

インタビュー



もちだ きょうこ
持田 恭子 さん

一般社団法人ケアラーアクションネットワーク
協会 代表理事

ヤング

ケアラー



近年、老老介護、認知介護、8050問題等が大きな社会問題となっています。一方で、これまであまり注目されることのなかったヤングケアラーの問題があります。法的な定義はありませんが、ヤングケアラーとは、「本来大人が担うと想定されているような家事や家族の世話などを日常的に行っている子ども」のことを指します。

今回、ヤングケアラーに対する支援に取り組まれている持田恭子さんに、その実情と支援の必要性等についてお話を伺いました。

（インタビュー：藪本 雅子（やぶもと まさこ）日本テレビアナウンサー、同報道局記者を経て現在フリーで活動）

藪本 『アイユ』で2015（平成27）年（10月号）にケアラーに対するケアを取り上げたときに、私は、初めてヤングケアラーについて知りました。この数年でようやく社会的に認知されてきたように思えます。

持田 本当に、ようやくです。子どもが一番時間を費やしているのが学校という社会。学校側からすればケアは家庭内の問題ということで、気にはなっているけれどもそのまま卒業という状況が長く続いていました。

藪本 メディアでも取り上げられるようになり、こんなにひどい状況になっていったことに驚いています。

持田 報道では、家族の身体介助に時間を使い過ぎて学校に行けない子どもが紹介されることが多く、それ以外のケースは、大したことがないと思われてしまう、という弊害が起きています。本来、ヤングケアラーはもっと包括的な意味があります。でも、メディアを通して紹介されると、どうしてかわいそうな子どもに見えてしまう。ヤングケアラーたちは、そういう目で見られたくないから、自分だけで頑張ろうとしてしまうのです。また、「うちはこんなに大変じゃないよね」などとテレビを見ながら親御さんがいうと、子どもはもう何も言えなくなったり

持田 恭子 さん

1996（平成8）年「ダウン症児者の兄弟姉妹ネットワーク」を開設。2013（平成25）に「ケアラーアクションネットワーク」（CAN）を立ち上げ、2019（令和元）年11月に一般社団法人化。社会福祉法人あゆみの会評議会評議員。2018（平成30）年度厚生労働省子ども・子育て支援推進調査研究事業。ヤングケアラーの実態に関する調査研究の報告書構成委員。

もします。そこは非常に注意すべき点だと思っています。

● ケアラーへの支援が大前提

藪本 改めて、ヤングケアラーとは。

持田 家族に対して大人が担うようなケアをしている18歳未満の児童生徒のことをヤングケアラーと言います。ケアにはいろいろな意味が含まれていて、世話、見守り、介助、介護のほかに、将来のことについて不安を感じる、18歳以上になっても家族の人生まで引き受ける、というの含まれます。また、外国籍のある家庭では、日本語がままならない親御さんと学校の間での通訳をしたり、家計を助けるためにアルバイトで稼いだお金を生活費に充てることもケアに含まれます。

藪本 CANが制作された短編映画をYouTubeで拝見しました。自閉症でこだわりが強い兄が家にいて、親が主に世話をしています。でも、実は妹さんもケアラーだということに気付かされました。

持田 主人公は障害のある兄の感情面のサポートをしています。母親は自分がいなければ息子は生きていけないと思っているので、主人公は自分も家族を支えなければと思います、将来に対して消極的な選択しかしていません。この主人

公のようなケースもヤングケアラーと言えるでしょう。

藪本 メディアが取り上げることで、社会に問題が共有されるのだと思いますが、もったときめ細かく伝えていく必要がありますね。日本におけるヤングケアラーは、大体どのぐらいの人数になるのでしょうか。

持田 2021（令和3）年3月に公表された全国実態調査^{*1}によれば、クラスに換算すると、中学生では17人に1人、高校2年生では24人に1人のヤングケアラーがいるという結果がでました。

藪本 クラスに1人か2人はいると、いうことでしょうか。介護保険など、様々な選択肢もあると思うのですが、なぜヤングケアラーを助けることにはつながらないのでしょうか。

