

2025年1月27日
厚労省アルコール健康障害対策関係者会議

アルコール問題のある親と暮らす 子どものニーズと家族支援

～リアルタイムで支援が必要では



山本由紀

国際医療福祉大学/遠藤嗜癖問題相談室

本日のプレゼンテーション内容

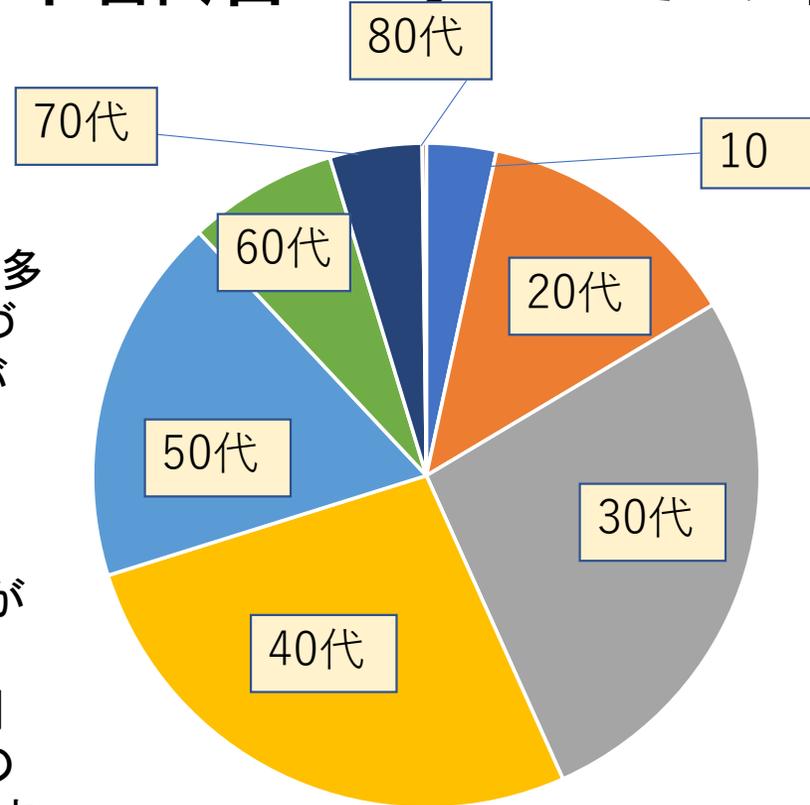
1. アルコール問題ある子ども家庭の相談実践から見えること
～独立型相談室の実践から
2. 子ども家庭・ヤングケアラー支援施策と
アルコール健康障害対策推進基本計画の関係
3. 参考資料
メンタルヘルスの課題(依存症を含む)がある親と暮らす子どもの困難に関する研究から

1. アルコール問題ある子ども家庭の相談実践から見えること ～遠藤嗜癮問題相談室実践より

- 当相談室は1992年設立(創立33年目) ソーシャルワーカー(精神保健福祉士・社会福祉士・公認心理士)による有料の独立型相談室
- 相談の対象はアディクション(嗜癮)とその関連問題、家族関係の問題を中心
- 本日のテーマに即した相談内容では、**アダルトチルドレン(以下、AC)・子育て困難・家族関係の困難(DV加害・被害含む)**等がある。相談は新規200ケース/1年を、多機関と連携しつつ丁寧に年単位で継続してかかわっていく形で展開 個別カウンセリングの他、親グループ・当事者や家族への心理教育を実施している。
- 2回～1年以内で終わるケースも多いが、一部は20年近く関わるケースや、終結後に10年後20年後に別の問題で再登場するなど人生に寄り添う相談活動になっている
- この2年ほどの相談統計と実践から子ども家庭に関連して見えることをご報告する

