を借りて地域でやろうと考えている。

13) カンガルーの会 (大阪)

精神保健福祉士がやっている勉強会。保育所の先生向けに、親御さんがメンタル面で悩んでいる時にこんな風にしていただけたらというのをわかりやすくリーフレットにまとめた。

14) 京都・精神疾患の親を持つ子どもの集い

今年で8年目。子どもが中心で話す場だが、30年以上家族相談をされてきた支援者がここぞの時にはサポートに入るところと話さなくてもほっこり集える場ということで、10名ほどに来ていただいている。

15) 佛教大・京都ノートルダム女子大での教員免許更新講習

昨年からは佐藤先生、土田、田野中で始めている。今年は8月・10月・12月に行う。精神疾患の理解と、親にどう関わったら良いのか、子どもにどう接したらよいかという内容を1日かけてたっぷりロールプレイもしながらやっている。対象の方で関心を持たれる方がいればぜひお越しいただきたい。

16) ドイツの絵本・訳本のクラウドファンディング

第1部にうつ病のお母さんを持つ女の子の話、第2部に子どもにどう説明したら良いか、どんな風に説明してもらおうとわかりやすかったかが子どもの立場で書かれ、第3部に専門家や周りの大人が子どもにどう関われば良いか提案されている本。これを翻訳して国内で出版しようとしたが、採算が合わないと断られ、クラウドファンディングで出版してはどうかと提案してもらった。一昨日、サウザンブックスのホームページにアップされたので、ご協力いただけたらと思う。

17) ぷるすあるは

現在、国分寺で展覧会を行っている。ぷるすあるはのホームページに精神疾患の親を持つ子どもに関する動画があるが、6月1日にそのメンバーで裏トークやいろんなことを行う。また、6月4日は東ちづるさんが来られる。素敵なカフェなので、ぜひお越しください。

18) 親&子どものサポートを考える会 (三重)

継続して行っているのは、毎月第3日曜に行っている「子どもの集い」。自然な感じで、支援者も対等な立場で行っている会だと思う。毎年11月には「全国版 子どもの集い」を行っている。また、学校の先生など周りに存在する方に親子の理解を図り、何かあったら支援に繋いでもらおうと「支援者研修」を7年ぐらい前から行っている。さらに学びたい人のために見立てを中心に実践講座も行っている。今日行っているこの「学習会」の運営も行っている。

19) こころの相談ねっとふうが (大阪・住吉区)

障害者の支援をされている機関。子育て支援の方と一緒に学習する機会を行政からもらって学習会を行った。親の支援者は親の持っている力や、親と一緒に子育てを考え、当事者の自己決定を大事にする支援をするが、児童支援の側からみると危ないのではと言われ、うまく連携できていないところがあった。今回、互いに顔が見える関係で話し合いができて良かったと聞いている。

20) 子ども応援プロジェクト（福岡）

2～3年ぐらい前から取り組まれている精神障害の親と暮らす子どもの居場所づくり。月1回土曜日に実施。年長から小学生が中心で、食事作りや外遊びや学習などを、教育学部の学生に手伝ってもらいながら、看護師、心理士、元学校の教員等が交流を持ちながら行っている。

これ以外にも、こどもびあ札幌、ひとりやないで！、ふくろうの会、WARAKATA という子どもの会がある。こうした支援が広がっていくといいなと思っている。

来年の学習会について、紹介していただいたもの以外に、各機関とも活動内容が発展・充実して来ているので、それぞれが時間をかけて紹介していただくのはどうかとも考えている。それも加えて意向調査を行いたい。

意向調査の結果：こどもびあの取り組み（10）

全体での活動紹介（10）

パートナーの会（5）

☆ 最後に

「ヤングケアラー」をテーマにした第5回の学習会は、さまざまな立場の方から質疑・感想が出されるなど、活発な意見交換が行われ、充実した会になったと思う。各地の取り組みを紹介する第2部も、年々、数も増え、内容も充実してきていることから、情報共有・参加者のネットワーク作りの場になっているように思う。参加者の方から聞かせていただいた今後の意見（意向調査）も参考に、来年の開催について検討していきたい。

話題提供をいただきました講師の先生方、ご参加いただいた方、ご協力ありがとうございました。

文責：土田