

SHIP! ニュース・シリーズ『いま思う』

当事者、家族、一緒にかかわるみなさんと、いま思うことをつづる

『9月1日に思う』

9月1日、夏休み明けは、小中高生の自殺率が高くなると言われています。KHJ 全国ひきこもり家族会連合会の最新実態調査(2025年)によると、ひきこもりが始まる時期は「学校在籍期から移行期」に大きく集中しています(18歳以下で初発:約62.6%、22歳以下まで含めると約81.1%)。これは、何を物語っているのでしょうか?

背景にあるのは、不登校、いじめ、起立性調節障害、留年・退学といった学校での経験、そして学校との関係が切れた後に訪れる「支援の空白」です。学校とのつながりを失うことで居場所をなくし、福祉や地域の支援にも届かなくなってしまう現実があります。

先月の SHIP! SPACE 講座では、教育社会学者の内田良さんから、私たちをとりまく「学校依存社会」という重い問いかけがありました。「いじめ後遺症」をはじめ、学校での記憶が、何年たっても生きづらさや「トラウマ」として心に残り続けている本人は少なくありません。

今号の SHIP! ニュースでは、9月1日という日に寄せて、それぞれの立場から紡がれた今の「声」をお届けします。

(編集・発行人:上田理香)

小中高生の自殺者数が過去最多を記録(2025年発表)。

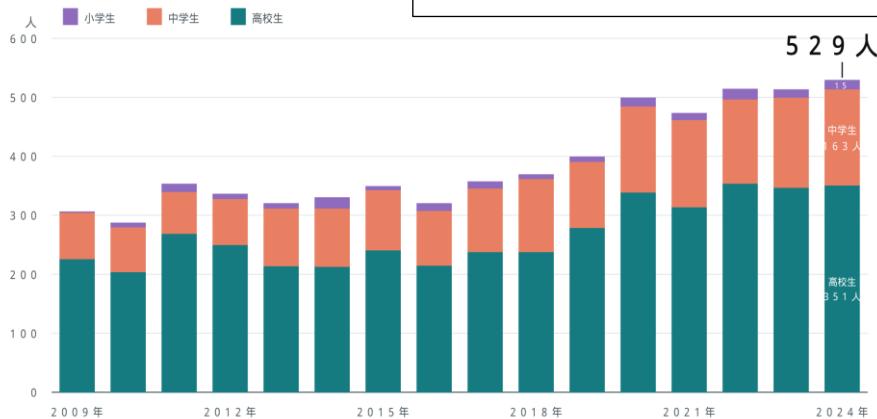
1週間で約10人の子どもが命を絶っている日本。

不登校の数は現在35万人。さらに、不登校傾向にある子を含めれば「100万人を超える」と言われている。

小中高生の自殺者数の推移

小学生・中学生・高校生の合計

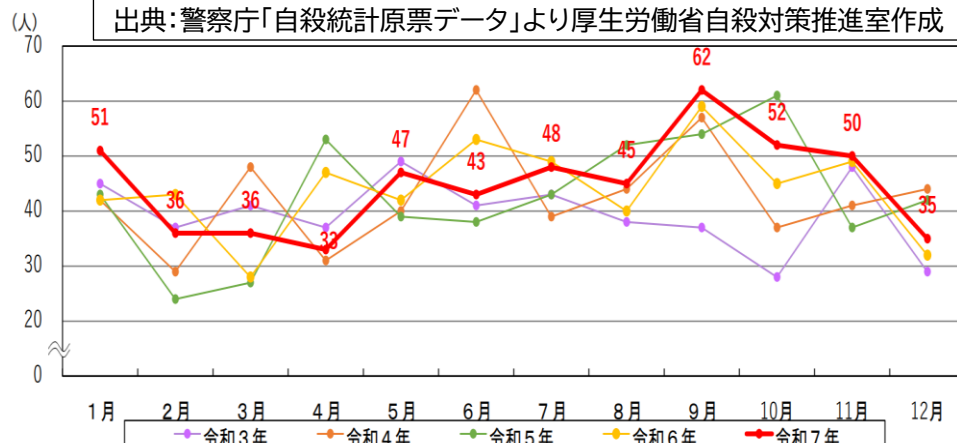
(警察庁・厚生省の統計資料より)



【令和7年(確定値)]小中高生の自殺者数の最近の動向(月別総数)

令和8年3月27日現在

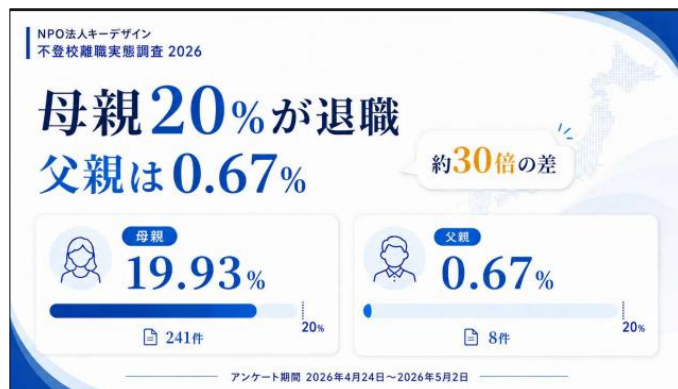
出典:警察庁「自殺統計原票データ」より厚生労働省自殺対策推進室作成



『9月1日に思う』 親たちこそ「介護休業」取得のススメ 『SHIP!』編集長 村田くみ

夏休み明けは行き渋りや不登校がピークを迎える時期。毎年9月1日前後になると行政、マスコミが大きくこの問題を取り上げます。子どもたちだけではなく、親の支援も欠かせません。

今年7月NPO法人キーデザイン(栃木県宇都宮市)が公表した「不登校離職実態調査2026」によれば、5人に1人の母親が退職に追い込まれ、家庭内において母親が追い詰められている傾向が明らかになりました。不登校・行き渋りによる仕事への影響で、母親の19.93%が「実際に退職した」と回答しました。一方で父親の退職は8人(0.67%)にとどまり、約30倍の差が生じています。「不登校対応の負担が、母親に著しく集中していることが数値として明確になった」と指摘しています。



【出典】NPO 法人キーデザイン 実態調査より

私たち『SHIP!』でも、昨年夏号(25年7月30日発売)で、不登校に関する特集を組んでいます。編集部員のカサンド蘭子さんはマイボイス・ユアボイス「不登校の親×女性の生きづらさ」と題して、学校との連絡を含めてすべて母親が対応するという不条理、しんどさを綴っています。

