論考想

ヤングケアラー
家族への思いに寄り添う支援を

木下　真（日本子ども学会事務局長、福祉ジャーナリスト）

ヤングケアラーの実態調査

最近、児童福祉や学校関係者の間では、「ヤングケアラー」という言葉に注目が集まっています。ヤングケアラーとは、本来大人が担うと想定されている家事や家族の世話などを日常的に行なうために、行動が制限されたり、精神的な負担を負わされたりする18歳未満の子どもを指します。

もともと日本の福祉の世界にはなかった概念で、介護や介助を担う家族の支援制度が整備されているイギリス発の考え方です。なぜ日本語訳にして「若年介護者」と言わないのかという声もありますが、家族内の介護者を職業的な介護者と区別するためにあえて福祉関係者は「ヤングケアラー」という英語を使っています。

厚生労働省と文部科学省は連携して、昨年12月から今年1月にかけて、初めてヤングケアラーに関する本格的な実態調査を行いました。全国の公立中学校1000校と全日制高校350校を抽出して2年生にインターネットでアンケートを行い、合わせておよそ1万3000人から回答を得ています。

世話をしている家族がいると答えたのは、中学2年生で5.7%、全日制高校2年生は4.1%。世話の頻度については、「ほぼ毎日」が3～6割程度。世話に費やす時間は平日1日の平均で中学生・高校生ともに約4時間でしたが、「7時間以上」も1割程度います。

これらの実態調査を踏まえて、国は「早期把握」「相談支援」「家事育児支援」「介護サービスの提供」などの支援策を早急にまとめています。

日本型福祉が成り立たなくなった

これまでも、親や祖父母が認知症になったり、きょうだいに障害があったりなど、家族に介護や介助が必要となり、子どもに一定のケア役割が求められるケースはあったはずです。ただ、過去に比較できるデータはないので、そのような子どもがどれぐらいいたのか、どの程度増えたのかは明らかではありません。

しかし、現在、家族規模は縮小し、家庭のケアの力はどんどん細っています。子どもが家庭内でケアラーの役割を担わされる可能性が高まっているであろうことは容易に予想がつきます。

3世代同居世帯は、1980年には全体の50%でしたが、2000年には27%とほぼ半減し、現在は11%にまで減少しています。また、専業主婦家庭の数は、2000年頃に共働き家庭と逆転し、その後急激に減少し、いまでは約660万世帯、共働き家庭の半分近くになっています。さらに、ひとり親家庭は1980年代の約1.5倍にまで増えています。

このように20年ぐらい前から家族のあり方は大きく変化していたにもかかわらず、家庭内のケアの実態がなかなか把握されなかったのには、いくつか理由があります。

まず、家庭内にケアの必要な人がいるかどうかは、プライベートな問題なので外部の人間が把握するのが難しいことがあります。また、子どもが家族の世話をするのは、家族思い、親孝行などと肯定的にとらえられる場合が多く、子どもの課題とは理解されにくい傾向があります。

日本の行政は長年にわたって、家族によるケアを福祉の課題と考えてきませんでした。福祉の世界では、家族が中心になってケアを担うスタイルを「日本型福祉」と呼んで、家族愛の証しとみなし、日本社会の美質としてきました。そのために欧米社会よりも何十年も遅れて、福祉の社会化が進められたので、ヤングケアラーどころか、ケアラーそのものがいまだに支援の対象として本格的に議論されずにいるのです。

声を上げ始めた元ヤングケアラー

それではヤングケアラー本人たちは、家族のケアについてどのような考えをもっているのでしょうか。家族の繊細な問題であり、小中学生にその思いを聞くのは難しく、また本人たちが負担に無自覚であることも多いので、これまではなかなか実情はつかめませんでした。しかし、近年、過去にヤングケアラーだったという大学生や社会人が声を上げ始め、それがメディアでも取り上げられ、ようやく実情が知られるようになってきました。私も3年前に何人かの元ヤングケアラーに話を聞かせてもらったことがあります。

看護師をしている40代の女性は、母親が統合失調

症だったために、家族の食事は小学生の頃から自分が作っていたと話してくれました。精神薬の影響もあって、母親はほとんど寝ていて、ぶつぶつと独り言を言うことも多く、「お前、子どもの格好をしているけど、本当は子どもじゃないだろう！」と詰め寄られたこともあったそうです。父親は母親とのケンカが絶えず、食事中は父親がいつちゃぶ台をひっくり返すか、そのタイミングをうかがいながら、落ち着かない食事をしていたと話していました。

