

# 当事者同士の語らい 支え

## 精神疾患の親がいて 困



仮装した看護師らスタッフと一緒に、親子でクリスマス会を楽しんだ。昨年12月18日、円グループ提供

### ■主な支援団体と連絡先

星の家(札幌市)	フェイスブックの団体のページ
家族による家族学習会(東京都)	minnanet.seishinhoken@outlook.jp
ひとりやないで!(主に川崎市)	hitoriyanaide@gmail.com ※親が統合失調症の人が対象
親&子どものサポートを考える会(津市)	tsuchida.p@oyakono-support.com
京都精神保健福祉推進家族会連合会(京都市)	075・464・3378

子どもたちの記憶を引きずり、孤立感や生きづらさを感じる人たちが語り合う場も各地にできている。表 NPO法人「地域精神保健福祉機構」は15年11月、東京都内で精神疾患の親がいる子どもを対象にした「家族による家族学習会」を初めて開いた。そこでは幼少期から思春期、青年期と、時間を追って参加者が自らの経験を語る。

それまで周囲に母親が統合失調症であることを明かしてこなかった東北地方の女性(29)も参加。互いの話に真剣に耳を傾けた。親の病名は様々なが、似たような苦しさを感じていくことを知った。

### フォーラム「子どもと貧困～共有しよう、解決への一歩」

朝日新聞社は、生活が厳しい子どもの支援について語り合うフォーラム「子どもと貧困～共有しよう、解決への一歩」を2月11日午後1時から、大阪市北区の朝日新聞大阪本社アサコムホールで開きます。

第1部はパネルディスカッション。第2部はワークショップで「子ども食堂」「学習支援」「親支援」「学校と地域の連携」のテーマに講師が分かれ、質疑応答します。講師は、NPO法人「豊島子どもWAKUWAKUネットワーク」理事長、栗林知絵子さん▽NPO法人「あつ

とすくー」理事長、渡邉さん▽母子生活支援施設「かしわヴィレッジ」施設長、橋本尚子さん▽スクールソーシャルワーカー、森本智美さん。

定員140人。無料。申し込みはメール(seikatsunews@asahi.com)で。名前、年齢、連絡先(メールか電話番号)、住所、職業、講師への質問、参加したいワークショップのテーマ(第2希望まで)を書いてください。応募は1人1通で1月22日必着。多い場合は抽選し、当選者に連絡します。

来月11日大阪本社で参加者募集

レシピ検索はこちら(スマホのみ)▼

### 料理メモ

1人前

### セリ入りワンタンスープ

1人前約150kcal、塩分1.4%

【主な材料・1人前】 セリ2株、豚ひき肉20g、ワンタンの皮5枚、鶏ガラスープ250cc

【作り方】 セリは根も香りがあり、おいしくいただけます。セリは根をきれいに洗い、刻みます。葉と茎は長さ3cmに切ります。ポウルに豚ひき肉と塩少々を入れ、スプーンの背でひき肉の粒をつぶすようによく混ぜます。セリの根としょうゆ小さじ半分、コショウ少々、水小さじ1を加えて

さらに混ぜます。小鍋にスープを温め、しょうゆ小さじ半分、コショウ少々を入れ塩で味を調えます。具を5分の1ずつに分けてワンタンの皮にのせ、手で握るように具と皮をくっつけ鍋に入れます。中火で2分ほど煮たら、ゴマ油小さじ半分とセリの茎と葉を加え仕上げます。ひき肉の代わりに豚薄切り肉1枚(約20g)を粗みじん切りにして包丁でたたいて使ってもよいでしょう。(約15分)

## 親子の安定へ 長い目で見守り

精神疾患がある親と暮らす子どもは支援の手はあるのでしょうか。同じ境遇の人間が語り合う場は、子どもが幼いころから親子を支援する試みもあっています。

昨年12月18日、東京都立川市にある精神科の訪問看護ステーション「卵」では、一足早いクリスマス会が開かれていた。

保青園児を連れて参加した女性(38)は32歳の時に統合失調症と診断された。体調がすぐれず、育児や家事が思うようにできていないこともある。周りの母親には病気のことを言えず、チンドンで集まりを知って一昨年参加した。