「不登校離職実態調査」でも、母親の93.9%に「継続的なストレス以上の心身への影響がある」との回答がありました。不登校の対応の負担が、母親たちの心身にストレスを与えて離職に追い込まれることが伝わってきます。



【出典】NPO 法人キーデザイン 実態調査より

「不登校離職」の手前で、退職に至らなくても、有給休暇の消化など、何らかの形で勤務を縮小しているそうです。仕事を手放すと収入が減るだけでなく、社会とのつながりを失い、モチベーションややる気の低下にもつながります。

最近、知ったのはこの「行き渋り」「不登校」の時期に「介護休業」が使える、ということ。介護休業は「年老いた親の介護のため」という印象が強いのですが、厚生労働省のホームページには「要介護状態にある家族を介護する労働者が仕事と介護を両立する体制を整えるために、まとまった期間休業できる制度です」と明記されて、対象となる家族は子どもも含まれています。正社員だけでなく

事業主・労働者の皆さまへ 不登校の現状をご存じですか？

1. 不登校の現状と対策

✓「不登校」とは

何らかの心理的、情緒的、身体的、あるいは社会的要因・背景により、登校しない、あるいは、したくともできない状況にあるために、年間30日以上欠席した児童生徒。

✓不登校児童生徒数の推移

小・中学校の不登校児童生徒数は12年連続で増加し、令和6年度は、約35万4千人と過去最多。

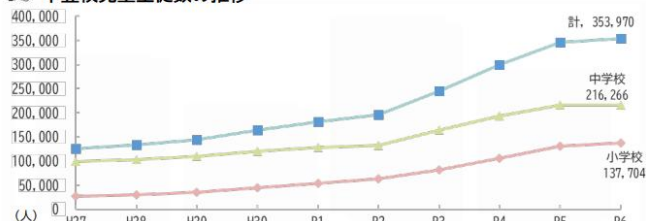
※小学校では、約44人に1人、中学校では、約15人に1人いる計算。
中学校ではクラスに2～3人程度は不登校生徒が存在。



✓国の取組

不登校対策は、各学校及び設置者である教育委員会等が中心となって取組を進めるとともに、国におきましても、令和5年に取りまとめた「誰一人取り残されない学びの保障に向けた不登校対策」(COCOLOプラン)等に基づき、関係省庁が連携を図りながら、様々な支援に取り組んでいるところです(別添参照)

不登校児童生徒数の推移



2. 不登校対策は、社会全体が連携して取り組むことが必要です

✓不登校対策については、引き続き、各学校や教育委員会、地域等が主体となって取り組んでまいります。生活リズムの不調や友人関係のトラブルなど様々な理由・背景により、子供が不登校となった場合、特に小学校低学年では、保護者が自宅で見守らざるを得なくなるなど、保護者の就業にも影響が生じ得ることに留意が必要です。

✓また、不登校が続くことで、保護者が離職や休職をせざるを得ない状況に追い込まれてしまうといったケースも指摘されています。



文部科学省

MINISTRY OF EDUCATION,
CULTURE, SPORTS,
SCIENCE AND TECHNOLOGY-JAPAN



厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare

パート・アルバイトの有期雇用労働者も条件を満たせば取得でき、**対象家族 1 人につき 93 日まで最大 3 回分割して取得が可能です。**

「要介護状態」というのも要介護認定を受けて判定される要介護のレベルではないので、医師の診断書も不要です。休業中は介護休業給付金が支給されます。詳細は厚生労働省の HP で確認してみてください。

まだこのことを知らない人事担当者も少なくないので、「介護休業を申請したら却下された」ということもあるでしょう。**厚生労働省と文部科学省ではチラシを作り、周知しています。そのなかには「不登校児童生徒が育児・介護休業法における常時介護を必要とする状態に該当し、保護者の対象家族である場合は、介護休業・休暇制度等を利用できます」としっかりと書かれています。**

職場における周知にご協力ください！

1. 不登校対策に関する取組や相談窓口

✓ 国においては、不登校児童生徒が学びたいと思った時に学ぶことができるよう、個々の状況に応じた**多様な学びの場の確保に向けた取組を推進**しています（別添参照）

✓ また、お子さんが不登校になった**保護者の方**や、様々な悩みを抱える**お子さん自身**が相談できる**窓口設置を各地域に促し**、専門家による**相談支援**やその他の支援に関する**情報が届くよう取り組んでいます**。

✓ 各企業においても、社員の皆さんがお子さんの不登校を理由に休業・離職に追い込まれる状況を防ぐ観点から、**社員の皆さんに対して、不登校対策に関する行政の取組や相談窓口に関する情報の周知にご協力をお願いします**。



不登校に関する
地域の相談窓口

2. 障害のあるお子さんや医療的ケアを必要とするお子さんについても、介護休業・休暇制度等を利用可能な場合があります

✓ 育児・介護休業法に基づく介護休業・介護休暇等の制度は、「常時介護を必要とする状態」にある「対象家族」を介護する場合に利用することができます。**「対象家族」には父母や配偶者、祖父母の他、子も含まれます。**

✓ **不登校児童生徒が育児・介護休業法における「常時介護を必要とする状態」に該当し、保護者の「対象家族」である場合は、介護休業・休暇制度等が利用可能です。**

※ 「常時介護を必要とする状態」や介護休業制度等の詳細は、厚生労働省HPをご覧ください
https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuitei/syugyo/koyou_roudou/koyoukintou/yoru-tsuroiowanase_roudouenya.html

<不登校を理由とした休業制度を導入している企業の例>

【共同印刷株式会社】（東京都・製造業）

共同印刷株式会社では、2023年1月より「ライフサポート休業制度」を導入しています。

この制度では、子どもの不登校や不妊治療を理由とした休業を最長2年間、短時間勤務は最長3年間まで利用することを可能にするものです。

柔軟な働き方を可能にする仕組みとして、時差出勤やテレワークといった既存の制度に加え、それでは対応しきれない状況に直面した場合の「セーフティネット」として活用を促しています。

こうした取組を通じて、様々な事情を抱えて働く社員同士、互いに支え合おうというメッセージを発信することにもつながると考えています。

【別紙】不登校児童生徒の多様な学びの場の確保に向けた取組

文部科学省では、不登校児童生徒が学びたいと思った時に学ぶことができるよう、個々の状況に応じた**多様な学びの場の確保に向けた取組の推進**に取り組んでいます。また、こども家庭庁においても、文部科学省と連携し、**こどもの育ち支援・子育て支援の観点から不登校対策**に取り組んでいます。