「周りの大人に頼らなかったのはなぜか」と聞くと、「精神の病気そのものが小学生には理解が難しく、何が起きているのか把握できなかったし、子どもながらによその人に話してはいけないことだ」と思っていたそうです。

彼女は看護師となり、いまは自分と同じような境遇にある子どもたちの支援活動にも力を入れています。「子どもは自分の親よりも信頼できる大人がいるとは、なかなか思えないので、子どもからのSOSを待つのではなく、周りの大人が子どもとの自然なかかわりを増やし、ふだんの交流の中で、子どもの危機に気づいてあげることが大事だと思う」と語ってくれました。

ヤングケアラーの複雑な気持ち

他には、両親が障害者だという女子大生にも会いました。父親は身体障害者で、母親は高次脳機能障害で、アルコール依存症です。父親は上肢に障害がありましたが、仕事はきちんとこなし、日常では介助は必要なかったそうです。一方で、母親は見守りの必要な人で、その生活介助は、一人っ子である彼女の仕事でした。中学校で授業を受けていると、担任から「あなたのお母さんが酔っ払って、道で寝ているらしい」と知らされて、あわてて家に帰ったこともあるそうです。

典型的なヤングケアラーなのですが、本人はその言葉をあまり好んでいませんでした。親子関係を、「世話する人」と「世話される人」という上下関係として語られることに、どうしても抵抗があったからです。それに、自分の親が子どもに負担をかけている親だと周囲から決めつけられるのは申し訳ないし、事実とも異なると感じていました。

「周りからみれば、子どもが親をケアするというのは、大変な成育環境に見えるかもしれませんが、自分の親ですからね。過度な負担を強いられたとは思っていません」と繰り返し話していました。

しかし、その一方で、悲しいことがあったわけでもないのに、突然涙がこぼれて止まらなくなることもあったと打ち明けてくれました。周りの友だちは何が起きたのかわからず戸惑っていましたが、それ以上に自分自身が何が起きたのかわからなかったと言います。理由を知りたくて、「アダルト・チルドレン」「愛着障害」などに関する心理学の本を読み漁ったそうです。

家族を丸ごと幸せにするために

ヤングケアラーの支援というと、私たちは当然のようにヘルパーを利用して、子どもの介護負担を減らすことを考えます。もちろん、過度な介護負担を負っている子どもには必要な支援ではあります。しかし、私の出逢った元ヤングケアラーたちはケアの負担だけにスポットが当てられ、「苦しんでいる子ども」というレッテルを貼られるのは受け入れがたいと訴えていました。

ヤングケアラーは、自分のケアの負担よりも、家族の辛そうな顔をなんとか笑顔に変えたいと願っていて、自分が未熟なために、家族を支え切れていないのではないかと、自分を責める気持ちが強いと言います。また、こんな家族は自分たちだけで、本当のことは誰にもわかってもらえないと思い込んでいたという声も多く聞きました。

そんなケアの苦痛と家族愛とがない交ぜになり、さらに孤立感を深める複雑な感情を抱いている子どもたちには、家族の犠牲者だと決めつけ、家族から分離するようなアプローチではなく、本人だけでなく、家族全体に手を差し伸べるような包括的な支援が求められます。

私が出会った女子大生の元ヤングケアラーは、中学校のときの作文に、「家族も自分も大切にできる社会をつくろう。それが私の追いかけていくべき夢なのだ」と綴っていました。そうした、家族を丸ごと幸せにしたいという子どもたちの思いに寄り添うことこそが、形式的に支援策を整えるよりも、まずはやるべきことだと思われます。介護や介助を必要とする家族がいるのも、家族の一つのあり方として肯定していくことが、社会の進むべき第一歩ではないでしょうか。

〈参考文献〉

「ヤングケアラーの実態に関する調査研究について」厚生労働省＆文部科学省 , 2021 年 3 月

NHK 福祉情報総合サイト・ハートネット「子どもが家族をケアする時代　第 2 回ヤングケアラーと呼ばれて」2018, 木下 真

〈プロフィール〉

木下　真（きのした・まこと）

福祉ジャーナリスト。日本子ども学会事務局長。一般社団法人障がい者スポーツ・アート・ミュージック振興協会ディレクター。NHK ハートネット TV「あがるアート」プロジェクト・ディレクター。