新規来談者年齢層～すべての世代から

n = 380

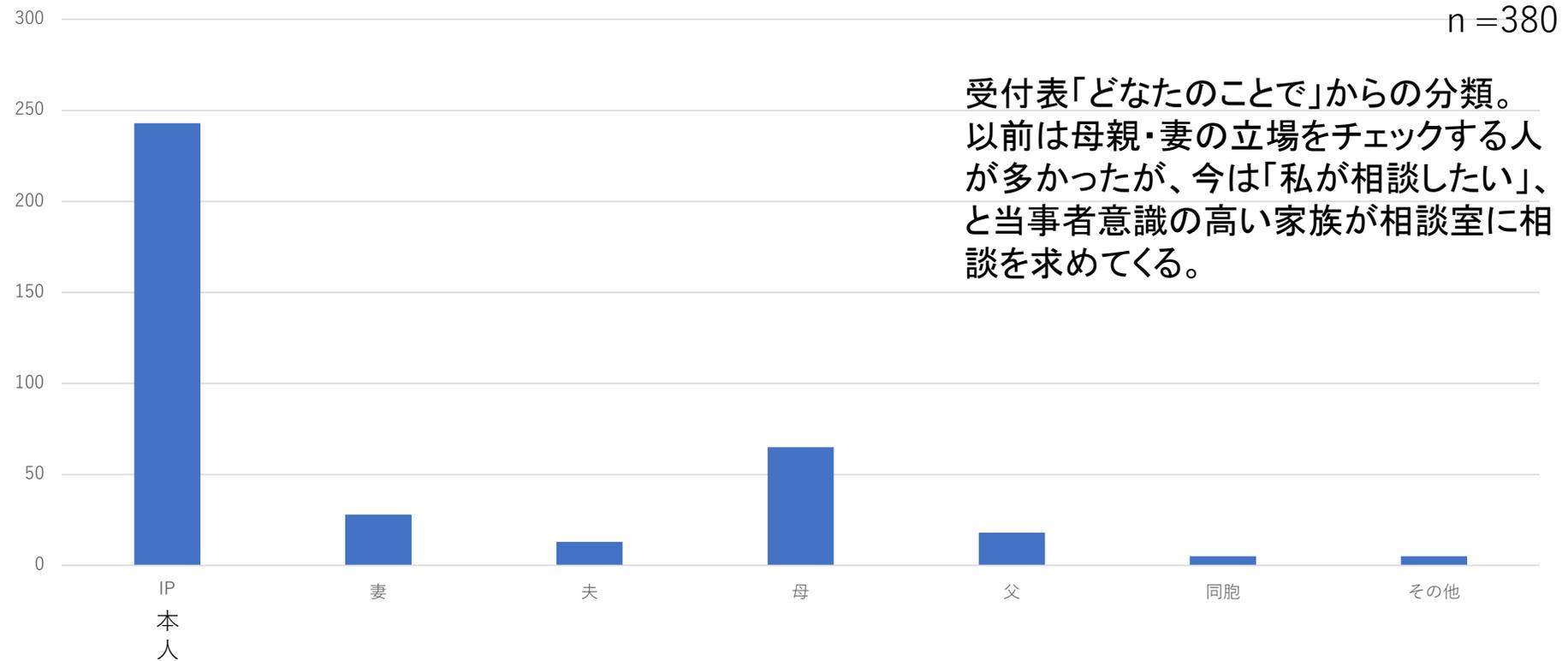


以前は20代の嗜癖当事者と4.50代の親の立場の相談が多く、子世代のACなどの生きづらさを自認して登場する人が多かった。

現在はどの世代からも当事者・家族の立場からの相談がある。
70代・80代になっても家族関係の悩みはあり、ACとしての自分の生きづらさを語ろうとする人がいる。

来談者の立場

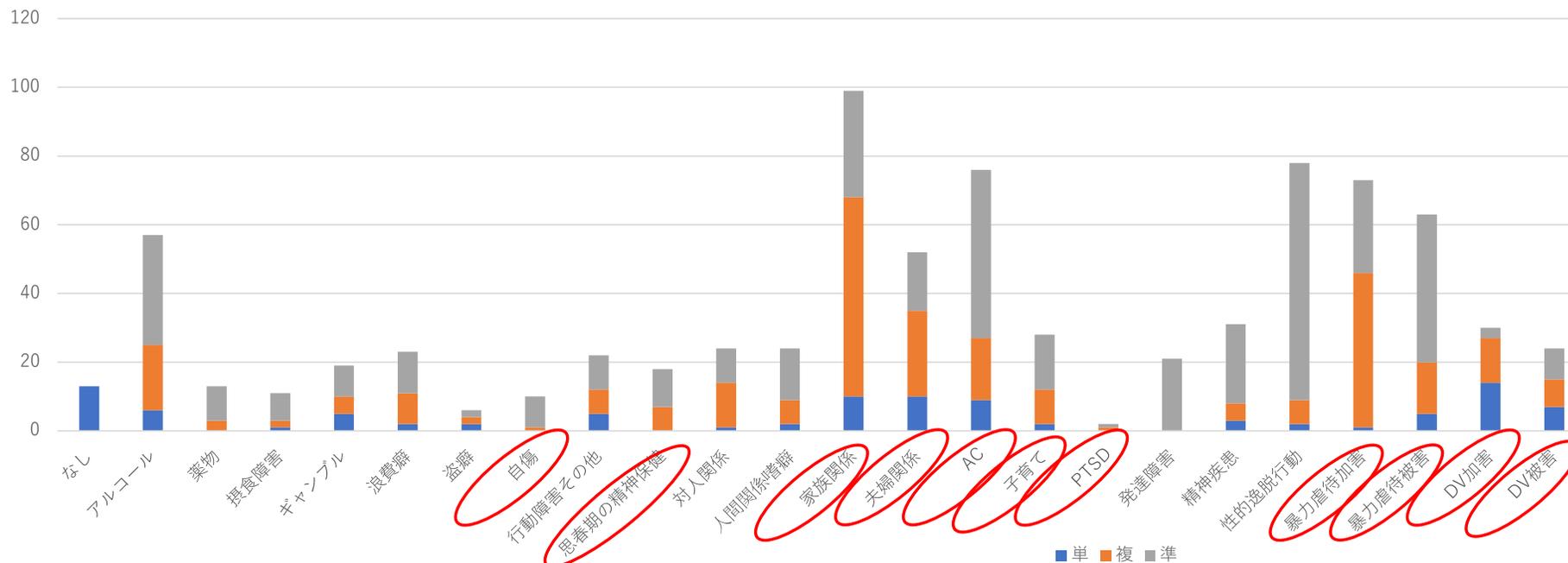
～家族自身のニーズがあり、当事者意識が高い



問題のアセスメント

相談室利用者の問題のアセスメント

○ は子どもと関連する問題やテーマ
 アディクション本人や配偶者の話からも、背景の問題として子どものことが視覚化できる



単：問題 1 つ
 複：複数の問題がアセスメントできる
 準：背景の問題としてアセスメントできる

子ども時代に受ける影響

～アダルトチルドレンという生きづらさ

- Adult Children of Alcoholics(AC):

アルコール依存症の親のもとで育って成人した人、という生きづらさの名前

1990年代、クラウディア・ブラックによって日本にも紹介された概念

自分の生きづらさが依存症家族に起因する、と自認した人たちが自助グループ活動などで回復を目指すメンタルヘルス活動として全国に広がった。

この概念によって、荒れる子どもたちだけでなく、適応的な「よい子」の生きづらさも視覚化した。自助グループは現在下火になっているが、カウンセリンググループなどには、未だにACを自認した人が自分の影響を洗い出すために登場する。

ACのカウンセリング(語り)に見られる 子ども時代の生活困難エピソード

- * (食事)ごはんはなく、給食が頼り あるものなら何でも食べた
- * (勉強する環境)テスト勉強は安全な車の中。家の中は危険だった宿題できずに怒られる
- * (家の整頓と清掃)ゴミ部屋
- * (通学)親は起きられないので自分で起きて登校するのでいつも遅刻。
- * (居場所)家に帰りたくなく友の家を転々とする。
- * (安全な場)アルコール問題と暴力のある父から離れ、母親と妹はシェルターへ。高校生だった男性は利用できず、知人宅を泊まり歩く。
- * (安全な場・経済)高校時代、父(アルコール問題だけでなく母親(浪費癖)も家を出てしまい、電気水道が止められ、苦勞した。