✓ **学校に行くことができるが、自分のクラスに入りづらい児童生徒**

校内教育支援センター

学校には行けるけれど自分のクラスには入れない時や、少し気持ちを落ち着かせてリラックスしたい時に利用できる、学校内の空き教室等を活用した部屋。児童生徒のペースに合わせて学習のサポートを受けたり相談に乗ってもらったりすることができます。

✓ **家から出ることができるが、在籍する学校に行くことができない児童生徒**

学びの多様化学校（いわゆる不登校特例校）

※令和5年8月31日に不登校特例校から名称を変更。

特別の教育課程を編成して教育を実施することができる学校。通常の学校より授業時数を少なくしたり、体験活動や探究的な学習を充実させたりするなど、弾力的な教育課程の下、興味や関心に応じた柔軟な学びを行っている。

✓ **家から出ることができるが、学校に行くことができない児童生徒**

教育支援センター

各地域の教育委員会が開設しており、児童生徒一人一人に合わせた個別学習や相談などを行っている。

民間団体等

在籍校や教育委員会と連携しながら、学習や体験活動等に取り組んでいる。

✓ **家から出ることができない児童生徒**

オンラインの活用

在籍校や教育支援センターの授業配信、オンラインカウンセリング等を自宅で行うことができる。

アウトリーチ支援

学校等とつながっていない不登校児童生徒に対して、NPO等との民間団体とも連携しつつ、教育支援センターが主体となり訪問支援を行っている。

✓ **地域における不登校のこどもへの切れ目ない支援**

福祉部局やこども政策担当部局における不登校支援体制の構築

福祉部局やこども政策担当部局（首長部局）において、不登校のこどもや保護者への支援メニュー（医師と連携した講演会の開催、社会参加に向けた情報提供など）の開発・実証や、支援体制を構築するためのモデル事業に取り組んでいる。

もし、このチラシを見せながら相談するのも効果があると思いますし、**介護休業の取得を会社に断られたら、都道府県労働局の雇用環境・均等部（室）へ相談することを私は介護をする家族に勧めています。**このほかにも、労働基準監督署内などにある「総合労働相談コーナー」も、ハラスメントや解雇の脅しなどがある場合の相談に適しています。

親たちが抱える問題について相談する場がないというのが問題です。私たち『SHIP!』は継続してこの問題に取り組んでいきたいと思っておりますので、みなさまの「声」をお待ちしております。

・不登校離職実態調査 2026（NPO 法人キーデザイン） 出典

<https://prtmes.jp/main/html/rd/p/000000061.000121890.html>

・【チラシ】事業主・労働者の皆様へ 不登校の現状をご存知ですか？（文部科学省 厚生労働省）

https://www.mext.go.jp/content/20251125-mxt_jidou01-100002767_2.pdf

家族手記『9月1日に思う』

「ただ生きているだけでいい」

カサンド蘭子(『SHIP!』編集部)

ただ歩いているだけで可愛い。ただ息をしているだけで可愛い。ただそこにいてだけで可愛い――

私が我が子を心からそう思い直せるようになったのは、子どもの不登校を通して、命を見つめ直したから。

いや、元々はそう思っていた。少なくとも我が子が赤ちゃんの頃はそう思っていたのだ。それなのに、いつの間にか「学校」「子育ての常識」「世間体」「同調圧力」に毒されて、忘れてしまっていた。

学校に上がると、親も追い込まれた。

「お子さんは〇〇ができていません、家でもやらせてください。忘れ物が多いです、ご家庭でもっと注意をお願いします。

〇〇ができていないので朝早く来させてください」

学校からのお願いとダメ出しに、いつしか私は振り回され、「できていないならやらせなければ」と必死になって、子どもに口うるさくなってしまった。

学校でも家でも注意され叱られ責められ、息子は自尊心と好奇心をなくした。

息子はあまりに学校を嫌がるので、私は刑務所にでも連れて行っているような気分だった。

「行きたいけど行けない。理由はわからない」と息子は言い、そこから5年も休むとは思ひもしなかった。息子が学校に行けなくなっただけで、私は暴風雨の中、断崖絶壁の先端に息子と二人で取り残されたような絶望感だった。

たった10歳の息子は、外に出る元気もなくぼんやりとテレビ画面を眺め、白く細くなった。

2021年6月放送のNHKスペシャル「若者たちに死を選ばせない」では、若者のSNSでのつぶやきが、「死にたい」「消えたい」よりも「学校行きたくない」というワードが圧倒的に多かったことが示された。そのつぶやきが増えた後に子どもの自殺者数が増えたことも、いのち支える自殺対策推進センターが公表した。

学校に行って欲しいのは山々だが、心を壊して命を削ってまで行く場所ではない。大きな黒い魔物に吸い込まれる前に、親も子も「自分」を確立させてまず生きよう。成績や偏差値よりも、楽しく笑って過ごせたらそれでいいのだ。



↑SHIP! SPACE 講座「学校の『当たり前』を問い直す」テキストより

9月8日(火)～アーカイブ配信開始

<https://shiphiki.jp/2026/07/09/5983/>

関連手記 SHIP! NOTE 「夜の運動会」

<https://note.com/shiphikikomori/n/n75e7dfb228a2>

不登校の親×女性の生きづらさ

文・カサンド蘭子

学校とのやり取りは全て母親

不登校になると、子どもが複数いれば人数分の電話や面談がある。担任、特別支援コーディネーター、通級指導教室の先生、スクールソーシャルワーカー、スクールカウンセラー、教育センターの心理士、民間の産業カウンセラーといった専門家がいて、私は複数の相談先に相談してきた。面談は、我が子と向き合う時間、振り返る時間、自分と向き合う時間になった。そういった苦作

子不登校になるなんて予想もしていなかった。毎年公表される不登校数に聞いても他人事だった。中学3年の息子の不登校対応は5年目、小学6年の娘の行き渋り対応は6年目。当事者にならざるを得ず、当初は絶望ばかりで自分を責めた。その辛さは、レールから外れた人の差別、偏見、排除、選択肢の少なさ、親の甘やかしや子どもの甘えとする風潮などのせいでと思う。何が母親を辛くさせているのか、たくさんあり過ぎてページでは足りないが書いてみたいと思う。

学校とのやり取りは全て母親

不登校になると、子どもが複数いれば人数分の電話や面談がある。担任、特別支援コーディネーター、通級指導教室の先生、スクールソーシャルワーカー、スクールカウンセラー、教育センターの心理士、民間の産業カウンセラーといった専門家がいて、私は複数の相談先に相談してきた。面談は、我が子と向き合う時間、振り返る時間、自分と向き合う時間になった。そういった苦作

