

第 10 回 精神障がいのある親とその子どもの支援に関する学習会【実施報告】

親&子どものサポートを考える会

去る5月18日（土）に『第 10 回 精神障がいのある親とその子どもの支援に関する学習会』をオンラインにて開催しました。終了後に実施したアンケートをもとに報告させていただきます。

1. 当日の参加状況

学習会開催の周知広報は、これまでに学習会に参加されたことのある方へのメール送信や会のHP掲載等で行いました。事前に124名の方から参加の申し込みをいただき、当日は途中の出入りはありましたが、およそ101名の方に参加していただきました。

アンケートは、Google フォームで回答期間を二週間設けて実施し、最終の回答者数は75名（回答率74.3%）でした。

2. 学習会について（アンケートより）

1) 満足度

学習会の満足度は、

100%が13名（17.3%）

90%が15名（20%）

80%が30名（40%）

70%が9名（12%）

60%以下は8名（10.7%）

で、全体平均は81.5%となりました。

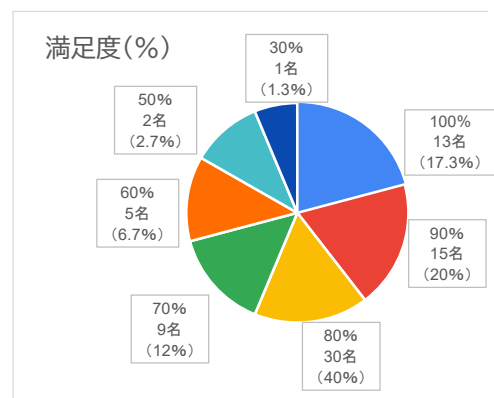
評価の理由として、満足度の高い方からは、

- 支援者、当事者両方の意見を聞くことができた。全国各地、いろんな方がいろんな手段で活動されている取り組みの紹介もあり、リソースの宝庫と感じた。
- 漫画という媒体を通じて当事者の実態を表現すること、また、その内容について専門家や当事者を交えた議論は新しいスタイルで心に響くものがあった。座談会が特によかった。
- 大事にしたい内容が凝縮された内容で、ずっと話を聞いていたい気持ちだった。いろいろな立場の方からの発言があり、課題が立体的に理解できよかった。
- 障がいをもつ親の子どもとして、とてもしっかりくる内容を登壇者の方々がそれぞれの立場で話されていて、尚且つ自分が気になっていたことや当事者、支援者としてそれぞれ感じる課題が言語化され学びが深まった。

という感想が寄せられました。一方で、満足度の低い方からは、

- 座談会は ZOOM だと共有が難しいと感じた。
- 将来子どもをもちたいと考えているが、子育ての不安が軽減しなかった。
- 音声が聞こえづらい部分があった。

という感想がありました。



2) 運営や内容について

遠方の方の参加のしやすさやコロナ感染拡大防止の観点から、今年もオンラインで開催しました。

本学習会は今年で10回目の開催になりますが、支援者だけでなく当事者の方、当事者の家族の方などにもご参加いただくようになり、広がりを見せています。アンケートでは、

- オンラインは参加しやすくてよい。対面での学習会にも参加したい。
- 今後もぜひ様々な視点から学習会を開催していただきたい。継続開催を希望します。
- 毎年参加者が増えているので心強く感じる。この学習会からソーシャルアクションが起これるとよい。
- 座談会では自分の見落としてきた点に多々気づけた。情報提供では各地の新しい取り組みを知り新鮮であった。内容は全般に業務にも役立つ。
- 参加者同士での交流の時間があるとよい。(フリーディスカッションできるZOOMの設定)などの感想をいただきました。皆様からいただいた意見を真摯に受け止め、今後の活動に生かしていきたいと思えます。

また、本学習会のねらいの一つでもある参加者同士の交流・ネットワーク作りについては、オンライン開催の学習会では参加者数も多く、参加者同士の意見交換や交流の場を設けることが難しいため、終了後のアンケートに参加者で共有したい感想の項目を設け、後日取りまとめて参加者に配信させていただきました。

- 親子支援、世帯全体への支援は精神科のみならず、広く対人援助において重要課題だと考えます。もっと「当たり前」のこととして広まってほしいと願っています。
- 支援に子どもの意見を入れることは大切だと思っており、子どもを入れたチーム会議なども行っています。子どもには力があります!また、大人への教育も必須だと感じました。
- 「越境していく支援者が必要だ」という意見に同感。自分自身もそのように活動していきたい。
- 「ケアする姿を見せるより、誰かに頼る姿を子どもに見せる」ことが、結果的に子どものためにあるということが印象的だった。様々な関係機関とつながって、誰かを頼るように働きかけることの大切さを再認識することができ、少しずつやっていこうという気持ちになった。
- 信頼できるのは、目の前の問題解決する方法を一緒に考えてくれる人。伴走してくれる人がいるだけで少し心が楽になる気がする。継続的に気にかけてもらえたら心強く感じると思う。