サバイバーとして「よく生き延びた」と評価するが、リアルな時点で何かできないのか？

相談における ヤング・若者ケアラーエピソード

誰かが気づかないと子どもは訴えない

- A(10代男性)は生活保護担当者から紹介。高校中退後、アルコール問題のある父親(シングルペアレント)が内科入退院しており、それに付き添うため、定職につかずに孤立
- B(20代前半女性)は親戚から紹介。心臓疾患になるほど肥満で対人関係の問題がある。父のアルコール問題と母のうつ疾患。父親のアルコール問題に振り回され、母の通院に付き添い、B型事業所利用を励ましたり。高卒後は就職できていない。
- C(20代前半女性)薬物依存の母親から紹介。父親はDV加害。家の家事と妹の面倒を見てきた。ネグレクトの中で性被害。父親から独立したいがOD・自傷があり、あまり働けず。
- D(大学生男性)アルコール依存の父親と母親が別居後、父親と暮らす大学生。父親が酔って骨折の際は救急車よび、手当てをする。(母から見るよう頼まれていた)←母親のカウンセリングで気づく
- E(中学生男性)摂食障害・アルコール・自傷行為のシングルペアレントの母と暮らす。母の不安発作時、寄り添う。救急車よぶ。話を聞く←母親のカウンセリングで気づく
- F(中学生)アルコール依存の父親が風呂場で自殺企図。真っ赤になった風呂場で息子が発見。←父親のカウンセリングで気づく
- G・H(中学生・小学生)母親がアルコール問題・うつ疾患・自傷行為。父親もうつ疾患。家はゴミ部屋。ネグレクト・母をケアする。Hはゲーム依存。←叔父のカウンセリングで気づく
- I・J(20代前半兄と高校生妹)父親がアルコール依存症で専門外来をドロップアウト。シングルペアレントで家はゴミ部屋。兄は精神疾患。妹不登校気味。←父親の勤務先の相談員へのコンサルテーションで気づく

勉強どころの環境でない・20代はまともに働いていない・メンタルヘルスの問題あり
親は専門医療にかかっている人もいない人もいる・親の危機に立ち会っている負担の大きさ

相談室における 依存症の親を持つ若者と家族への支援

アダルトチルドレンの生きづらさ

- ・ ACを自認する人たちのカウンセリングとソーシャルワーク
- ・ 複雑性PTSD・トラウマケア

子ども虐待・DV被害者への相談や支援

ヤングケアラーと思しき若者への支援

- ・ 自分の生活や人生を優先できるように支援(進学・就職・対人関係)

家族関係の相談・子どもへの負担減のための間接的支援

- ・ 親へ共依存関係からの変化を目指した支援
- ・ 子どもへの巻き込みを阻止

時には家からの分離
施設やアパート探し
就労相談
生活相談
自助グループ紹介
SSTグループ(生活のスキル)
・病名がついていれば障害者総合支援法のサービス
・行政の子ども家庭支援サービスの利用～家族丸ごと支援
・トラウマへ心理教育と認知行動療法を中心とした包括的な心理支援

直接の子ども若者支援施策が
不十分

依存症家族の子どもたちへの支援 足りなかったものは

家族の状況によっては、
社会から援助される必要がある

虐待への介入



日々の生活支援や子ども・子ども家庭
支援、若者育成支援と連携する
姿勢がなかった？

その影響を認めた人
がACというキーワード
で自助グループやカウ
ンセリングを利用する



次世代に依存症やメンタ
ルヘルスの問題が生じると、
患者として対象化

まとめ

子ども・子ども家庭への支援の必要性

1 依存症の親と暮らす子ども家庭の困難は様々で、アダルトチルドレンという生きづらさとその解放のためのメンタルヘルス活動では不十分な人たちがいる

生活のニーズ:特にシングルペアレントの場合、生活機能が不全になる/必要なケアを受けられない。

2 子ども自身へアセスメントと直接支援の必要性がある

勉強する場や居場所・安全を図る・日頃話せる安全な大人の存在・学習や進学・進路について
就労に関する相談 居場所(子どもの自助グループはほぼない)

3 子どもへの心理的支援 (子どもだった人がAC自認してセルフケアを始める前も)

親の巻き込まれないための知識 親から離れていいというメッセージ 責任の減少
自身の無条件の価値を取り戻す

4 しらふの親の子どもへの対応:子どもへの依存症家族の影響を伝えて、子どもに焦点をあてた
対応を一緒に考える。

*これまで子ども食堂 若者サポートステーションや引きこもり支援のNPO法人等 生活困窮者自立支援制度事業の学習支援 進学や奨学金の制度も具体的に 就労や資格取得の見込みを検討

*子ども自身に精神疾患の病名がつくと、障害者の支援サービスが使えた(でもそれは一部)

医療や相談の場でもできる 子どもへの対応＝家族に理解してもらう

学童期までのこどもへ ～家族支援を通して子どもに焦点を

- ・依存症について、年齢に応じた説明を
- ・子どもは病気には責任がないことを伝える
- ・子どもの話をよく聴き、こどもの苦悩を理解する
- ・子どもに関心と愛情を伝える
- ・子どもらしいふるまいや失敗について認める
- ・家庭生活を平常に戻す～挨拶をかわす、いたわり合う、ねぎらい合う、誕生日を祝う、などの平常の家族習慣を取り戻す
- ・子どもをサポートしてくれる大人を見つける。(親がよい相談相手とは限らない)
- ・子どもが自分の興味に応じて参加でき、発散できる場を見つける(スポーツや習い事等)
- ・子どもプログラム (受ける影響を緩和するために)

2. 近年の子ども家庭・ヤングケアラー支援施策

2022年 こども基本法 成立・公布

こどもを「保護・支援の対象」→こどもは社会の一員で、大人と対等に意見を発する(尊重される)
権利を有する主体者

2022年6月 改正児童福祉法 児童虐待の相談件数増加、子育て困難な家族へ包括的な支援を。

こども家庭センター設置(努力):設置状況は50.3%(2024年5月)