業は頭の整理になると同時に、エネルギーやメンタルは相当削られ、毎回復原する。

学校とは信頼関係を築いておきたかった。もし私が教員なら長期欠席している子の様子が気になると思い、欠席連絡アプリの自由記述欄に毎晩300文字、息子の様子を書いた。何をしてもダメだ、どんな様子だったか、どんな会話があったのか。多忙な先生に読まれないことを覚悟で書いたが、「お母さんの連絡が本当に助かっています」「校長も読んでいます」「僕も読んでいます」など、声を掛けられ、メールが来続けた。今はやめてしまったが、2年間毎晩書き続けられたのは、社交不安で外に出られなくなった息子の本当の良いところを知っているのは「世界で私だけ」と気づいたからだ。

SHIP! Vol.2 42

家族手記『9月1日に思うこと』

子どもたちの世界

時 綾佳(『SHIP!』編集部)

小学生のころ、娘は自転車に乗るのが好きだった。歩くのは嫌いでなかったが、行ける範囲は限られている。電車やバスは他人との距離が近くて苦手だった。自転車なら外の風を気持ちよく受けながら、遠くまで進むことができる。進みたい方向を変えるのも簡単だ。よく、「行き先を決めずに、自転車で好きなように走りたい」と言っていた。実際に二人で時々、走りに行った。

それは「好きなところに好きなように行きたい」という、自由を希求する気持ちの表れだったのだろう。小学生にとって、自分で選択できる移動というものは相当に限られている。その選択肢の少なさと窮屈さの中にあって、夏休みは少しでも解放される時間でもあったのだ。

子どもが暮らす世界は複雑だ。心身ともに大きく成長する時期だからこそ、2ヶ月もあれば興味も悩みも、人への感情も変わっていく。教室とは、それぞれの速度で変化し続ける何十人もの子どもたちが、1ヶ所で集団生活を送る場だ。あちこちで常に少しずつ形を変えていく人間関係を、慎重に読み取りながら。

小学3年の夏休み明け、「クラスの女子の雰囲気が変わった」と娘は話した。それまでは無邪気に男子とも遊んでいたのだが、休み時間のサッカーに参加しづらくなったようだった。

後日担任と話す機会があったので、それとなく話題を向けてみたが、担任は「夏休み前と特に変わらないですよ」と言った。子どもに見えている世界の細やかさで、大人は見えていない。

自分にも、見えていないものばかりなのだろう。せめて、娘が見ている世界を想像し、わかろうと努力したい。そして、「好きなところで好きなように生きる」ことを応援したいと思うのだ。娘が、少しでも心地いい風を受けていられるように。

イラスト『9月1日の不安』

夏休みも明けの新学期。

いつも楽しくおしゃべりをしていた男の子と女の子が突然口も利かなくなる。

クラスの微妙な変化にとまどい、不安を感じる子をイメージして描きました。

イラストの後ろの掲示板は、7-8-9月と時間の流れを表しています。人は朝と夜…時の流れで違った顔を見せるけど、それはその人の一面なんだ、という意味合いで描きました。

<絵・こつめたるん>

現在 50 歳。幼少から受けたイジメが原因で、社会不安障害を発症した。緊張による震えや視線恐怖により、生き辛さを感じてひきこもるようになる。動物をモチーフにしたキャラクターイラストを得意とするクリエイター。

X アカウント : @kotume100



手記とイラスト『9月1日への思い』 「もやもやまの声」

さのともみ

とくにこれがよい、なんていうメッセージなどありません。

ただ、小学生、中学生時代、イマイチ生きづらかった私には、
誰にも見えない、聴こえない、
存在しないはずの、
「もやもやま」(心の中のモヤモヤの山)の中に、
いつの間にか遭難したまま、しばらく下山道(げざんみち)を求めて
ウロウロしていた夏休みがあります。

何がきっかけで下山できたのかすら、覚えておりません。

もし皆さんのうちで、
もやもやまから出られない人がいるのだとしたら、
もやもやまそのものが、
まだあなたと一緒にいたいのかもしれないのです。

私が出会ったもやもやまは、
見たことのない花や果物や生き物を見せてくれたり、
光を求めて闇の中を高速で走りゆくような冒険もあり、
面白かったのですが、
ついに私が去るときには、
寂しそうに、
でも嬉しそうに、
手を振って、
サヨナラを伝えていました。

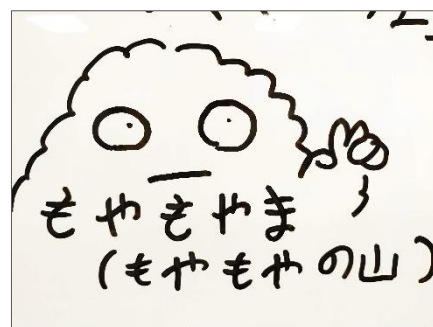
焦らなくとも、
いつか、その時が来るかもしれません。

「となりのトトロ」よりも不可解な、
イマジナリーフレンドなのかもしれませんが、
それでもよいと思っています。

ところで、
8月31日と9月1日とは、
何なのでしょう？

あなたの心と身体が、
安心と安全に満ちていると感じるのなら、
もやもやまは現れませんし、
誰にも気づかれたいもしないからです。

何もまとまらないまま、長くなりました。



9月1日になったら、
学校に行くべき。
みんなと仲良くするべき。
などの、
べきべきの枝とかトゲも、もやもやまは、
べきべき折ってつけていました。

そのおかげで私は何故か9月1日に学校に
赴けたケースですが、当時の担任の先生に
よる、おおらかかつ、いい意味で厳しかっ
た言動に支えられていたのだと。
ひとの生命(いのち)を大切に扱う事とは
何なのかを真摯に問い続けていた本当の意
味での教育者だったように思われます。



【個展】「なんかようかい展」より (アーティスト 佐野友美)

当事者手記『9月1日に思う』

世界中から否定されても、 「君は間違っていない」と言ってくれた大人がいた

9月1日。新しい学期が近づくと気持ちが重くなる子があります。私も中学2年の頃、そうでした。いじめに耐えられなくなり学校に行けなくなった。それをきっかけに10年のひきこもり状態が始まりました。
今は40歳を超えて、なんとか一人で暮らしています。その中で確かめたことをひとつだけ伝えます。

加害者から学ぶことは、何一つありません。

私は「とし」と言います。

中学2年の9月中旬から学校に行けなくなり、それをきっかけに10年のひきこもり状態になりました。

原因は「いじめ」です。

最初は、小学校の時に面白半分に石を投げてこられた相手と小競り合いになり、その時に相手の担任の先生に呼び出されて、私だけが加害者に「謝りなさい」と言われたことがありました。

