

誰かを支えるあなたも支える。

“VOICE” ケアラー・ヤングケアラーの想い



あなたの目の前には無数の選択肢がある。
だからこそ、自分が向き合っている
“今”に誇りを持ってほしい。

MIYAZAKI SEIGO
宮崎 成悟さん

一般社団法人ヤングケアラー協会の具体的な取り組みや、ヤングケアラーや若者ケアラーと呼ばれる、家族の介護をする若者たちについてお話を伺いました。

-PROFILE-

元ヤングケアラー。15歳の頃から難病の母親の介護を担う。一般社団法人ヤングケアラー協会 代表理事日本最大のヤングケアラーのオンラインコミュニティの運営や、ヤングケアラーの認知に向けた啓発活動を行っている。

ヤングケアラーにとっての
選択肢や道しるべを
提示してあげることが重要

私は2019年にYanckle(ヤンクル)株式会社を設立して、ヤングケアラーの就労支援やオンラインコミュニティの運営を始めました。ヤングケアラーという言葉も広まり、国や行政もヤングケアラー支援に動き始めていく中で、より多くの人の助けになる形という思いで、2021年に一般社団法人ヤングケアラー協会を立ち上げました。

現代社会において、ヤングケアラーという言葉が浸透してきていることは良いことだと思っています。ただ、あまりにもネガティブやマイナスイメージの意味で社会に広まると、当事者の方や周囲の方が声をあげづらくなってしまおうと思います。SNS上でも、ケアラーご本人やケアの対象者の方を責めるメッセージを見たりします。

ですが、誰のせいでもないし誰も悪くないですね。社会として問題に

なってしまうっている、社会構造の問題なんです。だからこそ、「一人一人がヤングケアラーの状況を理解し、みんなを支え合っていくこと」が重要だと考えています。あとは、「子供の言葉を守る社会を作る」ことが重要です。

両親の介護をしていく中で、無邪気にふるまえなくなってくる、子供らしくいられなくなる現状もあると思います。そういった中で、否定しないで聞いてあげることがもちろん、その子が勇気を振り絞って出してくれた言葉を尊重し、たとえそれがマイナスイメージの言葉であったとしても、その思いを受け止めて答えていく必要があると考えています。

そのためには、周囲がヤングケアラーについて正しく理解し、当事者の方々に対して、自分たちの周りに選択肢は無数にあるんだよということを発信していきたいと考えています。

「母のそばにいたい」 介護を通じて感じたこと

私が高校2年生の頃、母は「多系統萎縮症」という診断を受けました。私は「母のそばにいたい」という一心で、介護をしていました。

母親を介護している中で、喜びや幸せを感じることもたくさんありました。

母はアイドルグループの「嵐」が好きだったので、嵐のメンバーがテレビに出るときだけは、笑顔で夢中になって観ていました。母親が笑ってくれること、ささやかな出来事に思えますが、ぼくにとってはこの上なく幸せな瞬間でした。

家族のケアは、終わりが見えない場合が多いです。家族だからこそ抱えてしまう罪悪感もあると思います。

ただ、そこで一人で抱え込むのではなくて、SOSを発信してもいいんだよということを伝えていきたいと思っています。