2023年4月こども基本法 施行 こども家庭庁発足 こども関連の取り組みを国の中心に据えた
「こども大綱」を閣議決定

「都道府県こども計画」を、市町村では「市町村こども計画」を策定努力義務

2024年4月改正児童福祉法施行

6月こども家庭庁アクションプラン「こどもまんなか実行計画2024」を決定

ヤングケアラーや児童虐待防止対策

子ども若者育成支援推進法改正 :ヤングケアラー・若者を支援の対象として文言化

子どもの健全育成のために、
アルコール健康障害対策推進計画は、これらの子ども施策と連動していくべき

～こども家庭庁の支援策

- ・ヤングケアラーは上位包括概念 子ども家庭庁Y C10例の1つに「**アルコール・薬物・ギャンブル問題を抱える家族に対応しているこども**」が入っている
- ・多機関・多職種連携によるヤングケアラー支援マニュアルを行政に周知
- ・援助職は**ヤングケアラーの発見・把握の入口**となること

保健センターや保健所、地域包括支援センターでの業務のなかで、高齢者への健康支援や学校と連携した**メンタルヘルスリテラシー教育**を行う際などに、ヤングケアラーになりうる家庭に気づき、予防的に支援する

- ・ヤングケアラー気づきツール/チェックリスト(こども向け)と(大人向け)
- ・ヤングケアラー認知度の向上を目指している

でも、ケアしているこどもだけじゃない—家族全員が影響を受け、対応しているという家族全体を見て支援する視点が大切。

国が紹介するヤングケアラー



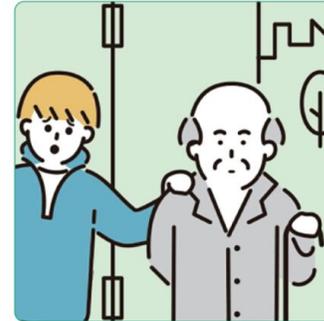
障害や病気のある家族に代わり、買い物・料理・掃除などの家事をしている。



これだけでは見えない



障害や病気のあるきょうだいを見守りをしている。



目を離せない家族の見守りや声かけなどの気づかいをしている。



日本語が第一言語でない家族や障害のある家族のために通訳をしている。



家計を支えるために労働をして、障害や病気のある家族を助けている。



アルコール・薬物・ギャンブル問題を抱える家族に対応している。



がん・難病・精神疾患など慢性的な病気の家族の看病をしている。



障害や病気のある家族の身の回りの世話をしている。



障害や病気のある家族の入浴やトイレの介助をしている。

こども家庭庁HPより



スケープ
ゴート

障害や病気のある家族に代わり、買い物・料理・洗濯などの家事を



ピエロ

の世話をしている。



障害や病気のあるきょうだいを見守りしている。



目を離せない家族の見守りや声かけなどの気づかいはしている。



日本語が第一言語でない家族や障害のある家族のために通訳をしている。



ケア
テイカー

家計を支える、障害や病気のある家族を助けている。



ヒーロー

AC視点で言うと



ロスト
チャイルド

精神疾患など慢性的な病気の家族の看病をしている。



虐待
ネグレクト

障害や病気のある家族の身の回りの世話をしている。



障害や病気のある家族の入浴やトイレの介助をしている。

ヤングケアラーの実態(2019年厚労省調査等)

・子どもが行っていること

- ①家事(料理、掃除、洗濯等)②家庭の管理(買い物、家の修理等、請求書の支払い、病院への付添いや通訳等)
- ③医療的な世話 身の回りの世話(入浴やトイレの介助、清拭、飲酒や薬物摂取後の世話等)
- ④感情面のサポート
- ⑤きょうだいの世話
- ⑥その他(家で起きていることを隠し秘密にする)

・ケアの相手

小中学生の場合、きょうだいと母親が多い(日本ケアラー連盟 2017、厚生労働省 2019)

母親では「精神障害」(51.8%)、父親では「アルコール依存症」(21.2%)の割合が、他に比べて高い(厚生労働省 2019)

・ケアすることの影響

特に依存症の親を持つヤングケアラーは、**学校を欠席**したり、**教育上の困難**がある子ども割合が、他のヤングケアラーよりも高いことが報告されている。(Dearden Becker2004)

無秩序な生活や家庭内暴力のリスクの影響で**日課や関係を壊し、行動面・感情面の問題を引き起こす**ことがある。精神疾患や依存症の親を持つ場合、**メンタルヘルスの課題が生じやすい**ことも指摘されている。

ヤングケアラー支援に関する国の通知等

分野	内容・資料名
障害福祉	<p>ヤングケアラーがいる家庭に対する計画相談支援の実施については、障害福祉サービス上の加算等の取扱いもある。</p> <p>また、ヤングケアラーへの支援に関し、障害福祉分野では、障害者総合支援法の家事援助で育児支援へ対応する、特定相談支援事業所でモニタリングを毎月行う様に支給決定する等の対応も考えられる。(令和3年7月厚生労働省社会・援護局事務連絡)</p>
高齢者福祉	<p>同居家族等がいる場合における訪問介護サービス等の生活援助の取り扱いについて、利用者同居家族(ヤングケアラー含む)がいることをもって一律に本人への生活援助が位置付けられないというものではない。(令和4年9月厚生労働省老健局)</p>
医療	<p>令和4年度より、入退院支援加算1及び2の対象者にヤングケアラー及びその家族が追加された。(厚生労働省保険局 令和4年度診療報酬改定の概要 入院Ⅳ)</p>
精神科医療	<p>令和6年度より、精神科入退院支援加算が付く退院困難な要因にヤングケアラーが含まれた。(厚生労働省保険局 令和6年度診療報酬改定より)</p>

ヤングケアラーとして 行政などで支援する方向性

* 早期支援こどもが自身の担っているケア役割(関係性だけでなく具体的な役割)に気づくこと

* ニーズは多様: 伴走型支援(学校・地域の居場所)

共感型支援(学校・ピアサポート)

課題解決型支援(本人家族に向けたサービス・治療)