それから中1の時に、その相手と同じクラス、前後の席になってしまいました。そして最初は物を倒される、変なあだ名を作られて広められました。そのうちに私のいないところで、私の友達に悪口を広げて回られました。「あいつはヤバいやつだからな！」と。

そして半年ぐらいすると「あいつには何をやってもいい」というクラス中の雰囲気が出ていました。そうになると、帰り道に立ち話をしているだけなのに、元々の友達から、いきなりテニスラケットで20発ぐらい殴られるようになりました。そしていきなり机をぶつけられたり、教室でみんなの前で詰問される。足払いで転ばされる。そんなことがずっと続きました。

でも、不思議なことにその時は学校に行けてしまっていたのです。勉強もできていました。

それでもいじめはエスカレートしていきました。殴られることも常習的になり、保健室で休むようになると「保健室の先生が好きなんだろ！！」と、私が考えてもいない、当時の私の感覚では「下劣」なことを言われて泣いていました。

そんな中2の夏休み明け、とても気が重かったです。

9月1日は学校に行けました。その2週間後に、学校に行けなくなりました。



学校に行けなくなった私は雨戸を閉め切って、家の周りさえ歩けなくなった

学校に来ない私を、家の近くまで押しかけて笑いに来る加害者たち。

その「声変わりをした男性の声」が聞こえるだけで恐ろしかったです。

午後 5 時になったら雨戸を閉める。

それまでは外から見える場所にはいられない。そして家の周囲さえ歩くことができなくなりました。

学校で同級生の一人から「精神科に行け。君は精神疾患だ」と詰問されたことがありました。おびえて泣かされた私は、どうやら親に「精神科に行きたい」と言ったようなのです。その後に精神科へ行くと、精神科の先生は「あなたに病気はありません。帰ってください」と冷たく言い切りました。今思えば明らかに環境の問題だったので、それでよかったのかも知れません。

病院の帰りに立ち寄った売店には、あるゲーム雑誌が置いてありました。そこには好きなゲームクリエイターたちのインタビューや、楽しみにしているゲームの最新情報、ユーモアのある編集者たちの言葉がありました。外に出られなくても、その世界のなかでは自由でいられる。いろいろなサブカルチャーを知ることができる。

どうやら学校のような恐ろしい場所ではない所が、この世界にはあると感じられたことが救いになりました。

「世界にひとりぼっち」だった私

家の外に出られない状態で、休日に親の車で地域を離れて買い物に行くことだけが楽しみ。

学校以外の居場所もないし、とくに当時、支援と言えるものは存在せず、私と家族を助けてくれるものはありませんでした。

結果的には、祖母や母が買ってきてくれるゲーム雑誌とネットが、私に外の世界を伝えてくれるわずかな存在でした。その憧れが「この故郷でなければ動ける」という気持ちにつながり、あるゲーム音楽のコンサートに行きたいという憧れを守ってくれました。

故郷以外の場所で過ごせたことをきっかけに、私は違う地域で生活を始めることになりました。

あの売店のゲーム雑誌が、私を闇の中から救ってくれる、細い糸になっていたのです。

加害者から学ぶことは、何ひとつない

結果的に、私が外に出た時は、中卒で学力不足も大きく、ゲームクリエイターになりたいという挑戦はできませんでしたが、今も良いとはいえない環境で働いて、ギリギリの生活を続けています。だから私は「いじめ被害によって多大なものを失った」と思っていました。

しかし、もっと大事なものを加害者は失ったのかも知れません。

今でも私は「ゲームなどの文化がもたらしてくれた平和な時間」を広めたいと思っていますし、自分なりに努力しているつもりです。しかし伝え聞いた話からすると、加害者はそんなものを、そもそも持っていなかったようです。

きっと、いじめ加害ができてしまう環境というのは「無限の後出しジャンケン」なのです。

被害者が何をしても、しなくても否定できてしまう。そこには根拠もなく、努力もなく、学問もない。何かを追求するより権力を操作してしまい、ターゲット（被害者）が持つ輝くほどの才能や魅力や人柄を、その集団の中では否定してしまえる。そんな悪魔の誘いに乗ってしまった加害者が失うのは、高い理想を叶えたいという思いです。

私は「加害者」から得るものは何もないと思っています。

高い理想を持つ人の「追求」の気持ちは、被害を受けても、つまらない集団に否定されても失われません。

ただ加害に手を染めた時に失われるのです。それは学歴や資格では計れません。

加害者をクラス運営に利用する「合理的な愚か者」としての学校

いじめ加害が起こっている教室は、それを見ている人たちも傷つけ、理想を疑わせて、そして加害に誘います。

そうならば周囲の生徒もまた、学校や世界そのものへの不信感を高めていき、自分で考えることを恐れるようになります。

「でも、いじめ加害者が場を成り立たせているから！」「多少の被害者の犠牲はしょうがない」——そうやって、目の前のクラス運営という加害者と結託して黙認することで何が起るのか。

福祉や貧困問題の研究で知られる経済学者、アマルティア・センの言葉に「合理的な愚か者」という言葉があります。昔の経済学では「合理的経済人」と言って、その場で得られる最大の利益だけを求める人間像をモデルに研究が進められてきました。

センは、経済学と社会哲学の観点から「本当にそんな人間ばかりだったら、その社会はそもそも成立しない」ことを説明しました。道徳も倫理も捨てた利益の追求は、長期的には自分のいる場所そのものを壊してしまう。

学校や教師は「合理的な愚か者」への誘いに乗らないでください。

本人のいないところで、本人のことを決めない

最後に、フィンランドで生まれた「オープンダイアログ」についてお話します。対話による精神疾患へのアプローチで、先日のイギリスでの研究「ODDESSI」(オデッシ)※では、大きな入院率の低下などが報告されました。

ここで私が伝えたいのは、その中の原則のひとつです。「本人のいないところで、本人のことを決めない」。

私が経験した「いじめと学校」は、すべてその正反対が行われました。私のいないところで、私のことがすべて決めつけられて、人の心を癒す対話とまったく逆のことが行われました。そうすれば人の心が壊れてしまうのは、当たり前ではないでしょうか。

何をやっても否定される教室と学校に置かれ続けると、人は「自分のほうが間違っているんだ」と思い込まされていきますが、それはその環境の問題です。あなたを否定しない場所は絶対にあります。

