

ケアと自分の人生
くもっと知ってほしい、
子ども・若者ケアラーのことく

河^か

西^{さい}

優^{ゆう}



プロフィール

立命館大学衣笠総合研究機構（人間科学研究所）補助研究員。二〇二一年より「子ども・若者ケアラーの声を届けようプロジェクト」（YCARP）に発起人の一人として加わる。自身も統合失調症の母をもつ当事者である。

○司会 皆様、こんにちは。それでは、定刻となりましたので、ただいまより二〇二四年度講座「生きること」の第三回目を開催したいと思います。

それでは、講演を始める前に、本日お話しいただきます河西優さんのプロフィールを簡単にご紹介させていただきます。河西優さんは立命館大学衣笠総合研究機構人間科学研究所の補助研究員でいらっしゃいます。そして、河西さんご自身も小学校高学年からこれまで、統合失調症の母親のケアを担われた経験を持つヤングケアラーの当事者でありまして、その経験を踏まえて二〇二一年よりYCARP、「子ども・若者ケアラーの声を届けようプロジェクト」に発起人の一人として関わっていらっしゃいます。本日はご自身の当事者としての体験や、そのときの思い、そして現在の研究者としての立場から、ヤングケアラー、子ども・若者ケアラーの実態や支援の課題についてなどお話しただけかと思っております。

それでは、講演のほうに入りたいと思います。今から一時間から一時間半ぐらいお話いただきます。その後、質問などをお受けする時間を取りまして、四時頃の終了予定とさせていただきます。どうぞよろしくお願いいたします。

(拍手)

○河西 優 皆さん、はじめまして。京都の立命館大学から来ました、河西優と申します。今日は皆様にお越しいただいてありがとうございます。よろしく願いいたします。座ってお話させていただきます。

今日のタイトルなんですけれども、『ケアと自分の人生もって知ってほしい、子ども・若者ケアラーのこと』というタイトルです。私自身、当事者として、また研究に関わる立場としてお話をさせていただきたいと思います。

まず、ちょっと自己紹介をさせていただきます。実は私は元々大阪市出身で、今日京阪電車に乗ってきたんですけども、京橋すぐ馴染みのある駅です。大阪市出身で大学院進学をきっかけに京都の立命館大学に行くということで京都市に移り住んでひとり暮らしをしています。

現在、立命館大学人間科学研究所ということでヤングケアラーのプロジェクトがあるんですけども、その専属研究員をしています。後ほど詳しくお話するんですが、私自身は小学校高学年の頃に母親が統合失調症になりました。現在もケアは続いていると言えます。

ただ、当時、自分が置かれていた状況をケアというふうには全く捉えていなかったというのが実情です。ケアしてるんじゃないかというふうに思い始めた、そして、それと同時にヤングケアラーという言葉を知った時期でもあったんですけども、それは二〇一八年、大学三年生のときでした。卒業論文がきっかけで、たまたまその時期に出版された澁谷智子先生の『ヤングケアラー』という本を当時の指導の先生に紹介していただいたということが一番最初のきっかけでした。

私が現在関わっているプロジェクトなんですけれども、「子ども・若者ケアラーの声を届けようプロジェクト」、YCARPって、さっき司会の方がおっしゃっていたんですけれども、

Young Carers Action Research Projectの略です。こちらは簡単に言うと当事者の声を社会に発信したりとか、あと当事者が一方的に支援を受けるだけではなくて、自分自身の手で何が課題なのかということ踏まえて、自ら必要だと思う社会資源を開発していくといったような研究のプロジェクトになります。ただ、ここには研究にも関わっていて、当事者でもあるというような私だったり、大学院生の方が参加しています。

今日は、自分自身の経験もそうなんですけど、このプロジェクトの中でやっぱりほかの当事者の方と多く関わる機会がありますので、そういった方の声からも、感じているようなことをお話ししたいと思います。

本日の流れですね。大きく四つに分けられます。

まず一つ目は、ヤングケアラーとはという、本当に基本的なお話をします。その後、実際にどういった経験なのかということ、今日は私自身の経験を踏まえてお話をします。

その後、日本で最近ヤングケアラーをめぐるってどんな動向があるのかということをお話しした後、最後に活動や研究を通して見えてきたヤングケアラーをめぐる今後の課題ということをお話ししたいと思います。

それでは、まずヤングケアラーとはという、ちょっと基本的なお話に移りたいと思います。

ヤングケアラーは、最近本当にいろんなところで聞くようになった言葉かなと思うんですけども、簡単に一言で言うと家族、あるいは身近な人のケアを担う子ども・若者のことです。

よく参照される定義なのですが、ヤングケアラーとは「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、家事や家族の世話、介護、感情面のサポートなどを行っている、十八歳未満の子どものこと」という定義がされています。

ただ、後でちょっと詳しくお話するんですが、十八歳でケアが終わるというわけではなくて、十八歳からおおむね三十歳代まで若者ケアラーと表現をしています。私自身、今この立場に当たるかなと思います。

何でこんな横文字で片仮名語なのかということなんですけれども、元々はイギリス発祥の言葉です。一九九〇年代のイギリスですね。子どもたちがケアをしているということが発見されて、その後、日本に二〇〇〇年代ぐらいに輸入されて、最近すごく注目されるようになったという経緯があります。

ヤングケアラーってどんな状態なのかというか、どういったことをしているのかというのが、よくイラストとかで表現されることはあるんですけども、例えば、イメージですね。家事をしている。病気や障害のある家族に代わって家事などをしている。それから、幼いきょうだいの世話をしている。障害や病気のあるきょうだいの世話や見守りをしている。

また、認知症など目が離せない家族の声かけや気遣いをしている。

そして、この通訳というのがあるんですけども、例えば、耳が聞こえない家族がいたりとか、あと外国ルーツの家族がいる場合に通訳をするといったこともケアに含まれます。

また、家庭を支えるために経済的なサポートをしているというのにもここに入っています。

また、依存症のある家族への対応ですとか、精神疾患など慢性的な病気の家族の看病ですとか、あと身の回りのお世話とかですね。

こういったものがイラストに挙がってるんですけど、ただ、当事者の話を実際に聞くと、こういった分類で表し切れないというか、問題の本質というのはこういう行為としてケアをやっているということだけではないなというふうに思っています。これについても後で詳しくお話しします。

ちょっと社会的背景ということで、なぜ子どもや若者がケアを担っているのかというところを簡単にお話したいんですけども、やはり日本では、家族がケアのセーフティーネットになっている福祉の在り方というのがあるかなというふうに思っています。日本でも介護保険制度とか障害福祉サービスとかいろいろんなサービスはあると思うんですけども、ただ、そういったサービスとかネットワークというのは全てが家族の代わりになるわけではないというところなんです。全てそういったサービスをフル活用してやったとしても、例えば、意思決定とかサービス利用をめぐる調整とか、あとは病院の送り迎えだったり、ヘルパーさんが来るまでの準備だったり、やっぱり家族がやらなくてはならないことというのがすごくたくさんあるんですね。なので、完全な家族の代わりにサービスはなっていないということがあります。

そういった制度上の課題に加えて、親族とか地域のネットワークも希薄化していて、頼る人、

身近に頼れる人が周りにいないという状況の中では、やっぱり家族だけで何とかしなくてはならないというような状況もあります。

そして、また国の方針としても、大規模な施設だったりとか病院とか、そういったところから地域に福祉を移行していこうというような流れがありますけれども、ただ、ケアを受ける人が地域で安心して生活できるような体制というのは、まだまだいろんな課題があるかなというふうに思っていて、やはり地域に移行する、イコール家族がやっぱり一手にケアを負ってしまうというような状況にあるかなというふうに思います。

このように、家族がケアのセーフティーネットとされるような社会の中で、それでは家族を見ているとどうかといいますと、世帯人員が減少していたりとか、ひとり親、共働き家庭が増えていくというような形で、時間的にも人員的にも余裕がないというのが実情です。

このような状態の中で何が起きるかという点、一昔前ってお嫁さんの介護というのが結構主流であったかなと思うんですけども、家族の中での分担というのが起きてきます。家族の中には稼得、お金を稼ぐということと、ケアという、この二つのミッションがあると思うんですけども、これができる人がやるというような形になってきます。

ですので、男性であっても高齢の方であっても、また、子どもや若者であってもお金を稼いだりケアをしなければならぬというような、こういった中でヤングケアラーという現象が起きているかなというふうに思います。

ただ、このような状態にもかかわらず、家族というのは福祉の含み資産、やって当たり前、ケアを担って当たり前という考え方はやっぱり依然として残っていて、ケアラーへの支援がないというのが実情かなと思います。

ケアによる影響ということで、ヤングケアラーもそうなんですけど、ケアを担うことの何が問題なのという話ですね。ヤングケアラーの問題もそうなんですけれども、介護殺人とかもそうだと思います。ヤングケアラーによる様々な問題を見ると、ケアがすごく負担というように語られる方が社会の中でされることがあります。ケアはいけないことみたいなイメージですね。負のイメージがすごくつくなと思うんですけども、ケアそのものが悪いというわけではないということをお伝えしたいなというふうに思っています。

ケアというのは、誰しもが生きる上ですごく大事な営みです。支えて支えられるという大事な営みだと思うんですけども、何が問題かというと、ケアを支える社会の仕組みがないということですね。もうちょっと具体的に言うと、ケアラーの場合はケアを優先すると自分の人生を諦めたり、自分のことを後回しにしなければならないというような状況に置かれる。