相談支援: こどもの思いを聴くこと・安全な話せる場を作ること

家事支援: こどもが担っている具体的な役割の軽減

ケア支援: 担っている役割の負担軽減

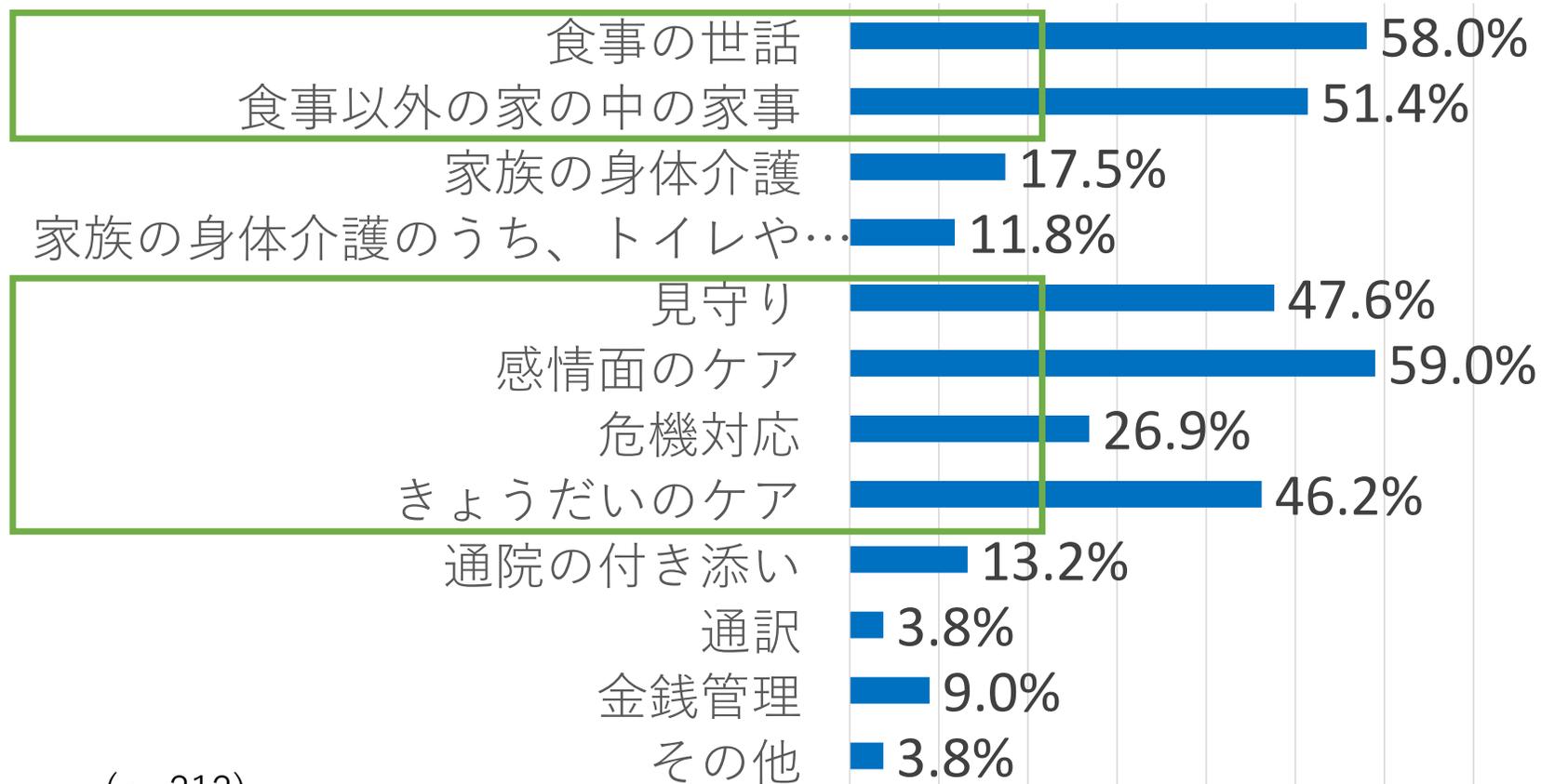
* 行政では施策を始めている: 相談場所や使える社会資源を紹介

格差解消のために法律で根拠ができる=2024年子ども若者育成推進法改正(ケアラー支援を文言化)

精神保健福祉士は ヤングケアラーをどう見ているか

- 日本精神保健福祉士協会の子ども若者家族支援委員会が2023年12月に「精神保健福祉士のヤングケアラーについての意識調査」を行い、4月に報告書 
<https://www.jamhsw.or.jp/ugoki/hokokusyo/202405yc.html> (ダウンロード)
- 会員約500名が回答(約20%の対象が依存症家庭)以下、調査からの傾向
- 直近1年の間にYCは？ いたと回答: **日頃の相談活動**の中で気がついた
何らかの対応をしている人は5割
- シングルペアレントは特に生活支援が必要
- 危機介入や症状に対応している ←子どもができるケアを超えている
- 10代になると子どものメンタルヘルスの問題が生じていく印象
- 当事者の背後にいる子どもには気づいていても、YCの相談窓口につなごうと思うが、その先の資源や施策・ネットワークがまだまだ不十分すぎるという意見が複数
- 安全な人が継続して話を聞く必要があるという意見が複数

