



季刊「SHIP!」第4号

特集 「いじめ後遺症と大人のひきこもり」

一月三十日 発行!

SHIP! 冬号 2026 vol.004

特集 いじめ後遺症と大人のひきこもり

目次

いじめられても、人生の主導権は自分にある	3	「競争」と「管理」で心に傷を負う犠牲者たち	48
長期ひきこもりへと追い込む、いじめ後遺症のつらさとは	6	〈家族手記〉30年ぶりの一家団らんを楽しむまで ソニックゆうゆう	36
精神科医・高藤環さんに聞く	14	〈当事者手記〉立ち直る力…父の死から14年 歩行困難を乗り越える58歳の再起 吉川修司	32
いじめの傷跡を背負いながら生きる、二人の当事者発信	20	〈家族手記〉30年ひきこもる息子から、父親が学んだこと K H J 全国ひきこもり家族会連合会 北海道「はまなす」会長 岩崎澄夫	28
Webメディア「いじめ後遺症ドットコム」 イナさん	27	〈当事者手記〉30年ひきこもる息子から、父親が学んだこと K H J 全国ひきこもり家族会連合会 北海道「はまなす」会長 岩崎澄夫	27
書籍「いじめからの逃げ方」 瀬尾おささん	20	〈家族手記〉30年ひきこもる息子から、父親が学んだこと K H J 全国ひきこもり家族会連合会 北海道「はまなす」会長 岩崎澄夫	20
SHIP! Photo 撮影・いのうえはるか	14	〈家族手記〉30年ひきこもる息子から、父親が学んだこと K H J 全国ひきこもり家族会連合会 北海道「はまなす」会長 岩崎澄夫	14
娘を守れなかった親の闘い方と謝れない社会	6	〈家族手記〉30年ひきこもる息子から、父親が学んだこと K H J 全国ひきこもり家族会連合会 北海道「はまなす」会長 岩崎澄夫	6
小森美登里さんが抱える27年間の葛藤	3	〈家族手記〉30年ひきこもる息子から、父親が学んだこと K H J 全国ひきこもり家族会連合会 北海道「はまなす」会長 岩崎澄夫	3
SHIP! X ART 詩描人あいこ	111	〈家族手記〉30年ひきこもる息子から、父親が学んだこと K H J 全国ひきこもり家族会連合会 北海道「はまなす」会長 岩崎澄夫	111
連載第4回 蝨虫啓戸 すこもりのむしとをひらく 写真家・長垣夏希	110	〈家族手記〉30年ひきこもる息子から、父親が学んだこと K H J 全国ひきこもり家族会連合会 北海道「はまなす」会長 岩崎澄夫	110
食べることは生きること	108	〈家族手記〉30年ひきこもる息子から、父親が学んだこと K H J 全国ひきこもり家族会連合会 北海道「はまなす」会長 岩崎澄夫	108
連載第4回 蝨虫啓戸 すこもりのむしとをひらく 写真家・長垣夏希	106	〈家族手記〉30年ひきこもる息子から、父親が学んだこと K H J 全国ひきこもり家族会連合会 北海道「はまなす」会長 岩崎澄夫	106
大阪府豊中市社会福祉協議会 勝部麗子さん基調講演	100	〈家族手記〉30年ひきこもる息子から、父親が学んだこと K H J 全国ひきこもり家族会連合会 北海道「はまなす」会長 岩崎澄夫	100
制度の狭間―8050・兄弟姉妹の立場から	96	〈家族手記〉30年ひきこもる息子から、父親が学んだこと K H J 全国ひきこもり家族会連合会 北海道「はまなす」会長 岩崎澄夫	96
本人・家族の生の声	93	〈家族手記〉30年ひきこもる息子から、父親が学んだこと K H J 全国ひきこもり家族会連合会 北海道「はまなす」会長 岩崎澄夫	93
SHIP! X ART 詩描人あいこ	92	〈家族手記〉30年ひきこもる息子から、父親が学んだこと K H J 全国ひきこもり家族会連合会 北海道「はまなす」会長 岩崎澄夫	92
連載第4回 蝨虫啓戸 すこもりのむしとをひらく 写真家・長垣夏希	88	〈家族手記〉30年ひきこもる息子から、父親が学んだこと K H J 全国ひきこもり家族会連合会 北海道「はまなす」会長 岩崎澄夫	88
私のひきこもりの「原因」は何だったか 生きづらさは100本の糸 喜久井伸哉	82	〈家族手記〉30年ひきこもる息子から、父親が学んだこと K H J 全国ひきこもり家族会連合会 北海道「はまなす」会長 岩崎澄夫	82
岸沢俊介氏の「家族や、親交のあった精神科医の高岡健氏に聞く	76	〈家族手記〉30年ひきこもる息子から、父親が学んだこと K H J 全国ひきこもり家族会連合会 北海道「はまなす」会長 岩崎澄夫	76
故・岸沢俊介氏の名著『引きこもるという情熱』復刊	70	〈家族手記〉30年ひきこもる息子から、父親が学んだこと K H J 全国ひきこもり家族会連合会 北海道「はまなす」会長 岩崎澄夫	70
連載第4回 私が出会ってきたもの『しろひげ先生』山中光茂氏に聞く	66	〈家族手記〉30年ひきこもる息子から、父親が学んだこと K H J 全国ひきこもり家族会連合会 北海道「はまなす」会長 岩崎澄夫	66
違いを理解し、共に学べたら―子育て中の母が語る、インクルーシブ教育	60	〈家族手記〉30年ひきこもる息子から、父親が学んだこと K H J 全国ひきこもり家族会連合会 北海道「はまなす」会長 岩崎澄夫	60
人間って、希望のほうを向いて生きているのだから感じる 漫画家 水谷緑さんに聞く	54	〈家族手記〉30年ひきこもる息子から、父親が学んだこと K H J 全国ひきこもり家族会連合会 北海道「はまなす」会長 岩崎澄夫	54
連載第4回 私が出会ってきたもの『しろひげ先生』山中光茂氏に聞く	54	〈家族手記〉30年ひきこもる息子から、父親が学んだこと K H J 全国ひきこもり家族会連合会 北海道「はまなす」会長 岩崎澄夫	54
「分ける」は「排除」 特別支援教育が抱える構造の闇とは	48	〈家族手記〉30年ひきこもる息子から、父親が学んだこと K H J 全国ひきこもり家族会連合会 北海道「はまなす」会長 岩崎澄夫	48
東京大学大学院教育学研究科附属バリアフリー教育開発研究センター	40	〈家族手記〉30年ひきこもる息子から、父親が学んだこと K H J 全国ひきこもり家族会連合会 北海道「はまなす」会長 岩崎澄夫	40
小国喜弘教授に聞く	36	〈家族手記〉30年ひきこもる息子から、父親が学んだこと K H J 全国ひきこもり家族会連合会 北海道「はまなす」会長 岩崎澄夫	36
連載第4回 8050問題の最前線 山根俊恵さん 精神看護の実践から	32	〈家族手記〉30年ひきこもる息子から、父親が学んだこと K H J 全国ひきこもり家族会連合会 北海道「はまなす」会長 岩崎澄夫	32
「競争」と「管理」で心に傷を負う犠牲者たち	28	〈家族手記〉30年ひきこもる息子から、父親が学んだこと K H J 全国ひきこもり家族会連合会 北海道「はまなす」会長 岩崎澄夫	28
広木克行教授が警鐘！災害級の不登校を生む日本の教育行政	27	〈家族手記〉30年ひきこもる息子から、父親が学んだこと K H J 全国ひきこもり家族会連合会 北海道「はまなす」会長 岩崎澄夫	27