つまり、ケアと自己実現という、この両立を支える社会の仕組みがないということが問題だということですね。

このような社会では、一旦ケアを担うと、やっぱりその状態がずっと続くんですね。自分のことは後回しにして、ケアに自分の身を捧げなければならないというような状態がずっと続いてく

る中で、生涯にわたってケアというのはずっと続くものなので、生涯にわたって様々な影響がケアを担う人に出てくるということです。

こちらは私がお世話になっている先生の図を持ってきたんですけども、もちろんライフステージによってどんな問題が出てくるかというのは、ライフステージによって少し変わってくるかなというふうに思うんですが、この子ども、若者というところでですね。特に子どもというところがヤングケアラーというふうな名前で表されている部分かなと思うんですが、例えば、ケアがあることで教育の面だったり進路の面だったり、あるいはケアラー自身の健康ですね。身体への影響だったりとか、友人関係だったり、あと若者になってくると就職キャリア、仕事との両立の難しさみたいなものにぶち当たることもあります。

また、大人になっていくと結婚とか、あと子育て、最近ダブルケアという言葉も耳にすることがあるかと思うんですが、親の介護と自分の子どものお世話と両方ダブルでやらなきゃいけないというような状態に直面してしまうようなケースもあります。

このような形で、生涯ケアと自分の人生の狭間でいろいろな影響を受けるといのがケアラーの実態だと思います。ただ、こうした実情は家族のことは家族でという制度だったり、社会的な風潮の中で長らく見えなくなってきたのかなというふうに思います。

ヤングケアラーというと、冒頭にお話したとおり、すごく子どもの問題というイメージがあると思うんですけども、私たちが関わっているプロジェクトでは、子ども、十八歳というだけで

ケアが終わらないと。十八歳以降もケアが続くんだということを重視して、子ども、若者を連続で捉える子ども・若者ケアラーという視点を大事にしています。

ここまで、ヤングケアラーとはという基本的なお話をさせていただきましたけれども、じゃあ、実際にケアラーはどんな経験をしているのかということ、私の経験をもって話をさせていただきます。ただきたいと思います。

私の話に入る前に、ちょっと幾つかお伝えしたい点があります。もしかしたら皆さんの中にも当事者の方がいらっしゃるかもしれませんが。話を聞いてるうちに、ちょっと自分の過去と重なってしんどくなるとか、そういったことももしかしたら起きるかもしれませんが、その場合は途中席を外していただいたりとか、無理のない範囲で話を聞いていただけたらと思います。

そして、もう一点ですね。結構、家族に対しての話も出てくるんですけども、家族のことを少し悪く言ってるように聞こえる部分ももしかしたらあるかもしれないのですが、それは精神疾患を持つ人だったり、病気や障害のある人を責めたいわけではなくて、私と私の家族に対しての関係性の中での固有の感情だということ、ただだけお伝えしたいと思います。

それでは、ちょっと時系列に話をします。

皆さんの手元の資料にちょっと写真は載せていないんですけども、私の幼少期から話します。私、小さい頃は父と母と三人家族でした。きょうだいがない一人っ子です。小さい頃は結構両親がけんかをするような、毎日が本当に目の前で繰り広げられているような日々でした。す

ごく父が厳しい人というようなイメージがあって、母のことを結構叱っていたなということを覚えていますが。私が幼稚園の頃に父が家を出ていきました。それは離婚をしていなくて別居状態というのが、実は今も続いています。

その後、私はそこから母と二人での生活というものが始まります。小学生になってから、このときはまだ母は統合失調症にはなってはいないんですけども、母との関係性は割と良かったかなというふうに思います。きょうだいがいないというのも多分あると思うんですけど、いわゆるニコイチ的な感覚に近いかなと。いつも一緒というような、そういった関係性でした。

ただ、それが母親を心配する気持ちにもつながって行って、母がしんどい時は自分もしんどいというような形で、常に母の感情に自分の感情が左右されるといって、そういった関係性でした。小学校低学年ぐらいは、まだ母は家事とかできていたんですけども、ただ、ちょっとしんどい様子、ときどき寝込んでいるようなことが増えてきました。そうしたときは、私は友達の家に行って御飯を食べたりとか、週末、家を出ていた父が近くに住んでいたので父の家に遊びに行ったりとか、そういった形で過ごしていました。

私の人生の転機が小学校高学年。五年生、十歳ぐらいだったと思うんですけど、今から十七年前ぐらいのことですね。母が統合失調症になったんですね。これは異変というふうに私の中では捉えていて、明らかにそれまでの様子と違ったというのが大きな変化でした。

例えば、母と二人での生活の中で、家で独り言をぶつぶつぶやくようになったんですね。一

人で笑うということもありましたけれども、何で笑ってるのかなとか、何をしゃべってるのかなというのはいくら分らない、理解できない状態でした。私が母に話しかけても何も返事が返ってこないんですね。母はもう自分の世界に没頭してしまっているような、私の声が聞こえているのかどうか分からないような状態で、幼い私からすると無視されているような気持ちになって、一緒に暮らしているのに少し孤独というか、寂しいような、そういった感情がありました。

また、その状況を病気というふうには分かっていたので、どう理解して良いかが分からない戸惑いというのもすごく大きかったなと思います。

当時の母の状態をちょっと一覽にまとめたくてすけれども、特に私が結構しんどかったことです。予測できない行動と書いてるんですけども、これはどういうことかと言うと、学校に行って夕方に帰ってきた後、宿題をしなきゃいけないかったり、自分のいろいろ生活もあるんですけども、それまで寝込んでいた母が起きてきて、今から外に行くというふうには私を連れ出すということが頻繁にありました。自分の宿題とかあるので母のペースに完全についていくのがなかなか嫌だったんですね。だけど母に抵抗しても抵抗し切れず、結局外に無理やり連れ出されるということがありました。外に出ていくと、大阪だったので梅田、繁華街ですね。梅田をずっと歩き回るんですね。スーパーに行ったりとか、銭湯に行ったりとか、ファミリーストランに行ったりとか、いろんなところを母はうろうろうろうろ、もちろん独り言を言いながらぶつぶつぶやいて歩くというような状態でした。どこに次行くのかとか、どれぐらいの時間行くのかと

いうのを聞いても全く教えてくれなくて、私からすると自分のこともあるのに予測ができない。母に何も教えてもらえないので、いつ何時ぐらいに帰って宿題できるかなとかが全く分からなかったというのがありました。

それで結局、夜中の十二時とか本当にそれぐらいまで、私からすると連れ回されているという感覚だったんですけど、連れ回されて家に帰って宿題して、お風呂に入って寝るのが夜中の三時で、次の日の学校で授業に集中できなくて寝てしまうというような。そういった生活が日常茶飯事でした。

あと、もう一点は、外出を許されなくて、常に母に拘束されているような状況でした。資料に三点書いてあるのですが、一人での外出が許されないとか、あと理由もなく学校を休まなければならぬ。これは母に勝手に学校に欠席の連絡を入れられていたということですね。これも頻繁にありました。あと、外部との接触を断つということ、友達からの遊び、誘われても断らなさいけない。それは母に行かなくてよろしいというふうに言われるので。でも、友達にうまく理由の説明ができなくて、友達に遊びに誘われているのに断るといのが、友達からすると何か嫌われてるんじゃないかというふうに思われたら嫌だなと思いつながら、申し訳なさとも断らなくてはいけないというようなことはよくありましたし、あと身近な祖父母にさえ会えなくなっていたということがあります。多分、かなり母自身の、ほかの人に対しての不信感というものもすごく大きかったのかなと思うんですが、客観的に母子ともに孤立状態ということが中学生の

ときは続いていました。

このような環境で生活していると、私自身に本当にいろんな影響が出てきて、交友関係を持ってないとかもそうなんですけど、病院に行けない。体調を崩しても母が寝込んでいるので病院行きたいと言っても、もう何も返答が返ってこなくて病院に行けないとか。あと学校を休まされるということで、勉強についていけない。結構中学に入ると数学が一気に難しくなったりするんですけれども、本当に勉強についていけなくて図書館で何とか遅れを取り戻そうと頑張るといような生活でした。

また、結構一番の影響だったのは健康面ですね。体にすごく影響が出たということです。それは精神的なストレスもすごくありました。母に対しての恐怖心ですね。何を私が主張しても通らないんですよ。母にねじ伏せられるというような、すごく力を持つ存在だったので、恐怖心も大きかったですし、束縛されている感覚というものもすごくありました。

そういった精神的なストレスが体にどんどん表われてきて、例えば、もともとアトピー体質なんですけれども、アトピーがちょっと悪化してしまったりとか、あと少し強迫性障害になってしまったりとか。家の中がちょっと汚かった、掃除とかができてなかったの、自分自身も汚いというような感覚に襲われて、お風呂に一回入ると三時間ぐらいつつと体を洗い続けて、自分でやめたいと思ってもやめられないというような状況ですね。そういったことが続いていました。

こういった状態を、周囲からは虐待とかネグレクトというふうに言われていたんですね。特

に、祖父母だったりとかに言われてたんですけども、今思うと母親の SOS でもあったなというふうに感じています。ちょっとこちら生々しい写真なんですけど、私が自分のしんどさを自覚していたので、母方の祖母にちょっと電話で近況報告というか雑談をしてたんですけど、近況報告がてら母の様子とか私の様子とかを連絡していました。

すると、児童相談所に相談に行くということで、そのために私の状態をまとめたメモになります。ちょっとだけ読み上げますが。「優ちゃん」、私ですね。「虐待と思われるような行動」。