卵では月に1回、子どもがいる患者が対象の交流会がある。自宅訪問看護を利用する数人が、子ども連れて集まる。親は子育ての悩みを語り合い、情報交換をしながら2時間ほど過ごす。女性は「同じ立場のお母さんと話せて、『私の場合はどうだったか』とアドバイスももらえる。ほっとできる場所」と話す。

子どもたちは親と別の部屋で、私服姿の看護師らと一緒に遊び、温かいおにぎりを食べる。普段は親を気遣って甘えられないが、ここは安心して子どもでいられる。卵を運営する円グループは、2006年からこうした親子の交流会を始めた。円グループを設立した寺田悦子さんは「PCGや毎週の訪問看護で、まず親を元気にしたい。

それは家で一緒にいる子どもが喜ぶの安定にもつながる」と狙いを説明する。寺田さんは06年から精神科の訪問看護師として地域に出ている。そこで出会った子どもたちに衝撃を受けた。離婚してひとり親となり、貧困状態にある子ども。親の体調がすぐれず、十分に面倒

をみてもらえない子どもも多かった。「子どもにも関わるときだと気づかされた。世帯を丸ごとみる必要性は今も感じています」と寺田さん。子どもが通う小中学校も保育所、市役所、児童相談所などの担当者とは連携して随時、対応を協議する。親子の暮らしを支えていくため、数年にわたって関わり続けるケースは珍しくないという。

「関わる子の中には、思春期に精神的に不安定になる子がいるのも事実。どうしたらより効果の高い支援になるのか、試行錯誤を続けている」

## 共感 自分の人生取り戻す力に

それまで周囲に母親が統合失調症であることを明かしてこなかった東北地方の女性(29)も参加。互いの話に真剣に耳を傾けた。親の病名は様々なが、似たような苦しさを感じていくことを知った。

「自分と同じような人に出会え、過去の記憶にフタをすることもなくなった」

関東地方から参加した女性(29)は父親がそううつ病。父子家庭で、幼いころから家事や父親の世話をしてきた。「何のために生きてるんだろ」という思いがあったが、「自分を大切に、自分の人生を生きたい」と考えられるようになった」と話す。

学習会の立ち上げに関わった埼玉県立大学の横山恵子教授(精神看護学)は「同じ立場の人同士で語り合うことで共感が生まれ、自分の人生を生きていく力を取り戻すことにもつながる」と語る。

16年度からは主催団体を全国の家族会をつくる「みんなねっと」(全国精神保健福祉会連合会)に委ね、活動を続けている。横山教授は「当事者同士で語れる場はまた少ない。仲間とながれる自助グループは必要で、各地に増やしていきたい」と意気込む。(久永隆二)

◆あすの回は、今後の支援のあり方について識者の提言を紹介しします。

### ひととき

昨年話題になったヒットドラマ「逃げ恥」は、仕事だった家事が結婚で無償労働にかかわることになり、ヒロインが疑問を持つ、という展開だった。数年前、夫婦ともに大病を患った我が家では、その後、時折有償の家事代行サービスを受けている。年金生活の中、安い金額ではないけれど、体調の悪い時など離れて暮らす子どもたちに心配をかけることなく楽ができる。ありがたいと思う。

しかし、「逃げ恥」を見て考えた。結婚して53年。日常の料理掃除から息子2人の養育、夫の両親の介護まで、無償でほぼ一人で担ってきた私の労働価値はお金に換算すればどれほどだろう、と。

ひと昔前、「私作る人、ほく食べる人」など男女の役割分担のCMが話題になり、家事は女がするものとの常識に異議を唱える投稿がひととき欄にもあった。だが、ドラマで家事が無償か問題提起されるようになったのは、いまの世代の考え方の多様化かなと思う。私の結婚生活で家事に報酬があったら、私ってすごいお金持ち?と思わずにニヤニヤしてしまう。私たちが夫婦の半世紀の収支勘定は、どうだったのかな。

堺市 織田 美知子 無職 78歳

WIDE! 決死の覚悟! 渡瀬恒彦 44

木村拓哉 44

独占! タモリ

レディースアートネイチャー

手ぐしも風も、キレイの味方。

フィット感にこだわった オーダーメイドウィッグ