CTM

「ヤングケアラーについて語り合いませんか？」

2022 年 3 月 27 日(日)

報告

・はじめに

新型コロナウイルスの感染拡大が猛威を見せ始めてから早くも 2 年余りが経過しました。依然として肩を並べて気軽に話しをしたり、知らない相手との新たな出会いを築いたりすることが難しい今。じりたまでは障害の有無や立場、年代など様々な違いを越えて集い、ざっくばらんに語り合う場をつくることを目的とした「CTM」という定期的に開催しているトークイベントを今回はオンラインにて実施しました。

今回の CTM のテーマは「ヤングケアラー」。ヤングケアラーとは親や兄弟といった家族のケアを日常的に行っている子ども、若者たちのことを言います。最近になってメディア等でも社会問題として取り上げられるようになったヤングケアラーというキーワードですが、その内実について多くの人に理解が浸透しているとはまだ言い切れません。

私たち障害当事者団体はケアを受ける側として、家族の力にだけ依存することのない支援体制を模索し、構築してきました。本来あるべきケアとは何か？を考える上で、ヤングケアラーの問題は非常に重要な問題です。

ケアを受ける側／する側の双方が生き生きとした生活を実現するためには何が必要かについて、様々な立場から意見を出し合いました。

・トークゲスト

CTM では毎回テーマに即したトークゲストをお招きしています。
今回は「横浜ヤングケアラーヘルプネット」のみなさんにご参加いただきました。

横浜ヤングケアラーヘルプネットは 2014 年に発足された団体です。社会へ向けたヤングケアラーとして生きる人たちの実態の発信をはじめとした啓蒙活動や発足者であるヤングケアラーの当事者の 2 人を中心に地元の様々な当事者、そして支援者を巻き込みながら、定例会と呼ばれる毎月一回の自由でオープンな集まりを開き、そこでお手製のカレーライスを食べたり、お茶を囲んだりしながら互いの悩みや本音を打ち明け、互いの心を軽くし合えるような空間づくりを実践しています。

当日はそんな横浜ヤングケアラーヘルプネットから、当事者である共同代表の木下さん、そして神谷さんのお二方よりご自身の体験談も交えたお話をいただきました。

※以下の内容は木下さん、神谷さんのお話をもとに編集したものです。

木下さんのお話

○「ヤングケアラーってどんな人たち？」

初めまして。木下です。横浜ヤングケアラーヘルプネットで共同代表をしています。

私自身、元若者ケアラーです。26 歳のときに第一子を出産した際、産休・育休のために戻った実家で、認知症で寝たきりの祖父と祖母二人の介護を行うようになりました。介護は最終的に祖父母を看取るまでの 1 年間続きました。

横浜ヤングケアラーヘルプネットはヤングケアラー、そして、もう少し年齢が上の若者ケアラーの当事者が語り合う場をつくっています。ちょっと特殊かなと思うのは、当事者だけでなく、ケアマネージャーなどの専門職やヤングケアラーの身近にいることの多い学校の教師、また法制度等に詳しい大学の研究者も参加しているところ。ヤングケアラーのことを多くの人に知ってもらうだけでなく、実際に当事者が抱えている悩みや具体的な問題にアドバイスをもらう場、問題を解決に向かわせるきっかけづくりの場としても機能しています。

○ヤングケアラーの定義と実態

ヤングケアラーが行っているケアの中身は実に様々です。身体介護は想像しやすいかもしれませんが、その他にも見守りやアルコール依存を抱えた家族に対するケアなどもあります。現在のヤングケアラーは**【家族にケアを要する人がいる場合に、大人が担うようなケア責任を引き受け、ケアを行っている 18 歳未満の子ども】**という定義がされています。また、18 歳以上（主に 20 代）のケアラーのことを、若者ケアラーと言います。ケアが必要な人は主に、障がいや病気を持つ親や高齢の祖父母であることが多いですが、きょうだいや親戚であることも。