二〇一〇年、インフルエンザ、高熱が出たが病院に連れて行かず」とか。あと、「本人が母親を病的に怖がる。震えたり吐き気に襲われる。二〇一〇年五月頃から本格的にママを嫌がる。空笑、独り言で言うことを全く聞いてくれない。悲しい」とかですね。あと、下のほうは先ほど話したお話ですけれども、こういうった形で虐待という言葉がすごく使われていました。

ただ、児童相談所に相談はつながったものの、一時保護とか、あと施設入所には至らなかったというのが私の過去です。このような状態をケアというふうにはやっぱり思えないというか、思ってたんですね。

ただ、虐待やネグレクトというふうには言われるけど、それも何だかしくくりこないというような状態がありました。

というの、当時からろん虐待、ネグレクトというのはニュースとかで見て知ってましたけれども、何だかこう親がすごく意図を持ってやっている行為というようなイメージがすごくあっ

て、その証拠にやっぱり親の加害責任が問われて逮捕されたりすると思うんですけど、私、母を見て病氣というふうには理解していなかったけれども、好きでこういう状態になっているわけではないよなということは何となく思っていたので、虐待やネグレクトというのは何となくちょっと違和感があった。ただただその状況に巻き込まれて行くというような感覚でした。今は母の視点から見たときに、この経験はどんな経験だったのかなということも少し気になります。

このような状態で、周囲とどんな関わりがあったかということについては。私と直接的な接触があった人ですね。まず、母方の家族ということで、祖母と、あと叔母がいるんですけども、本当に身近に唯一、運良く助けを求められたということです。親族、家族以外ですね。学校ですね。私は私立に通っていたんですけども、自分から直接学校に事情を話したことはなくて、結局祖母が学校に連絡をしていたんですね。よく頻繁に学校を休んでいたので事情を説明してくれていたんですが、その事情を聞いた担任の先生が、私を放課後、一、二回ですかね。呼び出して、ちょっと話してくれないかというふうに言われました。これが私が家族以外の大人に、時間をかけて話した初めての機会でした。学校の先生が何か家庭の状況を大きく変えられるかという難しいと思うんですが、ただ、結構大きかったのは、私自身の話を否定せずにゆっくり聞いてくれたということでした。やっぱり当時の私は周りとう違うということが、例えば、周りできてくるような友達と遊びに行くとかができないとか、病院に行くというのができないとか、そういうった周りとの違いというものに対してすごく恥ずかしさを感じていたんですね。

だから私の状態を常に他人からどう思われるかということにすごく敏感だったんですけれども、先生は何もこう、腫れものに触るような扱いでもなかったので、そこはすごく安心しました。

三つ目、続いてですね。マンションの管理人さん、住人さんということで、マンションに住んでいたんですけれども、母がよく大音量で夜中に音楽を流してしまったりとか、そういった行動をよくしていて、そういう行動に対しての苦情というものはありました。

ただ、一方で心配してくれる人。管理人さんとかは、結構気にかけてくれたのかなと思います。すが、そういった状況でした。

私からすると、もちろん好奇や哀れみの視線みたいなものもやっぱりあったんです。私と母が二人で歩いているところを住人さんがちらっと見てきて、もしかしたら心配してくれていたのかもしれないですけど、当時の私からすると見ないでほしいという思いがすごく強かったんです。が、可哀想と思われているのかなとかいろいろ思ってたので、そういうふうに感じていました。

ただ、唯一家族以外の大人、すぐ身近にいる大人がマンションの人だったので、何とか状況を変えなきゃいけないかなというようなことで、わずかながら救いの希望みたいなものも感じていました。

最後ですね。直接的な接触があった人、カウンセラーさんです。これは元々私の叔母の紹介でつながった人だったんですけれども、個人でやってる方ですね。中学生の当時は一回ほどですか

ね。叔母についてきてもらってカウンセラーさんに話を聞いてもらったただけだったんですけれども、実は後にずっと、今もお世話になっている存在です。

続いて、直接的な接触がなかった人ということなんですが、まず児童相談所です。児童相談所は完全に私の祖母と叔母がやり取りをしていたので、私との接触というのは一切なかったです。多分、児童相談所は母と接触したんじゃないかなと思うんですけれども、結果的に家庭に介入されるということではなくて、何か知らないところで話が進んでいるというような状態でした。

二つ目ですね。病院と役所。病院は精神科、役所は保健センターみたいなところですね。これは私の話を聞いた祖母がよく相談に行ってくれていたので、やっぱり患者さん本人の人権の問題もあるので、本人が納得をして入院することが大事だというふうに言われました。

ただ、私の母は自分が精神疾患であるということをやっぱり受け入れられなかったんです。すぐく家族で何回も何回も説得しようとしたんですけれども、それが本当に難しく、結果的に入院するまでに五年ほどかかりました。

三つ目、家族会ですね。これはいろんな家族会があると思うんですけれども、私の祖母が役所に紹介してもらって家族会に行きました。これは精神疾患のある人の家族会なんですけれども、来ている人の大半は、子どもが精神疾患を持っているという親の立場の方が多かったんです。私も祖母が行けないときにちょっと家族会関係のイベントに行ったんですけれども、私のような世代、立場の人は一人もいなかったというところで、一回参加したきり、それ以降参加はしな

かったというような状態になります。

(スライド映写) これは私の中学時代の写真なんですけれども、結果的に中学卒業のときに、母は一度目の医療保護入院をしました。これも母方の家族が最後無理やり申し訳なさとも引張っているように連れていくというような状態でした。

私はその後、高校生になるんですけども、母が入院してしまったので私の行き場がないというので、母方の家族に引き取ってもらうことになりました。母が入院したことによって、正直少しほっとした気持ちがありました。やっぱり自分の力だけではどうにもできないような状態だったので、やっとちょっと一区切りついたと。私も拘束されていた状態からちょっと解放されたというような、そういった状態でした。やっぱりそれは、私自身の養育の実権が母から祖母に移ったことによって、自由と安心できる環境が整ったということが大きかったかなというふうに思います。すぐく覚えてるのが、母が入院した直後、ちょうど高校入学前の春休みだったんですけども、ずっと遊びを断っていた友達と遊びに行ったりとか、あと御飯を食べるとか、病院に行けるとか。ちょっとアトピーも悪化してしまったりしたので、そういった自分のセルフケアを少しできるような環境になったということがありました。

その後、そういった衣食住という基本的な安心安全みたいなものが守られてくると、やっぱり自分のやりたかったことをしたいなというふうにして、ずっと母と二人での生活で唯一救われていたのが音楽だったんですね。自分の部屋でずっと音楽を聴いて過ごしていたということが

あったんですけれども、高校生になってから軽音楽部でちょっと音楽をするようになりました。この経験は、それまで本当に母と二人だけだった閉鎖的な環境から抜け出して、いろんな人とながれた。他校の人とかいろんな人とながったりとか、あと打ち込めるものができたというところが、やっぱり家じゃない自分だけの世界みたいなものが築けたというのもすごく大きかったなというふうに思います。

これが高校生のときなんです、高校二年生のときに母がやっと一度目の退院をします。退院した直後、母の状態はちょっと安定していて、それまで本当に家事とかできなかったんですけれども、ちょっと調子が良い日は祖母を手伝って晩御飯を作ってくれたりとか、掃除をしてくれたりとか、私の部屋もちょっと掃除してくれたりとかして、何かすごくこう私が母をケアするみたいな関係性になってたんですけど、母も私を少し気にかけてくれるようになったりとか。そういう形でちょっと良くなったねというふうに家族で安心をしていました。

ただ、ここからまた少し状況が変わって、数か月してまた悪化してしまっただということがありました。これ二度目ですね。何故かという、思い当たる節としては恐らく服薬がちゃんとできていなかったということがあるかと思えます。通院をしていたんですけども、母が自分だけの判断で薬の服用をしていたんですね。家族も母に任せきりだったんですけども、自分の判断で母は薬を捨ててしまっていたということが発覚しました。

そこから本当にどんどん悪化をしまして、私が大学受験に突入する時期もす

ごくしんどかったなというふうに思います。

例えば、私はそんな話をしていないのに、母のほうから実家を出ていくのかと。大学入ったら実家出ていくのかということは何度も何度もしつこく問われるとかですね。あと不安があるから分からないんですけど、入試の願書があるんですけど、願書の内容を何度も何度も本当にしつこいぐらいしつこく確認をするということで、私がもう大丈夫だよ、大丈夫だよというふうに何回も何回もなだめたりとか。あと受験勉強をしている最中に、隣の部屋が母の部屋だったんですけども、隣の部屋から母の独り言がぶつぶつ聞こえてきて集中できないとかですね。そういういた環境の中で大学受験を迎えることになりました。

無事大学受験は終わって大学生にはなったんですが、ここから私のケアの役割というのが少し変わってるのかなというふうに思います。

というのも、先ほどお話した中学時代は本当に受け身で、状況に巻き込まれて行くというような、何が何だか分からないような状況だったんですけども、大学生になってからは、より母の今後の治療方針とかケアの在り方を決めるちょっとと責任のあるような、そういう役割をしていたかなと思います。

当時の家族ですね。祖父、祖母。祖母がケアのキーパーソンでした。その下に母が長女でいて、その下に叔母と叔父がいるというような状態だったんですけども、祖母ですね。キーパーソンである祖母とともに私はサブケアラー的な、サブ的な位置で役所行ったりとか病院回ったり