私にとってそれは、あのゲーム音楽のコンサートでした。そこで初めて、世界中から否定されたと思っていた私が、対等に、まともに、楽しい時間を共有できる一人の人間として扱われました。そんな場所と大人が、ちゃんと存在していたのです。深いところで「君は間違っていない」と言ってくれた場所があったから、その場に行けたのかも知れません。

少なくとも「いじめ加害者」は、あなたの知りたいことを何一つ知りません。目指してもいません。あなたの道は、あなたのものです。

私も 40 歳を過ぎて、ようやく「加害者の行為には、何か根拠があったのだろうか？成長のためには必要だったのだろうか？」という洗脳が解けたので、もっと早くそれを伝えたいなと思って、つたない文章を書かせていただきました。

いま苦しんでいる子に、無条件に伝えたい。「君は間違っていない」と。
世界中から否定されたように感じるときでも、そう言ってくれる大人が、ひとりでもいてほしい。

9月1日に、そんなことを思います。

※「ODDESSI」(通称オデッシ)

イギリスの精神保健サービスにおいて「オープンダイアログ」の効果を検証するために行われた、世界最大規模のランダム化比較試験(RCT)。精神的な危機(クライシス)に直面した成人に対し、オープンダイアログ(対話を重視する支援法)を用いた場合の効果や影響を通常の治療と比較・検証した試験を実施。2026年8月27日(オープンダイアログの誕生日)に専門誌『The Lancet Psychiatry』(通称ランセット:医学系学会誌)に発表された。

いじめについて、今わかっていること—いじめや嫌がらせから抜け出す方法—子どもも保護者も先生も「ストップいじめ!ナビ」

いじめは「よくあること」でも「本人の問題」でもありません。この20~30年で研究が進み、どんな環境でいじめが起きやすいのか、何をすれば被害を止められるのかは、かなりの部分がデータで分かってきています。記録を残すこと、大人の対応の仕方によって結果が大きく変わることなど、「今わかっていること」を、子ども自身が使える形にまとめているサイト。評論家の荻上チキさんが代表理事を務めるNPO法人「ストップいじめ!ナビ」です。「あしたニコニコメモ」、「家族向けチェックシート」いじめ・嫌がらせから脱出するため、役にたつアイテムを紹介。学校から離れる方法、証拠の残し方、相談先の選び方などが「攻略アイテム」として並ぶ。保護者や先生向けのページもあります。

ストップいじめ!ナビ <https://stopijime.jp/>

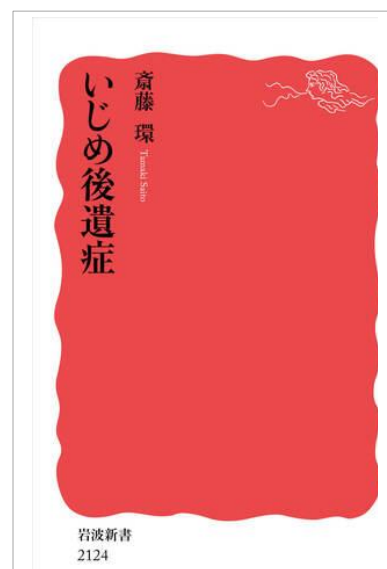


【推薦図書】斎藤環『いじめ後遺症』(岩波新書)

いじめ被害が、その後の人生に長く残り続けることを詳細に扱った一冊です。「終わった話」ではない。なかったことにされてしまいがちな「いじめの事実」を、正面から論じています。

いじめは被害者の人生を数十年にわたり損ない、ときに破壊してしまう——蓄積されてきたエビデンスやいじめ自殺事件の検証から、曖昧なままにされてきた「いじめ被害の長期的影響」を実証的に明らかにし、被害者軽視の実情からの抜本的転換を迫る。「ひきこもり」の専門医による、いじめ認識/対策を根底的に変える一冊。

<https://www.iwanami.co.jp/book/b10171973.html>



【SHIP!note】「いじめ後遺症」記者会見。

被害者ケア最優先と加害者への厳罰を求める。

<https://note.com/shiphikikomori/n/n8f5df605acc9>

【SHIP! 第4号「いじめ後遺症と大人のひきこもり」】

いじめの傷跡を背負いながら生きる、二人の当事者発信

<https://shiphiki.jp/2026/01/19/5142/>



9月8日(火)よりアーカイブ配信スタート！第5回 SHIP！SPACE 講座

「学校の息苦しさ」の正体に迫る ―ルールとリスクの“見える化”から考える

登壇者 内田 良 氏(名古屋大学大学院 教授／教育社会学)
西村 祐二 氏(岐阜県立高校教諭／斉藤ひでみ)

【メインコンテンツ①】内田 良 氏

第5回 オンライン講座 (全12回シリーズ)

学校の「当たり前」を問い直す

教育社会学の立場から
「わからない」から
はじめよう エビデンスにもとづく
学校リスクの見える化活動

内田良

1976年福岡県生まれ。名古屋大学大学院教授、教育社会学専攻。『学校のリスク』を代表著。近畿大学の高校教諭や中学校教諭、自治体職員として、教育現場のリアルな現場をデータで可視化し、組織的に取り組んでいる。専攻に教育社会学(社会文化論、フロンティア論)・教育政策論(歴史)・教育経済学(「現場」・「現場」の現場)など、現場を交えた授業。

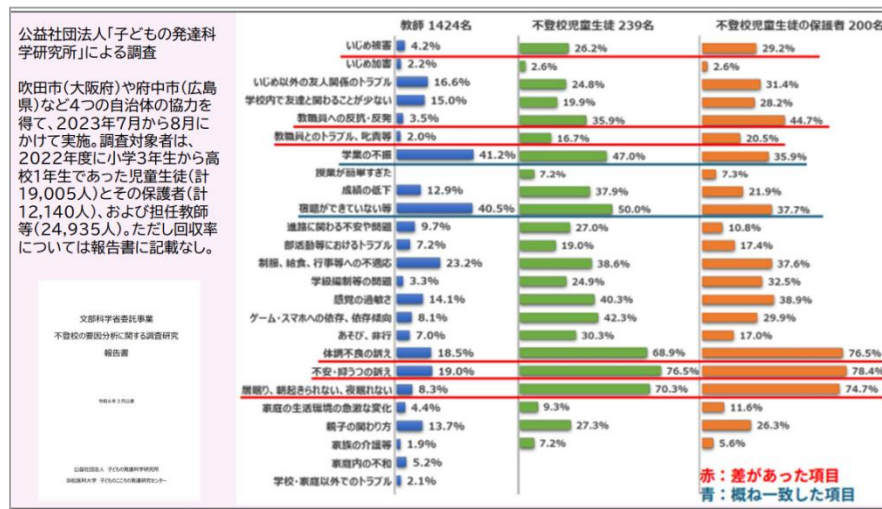
教育社会学の立場から
学校の
息苦しさの正体

西村祐二

1979年岐阜県生まれ。岐阜県立高校教諭。岐阜大学大学院に在学中。2023年度に岐阜県立高校教諭の経験を経て、岐阜県立高校教諭や生徒の経験について興味している。専攻にフロンティア論・教育政策論・歴史など、現場を交えた授業。