子どもがしているケアの内容

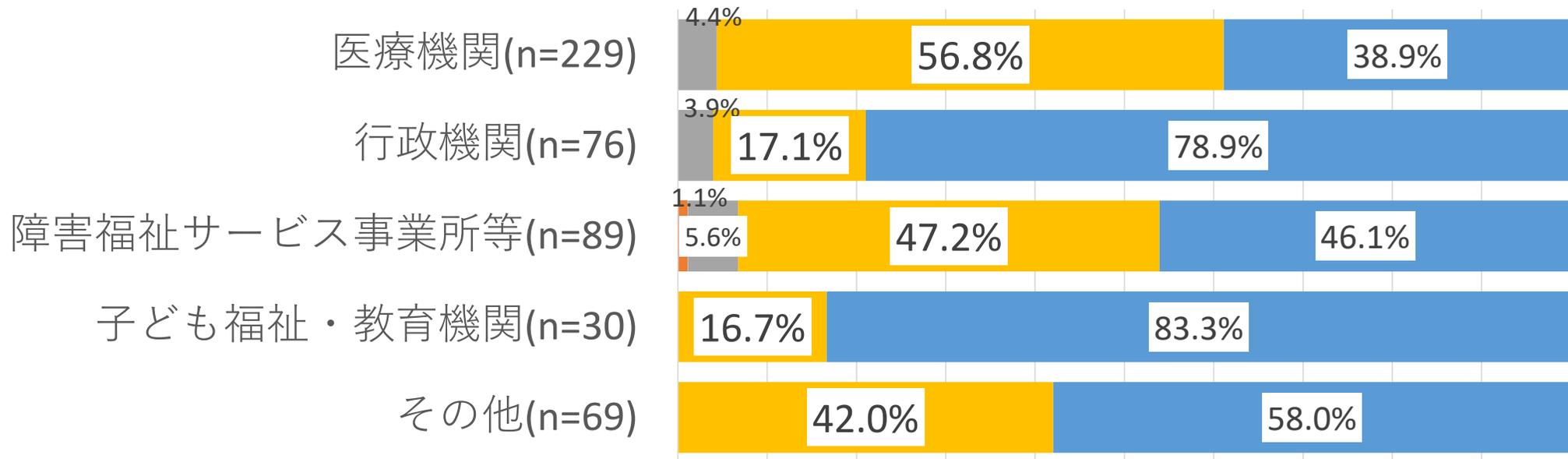


(n=212)

「精神保健福祉士のヤングケアラーについての意識調査」より

所属機関種別別の「ヤングケアラー」の概念に関する認識

～医療機関は半数以上が対応をしていない



- 言葉を知らない
- 言葉は聞いたことがあるが、具体的には知らない
- 言葉は知っているが、業務を通して特別な対応をしていない
- 言葉を知っており 業務を通して意識して対応している

アルコール健康障害対策推進基本計画(2期)に 家族支援はどのように盛り込まれているか

- (はじめに)アルコール依存症者の家族は、強いストレスにさらされ困難を抱えていることが多い。
- (基本法の目的)アルコール健康障害を有し、又は有していた者とその家族が日常生活及び社会生活を円滑に営むことができるように支援すること。基本計画には家族の話聞く
- 支援体制の整備にはアルコール健康障害の当事者やその家族がより円滑に相談や治療等に結びつくように支援を推進する
- 啓発活動は家族がアルコール問題に気づくことができるように。
- 家族の相談支援は精神保健福祉センター・保健所等で。

家族のストレスや生活についてふれているものの、
アルコール健康障害の進行・重症化予防、再発予防・回復支援に関連した家族支援にとどまる

都道府県対策推進計画

- 東京都
- https://www.fukushi.metro.tokyo.lg.jp/kiban/shisaku/alcoholkeikaku/alcoholkeikaku31-35.files/alcoholkeikaku_31-35.pdf

家族の相談支援の重要性が数多く表記。でも具体的には家族とは相談に行ける家族。

- 栃木県依存症対策推進計画:2024年度 3依存+ゲーム依存を対象にした包括的計画

<https://www.pref.tochigi.lg.jp/e05/system/honchou/honchou/documents/20240626183642.pdf>