いじめられても、人生の主導権は自分にある SHIP! 発行人 上田理香

ひきこもり 146 万人。およそ 6 割 (84 万人) を占める世代が 40~64 歳だ。その中高年層から、いじめ被害の後遺症を訴える声が増え続けている。子どもいじめ防止学会の設立大会に登壇した精神科医の斎藤環さんは、長期にひきこもっている人のなかには、トラウマ (外傷体験) が深く、人や世界との関わりを避ける強い不信感があることを指摘する。

中高年になるまで誰にも言えなかった背景には、加害者が生きている間は「怖くてカミングアウトできない」。恥や汚名を自分に烙印する「セルフスティグマ」。「いじめられた方に問題があるのでは」という被害者責任論。いじめに合った方が差別され、ケアがなされない構造は、今も日本に根強くある。

そこには「いじめ被害」の事実を認めず、責任を回避し謝罪しない大人の存在がある。1998 年いじめにより 15 歳の一人娘を自死で亡くした小森美登里さんは、加害者や学校側と闘い続けるなか、絶望感を何度も味わったという。

「いじめは社会の差別や人権侵害を生み出す根本の問題。こんな社会を作った大人の責任。命が関わっているという重みを、どこまで理解できているのか？」 (小森さん)

「過去を引きずっているのは私が弱いからなのだろうか」。いじめ後遺症ドットコムを主催するイナさんは、小学校、中学校、大学といじめを受けた。周りの視線や笑い声に恐怖を感じ、対人恐怖を抱えてもなお、「人には話してはいけない」と口を閉ざした。誰にも話せなかった孤独から、同じように後遺症で苦しむ仲間と出会いたいと、自分の状態を発信し始めた。そこで出会った瀬尾さんも、自らの体験から「いじめの正体」の研究を続ける。「毎日いじめを受けていると、この苦痛が終わるなら、と自分にも問題があったと認めさせられてしまう」。

発行人の私もいじめ後遺症を経験したひとりだ。「あなたが悪い」と思わされた時間から、「あなたは悪くない」と自分の人生の一步を踏み出していくために、周囲や家族の対応の大切さを伝え続けている。

「苦しくても生き抜いてほしい。人生の主導権は自分にあるから、人生の舵を取って切り開くことができる」と、前述のイナさんは最後に語った。

いじめは、被害者の人生や命すら奪うものである。

ひとりでも多くの方が、本特集を通して、考えてもらえたら幸いである。

表紙「窓辺の少女」 画：横前征史

光のさしたカーテンに手を触れる少女の姿。

表紙を描いた画家の横前征史さんも、幼少期から、いじめ後遺症を抱えながら生きてきた。「この光は、深い苦悩のなかにも必ず存在する希望の光を象徴しています。観る方の苦しさにそっと寄り添い、いつの間にか静かに前を向ける気持ちになってほしい」という願いを込めた。

絵を描き続けて 20 年以上、「同じように苦しんでいる人に絵で寄り添いたい」という一貫した情熱が、制作の原動力となっている。



<横前さんの note> <https://note.com/yokomaemasashi/n/n47b929fb7a97>

「いじめ後遺症」からの回復の機会が持てず、後遺症を抱え続けることで、ひきこもりが中高年まで長期化することもある。いじめ被害を受けた後も続く苦しみを、私たちはどう理解していけばいいのか。