『「わからない」からはじめよう ～学校リスクの見える化活動～』

- データと声で見る“学校依存社会”の実態
- 子どもと家庭が抱える多様なリスク:不登校の要因は単一ではなく複合的。
教師と子ども・保護者の間にある「認識のズレ」を直視する重要性を提示。
- いじめの「見えにくさ(不可視性)」の構造: 認識ギャップ 学校の抱え込み防止と外部連携・環境改善



図表:不登校の要因分析(教師 vs 子ども・保護者の認識のずれ)

教師側が捉える要因(1人平均 2.8 個)と、子ども・保護者側が捉える要因(1人平均 7.5 個)のギャップ(例:「教職員とのトラブル・反抗」に対する認識差など)をわかりやすく比較表示。

【メインコンテンツ②】西村 祐二 氏

『学校の息苦しさの正体 ―何なのか、どうしたらよいのか』

- 理不尽な校則・身だしなみ指導の根っこ:学習指導要領には規定のない「強制ルール」の背景にあるもの
- らしさの強要を生む「空気」を変えるための実践と挑戦
- 「善きことはカタツムリの速度で進む」:公立学校は住民のもの。声を上げ続けられれば、少しずつであっても、変わっていく。

「教師→校長→教育委員会→文科省」という縦ラインに対し、住民・一市民・一教師として、政治や世論へ(SNS・オンライン署名などを通じて)訴えかけることで「学校の当たり前」を問い直してきた、学校改革とそのプロセスを伝えます。

【配信期間】2026年9月8日(火)～1か月間

【視聴方法】下記 URL よりお申し込みいただけます。参加者との熱い意見交換も。ぜひ映像でお確かめください！

▶アーカイブ配信のお申し込み・詳細はこちら <https://shiphiki.jp/2026/07/09/5983/>

これまでやってきたこと

【4回のオンライン署名】

文科大とさき
厚労大とさき

給特法を改正
して下さい！

32,550

文科大とさき
厚労大とさき

変形労働制は
撤回下さい！

33,155

文科大とさき
厚労大とさき

学校で制服を
着ない自由は
ありますか？

18,888

文科大とさき
厚労大とさき

給特法を
抜本改善
してください

80,345

【6冊の書籍(共著・単著)】

教師の
ブラック
現場

迷走する
教員の働き方改革

教師の「トン」は
なんだったのか

校則
改革

先生が
いなくなる

シン・
学校改革

いよいよ9月15日(火)18時～現地参加・オンライン参加選べます

第6回 SHIP! SPACE 講座は、みなさんと共に考える住まいと人権シンポジウム

一般社団法人 SHIP ひきこもりと共生社会を考えるネットワーク主催 「SHIP! SPACE」講座

当事者・家族とともに考える、学び合う、対話する、一歩を応援

ハイブリッド講座 第6回 (全12回シリーズ)

ひきこもる人の 住まいと命と人権を考える

★キーワード★
引き出し/押し出し/説得

第1部 住まい、人権についての 現在と未来

第2部 私たちの意思決定、権利擁護を 考える ～本人のことを本人抜きで決めない～

親亡き後、あるいは親に万一のことがあったとき、ひきこもり状態にある人は「明日からどこで暮らすのか」という切実な課題に直面する。しかし、過去には「自立支援」の名のもとに、本人の意思を置き去りにした「引き出し支援」「押し出し支援」が行われてきた現実がある。背景には、「就労」以外の選択肢を示さない相談窓口への失望から、相談そのものを諦めてしまった当事者や家族の存在がある。

厚生労働省が2025年に改訂した「ひきこもり支援ハンドブック」は、「自立から自律へ」を掲げ、社会参加や就労のみをゴールとせず、本人が自ら生き方を選択できるよう共に考える支援を基本理念としている。しかし現実には、親亡き後に本人の意思に反して施設入所を勧められた事例もある。施設を離れた後は住まいや所持金を失い、福祉制度の狭間に取り残される。さらに、集団生活による心的外傷(PTSD等)や対人不信、家族関係の断絶により、孤立を余儀なくされる場合も少なくない。制度も人も頼れる人のない本人たちは、一体どこでどのように生きていけばいいのか。自分が生き残る場所を誰が決めるのか。住まいは単なる生活の場ではなく、命と尊厳、人権の基盤である。

本シンポジウムでは、「福祉につながるだけでなく、受け皿がなくても、一人ひとりに適した支援を考えることが行政の義務である」という理念を出発点に、制度の狭間に置かれた人々の住まいと人権、そして本人の意思と尊厳を守るために地域社会が果たすべき役割について考える。

加藤くみ 中井町議会議員
養育里親/当事者/住まいを失った当事者の声とともに

武原由里子 中井町議会議員
施設を受け入れる地域のあり方は?

牟田光生 NPO法人教育研究所理事長
NPO法人共同生活型自立支援機構 理事
共同生活型支援の立場から
～利用者の声とともに～

林森子 一般社団法人ひきこもりUX会議代表理事
ひきこもり当事者が望む支援と住まい
～共同生活型支援について～

日花睦子 KHI全国のひきこもり家族会連合会 共同代表
親が望む住まいサポート

望月宣武 日本税理士(ニッポンコンパス)法律事務所
弁護士
人権意識と住まい～法的立場から～

池上正樹 SHIP!共同代表
上田理香 SHIP!共同代表

9月15日(火)

18:00
～
20:30

本講座はリアル会場とオンラインの
ハイブリッド開催です(会場は「船・しおや」詳細は裏面)
アーカイブ配信 10月6日(火)から配信

受講費
ひきこもり・生きづらさ当事者、経験者
1回 1,500円(税込1,650円)
支援者・家族・一般
1回 3,500円(税込3,850円)

SHIP! SPACE講座は、年間全12回。
当事者フリーパス・会員フリーパス割引、
団体割引があります。詳細は
チラシ裏面・公式サイトをご覧ください。

【お問い合わせ】

一般社団法人 SHIP ひきこもりと共生社会を考えるネットワーク
上田理香(コーディネーター、SHIP共同代表) 池上正樹(コメンターター、SHIP共同代表)

<https://shipiki>
SHIP! ひきこもり

お申込、
詳細はコチラ▶



親亡き後、明日からの 住まいをどうするか?