とかということ、授業がない時間にしていました。

この時期、結構しんどかったなあって思うのは、やっぱり母のケアの方針をめぐって家族間で少し対立が起きてくるということがあって、ちょっと具体的に言う、実は叔父が引きこもりなんですね。今、五十代だと思わんですが、結構長年引きこもりで、やっぱり祖父母だったりとかほかのきょうだいとの関係性というのがあまり良くないような家族関係になります。母の話をしてきたのが、いつの間にか祖父母と叔父の言い争いになっていたりとかして、やっぱりそのたびに私が仲介に入って、私としてはその言い争いもあるけど母のことを一刻も早く何とかしなきゃいけないというふうに思ってたので、母のことを話したいというふうにちょっと話を戻したりとかということをしたり。あと、家族の中で誰か一人だけの味方にならないように、うまい具合にみんなの意見を聞きながら家族関係を調整する、仲を取り持つというように、そういったことをしていました。これがやっぱりすごくストレスというか、かなり気を遣わないといけないことだったのでしんどいことだったと言えます。

大学三年生のときに、母が二度目の医療保護入院をしました。一回目の医療保護入院のときは、実は母が入院を嫌がって暴れているというのを見るのが嫌だったので、私はその場にはいなかったんですけれども、この大学三年生のときの二回目の医療保護入院のときは、私自身が母をちょっと羽交い締めにして病院に連れていくということをしました。

ただ、やっぱり母は嫌がりました。抵抗がすごくて暴れました。やっぱりそれを目にしてす

ごくショックだったんですね。家族の中で唯一の娘である私が、やっぱり母から信頼されていたので、信頼されてる存在から、自分の意にそぐわず羽交い締めにされるって、すごくしんどい、母にとってもショックなことだと思うので、私自身もそれに対してショックを受けてしまっただし、罪悪感ものすごかったです。何かその後、母が入院してもちろん安心したのもあったんですね。家で過ごしててもどうしようもないので、一旦ちょっと入院することで、お互いちょっと落ち着いてみるということが必要だったのかなというふうに思うので、ほっとはしたんですけど、ただやっぱり無理やり母を羽交い締めにして連れて行ってしまったという、本当に罪悪感が尾を引いてしまったので、その後、私は母に結構面会に行くようになりました。授業がない時間に祖母と一緒に電車で一時間半かけて面会に行きました。面会に行くと、母はずっと妄想の話を私にしてくるんですね。幻聴や妄想の症状がすごく強かったので、そういう話を私はずっと聞くだけというような。やっぱり話を聞くのってすごく疲れてしまうので、帰りの電車で泣いてしまったりとかということもありました。

同時に、家では祖母からケア役割をすごく期待されました。祖母からすると、やっぱり娘、私の母が娘なので、親として何か娘をちゃんとしなければいけないというような責任感とか、娘に対して心配する気持ちとか、そういうものが多分祖母の中にあっただろうなというふうに思うのですが、そんな祖母が私に対してやっぱりお母さんに優しくしてあげてというふうに言われました。私からすると、母に対してはやっぱり祖母からは見えない母と私の関係性というものがあ

るわけですよ。やっぱり複雑な感情があるんですよ。

なので、時に母に優しくしてあげられないことってすごくあったんですよ。なかなか途中で病気になるってしまったので、うまく関係性の構築ができなかったというか、何かそういったところがあったんですけども、祖母には多分そういう気持ちには分かってもらえないだろうなというふうに思って、家族の中でもすごく孤独感みたいなものが押し寄せてきたというのがあります。

この時期、大学に行くと自分の生活がありました。継続して音楽もずっとやっていました、音楽を通して友達とか先輩と関わる楽しさみたいなものもありました。思いがけず似たような経験をした人が身近にいたりということもあって、自分の話を少しずつ信頼できる人にするようになってきたのもこの時期かなと思います。

ちょっと冒頭にお話したんですが、ちょうどこの大学三年生の卒業論文の時期ですね。ヤングケアラーという言葉を知らなかつたんですけども、精神疾患の人の家族ケアとか家族介護みたいなキーワードでテーマを決めようと思っていたんですね。指導の先生に相談したところ、本とかいろいろんな資料を紹介してもらって、その中にこの時期にたまたま出版された『ヤングケアラー』という本が入っていたということがあります。

この言葉を見ただけでは自分のことだというふうには全く思わなかつたんですけども、本を読み進める中で事例が出てきて、何か自分の経験とか思いと少し重なるところがあるなというふうに思って、ケアという言葉がちょっと気になるようになったというのが最初の出会いです。

実は、卒業論文のテーマをヤングケアラーに決めて以来、ずっと研究をしているんですけども、やっぱり研究に取り組むからには自分の経験とまず向き合わなくてはいけないというところで、当時の指導の先生にも初めて家の事情だったり、自分の過去を話して、先生からはあなたが抱え込めることはない、抱え込むことじゃないというふうに言われて号泣したということがあります。この言葉って全く知らない人から言われると何を知ってんねんみたいな感じで、少し受け入れられない。あなたが抱え込めることじゃないとかいうふうに言われても、何も知らない他人から言われてもちょっと響かないかもしれないんですけど、やっぱり日頃から知ってる指導の先生から言われた言葉というのはすごく響いたということがあります。本当に言われるとおり、そうだなというふうに思って、やっぱりこの時期本当に家族関係の調整のストレスがマックスになっていたので、これ以上私はこの役割はできないなというふうに思って、ひとり暮らしを考えたというのが大きな変化としてあります。

結局、大学卒業のときに母が退院をしてきて、私もひとり暮らしをしました。ちょうどこの時期、キーパーソンだった祖母が心筋梗塞で突然亡くなってしまったということも重なった時期です。ひとり暮らしを始めて家族に気を遣わない生活にすごく解放感を覚えるようになったので、それはすごく良かったんですけれども、ただ、ケアから離れてひとり暮らしをして、それで終わりではなかったということです。やっぱり残された家族がちゃんと母のケアができてるかな、特に服薬管理ができてるかなということがすごく気にかかって、やっぱり不安になってその

たびに実家に月に何回も帰省するようになったりとか、帰省して服薬管理をしたりということもずっとしていました。

そういったケアだけではなくて、自分の生活もいろいろ築いていく中で、当時付き合っていた方がいたんですけども、その方に自分の家のこととか自分の生い立ちをどこまで話すか話さないかということをしごく迷ったりとか、相手の家族はしごく仲が良いように見えたので、何だか分かります合えない壁みたいなものを感じてしまっただけで、しごく孤独になったりということもありました。

このような形で、本当に家族と距離を取るプロセスでいろいろな難しさというものがあつたし、今でもそれはあるなというふうに思っています。

この春、本当にまたちょっと家庭の状況に変化もありまして、ちょっと母が外出が難しくなってきたということがあります。明確な原因は分からないんですけども、ちょっとトイレに間に合わないということが、この春ぐらいから少し出てきています。そんな母を祖母が亡くなった後、今叔父がメインにケアをしています。母は通院ができませんので、最近では訪問診療に来てもらったりということをしているようです。叔父に対してはケアしてくれて本当にうれいというか、助かるみたいな面ももちろんあるんですけど、ケア方針をめぐる少し叔父と意見が違うみたいなのところもあって、ちょっと叔父との関係性にも難しさを感じているところです。

本当にこのような形で私がお伝えしたいのは、ケアって家を離れても終わりじゃないということです。やっぱりふとしたときに家族のことが頭に思い浮かびます。実際、やっぱり叔母に頻繁

に連絡を取って家族の状況を確認したりとかということもしています。また、話の中にあまり出てこなかったんですが、父が今一人で暮らしているので、父の生存確認みたいなことも連絡を取ってやっています。

私が家を離れるというのは、残った家族、叔母とかが母のケアをしてきているからこそ、私はそこから少し距離を取って自分の人生の基盤というものをつくることができているんですけど、いつまでこの状態が続くかってよく分からないですよ。ということがすごく不安です。やっぱり叔母も叔父も本当にいつケアができなくなるかって分からないので、本当に絶妙なバランスの中で今保っているなというふうに思います。

とはいえ、本当に自分の今築いている生活もやっぱり大事にしたいので、何かケアに対応しつつも、いかに自分の人生の基盤を確立していくかというようなところでの悩みというものが今あるかなと思います。

実家にいたときは、ケア役割に自分が本当に取り込まれ過ぎて、自分の人生についてあまりイメージすら持てなかったというのがあります。やっぱり自分の人生について考えられるようになったのって、本当にひとり暮らしをして以降かなと思うんですが、やっぱりそういうふうになるまでには自分の置かれた経験をちょっと一歩引いて相対化して見て、ケアももちろんあるけど、そこちょっと別の自分というのもあるんだということを捉えるプロセスがあった。ケアを担うだけじゃない自分というものも少しイメージできてきたというプロセスがありました。

そこを支えてくれたいろんな関わりが、今振り返るとあったなというふうに思っちゃったとめたんですけれども、例えば、長期的に信頼できる支援者がいるということ、カウンセラーさんに結構お世話になっているかなと思うんですけれども、雑談をしたりとか、家のことだったり、あるいは家族、ちょっと親には相談ができないような自分の今後の進路とか、そういったことをカウンセラーさんに話したりということもあります。自分の人間関係の築き方とか性格の癖とか、そんなものもカウンセラーさんと話す中で向き合ってきたということがあります。