いじめ後遺症の症状とは……

(SHIP！第4号 P7より引用)

いじめ体験がトラウマになり、PTSDなどトラウマ関連の症状が見られる状態を「いじめ後遺症」と斎藤さんは呼ぶ。その症状には次のようなものがある。

「PTSDのケースで言えば、フラッシュバックや過覚醒、不眠、悪夢などです。それから、自分がトラウマをこうむった場所を避ける回避傾向、あるいは逆に鈍感性が生じることもあります。幻聴の生じる聴覚性フラッシュバック、鬱状態、希死念慮、自傷行為なども起こりえます。非常に被害的になりやすいとか、普通は怒らないようなことで怒りが生じてしまうということもあります。そして強い人間不信、世界不信が生じることから世界との関りを避けるようになり、ひきこもりへとつながります」

いじめ後遺症の症状である怒りは周囲から理解されず、さらに孤立してしまうというスパイラルが生じることもある。

「他人が出す音に対する過敏さが強く、社会参加しても、周囲のささいな生活音に反応して喧嘩になってしまうケースや、家族との生活がうまくいかなくなり一人暮らし先で症状が悪化してしまうケースなどがありました」

また、他者に対して攻撃的になってしまうことも多いという。

「家庭内暴力の激しいケースの中には、いじめ被害を受けた方が多いです。攻撃性が高まることで支援を得づらくなり、ますますつらい状況におちいることもしばしばあります」

傷を長期化させやすい、いじめの構造とは

被害からトラウマ（後遺症）が生じるまでに時間差が生じるのには、いじめの構造にも原因がある。

(続きは、ぜひ本誌をお読みください)



<本記事について>

- いじめの傷はなぜ長期化するのか
- いじめ後遺症がもたらす症状とは
- 傷を長期化させやすい、いじめの構造とは
- なぜいじめ後遺症の理解は広がらないのか
- いじめが起きたら、被害者ケアを最優先に
～被害者への謝罪、被害者の納得、安心安全～
- 回復のカギは何か
- 傷が長期化した時、家族は
- 被害者の人生を失わないために

<参考図書>

斎藤環・内田良(著)『いじめ加害者にどう対応するか』(岩波書店2022)

斎藤環(著)『中高年ひきこもり』(幻冬舎新書2020)

『世界2025年3月号』『世界2025年6月号』

『世界2025年9月号』連載

「いじめ後遺症・斎藤環」(岩波書店2025)

いじめ後遺症当事者からの発信 「苦しくても生き抜いてほしい」

「あなたは悪くない。適切な怒りはネガティブなことではなく、自分の権利を守るもの」(瀬尾さん)

「加害者におびえたり、泣いたり、怒ったりしてもいい。でも人生の主導権は自分にあります」(イナさん)

SHIP! 第4号 P14~



いじめの傷跡を背負いながら生きる、二人の当事者発信
Webメディア『いじめ後遺症ドットコム』
イナさん
瀬尾りおさん

いじめは、その時の被害から離れても、消えない「いじめ後遺症」を残す。数十年後も、精神疾患や自殺の高いリスクが続く、長期ひきこもり状態になったり、希望する進路に挑戦できなくなったりするなど、被害者の人生が大きく暗転する。その中で「いじめ後遺症の当事者」として発信を行っている、Webメディア『いじめ後遺症ドットコム』のイナさん(31)(写真右)と、書籍『いじめからの逃げ方』著者の瀬尾りおさん(36)(写真左)にお話を伺った。

取材・文…本多寿行
撮影・構成…舟尾徳子

「お前には誰も味方はいない」
「あいつは暴力を振るわれても仕方のない人間」

SHIP! 第2号 P38~

「いじめ後遺症による自殺」を認定
「公平・中立ではなく、被害者優先のケアを」

SHIP! 第3号 P46~



シンポジウムに登壇した再調査委員会の委員
(左から尾木直樹氏・斎藤環氏・仲真紀子氏・伊東亜矢子氏・野村武司氏)

旭川市女子中学生いじめ自殺事件
なぜ「いじめ後遺症による自殺」はなかったことにされたのか？
再調査委員会委員が検証経過を学会シンポジウムで報告

た悲劇だ。

いじめ被害はその時の苦痛だけでなく、時として数十年間にわたって被害者を苦しめ続ける「いじめ後遺症」を残す。
旭川市で2019年から発生したいじめを発端とした女子中学生自殺事件は、同市の中学校に在籍する生徒が、性的被害を含むいじめを受けて、自殺を企図した川への入水。それから約1年半後の2021年2月18日に、雪の深い時期には考えられない薄着で外出して行方不明になり、3月23日に凍死状態で発見された。

当初設置された、旭川市いじめ防止対策委員会(以下、第三者委員会)は、いじめから1年半の期間が空いていることを理由に、自殺との因果関係を不明とした。しかし、遺族の要望で設置された旭川市いじめ問題再調査委員会(以下、再調査委員会)は、遺族の信頼を得て、第三者委員会が入手できなかった、被害者本人の言葉が残る日記やSNS投稿を提供してもらえた。

再調査委員会がそれらの一次資料

私が受けたいじめ後遺症 14歳で人生が奪われた学校文…とし

私は14歳から26歳の時に、中学校に行けなくなったのをきっかけに「不登校・ひきこもり」になった当事者経験者を持つている。直接の原因は、とても分かりにくい、「いじめ被害」だった。

