

うつ病とパニック障害の母を支えたAさん

…Aさんは中学2年生のある日の夜、自宅リビングで手首から血を流す母を発見した。近くに包丁が落ちていた。母が自分で自分を傷つけたと気づいた。サイレンを鳴らさずに到着した救急車の中で母は処置され、病院に搬送されることはなかったが、何故リストカットをしたのか説明してくれなかつた。それが母を支えるAさんの生活の始まりだつた。

その後、母が再婚していた相手が別居し、4歳年上の姉も家を出て行った。「死にたい」「お金がない」と繰り返す母を、Aさんは「大丈夫、一緒にやっていこう」と深夜まで励ました。母が調子の悪い日に作ったカレーライスは、いつもと違う味がして美味しくなかつた。母の代わりに料理や買い物などの家事をする日が増えた。過呼吸に陥る母の手をぎゅっと握って呼びかけた。「僕の目を見て。一緒に深呼吸しよう」。子どもなりに考えた、母を落ち着かせる方法だつた。

高校生になつたAさんは、アルバイトで貯めたお金でオートバイを買った。友達とツーリングに行くのが何よりも楽しく、将来は車やバイクの整備士になりたいと思っていた。母の病名を告げられたのはその頃だ。自分で調べても、どんな精神疾患かよくわからなかつた。高校を卒業した後、整備士の夢を諦め、母をサポートするために精神保健福祉士の専門学校へ進もうと決めた。

教師や友達に母の事を相談したことはない。「相談したところで、どうせ誰にも理解されない」。他所の人に知られたくないという母の心情と、精神疾患に対する世間の偏見をわかっていたからだ。学校の友達には「お母さんは元気に仕事をしている」と嘘をついた。中学では陸上部の部長まで務めて平静を装い、担任の教師は母を交えた三者面談でも気づかなかつた。Aさんは専門学校を卒業し、精神障害者の福祉施設に就職した。母はこれからは自由な人生を歩んでほしいとAさんに言い、息子と離れて暮らすようになった。

(毎日新聞取材班[著]「ヤングケアラー」p. 150～p. 152)