二つ目です。専門職じゃなくても身近に信頼できる人がいることです。ピアと書いてるんですけど、これは似たような経験をしような人です。偶然友達とか先輩の中に、例えばアルコール依存症のお父さんがいる家庭で育った友達とかがたまにいたりとかということもあって、んですけれども、そういった人たちとの出会いを通して、何か孤独感が軽減されていく。やっぱりこんな経験してるのって自分だけなのかなとか、世間的に見て何か恥ずかしいとか、おかしい経験なのかなというふうにずっと思って孤独に感じてきたけれども、実は意外とこういう経験をしている人は、話してみると意外と多いということを知ってちょっと孤独感が軽減されたということがあります。

三つ目です。これは人ではないんですけれども、ケアから離れられる時間と空間ということ、私の場合には音楽がその役割を果たしてくれたなと思うんですけど、やっぱり音楽のおかげで一時的にケアラー役割からちょっと解放される。離れて家族以外のネットワークも広がったとい

うこともすごく大きかったです。

最後ですね。自分自身を理解するための知識の獲得や経験の整理ということで、当時はその状況に置かれているときって本当に客観的に見ることで、やっぱりできなかったりするんですけど、過去の経験を振り返るときに、私の場合、研究でいろんなことを知って何か私の置かれた状況って自分の力だけではどうにもならない、いろんな社会の制度だったり構造だったりということから問題が生じているんだなということを知って、罪悪感が少し解放されたというか、自分の責任だけではないんだなというふうに思えたということがあります。

また、研究でちょっと文章を書いたりとか、日記を書いたりとかということもしているんですけど、文章とかで自分の経験をちょっと整理して俯瞰するということによって、自分の中だけじゃなくてほかの人にも、今日のこの場もそうだと思うんですけど、経験をほかの人に共有する力が少しついてくるというのも、自分を確立する上ですごく大事なことだったのかなというふうに思っています。

私のケア経験の話はここで終わるんですが、私の話というのは本当にあくまで一事例です。本当にいろんな当事者の人と出会う中で、百人いれば本当に百通りです。家族関係とか家族への思いですね。私は家族と縁は切りたいとまでは思わないですけど、縁を切りたいとか、やっぱりそれほどしんどいような経験をしてきたりとか、トラウマを抱えるような経験をしてきたりとか、本当にいろんなケースがあるので、私の一事例だということだけでお話ししたいと思います。

では、ちょっと私の話を長くさせていただいたんですけれども、ここから、じゃあ日本でヤングケアラーをめぐるってどんな動向があるのかということや、少しお話ししたいと思います。

実態調査からですね。このヤングケアラーという言葉は、本当にここ二、四年ぐらい、二〇二〇年代以降注目が高まったかなというふうに思います。調査によりますが、その高まりの一つとして、政府がヤングケアラーの調査をしたというのがあります。調査によって、中学生の十七人に一人、高校生の二十五人に一人がヤングケアラーであるということ。また、幼いきょうだいのケアが一番多いということが分かっています。よくクラスに一人から二人ぐらいいるというふうな表現をされることがあります。世話をしているために、やりたいけれどもできていないことということで、「特にない」というのが最も多い。これは自覚してないみたいないなケースもあるかもしれないですが、「特にない」が最も多い。次いで、「自分の時間が取れない」、「宿題をする時間や勉強する時間が取れない」、「睡眠が十分に取れない」、「友人と遊ぶことができない」など、少なからずやはりケアを担うことによる影響というのが出ています。次なんですけれども、ここが本当に注目すべき結果かなと思うんですけど、今までそういった自分の経験や家族のことを「相談したことがない」と回答した人が五、六割です。自治体の調査とかを見ても本当にこの割合が高いんですけど、やっぱり誰かに相談するほどの悩みでもないとか、相談しても状況が変わると思わないというようなことが理由に挙がっています。相談相手が一番多いのは家族で、専門職への相談が少ないということも分かっています。

今、中高生だったんですけど、小学生と大学生ですね。小学生の十五人に一人、大学生の十六人に一人がヤングケアラーであるということも分かっています。世話をしている家族について、幼いきょうだいが多いという話を今したと思うんですが、やっぱり大学生とかどんな年齢が上がるにつれて、幼いという理由だけでケアを必要としているというのは、やっぱり自分でできることはきょうだいが増えてくるとケアの必要性もちょっと減ってくるので、大学生になると精神疾患のある母親というのがケアの対象として最も多くなるということが分かっています。「世話をしているためにやりたいけれどできていないことなど」ということで、大学生では進学の時の苦勞として、「学費等の制約や経済的な不安」というのが最も高く、「受験勉強する時間が取れなかった」とか、「実家から通える範囲など通学面の制約があった」とか、そういったことも分かっています。

また、「今後、将来への不安」ということなんですけど、「自分の時間が取れない」が最も多く、「ひとり暮らしができるか不安がある」とか、「恋愛・結婚に対する不安がある」ということもここでは回答が挙がっていて、このひとり暮らしができるか問題というのは当事者の人と話していてもすごく大きな壁なんだなということをつくづく感じています。やっぱりひとり暮らしをするためには、もちろんお金も必要ですし、家族の説得とか、家族がひとり暮らしをしてほしくない。一緒にケアをしてほしいと引きとめるケースとか、あるいはケアラー自身がやっぱり家族のことが気になったり不安で、家族から「えい」って離れることができないというよう

なケースなんかもあって、本当になかなかひとり暮らして難しいんだなということを思います。

また、恋愛・結婚に対する不安というのも、先ほどちょっと私も話をしましたけれども、やっぱり相手とか相手の家族に自分の状況、自分の家族の状況、あるいは将来ケアがさらに必要になってくるかもしれないという状況を分かってもらえるかという不安とか、そういったこともあるかなというふうに思います。

このように、本当十八歳を過ぎてもケアは続くんだと。そのケアを見据えたキャリア構築の難しさがあるということが分かっています。

今、実態調査の話をしたんですけれども、社会的な注目の高まりは、一つに殺人事件が起きたということもやっぱり背景にあるかなと思って、ここで挙げています。

ここでは二つだけなんですけど、二〇一九年十月ですね。神戸市須磨区で当時社会人一年目の女性が、一緒に住んでいた認知症のおばあちゃんを殺してしまったという事件です。これは、彼女にはほかにも家族がいたんですけれども、幼い頃からおばあちゃんに育てられてきたというところもあって、自分の叔母さんから、「あなたがおばあちゃんの面倒を見るべきじゃないの」というふうに身内から言われて、社会人一年目で働くということもありながら、やっぱり介護もしなきゃいけないと。その中で限界だったというふうに語っています。

また、二〇二一年八月ですね。滋賀県大津市で十七歳のお兄ちゃんが面倒を見ていた六歳の

妹を殺してしまったという事件ですね。これは、お母さんがシングルマザーだった。遠くの仕事に行っていて家に帰れない日が多かったということで、お母さんがいない間にきょうだいがネグレクト状態に置かれていたということですね。児童相談所も把握はしていたけれども、結果的に救えなかったというような事件になっています。

ほかにもいろんな事件が起きているなというふうに思うんですけども、この神戸市の事件は、この事件をきっかけにして市で相談窓口が設置されました。しかもこの女性が社会人一年目ということ、やっぱり十代だけで終わらない、十八歳だけではなくて、十九、二十、二十代以上も続くということ、二十代まで含む子ども若者ケアラー総合相談窓口を開設をしたということがあります。この三、四年で本当に当事者の語りとか実態もすごく手記とかメディアを通じても伝えられているかなと思います。

国と自治体がどんな動きをしているのかということなんですけれども、国レベルでは二〇二一年ですね。実は、一番最初は厚生労働省と文部科学省がプロジェクトチームを発足させたということがきっかけになっています。その後、去年からこども家庭庁の管轄で施策が始まったということですね。

実は、今年、ヤングケアラー支援が法律に明記されたという大きなニュースがありました。当初、国は、結構十八歳未満の子どもを対象にいろんな施策をやってきたんですけども、やっぱり十八歳でケアが終わらないよということ、当事者だったり、支援者だったり、研究

者がずっと訴えかけてきたという成果もあってか、十八歳以降の若者も含めて支援対象としますよ。正確に言うと、場合によっては四十歳ぐらいますよというように形で法制化されています。

このポイントとして、定義されたということなんですけれども、定義が「家族の介護、その他の日常生活上の世話を過度に行っていると認められる子ども・若者」ということなんです。この「過度に」というのが一つすごく議論のポイントになる点かなと思っていて、やっぱり何をもって判断するのかというところがすごく難しいんじゃないかなというふうに、当事者の話を聞いていると思いますけれども、こちらについては後ほど、またお話ししたいと思います。

国と同時に自治体もいろんな取組をできていますけれども、大きくはケアラー支援条例ですね。こちらはヤングだけではなくて、全ての世代のケアを担う人、ケアラーというんですけれども、ケアラーが個人として尊重され、健康で文化的な生活を営むことができるよう社会全体で支えることを目的とした条例です。一番最初は埼玉県だったんですけれども、ちょっとずつ増えてきていて、実は京都市でもちょうどパブリックコメント募集で条例制定に向けての動きがあるところです。この中に、特に支援が必要な対象というふうな形でヤングケアラーと若者ケアラーが明記されているような状態になります。

こういった条例だけではなくて、自治体ではヤングケアラーに向けて様々な支援をしてく

います。

まず、相談窓口が開設されているということ。そして、ヘルパー派遣配食サービスなどで、やっぱり子どものケア負担を軽減しよう、軽くしようというような、そういった施策が取られています。外国語通訳派遣事業なんかもそうかなというふうに思います。