が暗転したのは小学6年生の運動会の時だった。知らない相手が石を投げてきて、私と小競り合いが起こったことで、相手と私が先生に呼び出された。相手はベラベラと嘘を言っていて、私からケンカを任せたことになった。先生はそれを信じて私に一方的に謝れと言いき、話をすることもできなかった。数日後に4人ほどの下級生が、遠くから私に言いたい放題の悪口を言ってきた。どうやらその相手の手下のようだった。

私は風光明媚な山奥の村に生まれ、家族の仲は良く、私も元気で勉強もできる子どもで、よく友達も家に遊びに来ていて幸せだった。それ

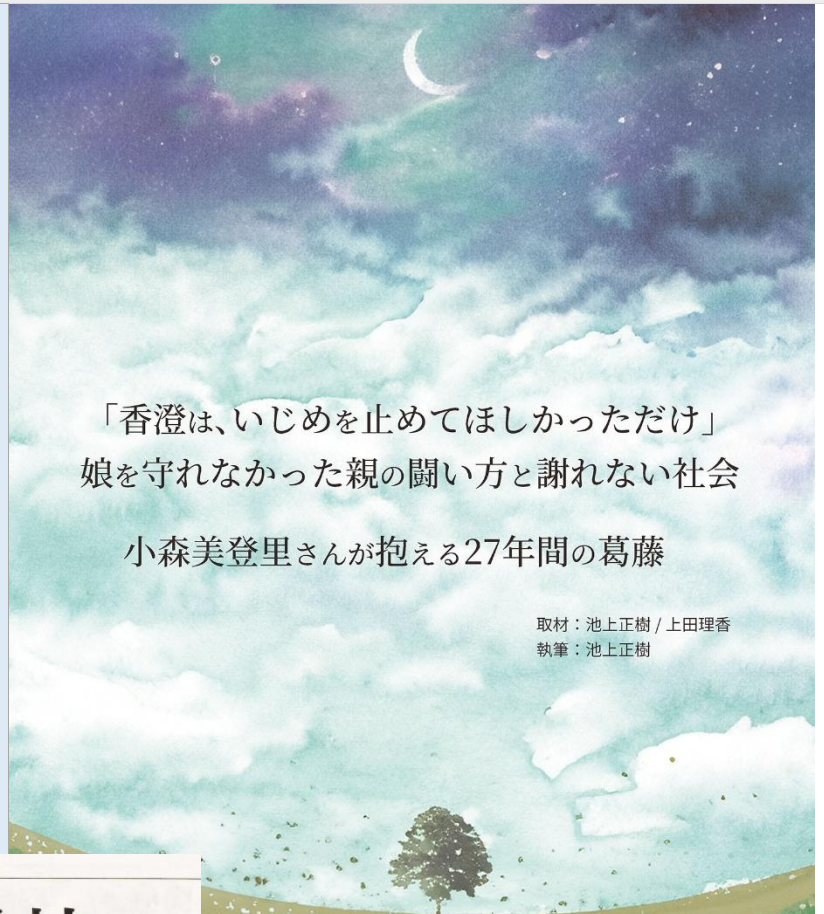


「いじめ加害行為を否定し、被害者責任論を訴えつづけた学校と加害者。少しでも謝罪の気持ちが届けられたなら、(遺族として)その後の生き方も、気持ちも穏やかになれたのではないか」「わが子を守れなかった親の責任と、大人の責任。社会問題として伝え続けていきたい」「社会差別や人権侵害の根本に『いじめ問題』がある」

高校入学間もないころ、部活動で、いじめを受け、15歳で自ら命を絶った香澄さん。亡くなる4日前に、こんなメッセージを残した。

<優しい心が一番大切だよ。その心を持っていないあの子たちがかわいそうなんだ>

私たちはいま、この香澄さんのメッセージをどう受け止めるのだろうか(SHIP!第4号 P26)



「香澄は、いじめを止めてほしかっただけ」
娘を守れなかった親の闘い方と謝れない社会
小森美登里さんが抱える27年間の葛藤

取材：池上正樹 / 上田理香
執筆：池上正樹

2024年12月に小森さんが上梓した『いじめに対する大人の誤解〜スクール虐待の現実』新日本出版社は、「私の反省が詰まった本」だという



いじめのない学校へ

藤領 藤沢中
藤領学園藤沢中学校(藤沢市)が、新入生対象のいじめ防止学習力を入れている。いじめを苦に見送った生徒の遺書の講演を聞いて、一人一人が被害の重大さを認識し、グループに分かれて読めない行為を確認、生徒と一体となって、誰かが安心して過ぐる環境づくりを進めている。成田 洋樹

新入生対象 防止学習に力



遺族の声で重大さ確認

「いじめ防止学習」で、いじめの被害者や加害者、目撃者の体験を聞き、いじめの重大さを確認する。いじめ防止学習は、いじめの被害者や加害者、目撃者の体験を聞き、いじめの重大さを確認する。いじめ防止学習は、いじめの被害者や加害者、目撃者の体験を聞き、いじめの重大さを確認する。



心と体を傷つけられて亡くなった天国の子供たちのメッセージ展トークセッション

小森美登里(ジェントルハートプロジェクト)×池上正樹(ジャーナリスト)