国内ではまだヤングケアラーの実態数を把握する調査は行われていませんが、平成 29 年度に総務省が行った調査では、30 歳未満の介護者は全国で約 21 万人。そのうち、学校に通学しているのが 3.4 万人という結果でした。近年では各市町村でヤングケアラーに関する調査が行われることも増えてきており、そういった調査ではおおよそ中高生の 4～5%が何らかの理由で家族のケアを担っているということが見えてきました。一見すると少ないようにも感じられるかもしれませんが、1 クラスに換算すると 1 人ないし 2 人はヤングケアラーの当事者がいるかもしれないという意味では、身近な問題として考えるべきことだと思います。

家族の中の誰をケアしているのかという点では、小中学生ではきょうだいや親（とくに母親）であることも多く、高校生になると祖父母など高齢の家族をケアしているという割合が高くなります。ケアを必要としている家族は最も多い理由である病気（28.6%）や高齢による衰弱(20.4%)の他、身体障害や知的障害といった非常に多岐にわたる状況を抱えており、そのそれぞれによって適用される福祉制度も異なるため、ヤングケアラーを支援するといってもひとくくりにするのはとても難しいのではないかと思います。

実際に行っているケアの内容も、最も多い家事の他、感情面のケアから身の回りのケアまで様々です。そのようなケアに子どもたちが割いている時間を見ると、平日と休日のいずれの場合も１日１時間未満が最も多い（平日：40.4%　休日：26.8%）ですが、同時に６～８時間が平日で 2.4%、休日で 6.1%います。学生は一日の多くを学校の授業や部活動、塾などに費やしていることを鑑みると、大変な状況にいる人が少なからずいるということがわかります。

○「プラス」の面と「マイナス」の面

ヤングケアラーとしての経験は当事者にとってプラスであることもあると思います。
プラスの面を挙げるとすれば・・・

① 年齢の割に生活能力、判断能力を身に付けられる
② 病気や障害についての理解が深い
③ 聞き上手、忍耐強い、思いやりがある

一方でマイナス面を挙げるとすれば・・・

① 学校生活に集中できない
② 身体的、精神的に疲弊し、コントロールが難しい
③ 自分の生活や健康、進路が後回しになりがち
④ 自分が我慢し、がんばることで家族を守ろうとしてしまう

自分がいなければ死んでしまうかもしれない家族を前にして、自分のことを優先するという気持ちの強さが持てなかったり、家族を見捨てることができなかったりするため、場合によっては自分の望む進路を断念し、家から近い学校への進学を選ばざるを得ないということもあります。

○ヤングケアラーの「難しさ」と「見えにくさ」

ヤングケアラーの問題は最近になって各地で条例づくりが進められるなど支援の動きが広がっていますが、まだまだ難しい問題として認識されています。そこには、「子ども」がケアをするということが想定されておらず、ケースワーカーが家の中に入ったとしても子どもが家族のケアにあたっていることに気づけないということもあります。また、もし子どもがケアをしているということがわかったとしても、家族のお手伝いをしてエライねー！と言われてしまうため、子どもたち本人が悩みを打ち明けにくい状況が生れています。加えて、家族がケアをすることが当然だという社会の風潮があり、1 日 24 時間のうちヘルパーが派遣される数時間以外はすべて家族が面倒を見るのが普通であるという前提のもとで、家族がいるから大丈夫と判断され、ヘルパーの時間数が大きく制限されてしまったりします。

さらに、自分の家族の中にケアを必要としている人間がいることを知られたくない、差別偏見を受けたくないという理由から、友人や周囲の人に自分の状況を言い出しにくいという場合もあります。自分がケアをしていることを知られてしまうことでいじめられてしまうかもしれない、また、他の家族から自分だけがケアの負担を押し付けられているのだという思い込みを受けたり、そのことから自分以外の家族が悪く言われたりしてしまうのではないか？という気持ちから、自分の状況を隠してしまうという人もいるようです。