もう一つの目玉として、ピアサポートですね。これは次話ですが、(映像)こんな形で、同じような経験をした人たちが集まって話す。家族会とか、ああいうものにちょっと近いイメージかもしれませんが、こういったのがオンラインだったり対面で開かれています。

(映像)こちら京都市のピアサポートの場、私はずっと関わっている「いろはのなかまたち」というものなんですけれども、ここではケア経験のある人たちが集まって、もちろんお互いのケアのことを話したり聞いたりということもあるんですが、ただ、やっぱり自分のしんどい話と向き合おうって本当にしんどいんですね。ケアのことと向き合おうってすごくしんどいし、あとこういった場に全く参加したことがない状態で、一から初めて参加するのってすごく勇気が要ることなんですよね。あとはその場にどんな人がいるか分からなかったりとか、みんなどんなふう話すか分からなかったりとか、自分が全く知らない人にケアの話をして分かってもらえるのかやっぱりすごく不安があって、参加までに三年かかるとか、一年かかるといいう方の中にはいらっしやいます。

そういった方の参加のハードルを下げるために、ケアのことを向き合うというだけじゃなく

て、ただただちょっとケアから離れて楽しい時間を過ごせるようなイベントをやるうというところで、クリスマス会だったりとか、メイク講座をやったりとか、塗り絵をしたりとか、いろんなイベントを企画をしてやっているところなんです。こういったピアサポートの場、大阪だと「ふうせんの会」さんというところがすごく大きな団体として活動されているかなと思います。

企業もそんなに動きがあるかというと、そうではないですけど、少しだけ動きがあるので紹介しますが、やっぱりケアと仕事の両立の問題って長らく議論されているかなと思うんですが、若者ケアラーにとっても大きな問題の一つです。よく介護離職とかというと中高年の問題みたいなイメージがあるかもしれないですけども、決してそうではなくて、やっぱり若い人にとっても本当に介護離職とかケアと仕事の問題って身近な問題なんですね。

なので、そういったところに取り組む企業としてチャームケアコーポレーションさんとか、日本イーライリリーさんとか、そういったところが出てきています。

ここまでちょっと詳しく説明したんですけども、国としてどういったモデルを想定しているかということを少し話しますが、国としては都道府県、市区町村からまず発見をするということ。存在を把握する。ヤングケアラーを把握する。そうした後、ヤングケアラーコーディネーターという専門職の方がいらっしゃると思いますけれども、この人を通じてピアサポート、通訳派遣、オンラインサロン、こういった支援メニューに当事者をつないでいくというような、こういう流れが想定されています。

ヤングケアラーという子どもの分野だけではなくて、教育分野ももちろんそうですけど、高齢者福祉とか障害福祉とか、医療とか、その他、保健福祉とか、あるいはもっと身近な地域の人たちとか、本当に縦割りだけでは対応できない問題になってきます。

例えば、今現実的にどれぐらいあるかというのをあんまり耳にしたことはないんですが、もちろん学校が子どもたちの発見の場というふうに想定はされているんですけども、例えば、親のサービスの側から子どもが発見されるということも可能性としてはあり得るわけですよ。例えば、私の母だと精神科を通じて私の存在が発見されて支援につながるところもあり得る。それがうまく行っていない、なかなかそこまでの理解は進んでいないところもあるなとは思いますが、イメージとしては、そういった形で多機関多職種連携ということが強調されているところです。

ただ、本当にこういういろんな研修に行かせてもらう中で、それぞれ教育とか福祉ってやっぱり考え方がちょっと違うのかなというところもあって、コミュニケーションがなかなかうまく行かなかったり、連携も本当に難しそうだなというところがちょっと感想としてはあります。

ここまで、日本の動向についてお話をさせていただきましたけれども、最後に、活動・研究を通して見えてきた課題ということで、今日は本当に私の視点から見た課題についてお話をします。

いろんな支援メニューが展開されて、国も三、四年で一気に急速なスピードで支援をする

いうふうに進めてきたはいいものの、実際、当事者が支援につながることをあまりないという課題が浮彫りになってきています。新聞記事も挙げてますけれども、例えば、先ほど言ったピアサポートの場ですね。ヤングケアラー集まれというふうに掲げてもなかなか人が来ないというようなことが少しずつ課題になってきています。こちらのオンラインサロンも私がちょっと当初かわっていたんですけども、なかなか人が来なくなってしまったものになります。

何で当事者とながれないのかという理由は、本当にいろいろあるかなというふうには思うんですけども、今日、その中でも二つ取り上げてお話ししたいと思います。

一つは、ヤングケアラーという言葉の負の影響みたいなものかなと思います。この言葉がすごく一気に広まって社会的な認知は広まった。それはすごくいいことだと思うんですけども、どんなふうにもこの言葉が広まったかということを見ると、ちょっと偏った理解として言葉として広がっているんじゃないかなというふうに思います。

やっぱり当事者としては、自分が支援を受けるためには少なからず自分がヤングケアラーじゃないかなとか、そういうふう一旦ヤングケアラーであることを受け入れないといけないと思うんですけど、この言葉に対しての当事者の抵抗感みたいなものがちょっとずつ見えてきているかなというふうに思います。という言葉の問題が一つ。

もう一つは、相談や支援につながらない。相談支援以前に、子ども・若者の幼少期からいろんな社会的な抑圧の中で、やっぱり声が奪われてきてしまっていて、そもそも声を上げられな

い。声を上げるのがすごく難しいような状況に置かれているんじゃないかという話になります。

ちょっと順番に詳しく話をしていきたいと思います。

まず、言葉への偏った理解ということなんですけれども、この言葉を広めた大きな役割を果たした一つとして、メディアがあるかなと思っています。テレビとか新聞とか、いろんなところでこの言葉を目にされたことがあるかと思えますけれども、特にテレビかなと思うんですが、メディア報道の在り方がやっぱりすごく偏ったヤングケアラ像みたいなものを社会に伝えてしまっているんじゃないかなというふうに思っています。

皆さんにも少し、この三、四年で報道されてきたものを二つ見ていただきたいと思います。ちょっとユーチューブ再生しますね。

(動画再生)

○河西 優 今私が映像に出てたんですが、この出来上がってきた映像を見たときに何かすごくかわいそうな子どもとして描かれているというのが最初の印象でした。やっぱりナレーションのトーンが暗かったりとかもそうなんですけど、あと子ども時代、失った子ども時代とか、そういうった形で、もちろんしんどかったのは事実なんですけど、でもそれだけではない楽しかった経験とか、やっぱりいろんな経験をしているんですよね。それももちろん取材の中で話をしたんですけど、そういういろんな経験がある中でもすごくしんどい部分だけをやっぱり

切り取られて編集されて世に伝えられるんですよ。なので、皆さんも見るメディアの映像なんかも、多分そういうものだと思うんですけど、もちろん社会的な問題として世に訴えていくときに、やっぱり見る人の感情に訴えかけるということはすごく効果的なので、かわいそうな子どもというふうに描くのは多分効果的なんだろうなとは思ってますけれども、やっぱりちょっと偏ったイメージが世に伝えられてしまってるんじゃないかなというふうに思いました。

もう一つ、ちょっと偏った理解ということ、ケアがどんなふうに広まって伝えられてるかということ、ちょっとA C JAPANのCMを流したいと思います。

(動画再生)

○河西 優 今のA C JAPANのCMでヤングケアラーの主人公がケアをしているような様子が映っていて、ケアでなかなかこう自分のやりたいことができないのか、野球のボールを持ったらま眠りにつくというような映像でしたけれども、この中で登場しているケアって、行為として外から見て分かるような家事とか介助というか、そういったものなんですね。お母さんの体を起こすような身体的介助だったり、洗濯したり料理したりというような家事だったりとか、こういったものがケアとして描かれています。私がこの映像を見たときに、自分が当時置かれていたケアとは違うなというふうに思いました。

というのも、身体的な介助とか家事はあまりやってなかったんですね。どちらかというと感

情の受け皿になるというようなことが多かったので、そういったものはやっぱり目に見えるものとしてメディアで描くのは難しいから、家事や身体的介助がフォーカスされているんだろうなというふうに思うんですが、当然、いろんなケアラーの経験がある中でも偏ったものになってしまっているんじゃないかなというふうに思います。

二〇二二年に日本総研が実施した調査の中で、一般の国民の人の認知度調査でも、やっぱりテレビから八割受けていて、テレビからの言葉で知ったよという人が八割だということも分かっています、やっぱりすごくメディアの影響って大きいんだなというふうに思うので、そこが伝えるイメージですね。ちょっと注視していく必要があるなというふうに思っています。

こういうかわいそうな子どもとか、あるいはケアも目に見える行為として家事や介助が描かれるみたいなのがメディアで伝わることによって、当事者としては私はここまで大変じゃないとか、かわいそうって何か思われたくない。周りの人と違う特別な存在というふうに思われたくない。恥ずかしいみたいないな感情だったりとか、あとは私が家事や介助をやってないからヤングケアラーというふうには言えないんじゃないかなみたいなこととか、当事者の人と話すところな意見が出てきていて、このヤングケアラーという言葉に対しての抵抗とか、受け入れ難さみたいなものが見えてきます。

今日、皆さんにお伝えしたいこととしては、ケアの理解の仕方なんですけど、やっぱり家事とか身体的介助ってすごく外から見て分かりやすいケアだと思ってしまうんですけど、もちろんそ

ういう物理的なことをする負担ってやっぱりあるとは思いますが、ケアラーの置かれている状況ってそういう物理的な負担だけではなくて、常にケアとともにある状態から来る様々な影響を受けているということです。