持田 介護保険のヘルパーさんは時間が制限されています。送迎もマンションの入り口までですから自力で歩けない人は、家族の手助けが不可欠です。そのため、子どもが放課後のクラブ活動を諦めて、早く帰宅して送迎をするわけですね。発達障害などがある子どもは放課後デイサービスに行っていますから、親が共働きですと、その兄弟姉妹「きょうだい児」が迎えに行かなければならないのです。

えていかなかった。

持田 交通事故や脳疾患により65歳未満で介護を必要とする人がいて、親御さんに障害が生じると子どもが親の世話をすることがあります。50歳代ではまだ一部を除き、介護保険の適用外です。^{*2}経済力がないと、民間の家事支援も利用できない。それに家の中を見られるのが嫌で、外の人に入ってきて欲しくないということもあります。そうすると家族が全部やることになる。結局ケアラー問題とまったく同じです。家族だけで抱え込んでしまう状況の中にいる子どもがヤングケアラーとして、今浮上してきたわけです。

藪本 ケアラーに対するケアが必要だという切実な声が上がっているにも関わらず、日本では反応が鈍いように感じます。

持田 「家族が家族を世話するのは当たり前」という社会通念がある中で世間の反応が鈍いのかもしれません。18歳以上になってもケアは続きますから、ケアラーへの支援は若いうちから年齢制限を持たずに始めた方がいいですね。

藪本 日本では家族がケアをして当たり前という意識がまだまだ強いですよ。

持田 日本には障害があることを恥じる文化が古くからあるので、家族が他者に助けを求めにくい社会構造がありました。でも、他国

*1) 文部科学省【概要】ヤングケアラーの実態に関する調査研究のポイント【資料1-1】

https://www.mext.go.jp/content/20210521-mxt_jidou02-000015177_00.pdf

*2) 第1号被保険者（65歳以上）の場合。第2号被保険者（40～64歳）の場合、指定された特定疾病で要介護認定を受けた場合に限り、介護保険のサービスの利用が可能。

の障害者支援事情を知る機会が増え、法改正も進んだので、ようやくケアラーにも支援が必要だと考えてもらえるようになりました。

●ヤングケアラーズ探求プログラム

藪本 CANではヤングケアラーに対してどのようなサポートをされているのですか。

持田 イギリスのウィンチェスター・ヤングケアラーズという団体から、子どもたちが家族に対応するための柔軟なメンタルを育むプログラムを頂いたので、日本人向けにアレンジして、2020（令和2）年から「探求プログラム」を中高生に提供しています。2022（令和4）年度からは、メンターシップ制度を新たに開発しました。ケア経験のある大学生らが「ピアメンター」になり、中高生と一緒にこのプログラムに参加し、自身のケア経験や進路選択をした時の体験談を話してもらっています。ヤングケアラーにとっては将来の選択肢が広がることに役立っています。「ピア」というのは「仲間」という意味があるので、子どもたちは、自分の気持ちや悩みを誰かに相談して受け入れてもらう経験を積むことができるので、安心することができそうです。

藪本 どのような内容なのか、教えていただけますか。

持田 全7回のプログラムで、

ケアとは何か、自分がやっていることはケアなのかお手伝いなのかを考えたたり、知的障害や精神障害、発達障害といった目に見えない障害についての理解を深めたり、自分を大切にすることや感情に向き合い対処する方法を学ぶことができます。

藪本 お手伝いとケアはどう違うのですか。

持田 大人と一緒に子どもが買い物に行ったり荷物を持ったり、自分が空いている時間に話し相手になるといったことであれば「お手伝い」をしていることになりますが、大人が担うようなことを子どもが全面的に任せられている状態であれば、その子どもは「ケア」をしていることになります。

藪本 自分を大切にすることはどのように学ぶのですか。

持田 自分の気持ちが減入っているときにどんなことをしたら気分が盛り上がるのか、何かアイテムを持ってきてもらうというゲームをしたときに、イヤホンを持ってきた子どもがいました。「音楽を聴くと気持ちが落ち着く」と言うので、どのようなジャンルの音楽が好きなのかを質問しながら、子どもが抱えている心理状況を把握しています。他にも「相談相手を見つめる」という回があるのですが、そこでは、家族のほかに相談する相手がいるのかどうか、社