<YouTube 動画で視聴可能>

東京都人権プラザ

<https://www.tokyo-hrp.jp/gallery-2025-01.html>



●Part1

いじめについて大人が知っておくべきこと

●Part2 いじめに対する根深い誤解: 「被害者責任論」の誤り

SHIP! 第4号 48P

SHIP! 第4号 60P

「分ける」は「排除」

特別支援教育が抱える構造の闇とは

東京大学大学院教育学研究科附属バリアフリー教育開発研究センター
小国喜弘教授に聞く



「競争」と「管理」で心に傷を負う犠牲者たち 広木克行教授が警鐘！ 災害級の不登校を生む日本の教育行政

教育行政学と臨床教育学の専門家である
広木克行教授は、約40年不登校問題に取り組
み、延べ2000回を超える講演を行い、数
千人の不登校当事者とその親たちの話を聴
いてきた。そうした全国各地での丹念な情報
収集に基づき、不登校問題の最大の背景にあ
る「競争と管理」という教育の構造と子ども
たちとの「ミスマッチ」について、教育学研究
者の立場から問題点を率直に指摘した。

取材：老川素子／瀧本裕喜／上田理香
文：老川素子
構成・撮影：瀧本裕喜



2022年、日本政府は国際連合(国連)の障害者権利委員会から強い勧告を受けた。
「日本の特別支援学校は分離教育に当
たる。制度を改め、共に学ぶ方向へ転換
するように——」
その後、日本はどんな状況にあるの
だろうか。
なぜ日本では、障がいのある子ども
たちを別室や別校舎に「分ける」教育が
続いているのか。
小国喜弘教授への取材から見えてき
たのは、「分離」を前提とする制度の構
造、その影で失われてきた子ども達の権
利、そして学力偏重主義が生み出す「排
除」のメカニズムだった。

取材：村田くみ／老川素子／松永和歌
文・撮影：老川素子(P.38・43)
構成・撮影：松永和歌(P.41・42)

目に見えない特性、感覚の過敏さ、心の病、気づかれにくく、理解されにくいからこそ、知ってほしい

人間って、 希望のほうを向いて 生きているのだなと感じる

漫画家 水谷 緑 さんに聞く

SHIP! 第4号 70P

生きづらさの 理由は 「感覚過敏」 だった

—当事者として
「五感にやさしい社会」をめざす

SHIP! 第4号 54P



(加藤さん提供)

「人はなぜ、心を病むんだろう」。漫画家・水谷緑さんのコミックエッセイ『精神科ナースになったわけ』(イースト・プレス)の帯に書かれたキャッチフレーズだ。水谷さんは、その問いへの答えを探すかのように、その後も精神科医療やメンタルヘルスに関わる数々の話題作を発表していく。

水谷さんの作品の特徴は、丁寧な取材を通した「見えにくい心の動き」や「現場のリアル」が描かれていることだ。どんな状況を描く際にも変わらないのは、水谷さんが、困難に直面する当事者たちに、過度な距離を保ちながら寄り添っているその姿勢だ。本誌は精神科やメンタルヘルスを扱った作品を通して、水谷さんの創作の原点にあるものや、作品に込めた思いを聞いた。

取材：菊野静子／瀧本裕喜／相楽暁／上田理香／池上正樹
構成：津田貴美子／菊野静子／瀧本裕喜／池上正樹

「感覚過敏」「感覚鈍麻」は、五感が人よりも敏感、または鈍感で、日常生活上つらく感じたり、支障をきたしたりするものだ。目に見えず人と比べにくいものであるゆえに、気づかれにくく理解してもらおうのは難しい。実際にどんなつらさがあるのか、本人や周囲ができることは何か。当事者であり、感覚過敏・鈍麻についての啓発や、困りごとを解消するための研究・開発などに取り組み「感覚過敏研究所」所長の加藤路環さんに話を聞いた。

取材：時綾佳／老川素子／石井英貴
文・時綾佳
構成：老川素子

【ひきこもり 8050 問題の最前線 連載第 4 回】

「ピンチはチャンス」 親、きょうだい それぞれが辿った道 親は先回りせず、本人が家の中でできることを増やす

<それぞれの道、それぞれの気づき> SHIP! 第4号 40P~ 連載 第4回 山根俊恵さん精神看護の実践から

●50代の息子を持つ80代の母
高校中退ひきこもり→レンタルお姉さん
→ひとり暮らし→実家に戻りひきこもり
→父が倒れる(ピンチはチャンス)
→現在、息子50代。いま自らやっていることを認め、頼ろうと思った。
きょうだいも理解してくれている
(80代 母親)

●50代の息子を持つ80代の父
次男からは親の育て方が悪い、親は何もしないと責められていた。
本人のことを、きょうだいに何と伝えるか、財産の整理が悩みの種。
(80代 父親)

●ひきこもり60代の兄を持つ妹
母が施設に入り兄は一人暮らし。
母のことであれば、動ける。行政の窓口にも、病院にも、何でも率先してやる。

●ひきこもり歴32年 66歳の兄を持つ弟(58)の間野さん
「家族だけで、自分だけで、なんとかしようとするのをやめた」
「兄と直接かかわらないやり方で、兄が頼れる人を増やしていった」



<ハンドブック講座(第8回)「きょうだいはキーパーソン?」アーカイブ視聴できます>
<https://shiphiki.jp/category/shipspace/handbook/>

ひきこもり 8050 問題の最前線
ピンチはチャンス 誰もが今からできるヒント
親、きょうだいそれぞれが辿った道

「親じき後、ひきこもったまま本人は生きていけるのか」。8050問題の不安は尽きない。親の介護、きょうだい関係、近所づきあい、お金のこと。「家庭のあるきょうだいに迷惑はかけられない」。そう思う親に対して、「親だけで抱えないで、支援者とながつてほしい。親が元気なうちに、きょうだいにも必要なことは説明しておいてほしい」というきょうだいの思いもある。親がいまから準備しておくこと、家族の関係づくりで大切にしたいことは何なのか。8050問題のこれまでとこれからを親、きょうだい、それぞれの視点から考えた。