○ヤングケアラーが求める支援

自身がヤングケアラーだった人たちがそのときの経験を振り返って、どのような支援があればよかったかについて意見を出してもらいました。

・同じ経験をしている同世代の仲間：ピアグループ
・自分のことを話せる、信頼できる大人：家族以外の相談者
・家族全体への支援やサービス：緊急時の対応も含む
・ケアラーの生活が保障されること
・ケアの経験が社会的に評価されること

思う存分語り合える場、ケアを受ける当事者だけでなく他の家族（ケアラー）が自分のことを優先して生活ができるためのヘルパーの支援、またケアの中で培ったプラスの面（人間力）が進学や就職の場面でも正当に評価されるような社会のあり方をヤングケアラーは求めています。

○未来ある子ども・若者たちのために

私も介護していた頃を思い出すと、逃げ出してしまいたいと思ったこともありましたが、私がいなければ死んでしまうかもしれないという状況が何度もあったため、何とか気持ちも持ちこたえることができました。でも、とても辛かったです。これからの人生どうなるのだろうと不安が大きくありました。20 代の私でもそうだったので、もっと若い子どもたちは誰にも言えない苦しさを抱えているのではないかなと思います。

ヤングケアラーの彼らはケアラーである前に一人の子ども、自分の人生を歩み始めたばかりの未来ある若者です。ケアをしているから他のみんなと違う人生を歩むのだろうか？チャンスがないのではないか？という不安を担保するために、家族をトータルで支援すること、誰かが助けてくれるから自分で自分のことをできるようになる、生活が上手くまわるようになり負担が減ったというようなことが必要です。ヤングケアラーを支援するということの前に、子どもの人権と権利**【生きる権利／育つ権利／守られる権利／参加する権利（子どもの権利条約）】**を守るということが根底になくてはならないと思います。

神谷さんのお話

○ヤングケアラーになった経緯

神谷です。元ヤングケアラーになります。
小学４年生から大学一年生までの祖母の介護をしていました。

僕がなぜ祖母の介護をしなければならなかった理由は、家族構成が一部にあります。
僕が３歳の頃に両親が離婚をして父子家庭になりました。８歳上の姉がいるのですが、僕が小学生の時すでに高校性だったので生活の仕方が違い、父親は会社に行って出張も多かったので僕が面倒をみるしかありませんでした。後は親戚もいましたが、家から遠いという理由で見れませんでした。

○ヤングケアラーとしての日々

僕が小学校４年生のときに、祖母が左の大腿骨を骨折したことで杖が必要な生活になり、僕が月に一回、小学校の放課後に病院に行ったり、病院の先生のスケジュール次第では学校を早退したり遅刻をして通院の付き添いをすることはありました。

小学校６年生の時に祖母が脳梗塞を２回患ったことで認知症が進み、物忘れが増えてしまい、一人で料理をして火を使っていて危ないことがあってから僕の学校が終わった後は真っ直ぐに祖母の家に帰ってコンビニやスーパーでお弁当だったり食材を買って準備して一緒に食べ、薬を飲んで１時間ほど一緒にすごしてから自宅に帰るという生活を送っていました。

中学生の時は１年間部活に入っていたのですが、放課後の部活となると夜遅くになるので祖母に迷惑をかけてしまうという自分なりの考えがあったので一年間だけ入ってやめました。ですが、中学生の頃から自分が祖母の介護をしていることを自分で学校の先生に伝えていたので先生達からの理解があり、１年間で退部するというのは友達からするとイメージが良くないということを顧問の先生が配慮をしてくれ、退部ではなく都合があって休部をするという形で特例の対応があって、２年生、３年生の時も時間があれば顔を出してお手伝いをしていたので友達関係の面で問題がなく過ごせました。