会にはどのような相談機関があるのか、そこではどんなことを相談できるのかについて話し合います。その相談とは、家族のためなのか、それとも自分のためなのかを客観的に探っていきます。すると、多くの子が家族の相談ばかりで、自分のことは後回しにしていることに気付きます。そこで初めて、「意外と自分は頑張っているのだ」と認識することができるようになります。そして最後は将来の希望をみんなでも語り合います。

藪本 とても充実した内容ですね。プログラムを受けた子どもたちは変わりますか。

持田 もう、もう、ものすごく変わります。最初はミュートで画面オフ、チャットだけで参加していた高校生が、今や顔も出して元気に話しています。彼女は空の写真撮ることが好きなので、自分が撮影した空の写真をLINEで共有しているうちに「空の写真部」というオンライン部活を始めました。どこに住んでいてもみんなが空で繋がっています。参加者の一人が「今までは下を向いて歩いていたけれども、最近は空を見ることができるようになった」と言っていました。他にも、障害のある弟のことを誰にも話せなかった高校生が、仲のいい同級生に弟の障害のことを伝えることができたことと喜んで報告してくれまし

た。「ここに仲間がいるから、勇気を出して話せた。何か言われたら、またここに帰ってくれば話を聞いてくれるから」と話してくれました。

藪本 病気や障害のある家族がいるというのは、そんなに人に言えないことなのですね。

持田 言えないです。今までは対等な友人関係を築いていたのに、家族のことを話した途端に、障害のある弟がいるかわいそうな人だと思われるからです。他にも、弟がパニックになったことで自分の気持ちまで減ったことを話しても、そもそも同級生にはパニックの意味が分かりません。障害の特性から説明しなければならぬので、自分の気持ちを分かってくれうところまでたどり着きません。障害の特性について話しているうちに同情されたり、「頑張るしかないじゃん」と予期せぬ言葉をかけられることもあります。

藪本 持田さんにも同じような経験がありますか。

持田 私は小学生の頃から高校生にかけて、母と兄の世話をしていたのですが、やはり同級生からは「かわいそうだからやめてあげなよ」と言われました。その頃のことを取材された記事がヤフーのヘッドラインニュースに掲載された時に、母のことを「毒親だね」とコメントに書かれました。他者

から毒親だとレッテルを貼られたことで母の尊厳を傷付けたように感じ、自分が経験したことを公表することで返ってくる反応が怖くなりました。家族を否定されることは、発信者が意図していることではないので、ネット社会では慎重に言葉を選ばなくてはならないと思いました。

●子どもの声に耳を傾けて

藪本 同じことが起きないようにするために、何かできることはありますか。

持田 障害に関する教育が足りないことで「知る機会」を増やすことが大切です。2022（令和4）年4月から、高校1年生は保健体育で精神障害について学習することになりました。4種類の限られた特性のみですが、その領域が増えて、若者が障害に対する正しい知識を得ることを期待しています。

藪本 ヤングケアラーのことで、地域社会にできることは何かありますか。

持田 子どもの声をしっかりと聴いた上で、必要な支援は何かを考えてほしいです。行政は相談窓口を作ってくれていますが、そこにいる人の顔が見えないので、残念ながら、子どもたちは、「電話をする勇気が湧かない」「相談しても家族の状況は変わらない」と思っていたり、「相談をするこ

とってハードルが高い」と言っています。

藪本 アクセスしやすくするためにはどうしたらいいでしょう。

持田 子どもたちに「どうしたら話しやすいのか」と尋ねたら、「役所の隣にカフェみたいなのがあつて、宿題をするスペースがあつたり、専門職の人がいて、ちよつとしたことを話したら話しやすい」と言っていました。誰でも話せるオープンスペースを設けている学校もあるようです。子どもたちは、自分が特別な状況にいることを周りの同級生に知られたくないので、開放的な居場所が増えるといいですね。

●ケアラーアクション ネットワーク（CAN）

<https://canjp.njimndofree.com/>



●厚生労働省 「子どもが子どもでいられる街に」

<https://www.mhlw.go.jp/young-carer/>



＊後記 政府もヤングケアラーの支援体制強化に乗り出しています。私たちも子どもたちの発展可能性が制限されることのないよう、知恵を絞らなければいけません。