取材・構成：上田理香(SHIP! 発行人 K H J 広報アドバイザー)

8050世帯で暮らすご家族のみなさん

- ・小山
50代の息子を持つ母親 ふらっとコミュニティ
- ・和田昭宏
50代の息子を持つ父親 ふらっとコミュニティ陽の杜(はるのもり)
- ・K
60代の兄を持つ妹 ふらっとコミュニティ
- ・間野成
60代の兄を持つ弟 OSDよりそいネットワーク
- ・池上正樹
K H J 兄弟姉妹オンライン支部 支部長「SHIP!」発行人

コメンテーター

- ・山根俊恵
NPO法人ふらっとコミュニティ代表 山口大学名誉教授

親が入院したり、介護が必要になったとき、病院や介護者(ケアマネージャー、ヘルパー)を通じて、つながるチャンス、きっかけとなりうることは多くある。地域包括、ケアマネージャー、ヘルパー、介護の人に、ひきこもりのこと、本人家族、きょうだいの思いを正しく知ってもらうことから。

そして、当事者本人が「自分も誰かの役に立っている」という実感を持てることが大切です。

「支援者はまず、親支援から始め、家族の歴史、これまでの親子関係を理解しながら一緒に考えていく」「ピンチはチャンス、困ったときは頼っていい。本人の生きる力を発揮してもらう環境づくりが重要です」



第19回 KHJ 全国大会 in 大阪

大阪府豊中市社会福祉協議会
勝部麗子さん基調講演

ひとりでの家族の介護を担う人、不登校から20年、30年とひきこもり状態になった人、孤獨・孤立は一人ひとり置かれた立場が異なれば、支援のあり方も違ってくる。孤獨や孤立は個人の問題ではなく、社会の放置ソーシャル・ネットワークとあると指摘したのは、勝部麗子さん。制度の狭間で SOS を出せない人々を「一人も取りこぼさない」と、地域共生社会の実現を目指す。

文・撮影：老川素子（P.92-93）



冒頭から「つながることを諦めたらあかん」と、力強く切り出した勝部さんは、1987年に同協賛会に入職以降、住民の力を集めながら数々の先進的な取り組みに挑戦してきた。「地域のしがらみや様々な課題を変えていかなければ、SOSの声をあげにくい、ということがあります。社会を変えていくためにも当事者、当事者家族への支援、地域づくりの

制度の狭間—8050—兄弟姉妹の立場から
「親の代わりに経済的負担を求められても」

KHJ全国大会・課題別会議②は「制度の狭間—8050—兄弟姉妹」をテーマに開催された。長期化するひきこもりによって、親が80代、子どもも50代と高齢化し、社会的な孤立と生活困窮のリスクを抱える「8050問題」視覚化後、その手前における兄弟姉妹が直面する「制度の狭間」に焦点が当てられた。登壇者は本誌発行人のジャーナリスト・池上正樹とKHJ本部事務局のソーシャルワーカー・深谷守貞さん。会場は、支援者や当事者の親など多様な参加者で満席となり、問題への高い関心を示した。

文・清川玲奈 撮影・老川素子

（会議の後半、深谷さんから紹介された年金収入246万円超え、扶養家族が2人いるという現実世界が該当する）場内質疑応答時間中に「これは、大層な特集を組みます」



弟の孤立死 「ひきこもり」を隠す家庭の実態

第19回 KHJ 全国大会 in 大阪
共創「自律」地域で生き抜く

2025年11月30日、大阪経済大学で、KHJ全国ひきこもり家族会連合会の実践交流研修会が行われ、全国から約250名が集まった。大会のキーワードは、「自律」。本人やその家族が、自らの意思により、自身が目指す生き方や社会との関わり方を決めていくことができるようになること。「自律」を目指すためにひきこもり支援のあり方とはどうあるべきなのか。厚生労働省社会・援護局地域福祉課の行政説明、豊中市社会福祉協議会・コミュニティソーシャルワーカー1勝部麗子さんの基調講演、さらに6つのテーマに分かれて課題別会議が1日かけて行われた。本誌では、勝部さんの講演、課題別会議制度の狭間・8050・兄弟姉妹「本人・家族の生の声」の3つを取り上げる。



「本人・家族の生の声」
地域づくりの土台として機能する「草の根ネット」
「ひきこもりの世界が逆に社会のほうを助けていくんじゃないか」

大阪府の最南端、海と山に囲まれた阪南市では、官民の枠を超えて色々な立場の人たちが連携しながら、支援のネットワーク「市町村プラットフォーム」を築いている。「阪南市ひきこもり・地域の居場所づくり支援草の根ネットワーク」(以下「草の根ネット」)が取り組む居場所作りは全国からも注目を集めている。課題別会議③では、大阪経済大学人間科学部准教授の岩田光宏さんの進行のもと、「草の根ネット」の実例が紹介された。2025年11月22日に開催された第3回「泉州トリガーフェス」は、「音楽」を取り入れ、今までの既成概念を取り払った斬新なイベントだ。そのイベントに1回目から参加している高木信洋さん(34歳)は、「人生を楽しむための助けになった」と、ひきこもり状態から抜け出したいきさつを語った。