どういうことかとというと、これはきょうだいの立場の方から私が学んだことなんですけど、きょうだいというのは病気や障害のある人をきょうだいに持つ健全者の方ですね。例えば、統合失調症のお姉ちゃんがいる弟とか。そういった立場の方が、自分たちはこのような経験をしてきたということを言ってますが、例えば、主たるケアラーである親の代理としての役割。これはよくきょうだいの立場で親が結構子どもを、障害や病気を持つ子どもをケアをメインでやっているんです、きょうだいとしては別に直接的にそのケアを何かやっているわけではなかったりするんですけど、親がケアができないときに自分が代わりにちょっと気にかけてたりということが起こってきます。

あとは親にとっての相談役、カウンセラーのような役割をする。親の話を聞くとかですね。あと、将来に対する不安など潜在的なケアラーとしての苦悩ということで、今何か行為としてケアをやっているわけではないけれども、例えば、将来親が亡くなった後、自分がじゃあこのきょうだいのケアをしていかななくてはいけないんじゃないかとか、そういった潜在的なケアラーとしての苦悩があるということ。

そして、もうちょっと日常的なことと言うと、障害のある兄弟姉妹から暴力を受けて、自分

の身の安全を確保するために、いったん物理的に距離を置くとかですね。やりたいことがあるけど、それは置いておいてちょっと距離を置いて避難するとか。そういった形で、これらって別に物理的に何かケアをしているわけじゃないので、外から見分らないけれども、様々な影響を受けてるんですね。常にケアとともにあることによる様々な余波、影響を受けているというふうに言えるんじゃないかなと思います。

実際、やっぱりきょうだいの立場から、そういう目に見えるような行為としてのケアを担っているわけではないけれども、だからといって支援が必要ないわけじゃないよというふうに言っていて、何かこのヤングケアラーという言葉がすごく本当に行為としてのケアのイメージが強いので、きょうだいの立場の方々からはこういった懸念も聞かれます。

先ほど、少し国の支援の中で定義がされたという話をしましたけれども、ヤングケアラーを「過度なケアを担っている子ども・若者」と定義して、この「過度な」って何をもって言えるのかと。やっぱり外から見た行為だけで判断できないんじゃないのというふうには思っています。

ここまで、偏った理解の一つ目、言葉についていたイメージだったんですけども、もう一点ですね。この言葉のイメージということでお伝えしたいのは、この問題、子どもの権利が侵害されている問題というふうにすぐ理解されることがあるんですね。もちろん子どもがしんどい思いをしている。それは事実なんですけれども、ただ、それが親の責任なんじゃないのという

ふうによく言われると。親がちゃんと子どもの面倒を見てない、親が養育責任を放棄しているから、子どもがヤングケアラーになってるんじゃないかみたいなことをよく言われることがあるんですけども、そうじゃないよということですね。やっぱりヤングケアラー、親を責める言葉になってしまったということで、当事者としてもそう言われたくないというような声がちょっと聞かれていますので、少し読み上げます。

「助けが必要な人と言われたくないです。お母さんにもヤングケアラーとか言葉を聞かせたくないです。聞いたら自分を責めて精神的に調子が悪くなります。そうだったら私も困るからです」ということで、これ高校生の声なんですけど、やっぱりヤングケアラーという言葉が、子どもをケアできていない親を責める問題、言葉として、当事者からもやっぱり受け取られてしまっているんだなというふうに、このことから分かると思いますし、親の立場の方も自分の子どもをヤングケアラーにさせているんじゃないかというふうに、やっぱり自分の責任としてすごく抱え込んでしまっているということが見られます。

結果的に、これらってやっぱり親も子どもも結局声を上げない、声を潜めてしまう。なぜなら責められてしまうからということ、なかなかSOSにつながっていかない壁になってしまってるんじゃないかなというふうに思います。

ただ、実際によくよく考えると、何で子どもや若者がケアを担っているのかということを考える、そもそもケアを受ける人へのサービスが十分じゃないというところもあると思うんで

すね。障害福祉とかもそうですし、例えば、障害や病気のある方が子育てをするための支援が不足しているとか。そういうこともあると思うんですけども、ちょっとこのヤングケアラーという言葉が、子どもにだけ何かすごく焦点が当たってしまったって、もともとケアを受ける側の方への支援の不足みたいなのころまで光が当たりづらいですね。

だけど、本当に子どもだけじゃなくて、そういうケアを受ける方も含めて家族を丸ごと支援していくことがすごく大事だと。国の方針でも一応そういうふうには言われているんですけども、これをどうやって実現させていくかということが今の課題なのかなというふうに思っています。

写真も持ってきたんですが、これは冒頭でちょっと言いましたけど、ヤングケアラーの先進国であるイギリスに行ったときに、ヤングケアラーの支援団体が親向けのいろんなプログラムをしていたと。親の支援もしていたということに私はすごく感銘を受けました。子どもへの支援が必要なのはもちろんそうなんですけど、やっぱり親への支援ってなかなか日本では聞かないというか、親が自分でちゃんと養育すべきでしょうみたいな責任がすごく押しつけられてしまうので、本当に何か私の母にもこういうサポートがあったら良かったなというふうに感じています。

最後ですね。言葉に対しての偏った理解ということと併せて、何で子どもや若者が声を上げられないかということなんですけれども、これはヤングケアラーに限らないかなと思うんです

が、本当に相談しても何も変わらないとか、相談するほどのことじゃないというふうに当事者の人が思ってしまったている。そう思わせる社会があるということが問題かなというふうに思っています。やっぱり相談支援って自分から言葉にしないといけないものだと思うんですけれども、そういった他人に何か言葉としてSOSを発する手前でいろんな要因で声が奪われてしまっているんですよね。それは例えば家族とか、家族の中でもそうですし、あとはそれ以外の関わりの中で分かりやすい暴力、虐待も含めて暴力に遭ったりとか、抑圧されたりとか、理解されない経験とか、あと逸脱を生み出す社会規範、ちょっと何か硬い言葉で書いてしまいましたけれども、おまえは普通じゃないと。変なんだというふうに突きつけられるような視線とか、あと選択肢がないとかです。そういう様々な社会的な制約の中で、やっぱり抑圧されてしまっていて何か望んでいても諦めるということが当たり前になってしまってますよね。そうすると自分が不利な状態に置かれていても、それに慣れてしまっていて自分が何をしたいのかというのが分からなくなったり、自分の欲望がなくなってしまうということで、ケアがあっても新しい選択肢とか希望ある将来みたいなものはやっぱり考えられなくなってしまいうことがあるんじゃないかなというふうに思っています。

私が大事なんじゃないかなと思ってるのは、最初から相談とか支援とか、それだけではなくて、その手前を整えていくこと。その手前に新しい選択肢とか将来を考えられるようになるための欲望形成支援。ケアがありながらも自分のニーズや欲望を自覚していくプロセスという

のが大事なんじゃないかなというふうに思っています。やっぱり自分が何をしたいのかなとか、ケアがあるけど、例えばこんな仕事がしたいとか、ここに住みたいとか、具体的に言うところ、そういうことですけれども、そういうことをやっぱり家族以外とのほかの人の関わりの中で、自分の今置かれてる状態をちょっと一歩引いて見たりとかする。そうすると、その状態は絶対的な今の状態が当たり前じゃないんだな。もっとほかの可能性とか選択肢もあるかもしれないというふうに、そう思えるような関係性とかというのがすごく大事なんじゃないかなというふうに思っています。これはすぐサービスを入れて解決するかというわけではなくて、本当にいろんな人との関わりの中で自分と対話しながら時間をかけて自分の声がつくり上げられていくんだらうなというふうに感じています。

ちょっと時間がオーバーしてしまっているので、最後一枚スライドにまとめますけれども、皆さんにお伝えしたいこと二点ですね。ヤングケアラという言葉が広まったのはいいものの、ちょっと偏ったイメージがついてしまっているので、そこを少し取り払うということ。そして、もう一点は具体的な相談とか支援の手前で日常的に、家からちょっと一時的にでも離れられる時間と空間を提供したりとか、相談だけじゃなくて雑談とかも含めて何気なく関わったりする中で信頼関係を築くということがすごく大事なんじゃないかなというふうに思っています。

ご清聴ありがとうございました

(拍手)

○司会 河西さん、本日は貴重なお話ありがとうございました。

では、少し時間がございますので、皆様のご質問をお受けしたいと思います。何か質問のある方いらっしゃいますでしょうか。挙手をお願いします。そちらのほうにマイクを持っていかせていただきます。

ちょっときっかけとなるように、私のほうから一つ。今日、非常にショックを受けたのが、ヤングケアラーの方の問題というのは、割と家庭内の出来事で見えない問題が非常に多いというところで、本心というのが本人から聞き取れないということですね。例えば、実態調査の中でも、お世話をしているために、やりたいことができていないはずなのに、「特にない」とかいう意見があったり、相談の有無、五、六割が相談していないというようなお話があったり、自分の境遇とか今ある状況というのを人に言いたくないとか言いにくいということもあるのかなと思うんですけども、そういった方に対して、周囲の人々が関わるために、こういったことに気づくためには、普段からSOSのサインを出している人にどういうふうに関わってあげばいいのかなと思っています。

○河西 優 はい。ありがとうございます。そうですね。分かりやすいSOSのサインを出す人ってあんまりないかもしれないですね。もちろん分かりやすく相談してきてくれたりとかというときは、やっぱりキャッチしないといけないと思うんですね。支援者じゃなくて