中学２年、３年で祖母の認知症が進んで学校が終わるのが遅いと家の前に立って帰りを待っていたりすることがあって大変でした。高校生の頃、携帯を持つようになると「晩御飯

まだ？」「私なにすればいい？」など１日に多くて１０件程の連絡があったのでそういうことにも対処をしていました。

〇一番辛かったこと

僕が一番ケアをしていて辛かった時期は高校受験と大学受験のときで、他の子は学校が終わると塾に行って勉強をしていましたが、自分は祖母の介護があったので塾に行けませんでした。祖母の介護が終わって自宅に帰ると夜の９時や１０時過ぎになり自分で勉強する。勉強をしていても祖母から携帯に電話がかかってきてその都度応対をしてあまりにもしつこいときには祖母の家に行って落ち着かせることもありました。

高校３年生の大学受験の時に祖母がベッドから転落をして圧迫骨折をしました。
一番自分が衝撃だったのが病院から夜中の三時に自宅に連絡があり祖母が病院に緊急搬送されたということで迎えに来て欲しいとのことだったので、自分が迎えに行くことになりました。その日は丁度父親が出張でおらず、自分が迎えに行きましたが、帰りは何時になるかがわからなかった為に学校の制服を着て家を出て夜中の三時にタクシーを拾おうとすると３、４台は目の前を素通りされてしまい、最終的に止まってくれたのは個人タクシーで自分の事情を話して病院まで送ってもらいました。その時は一番辛かったです。

〇ヤングケアラーとしての自分

自分がヤングケアラーと気づいたきっかけは、大学生になって 2 年生の頃に卒論を書かなくてはならなくなった時。担当のゼミの先生がヤングケアラーというワードを知っていて、自分がヤングケアラーだと知りました。そして自分なりに調べていくうちに今の問題点が出てきました。

僕がヤングケアラーとして約 10 年活動してこられたのは、ケアマネージャーさんとヘルパーさんの存在が大きいです。僕が小学校４年生から要介護という名目でヘルパーさんが週２，３回入っていましたが、大学１年生までずっと同じケアマネージャーさんとヘルパーが見てくれたので、ケアプランの中に本当はいけないが僕が祖母の介護をしているということを加味した上でケアプランを考えてくれました。なので、ヘルパーさんがいる日は僕の上靴や体操着などを祖母の洗濯物と一緒に洗ってくれたり食事を祖母の分と一緒に自分の分を作ってくれたりしました。

後は、ヘルパーさんのご厚意で自分の好きなハンバーグとカレーライスをタッパーに入れて作って持ってきてくれたりもしました。祖母が体調を崩しやすいということもあり電

話をするとヘルパーさんやケアマネージーがかけつけてくれて、もしヘルパーさんの予定があって来れない場合は、ケアマネージャーさんが来てくれました。

僕が他の人と比べて辛かったのは大学二年生までアルバイトができず、自由に使えるお金が無く、放課後にデートや遊ぶことができなかったことです。月３万円のお小遣いの中で食事や余ったお金は祖母の介護に回さねばならなかったので、着る服や持っているものなども他の子とは違いました。

〇自分がヤングケアラーであると知ってもらうことが大事

それでも自分が何で介護をし続けてこられたかというと自分が祖母の介護をして良いことをしているという自画自賛があり、お手伝いをしていて偉いねと言われると嬉しかったので、周りから変な目で見られても他の子より良いことをしているという意識があったので折れずに済んだのです。

学校の先生に話したきっかけは夜遅くまで祖母をみていて自分が学校に遅刻をするたびに毎回同じことを話すのが辛かったので、自分から祖母の介護をしていることを話していたので、どういう介護をしていたのかと話せば遅刻にしないなど配慮をしてくれたり、中学高校でも自分から先生に話しをして祖母の通院などで早退をしても補講をしてくれたり、授業のプリントを用意してくれていました。他のヤングケアラーと違う点は自分なりに介護をしていることを偉いと感じていた事と恥ずかしいことと思わずに自分から人に話していた点だと思います。