文・津田貴美子
撮影・老川素子（P.100）／村田くみ（P.103）
構成・村田くみ



「左から、高木さん、野間さん(ひきこもり経験者)、竹内さん

「ここ(施設)から出してください！」

SHIP ニュース【Vol.2】「当事者からの1本の電話」(2025年6月8日配信)でお伝えした、のSOSは、「親亡き後をねらった人権問題」として、朝日新聞(WEB)、サンデー毎日に掲載された。(取材:池上正樹)

ひきこもっている子どものために1千万円近い遺産を残しながら、親亡き後、本人の同意なく、行政によって救護施設(心身に障害があるなど日常生活が難しい生活保護受給者のための施設)に当事者ふたり(兄と妹)が“連れ出された”問題。「父親が亡くなると、警察や行政の人間が突然やってきて、理由もよく明かされないまま施設に入れられた。施設内での拘束や人権を無視した対応等から、施設から出たいと訴えても行政は全く動かなかった。そこでNPO(KHJ 暴力的支援対策窓口)にSOSの電話をかけ、施設からの脱出に至り、遺産の一部も取り返すことができた。

(サンデー毎日 2月8日号 に全文掲載)



父親が亡くなると、警察や行政の人間が突然やって来て、ひきこもりの兄と妹は理由もよく明かされないまま施設に入れられた。そして、兄妹は必死の脱出劇を遂げた。「8050問題」が顕在化する中、こうした不可解な出来事裏に何が起きているのか。

ジャーナリスト・池上正樹 / ライター・舟尾徳子

いけがみ・まさき 約30年「ひきこもり」関係取材。Yahoo!ニュース「ベストエクスパート2025」グランプリ受賞。KHJ全国ひきこもり家族会連合会広報アドバイザー。SHIPひきこもり共生社会を考えるネットワークを設立し、当事者と一線に準拠誌「SHIP!」を創刊

親の亡き直後、「8050問題」を問う、兄と妹が「救護施設」に連れて行かれた「不可解」

2024年12月24日のクリスマススイブの朝、玄関のインターホンが鳴った。恐る恐るドアの覗き窓を見ると、警察の鑑識の制服を着た人たちがいた。「開けないのなら、ドアを壊しても入りますよ」。鑑識服の男は、落ち着いた声でドリルを見せ、ドアを開けるよう仕草をした。訪問を受けたのは、当時、静岡県浜松市の公営住宅に住んでいたAさん(40)と妹のBさん(40)。兄と妹はセンターのCさんは100%信頼できるで信用しなさいと言われ、車に乗せられた。そして、「生活保護を申請します」と言われ、市の福祉事務所に連れて行かれたという。「福祉事務所では「お金や費事加があったら申告してください」と尋ねられ、生命保険があることを伝えました。それ以降、何度も何度も施設への入居を勧められた。施設を見学しない?と尋ねられたが、名前も知らず、入居意思はなかった。断りました。(Aさん)。翌26日も、同センターの相談員らから「施設の部屋が二つ空いているので入居しない?」と勧められたが、断った。さらに翌27日朝にも、Cさんによる訪問。買出しに向かう車中で、

はとも、中学生の頃からひきこもり状態にあり、仕事に就いたことがない。母親が病気で亡くなった後、年金生活中の父親(当時82)が子ども2人の面倒を見ていた。いわゆる「8050問題」の世帯だ。「8050問題」とは、80代の親がひきこもり状態などで収入のない50代の子どもの面倒を見る世帯に、ひきこもる子どもの存在を隠してきた家庭が、高齢化と

本件は、朝日新聞 WEB 記事 (有料記事) 「ジリツ その先へ」でも取り上げられている。
https://www.asahi.com/rensai/list.html?id=3191&iref=pc_rensai_article_short_3191_below_bn

第1回 20年ひきこもる兄妹、父の突然の死 百円玉を握って脱出した施設

■#ひきこもりのリアルジリツその先へ <1> 施設の自動ドアを抜け、外の通りを足早に歩く。右手に握りしめたのは2枚の100円玉。緊張で地面がグラグラと揺れた。2025年4月、浜松市の住宅街。用事を装って抜・・・【続きを読む】



●ひきこもる兄妹の脱走後の住まいをサポートした加藤久美さん(中井町議・写真左)。制度の狭間にあって、障害や福祉サービスには乗らない、ひきこもり当事者らに人権を守る、住まいサポートのあり方を問うている。(SHIP! 第2号より)



【予告】2/11 SHIP! 購読者限定 トークイベント開催

SHIP! 第2号で自らの体験を語った大阪大学大学院（文化人類学）北村毅教授と「父親の不在」「戦争」「学校」「抑圧」をテーマに対談・トークを行います。

SHIP!

季刊「SHIP!」購読者限定トークイベント「家族の記憶」シリーズVol.1

家族は何からひきこもっていたのか

～「私」の生きづらさの根源を見つめる～

経験からの語りとともに

『その「生きづらさ」は、あなたのせいじゃない』。SHIP!第2号で、戦争と家族の記憶を掘り下げた文化人類学者の北村毅さん。SHIP!編集部員で自身の不登校の経験を語ってきた詩人・フリーライターの喜久井伸哉さん。お二人の語りには、「父親の不在」、「戦争」、「学校」、「抑圧」が登場する。家族は何からひきこもっていたのか。なぜできなかったのか。問題の「原因」を探ろうとすると、私たちは「誰が何をしたか」「何が起きたか」に注目しやすい。しかし「誰が何をしなかったか」「何が起こらなかったのか」について考えたとき、はじめて見えてくるものもあるのではないだろうか。そして、子どもは、家庭のなかで何者になろうとしていたのか。これまで言葉にできなかったこと、話せないことばかりだった過去をたどり、自身の経験から、その「つらさ」の意味を問い直したい。私たちが、少しでも生きやすくなるために、「私」の生きづらさの正体、その根源を見つめたい。(参考図書:SHIP!第2号)

