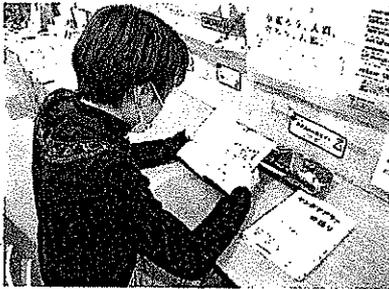


「若者ケアラー」の孤独 支えるには

家族を介護する18歳～30代 進学・仕事との両立に悩み

18歳未満で、病気や障害のある家族の介護や家事をする「ヤングケアラー」の認識は広がりつつあります。ただ、その後も若いケアラーは進学や仕事などとの両立に不安を抱え、ひとりで悩む状況に置かれがちです。18歳から主に30代の「若者ケアラー」を、どう支えればよいのでしょうか。



ヤングケアラーや若者ケアラーについて研究する大学院生の女性。自身も10代からケアラーだ =京都市



若いケアラーが集まるオンラインの「Yandke community」で参加者と話す宮崎成悟さん =昨年12月、東京都新宿区 (画像の一部を加工しています)

将来の夢はあるが 母のケアは…

京都市の大学院生の女性(28)は、小学校高学年ごろ、母が幻聴や妄想を訴えて精神的に不安定になった。幼稚園児だったとき、両親は別居。母と2人暮らしになり、母が寝込むと友達の家で夕飯を食べさせてもらった。

最近、転機があった。昨年4月、ヤングケアラーが年を重ねたときに抱える問題や必要な支援について研究するため、大学院に進学。一人暮らしを始めた。「ようやく自分の世界が持てた」と進歩を感じている。だが、帰省すると、親族にケアを任せている申し訳なきを感じる。

思いを語り受け止めあう場も

母は女性が一人外出するのを認めず、「束縛されて、社会や人との交流が絶たれて苦しかった。友達に遊びに誘われても毎回断るのが苦痛だった。ストレスからか女性性風狂病で叫んでいました。中学卒業後、親族の助けで母は医療とつながり統合医療と診断され入院した。女性性風狂病に引き取られた。

「9カ月前から一人暮らしを始めたけど、弟のことが気になって実家に顔を覗かせています」。昨年12月末、家族を介護するヤングケアラー・若者ケアラーのオンラインコミュニティ「Yandke community」の交流会が、オンライン会議システムZoomで開かれ、自閉症の弟(19)がいる女子大生(21)が語り始めた。

高2のときに母が退院し、祖父祖母でともに暮らすようになった。母は安定していたが1年ほどで悪化し入退院を繰り返した。ケアは女性や祖父、祖父祖母で回っていた。おばが担っていた。母に、精神障害者保護福祉手帳を取得して福祉サービスを利用することも、誰も切り出せなかった。障害者と認定されることを母は受け入れないと考えたから。こうした体験から女性には対人不安があり、カウセンリングに通じている。

「自分が働き始めたらどうなるのか不安もある。SNSでコミュニティを知り、働きながら介護する人の話を聞きたい」と願って参加している。「くだけた雰囲気や家族のことも話しやすい。皆さんの経験が参考になります」。この日は7人が参加、母を一人で介護している30代の女性や、介護離職の経験者もいた。

宮崎さんは「悩みの解決策を聞きたいだけでなく、自分の声を聞いてほしくて参加していると感じます。若いケアラーが周りに居ない思いを話し、受け止めあえる場を続けていけるよう、悩みに寄り添うことが重要だと考えています」と語る。(北村有樹子、畑山整子)

記者サロ 当事者が語り合う

13日 オンラインで

18歳未満の「ヤングケアラー」や、18歳～30代くらいまでの「若者ケアラー」は、進学や仕事、子育てなどとの両立に悩み、周りに話せない孤独を感じています。

高校生の頃から母を介護し、若いケアラーのオンラインサロンを運営する宮崎成悟さんと、若年認知症の母の介護を経験し、若いケアラーの取材もしてきた記者が、13日午後7時からオンラインイベント「記者サロン」で自身や当事者たちの経験を元に語り合います。参加無料。ウェブ(https://ciy.digital.asahi.com/ciy/11003729)からご応募ください。QRコードからもアクセスできます。