依存症に対応する家族等のケアラー(ヤングケアラーを含む)に気づいた場合は必要に応じて適切な相談支援機関へつながりが入った。

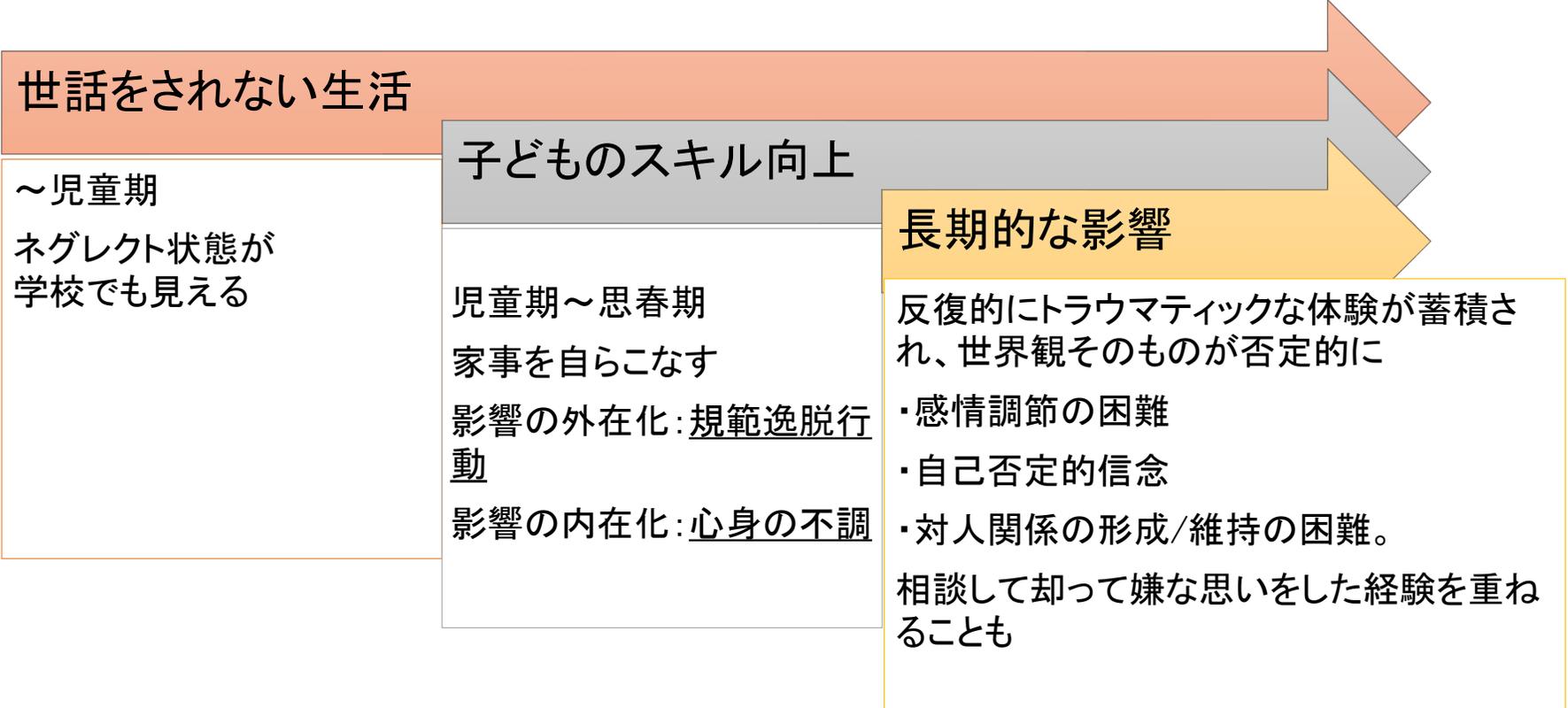
栃木県ケアラー支援条例と連動 保健福祉課・障害福祉課・子ども政策課が連携を想定

推進計画では細かい実践は規定されないが、方向性が示され、少しずつ意識が変わっていくことを期待する

3. メンタルヘルスの課題(依存症含む)がある親と暮らす 子どもの困難に関する研究から ～依存症関連領域のヤングケアラー独特のニーズ

- COPMI: Children of Parents with a Mental Illness ～Emerging Minds(豪)
診断の有無を問わず、何らかの形でメンタルヘルス上の課題がある親と暮らす子ども
COPMIはヤングケアラーというアイデンティティを持ちづらいことがある
ラベリングされることでケアをしなければならないと誤解してしまうことがある
支援者がCOPMIを「ヤングケアラーかどうか」で線引きするのに使われてしまう危惧
- メンタルヘルス上の問題のある親との暮らしと支援の方向
親の症状にわけがわからないまま、対処する
→疾患への心理教育(回復する・分かってくれる人がいる)
巻き込まれからの保護 親の受療支援と親自身への医療やサポート
親役割のない家庭で世話をされない環境を生き延びる→安心・安全な生活・生活方法
親への育児支援 生活支援 学校生活の保証・社会資源情報
自分らしく過ごすための支援→自分の時間を取り戻し、継続的に話を聞いてくれる大人
の存在・ピアの交流の場など、どう生きるかを話す場

子どもの年代で影響の表れ方は異なる



横山ら (2017) , 田野中 (2019) 蔭山ら (2021), 長沼 (2023) 白川 (2020) , Walker (2014～2023)

日本精神保健福祉士学会学術集会2024
プレ企画 長沼葉月資料

①親の症状への対処

親の精神疾患／障害について学び、対応が理解できること

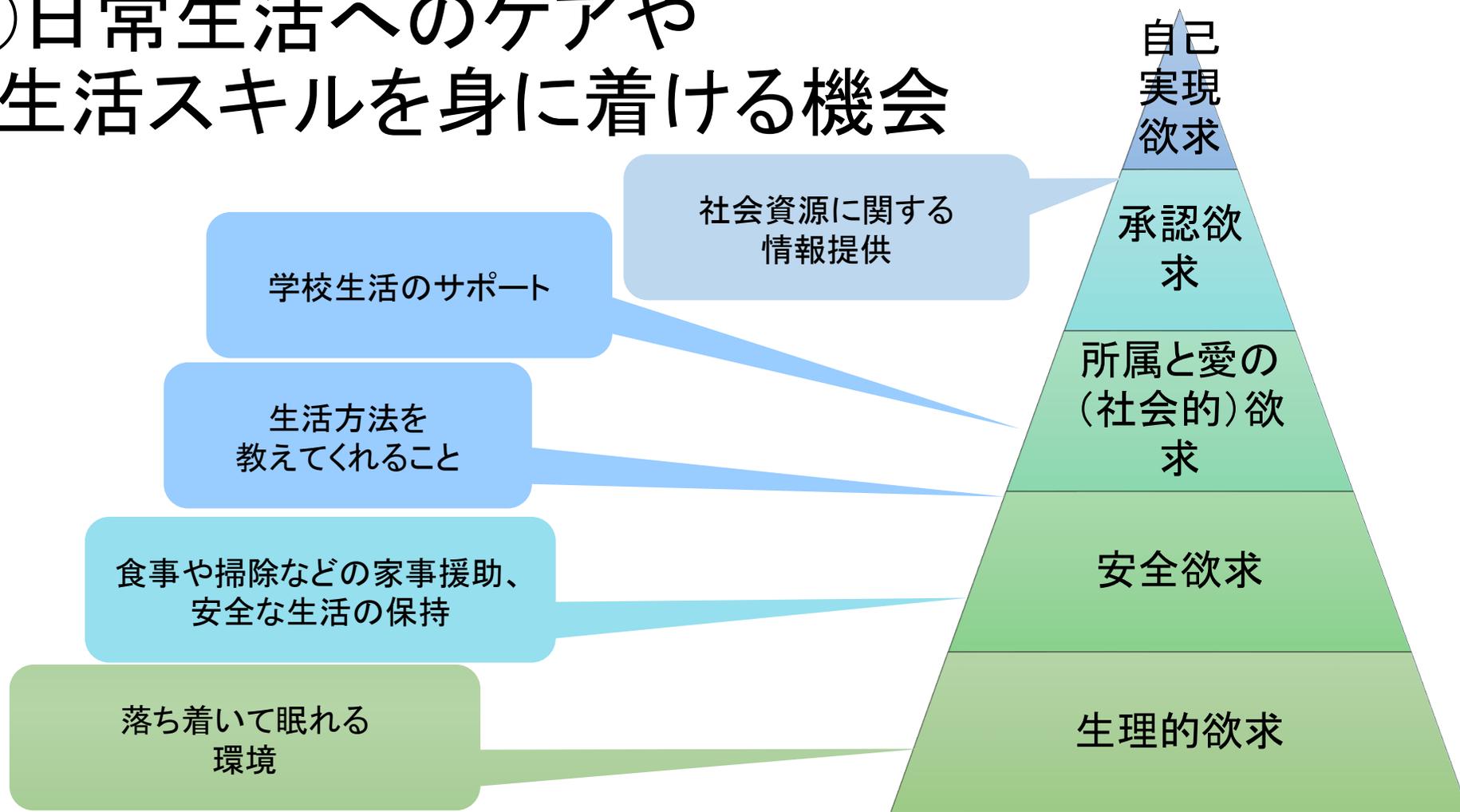
親の症状への巻き込まれからの保護／罪悪感の緩和

病気の親を医療につなげてくれるシステム

COPMIならではのもの

横山ら(2017),土田ら(2017),Tanonaka et al (2021), 蔭山ら(2021), 栄ら(2021), 長沼(2023)