など、それぞれの立場から前向きな感想をいただきました。

3. 座談会について

学習会前半・第1部の座談会は、漫画で精神障がいのある親と暮らす子どもさんや精神科医療を描かれている水谷緑先生を囲んで、「親支援・子ども支援、今感じていること」のテーマで、久留米大学医学部精神科医の松岡美智子先生、こどもびあ副代表・ヤングケアラー協会事務局長の小林鮎奈様を登壇者に迎え、ZOOM座談会形式で開催しました。

まず最初に、土田も含め登壇者から自己紹介として、今の活動を始めようと思ったきっかけや活動する中で感じていることを、お話ししていただき、その後、漫画の場面を取り上げながら、その場面で感じることを登壇者で語り合う形で進めました。土田が取り上げた漫画の場面は、①「私だけ年を取っているみたいだ。」の第3話、ぜんぜん動かないの場面で、心配してくれた養護教諭に勇気を振り絞って母親のことを伝えただけで、家庭の

問題に首を突っ込むものじゃないとの学校側の判断で、子どもの力じゃ動かなかったという場面と、②第6話、精神科病院の穏やかな日々、第7話、母のことを知りたいの場面から、精神科に入院することになった主人公（子ども）に対して「まわりに気にかけてくれる人はいなかった？」と客観視するきっかけを与える看護師とのやり取りと、その看護師が母親と主人公の面談を設定し、母親の病状で主人公がつかかった時にどんな状態・どんな思いだったかを母親に尋ねる場面の2つの場面で、その状況に対してどんな風を感じるかをそれぞれに語っていただき、現状の問題や親支援・子ども支援としてどのようにできると良いと思うかと意見を交わし合いました。

休憩時間に参加者からチャットで質問を集めるようにさせていただき、いただいた質問に答えていく形で第1部の後半部分、意見交換は進めさせていただきました。その中で、「子どもへの心理教育の際、子どもが誤解せず、子どもの理解度を確認しながら進め、必ず『親の病気はあなたのせいではない』ことを伝えている」「健康な大人であっても福祉や医療の相談先や支援機関を探し繋がることは大変である。教師や支援者、当事者の親御さんも含め精神疾患に対する知識やタブー視していることが一層困難にしている。子どもたちにも周囲の大人たちにも基本的な知識と理解を伝える教育が必要。子ども・若者がいる家族の支援のために教育・福祉・保健・医療・就労等を含めた連携支援の体制整備・強化が必要。両輪がかみ合って回っていくことが不可欠」「子どもからは発信しづらいので、気づいた人が親を責めるのではなく心配していることを親にも子どもにも声かけする。困りごとや病感にアプローチする」「子どもが“子どもらしく過ごせる時間”を持てることが大事」等々、活発な意見交換が行われました。

4. 全体を通しての総括

新型コロナウイルス感染症の扱いが5類感染症になり1年経過しましたが、参加される方が安心して参加でき、また、遠方の方も参加しやすいようにと考え、オンラインでの開催としました。オンライン開催により今年も多くの方にご参加いただくことができました。

本会は、精神障がいのある親と暮らす子どもへの支援を中心に活動していますが、親御さんの状況が子どもさんの心理・生活面にも影響しやすいことなどから、親支援・子ども支援を連動させながら行うことが、親子の安定に繋がるのではないかと考えています。

アンケート結果からは、「当事者に丁寧に取材をして漫画を描かれた水谷先生の取材を通した当事者たちの生の声と、支援者でも当事者でもない立場からの何も肩入れしない水谷先生のコメントがよかった」「松岡先生は、子どもへの関心、アプローチを実際にされており、無理なくすんなり入ってきた」「こどもびあの小林さんは、子どもとしての経験と支援者としての経験を自身の中で消化しながら具体的な話をたくさんしていただき、親と子どもの感じていること、何が大事であるかを教えられた」等、概ね好評を得ました。

本学習会の狙いの一つに、支援者間の情報交換・ネットワーク作りがありますが、オンライン開催の今回の学習会では、参加者の顔が見えない状況から参加者同士で交流を持っていただくことは難しく、学習会後半・第2部として既に親支援・子ども支援に携わっている方々からの取り組みをご紹介やコメントをいただくのみにとどまりました。しかしアンケートへの自身の活動の振り返りや全国各地の様々な取り組みについて情報を得る機会になったとの記載も多く、そうした情報提供ができたと思われまます。

今後は、今年度より市町村において開始される『こども家庭センター』制度の開始と設置促進、改正精神保健福祉法施行による精神保健福祉相談支援の対象拡大など、各地の自治体の動きにも注視しながら、引き続き、精神障がいのある親とその子どもへの支援への関心を引き続き高めていきたいと思います。また、参加者同士で活発に意見交換や交流できる場づくりについても考えていきたいと思います。

令和6年6月吉日

親&子どものサポートを考える会
世話人代表 土田 幸子