

## 家族の担う荷の重さ、その重さをどう軽くするのか

増田 一世

本号に掲載されている小林さんのインタビューの中にも、精神疾患を発症した人たちをその家族が必死に支えている現状、家族が疲弊することで精神科病院への長期的な入院が余儀なくされていることが語られていた。やどかりの里でも家族の加齢による体力・経済力の衰えとともに入院が長期化する人たちがいる。昨年、市内のご家族のお話を聞く機会があった。不安の強い息子さんに1日中付き合わなくてはならず、自分の時間がとれず、30分でもいいから1人になる時間が欲しいと訴えた方の話は、今も耳に残っている。

もちろん病気を発症し、病気と付き合いつつ生きる精神障害のある人たちの悩み・苦しみは大きい。家族がその肩に担う重さも計り知れないものがある。

家族の担う荷の重さをもっと実感を伴って知る必要があるのではないか。家族がくたびれきってしまう前に、何か必要な支援があるのではないか。そんな問題意識から、やどかりの里ではやどかりの里を利用しているメンバーの家族への状態調査（単なるアンケート調査ではなく、1時間30分じっくりお話を伺い、伺ったお話を柱立てに沿って整理し、状態を掴み、活動の課題を導き出すもの）を実施した。予想通り、さまざまな課題が見えてきた。（5月27日報告集会を予定している）

多くの家族が戦中・戦後を生き抜いた人たちで、障害のある子といっしょに暮らす16人のお話から、日本の社会の変遷が見えてきた。そして、子どもの精神疾患の発症によっ

て、家族全体に大きな影響を及ぼし、その後の家族のありようが大きく変わっていく。そして、親自身もなんらかの疾患を抱えていた。

日本では、社会が障害のある人を支えるのではなく、家族が支援の担い手にならざるを得ないのが現状だ。障害のある人への所得保障の不十分さもその傾向を強める一因である。

そして親は自分の子どもが病気になったことを自分の非として感じるが多い。その思いから解き放たれるためには、家族にも仲間が大切だった。仲間内でのおしゃべりから病気の理解が進んだり、ほっと一息つくことができるようになる。肩に重くのしかかっている重さを一時でも横におくことができるのだろう。同時に家族の苦悩や葛藤を正面から受け止める支援、子どもの回復が実感できる機会をつくり出すことも必要だ。

そして、障害のある人自身が親から独立して生活できる見通しや夢を持つことが大切だ。そのための支援を充実させることが必須条件である。親にしかできないことは確かにある。でも親にはできないこともあるのは事実だ。その役割分担を整理する必要があるのではないか。親も子も必要な支援を遠慮なく活用し、不十分であれば改善を求めることも大切だ。

そして、何と言っても社会の偏見の除去であろう。疾患についての正しい知識や回復過程への理解が進むことが、親も子も生きやすくなることにつながるのではないだろうか。

今後、やどかりの里の研究所と協力し、家族支援の研究を進めていく予定である。