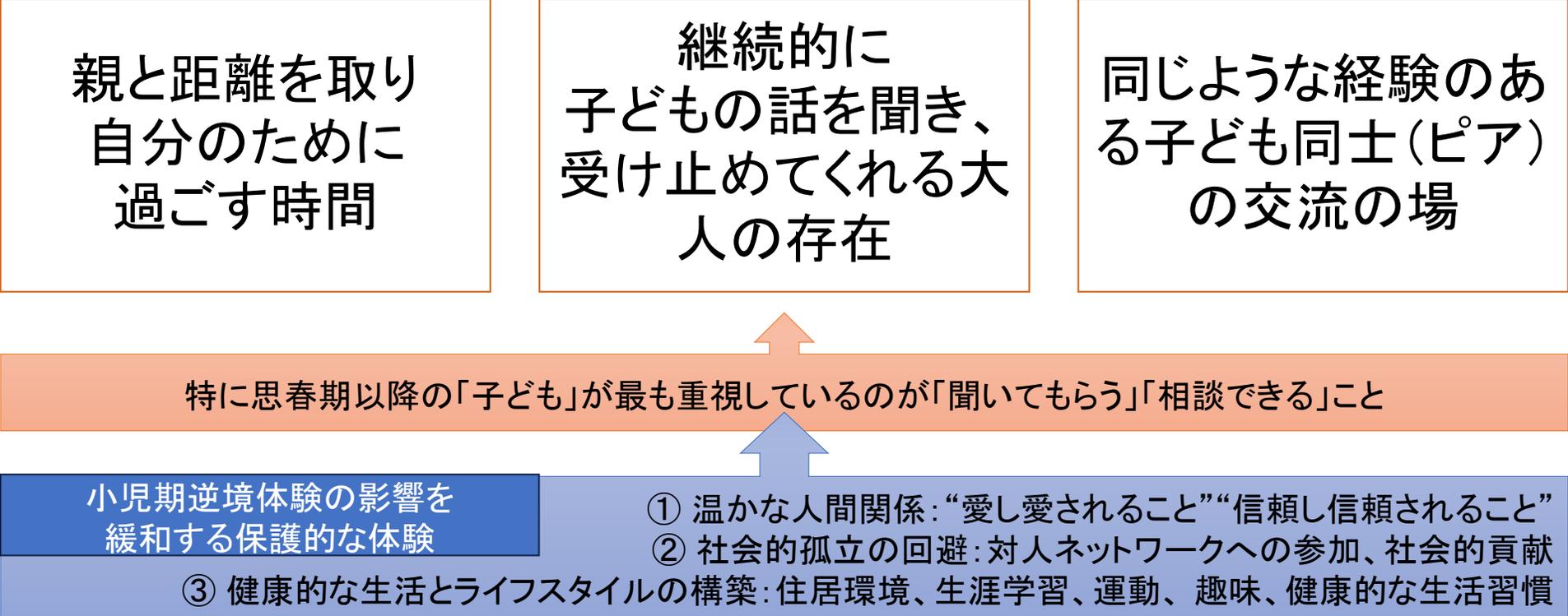
②日常生活へのケアや生活スキルを身に着ける機会



横山ら(2017),土田ら(2017),羽尾・蔭山(2019), 蔭山ら(2021), Tanonaka et al (2021), 栄ら(2021),長沼(2023)

日本精神保健福祉士学会学術集会2024 プレ企画 長沼葉月資料

③自分らしく過ごせるための支援



横山ら(2017),土田ら(2017), Tanonaka et al (2021), 蔭山ら(2021), 栄ら(2021), 長沼(2023) 日本精神保健福祉士学会学術集会2024 プレ企画 長沼葉月

ご清聴ありがとうございました

自己紹介

- * 精神科病院ソーシャルワーカーを経て、独立型のソーシャルワーカーによる相談室「遠藤嗜癡問題相談室(1992年設立 8名SWの活動 東京・渋谷 現在代表)勤務。主にアディクション関連問題の相談、家族関係問題の相談、暴力・虐待の相談や被害者・虐待サバイバーの相談、DV・性犯加害者プログラムに従事。行政の女性相談・男性相談、子育て支援の母親相談・母親グループワークを受託実施中。母子生活支援施設や社協、高齢者家族困難事例検討会等のスーパーバイザーを務める。
- * 国際医療福祉大学教員として精神保健福祉士・社会福祉士の育成にかかわる
- * 認定精神保健福祉士/社会福祉士

文献

- ・ACの概念については「アディクションアプローチ もう一つの家族援助論」信田さよ子,医学書院を参考
- ・「ヤングケアラーの実態に関する調査研究」(平成30年度子ども・子育て支援推進調査研究事業)厚生労働省(2019)
- ・「精神保健福祉士はヤングケアラーをどのように見ているか
～精神保健福祉士のヤングケアラーについての意識調査より」(森田・山本他)
<https://www.jamhsw.or.jp/ugoki/hokokusyo/202405yc.html>
- ・「『精神疾患のある親と暮らす子ども』の育ちから見た社会福祉制度の現状」長沼葉月
日本社会福祉学会 第71回春季大会資料集「シンポジウム揺らぐ家族と社会福祉～子どもが育つ環境をどう作るか」2023年 発行:日本社会福祉学会
- ・「第59回精神保健福祉士協会全国大会企画 シンポジウム「ヤングケアラー支援に必要なこと～精神保健福祉士がそれぞれの現場でニーズに応えるには」長沼葉月(東京都立大学)
- ・ Dearden C. & Becker S. (2004) Young Carers in the UK: the2004 report Carers UK and The Children's Society