・ディスカッション

当事者であったお二人のお話を伺った後、参加者のみなさんでディスカッションや質疑応答が行われました。以下、やり取りの一部を紹介します。

Q.ご家庭によっては、第三者に家に入ってほしくないということもある。
そういった場合、どういった支援が必要か？

A：親がヤングケアラーに気付いている場合は、家事代行など。
しかし経済的支援に乏しい場合があるため、自治体からの補助金などの
支援を要請したい。
また、学校の先生に気づいてほしい。学校などからご家庭に言いにくい場合には、
教育委員会や福祉などに伝えるといった地域の連携を大事にしてもらいたい。

Q：ヤングケアラーは、マイナスなイメージがあるが、
よかったこと、プラスなイメージはあるか

A：お年寄りの方とコミュニケーションがしやすい。趣味の話などといった今の若者とは違う話ができる（若者と話が合わないというデメリットあり）。

A:仕事＋子育て＋介護はこれ以上ないほど大変だったので、これ以上辛いことはないという心の余裕ができた。家族のつながりを感じることができ、支えられた。

Q:じりたまの仕事は、障害者の介助をしてご家族の負担を減らすことを大きな目標の一つとしており、介助が原因で学業に支障がきたすのであれば、なおさら呼んでほしいと思うが、そのような人をキャッチ、リサーチするといった方法はまだできないのであろうか。

A:家族自身もバンバン呼びたいと思っているが、ヘルパーさん規定の時間を過ぎると自費であるといわれ、制度を超えてやるのかという疑問がある。

A:障害と介護保険は利用方法に違いがある。障害の場合、その人が家族の中で担っている役割、能力を引きのばすという観点で支援を行うこともあるが、
介護保険の場合はない。ケアをしている人に対する支援はあって然るべきこと。

参加者の中にはご自身も学生時代にヤングケアラーだったという方もいらっしゃいました。

自分がケアラーであること、家族に障害があることは恥ずかしいという思いから周囲に言い出せなかった。
しかし、障害者の福祉の活動に携わるようになり、そこで障害当事者ピアグループを知ったことから、それは恥ずかしいことではなかったんだと気づくことができ、目の前がぱっと開けた。

また、ヤングケアラーヘルプネット代表の西迫さんからは、ヤングケアラーの支援を考えるにあたって以下のようなコメントもありました。

「ヤングケアラーを考えたときに、決してケアを切り離したいとか、ケアラーに対しての支援をしてくれということはあまりない。それが当然として自分の中にもう組み込まれていっている。その負の連鎖というのがもう起こっているのに気が付かないで、家族内の問題として関りを拒否する。それは関わってほしくないのではなくて今起きていることに変に触れないでほしいというとろがある。だから、分かったから何かしましょうではない。何が必要っていうのはいろいろヤングケアラーの中にも多様性がある。」

・最後に

ヤングケアラーの問題は昨今メディアを通じて目に触れる機会が増え、その深刻さをひしひしと感じていました。ですが、一方で今回当事者、または支援者としてヤングケアラーに向き合う方々と接して、すぐ隣にいる身近な人の問題として改めて捉え直す機会となりました。

ヤングケアラーの当事者は家族をケアすることに決してネガティブな思いだけを抱いているわけではなく、そのことに誇りや生きがいを感じている部分もあります。それとはまた別のところで、いつの間にかひとりでは担いきれないケアの負担が生じてしまうことにこそ、問題の中心があるのでしょう。

人がケアを必要とすることは何も特別なことではありません。ケアをする側／される側の全ての人が、気軽に「助けて」、「手を貸して」と発信できるような環境を社会に芽生えさせる必要を強く感じました。そのためには、一人一人がまずは自分の方から《知ること／気づくこと／声をかけること》を始めていかなければならないと思います。

新型コロナウイルスの厳しい猛威の続く中、貴重なお話をいただいた横浜ヤングケアラーヘルプネットのみなさま、そして参加者の方々には改めて御礼申し上げます。