北村毅さんに「『父の不在』は何をもたらしたか?」、喜久井伸哉さんに「父の不在、母の過剰」について語っていただいたあと、お二人の対談をおこないます。



北村毅

大阪大学大学院
人文学研究科教授

1973年生まれ。専門は文化人類学。民俗学。自身の体験も踏まえ、戦争が家族や個人に与える世代を超えた影響について研究・発信している。詳しくは、「戦争の批判的家族誌を書く」(『文化人類学』87巻2号)を参照。



喜久井伸哉

詩人・フリーライター

1987年生まれ。小学2年生から通信制高校の卒業まで、すべての学年で長期欠席(「不登校」)を経験している。「不登校」と「ひきこもり」の当事者手記を数多く執筆。共著『いまこそ語ろう、それぞれのひきこもり』(日本評論社2020年)。単著『詩集 ぼくはまなざしで自分を研いだ』(私家版2020年)。

コーディネーター



上田理香

(話題提供「戦争と家族」)

季刊「SHIP!」発行人/共同代表
KHJ全国ひきこもり家族会連合会
広報アドバイザー

1971年生まれ。親子二重のひきこもり経験者。戦争と家族の記憶から、家族は何を犠牲にし、何を抑圧してきたのか。それが自分に与えた生きづらさと罪悪感の正体を考え続けている。共著に『ひきこもり大学』(潮出版2020)

- 【日時】2026年2月11日(祝・水) 18時30分～20時30分(開場:18時10分)
- 【定員】会場参加(25名) オンライン参加(50名) アーカイブ配信(SHIP! 会員限定)
- 【会場】としま産業振興プラザ イケビズ第2会議室 6階 (池袋駅から徒歩7分)
- 【参加費】一般・家族 1800円 当事者経験者 1000円(SHIP! 第2号を無料頒布します)
- 【申込締切】2月9日(月) お申込・入金確認ができた方に ZOOM アドレスを送ります。
- 【申込フォームはこちら】(会場参加の方は、20時30分から対話交流の時間を設けています)

<https://forms.gle/7BQ6vXvMaGHBBZf6A>

【予告】2/17 SHIP!ハンドブック講座(第10回・最終回)

かかわる私たちは、命を守るために何ができるでしょうか？
一緒に考えてみませんか？

<https://shipiki.jp/2026/01/19/5222/>

ひきこもり支援ハンドブック 寄り添うための羅針盤

支援ハンドブックの事例などを当事者視点から読み解き、本人の体験とともに、対話を通して考える実践講座

全10回シリーズ

第10回

支援対象者が変化を望まない。支援を中断、
拒絶する場合の理解 希死念慮

2月17日^火

14時00分~16時30分

当日オンライン参加&対話

3月3日(火)から1か月間のアーカイブ配信を受付中



当事者講師

喜久井伸哉

1987年生まれ。詩人・フリーライター。小学2年生から通信制高校の卒業まで、すべての学年で長期欠席(「不登校」)を経験している。「不登校」と「ひきこもり」の当事者手記を数多く執筆している。共著『いまこそ語ろう、それぞれのひきこもり』(日本評論社2020年)。単著『詩集 ぼくはまなざしで自分を研いだ』(私家版2020年)。

〈この講座で考えたいこと〉

当事者が「死にたい」と訴えていたら、あなたはどうかわりますか。当事者が変化を求めているとき、支援者に何ができるでしょうか。「わからないものを、わからないまま、受け止めてほしい」。10代後半に強い希死念慮に襲われた喜久井さんはそう語ります。かかわる私たちは、命を守るために何ができるのでしょうか。当事者の視点から一緒に考えてみたいとおもいます。参考文献：『引きこもるといふ情熱』(芹沢俊介著)(2002)

ハンドブックからは、事例23(希死念慮が強い30代当事者へのかかわり)、事例24(自死を選択してしまった50代男性の事例)を取り上げます。

あなたなら、どうかかわりますか？



対話ゲスト 北村るみ子

「新ひきこもりについて考える会」(通称考える会)の世話人。今年で23年目に。1980年代に長女が小1で不登校に。暗澹たる思いで過ごすもカウンセラーの力を借りて少しずつ「我が子の世界」が感じられるように。それは私にとって物事の意味の本質を考える初めての経験でもあった。常識を破り、既存の価値観を反転する人や瞬間に強く惹かれる。考える会の「読書会」や小さな家族会「星めぐりの会」も運営。

対談でやらせていただきたいこと

「考える会」は当事者/経験者・親・支援者がひきこもりについて対等に話し合う場である。喜久井さんが「自分が経験したこと」の意味をずっと「考え続けている」ことに共感。また死の淵を覗きに行った人は自分より先輩だと思っている。親は子が変わるのを「待つ」というが、親自身が「待たれている」存在だと捉え直したい。喜久井さんの「経験を考え続ける」在り方について迫らせていただきたい。

厚労省「ひきこもり支援ハンドブックの目的・背景」概要より

「ハンドブックに記載されている内容をもとに、支援を受ける本人やその家族等との対話を通して、より良い支援を実現していく」

コーディネーター
上田理香(SHIP共同代表)
コメンテーター
池上正樹(SHIP共同代表)

お申込、
詳細はコチラ ▶



<https://shipiki.jp/>