も一般の方でも、何か相談されたら相手の了解とか同意を得た上で、例えば支援機関につながるということも、もちろん一つ手としてはあると思うんですけど、そもそも本当に最後にも少しお話ししたように、何かこうSOSのサインを出す以前に、多分自分の置かれている状況を客観視できていないというか、ケアって本人からしても別に悪いことでもないし、日常の一部として、一部というか本当に日常として当たり前のものだと思うんですね。何かこの言葉ができたことによって周りが勝手に騒いでいるみたい。何か子どもがケアをしていることは悪いことなんじゃないかみたいに周りが勝手に騒いでいるみたいなのもあって、でもそうすればするほど子どもとか当事者としては、やっぱり声を潜めていくんですね。やっぱり自分の大事な日常の一部になっていたり、自分のアイデンティティになっているようなものを何か奪われてしまうような感じも少しあるので、そういう意味で分かりやすいSOSをキャッチするともに、SOSが出てない、外から見えて出てないと思われるような状況でも、雑談したりすることってすごく大事だなと思っていて、何かあったときに顔が思い浮かんであの人に言ってみようかなって何か思ってもらえる関係性を日頃からつくってすごく大事だというふうに思っています。やっぱりいきなり前に現れた支援者の人に言えるかってなかなか言えないと思うので。その前にこの人がどんな人かとか、これを言っても否定されない関係性とか、そういうこととの安心があって初めてSOSが出せると思うので、何か雑談とか、挨拶とか、何かヤングケアラーだからって特別視とかじゃなくて、本当に一人の人間として関わるといことが、すこ

く大事なのかなというふうに思います。

○司会 ありがとうございます。

○質問者A 貴重なお話ありがとうございました。

以前受けたヤングケアラーの講習会で、ヨーロッパのほうでは結構法律でしっかり何時以降はお世話してはいけないとか、下のお世話は駄目っていうのが決まっているというのを聞いたんですけれども、日本でもやっとヤングケアラーという言葉が浸透してきて、法整備までは行かなくても、ちょっと支援という形で進んできているとは思ってますけど、やっぱり日本ですこまで明確に法律を定めていくというのは今後も難しいものですか。

○河西 優 ありがとうございます。実は、今年法律が制定されて、子ども・若者育成支援推進法という、子どもだけじゃなくて若者も含まれる支援の枠組みの中で、三十歳代まで、場合によっては四十歳ぐらいまでというふうに一応法律が明記されたということなんですけれども、ただ、何か急いで法律で明記したということで、国の方ともしっかりとお話したんですけど、どうしていけばいいか分からないという、正直ちょっとそういうところもあるのかなというふうには感じています。

特に、本当に家族まるごと支援、子どもだけじゃなくて家族全てを支援しないといけないというところが、どう具体化していくかというところが本当に多機関多職種、いろんな人たちが連携していくところがポイントだと思うんですが、そこが何かすごく難しいのかなというの

感じています。

あともう一点でいうと、ヤングケアラ―、若者までは法律で明記されたんですけど、全ての世代のケアラ―の人を包摂する法律というのは今はないというところで、自治体が条例をつくってはいるんですけど、やっぱり最終はそこなんじゃないかなと私は思っていて、というのはやっぱりヤングケアラ―の法律で四十ぐらいまではカバーされるけど、じゃあそれ以降、支援が何もなくともいいのかというところ、やっぱり自分の人生の構築が難しかった四、五十代の方とか、元ヤングケアラ―の方と出会う機会も多いので、本当にケアは生涯続くという認識の下、ケアラ―支援を法制化することが必要なんじゃないかなというふうに私は思っています。

○質問者A ありがとうございます。

○質問者B 少し前に放送されたA C ジャパンのコマーシャル。あれもよく見えました。読売テレビのテンの、あれ河西さんだったんですね。あれも見ました。A C ジャパンのコマーシャルをよく見ていたので、ヤングケアラ―はこういうものだというイメージがあったんですけど、以前、大阪のふうせんの会の人の話を聞いて、ヤングケアラ―というのはいろんなパターンがあるんだということそのときに知ったんですけど、今いろいろお話があったように、いくら素晴らしい法律や条例や相談窓口もあるというふうにお聞きしたんですけども、やっぱり知らないとなかなかアプローチができない。先ほどお話にあったカウンセラーにお話する。雑談したり何か相談するといいうようなお話もあったんですけども、カウンセラーって

どこに行ったらお会いできるでしょうか。そういう悩みというか困っている人たちがいると、どこにどういうふうにアプローチすればいいのでしょうか。例えば、大阪のふうせんの会があるって、それも知らないとなかなかアプローチができない。どういうふうに、どこに行けばいいのかという、そのアプローチの仕方ですね。ですから、そういうことの情報ももしキャッチできれば、ヤングケアラーによる殺人事件、十七歳のお兄ちゃんが六歳の妹を殺してしまおうというようなこともなかったのかな。二十代の女性の方がおばあちゃんを殺めてしまうこともなかったのかなというふうにちょっと思ったんですけど。頂いたパンフレット、チラシですか。子ども・若者ケアラーについて知っていますかという。ヤングケアラーの方のいろんな意見が載ってるんですけども、これどうやってたら解消できるのかなというふうに思ったんですけど。まず、どこに行けばそういうカウンセラーの人に会えるのか。どういうふうにあプローチすればいいのかなということをお教えいただきたいと思っています。

○河西 優 はい。ご質問ありがとうございます。

そうですね、どこに行けばいいのか。ヤングケアラーでいうと、行政が相談窓口をつくっているところがあるので、本当にベシッ的なことと言うと、そこに行くというのが、まず最初なのかなというふうに思います。やっぱり行政なので、その地域の社会資源の情報だったりというのも恐らく持っていると思うので、そこに相談に行くというのが一番ベシッ的な方法なのかなというふうには思います。ちょっとどこが担当になってるかというのは自治

体によって結構違って、子ども、福祉系のところが担当になっているようなところもあるんですけど、まずはそういったところに相談いただくのがいいのかなと思います。

そういった相談窓口、当事者の方が直接相談するのももちろん受け付けてはいるんですけど、結構当事者の周りにいる学校の先生だったり、近所の人だったりちょっと気になってそこに相談するケースというのが結構多いみたいなので、まずそこにアプローチされるといいかなと思います。そういったところにいる方が、実際にじゃあ当事者を支援につなげるとなったときに、やっぱり気をつけなきゃいけない声かけの仕方とか、そういったところも恐らく分かかってらっしゃると思うので、まずそこかなというふうに思っています。

カウンセラーさん。そうですね、カウンセラーということでしょうと、カウンセラーさんがいる病院とか、メンタルクリニックとかだと、そういったところもありますけど、私がかかっているのはちょっと個人でやってらっしゃる方なんですけど、何かそういった、町なかのメンタルクリニックとか、そういったところになるのかなというふうに思います。

○質問者B このパンフレットを読むと、その中の一つに、担任の先生に話したが、学校としては何もできないと言われたというの、ちょっと絶望的な感じがして愕然としたんですけれども。スクールカウンセラーがいる学校でも、スクールカウンセラーのところに通うとほかの同級生、学校に知られるのが嫌とか、河西さんもそうでしたか。学校に通われているとき。お友達、周りの方は河西さんのお家のご事情をご存じだったのかどうか。ちょっとその辺のこ

ろ、よろしかったらお話いただきたいと思うのですが。

○河西 優 ありがとうございます。そうですね、私は周りの友達のうち、よく頻繁に遊びに誘ってくれる友達二、三人だけには事情を伝えていました。でも統合失調症ということは知らなかったので、母が病気でとかという言い方じゃなくて、ちょっと家の事情でというような曖昧な表現でしか私も表現ができなかったもので、そういう形で言っていました。

でも、それ以外にはやっぱり知られなくなかったですね。特に中学生だったので、やっぱり周りとは違うというのに対してすごく敏感で、ちょっと制服の洗濯が間に合っていないと汚れるとか、そういうのも普通にあっただんですけど、何とかそれを隠すとか、多分うまく隠して生き延びてたんだろうなというふうに思います。スクールカウンセラーさんがいたかなと思うんですけども、場所もあんまり分かってなかったですね。どこにその方がいるのかも分かってなくて、実際、場所が分かっても周りからの目が気になったりとか、どんな方がいるのかという不安があって多分行けなかったんじゃないかなというふうに思っています。

○質問者B 分かりました。ありがとうございます。

○司会 これで質疑応答は終わらせていただきます。本日の河西さんのご講演では、子ども・若者ケアラー、いわゆるヤングケアラーと言われている人たちが様々な理由で自分のやりたいこととか、今しなければならぬことができないというような状況に置かれていること。そして、それだけではなく、今だけではなく、将来の夢とか希望も諦めてしまうよ

うな未来も見えない状況にある人もいるということも非常によく分かりました。

ただ、特に子どものときなどは人に話すことができなくて、より孤独を深めていくというような事実もあるというようなことも、よく分かりました。

しかしながら、社会やメディアなどがつくり出すイメージが非常に大きいということ、私たちのそういう一方的なイメージに縛られているというようなことも、また理解することができたことで、大変な有意義な時間を過ごすことができました。

河西さんには当事者の立場からのお話をいただいて、私たちにお伝えいただいたこと、大変感謝申し上げます。

それでは、本当にお忙しい中、本日まで講演いただきました河西優さんに、もう一度大きな拍手をお願いいたします。

(拍手)

○河西 優 ありがとうございます。

○司会 ありがとうございます。それでは、本日の講演をこれで終了させていただきます。