「受け皿がなくても、
個々に適した支援を考えることが行政の義務」

住宅サポートのエキスパート
神奈川県中井町議 加藤くみさんに聞く

文:池上正樹
取材:池上正樹/上田理香/本多寿行
構成:本多寿行/石井英真

親に万一のことがあった時、残された子どもたちの将来の住まいに不安を感じている人は少なくない。中でも定期的な収入がなく、様々な事情を持つ人たちにあって、生きていく場所がなくなる問題は切実だ。

低額所得者や高齢者、障がい者などの「住宅確保要配慮者」に対して、家賃債務保証の提供や生活支援などを行う「居住支援法人」の制度はあるが、様々な事情により生まれ育った地域での居住を望まない場合、地域を超えた連携や情報がない限り、本人も支援者も新しい住まいの拠点をみつけれず、たちまち八方ふさがりになってしまふ。こうして親亡き後、親名義の家を追いやられた社会的弱者が、新

たな地域で人生をやり直したいと思っても世間の風は冷たい。これは家族の依頼でいわゆる「引き出し」に連れていかれ、何とか脱走したが親から帰宅を拒否されたケースでも、同じような問題に直面する。元々住んでいた地域で法制度に乗らないと、支援してくれ筆者は度々経験してきた。

明日のすまかに困っても
制度に乗らなければお断り

中学生の頃からひきこもっていた40歳のAさんは、両親が相次いで亡くなった後、住んでいた公営アパートから立ち退きを迫られた。親亡き後に残された子どもは、親の名義で入居している公営

親亡き後、どこでどう生きるのか?

制度の狭間に取り残されたら?

身元保証人がいない……

「説得」「引き出し」の現状は?

共同施設型支援ってどんなもの?

本人の尊厳・意思決定は守られる?

当事者・家族・支援者・有識者と共に考えます。

「2025年4月、浜松市の施設を抜け出した女性(40)は、公衆電話の電話口で声を絞り出した。「助けてください」「あの場所にだけはもう、戻りたくない」。親亡きあと、十分な説明もなく、公営住宅を退去させられ、納得のいかないまま救護施設に入れられた。20年以上のひきこもり状態から、身元保証人はいなかった。本人の住まいのサポート探しは難航をきわめたが……

<関連報道リンク> <https://x.gd/1nhIs>

(朝日新聞 WEB 2026年1月13日)

「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」



【現地来場! パネリスト:加藤くみ氏(中井町議・養育里親)】

季刊『SHIP! 第2号』の記事も大きな反響を呼んだ、
住宅サポートのエキスパート、加藤くみ氏が登壇!

福祉事務所での活動を経て、長年、社会的擁護の子どもたちの里親にもなってきた。2017年より、引き出し業者の施設から脱走してきた当事者たちの保護にも取り組む。

これまでのネットワークを生かし、制度から漏れる人を救うリアルな現場に長年携わる。公営住宅からの退去命令、保証人がいない壁、行政の「前例がない」というお断り……。子どもの人権を守る運動にも尽力。

声を出せない本人にたいして、個別の住まい確保へ奔走してきた現場の実態とは? 「受け皿がなくても、個々に適した支援を考えるのが行政の義務」「当事者の意思と尊厳を守って」(加藤くみ)

【申し込みは、いよいよ9月13日まで】(アーカイブ配信有)

▼ 詳細・お申し込み

<https://shipiki.jp/2026/08/15/6092/>

見えなかったもの、見過ごされていた課題に光を当て、
生きやすい今とこれからを当事者視点で考えていく

SHIP! SPACE講座 (2026年度)

第7回

10/20(火)

自宅に居たままで 生活の質を上げる

～ケアの訪問化へ

医療、内科・歯科等の往診、
訪問美容、訪問マッサージ等の
在宅生活を支える
(KHJ実態調査から)

【第7回 SHIP! SPACE 講座】

自宅に居たままで生活の質(QOL)を上げる

～ケアの訪問化、在宅生活を豊かに支えるサポートの形～

「外に出ること」だけがゴールじゃない。いま生きているその場所で、いかに自分らしく、安心して暮らせるか。医療・福祉の専門家、当事者ピアサポーター、家族とともに「在宅生活の質」を考えます。

ひきこもり状態にある方やそのご家族にとって、無理な外出や社会参加を求めることだけが支援では

ありません。医療(内科・歯科等の往診)、訪問看護、訪問美容、訪問マッサージなど「ケアの訪問化」を進めることで、自宅に居ながら生活の質を大きく引き上げることができるでしょう。『SHIP! Vol.1～Vol.4』まで連載の山中先生が代表を務めるしろひげファミリー(しろひげ在宅診療所)の実践事例や KHJ 実態調査をもとに、当事者の「いまの暮らし」に必要なサポートは何か、家族の接し方・向き合い方も深め合います。

【第一部】 専門性と実戦から学ぶ「在宅ケアの可能性」

それぞれの視点から、自宅での生活を豊かに支える取り組みと事例を講話します。

山中 光茂 氏(精神科医 / しろひげファミリー理事長)

高山 理恵子 氏(精神保健福祉士)

小野寺 慧 氏(当事者ピアサポーター)

【第二部】 当事者・家族・専門家によるダイアログ(対話)

在宅生活をどのように大切にし、どんなサポートが必要かを本音で語り合います。

ゲスト登壇:猫山 氏(67 歳) 10 数年前から親の会やカウンセリングで学び続け、在宅でひきこもり生活を送る息子の「生きる」に伴走してきた父親。江戸川区の家族向け対話交流会にも参加する。リアルな家族の視点から、子どもへの接し方や親としての葛藤・気づきを共有します。

【こんな方におすすめ】

- ・自宅での生活習慣やケア、医療・福祉とのつながり方に悩んでいる当事者・ご家族
- ・「外に出す支援」ではなく「いまの生活の質(QOL)を高める支援」を模索している支援者・関係者
- ・訪問医療・訪問ケアの具体的な活用事例や、当事者理解を深めたい方

【開催概要】

日時:令和 8 年(2026 年)10 月 20 日(火) 18:00～20:30

形式:ハイブリッド開催(オンライン ZOOM / リアル会場)

会場:渋谷区地域共生サポートセンター(※リアル参加の場合)

対象:家族、本人経験者、支援者、ひきこもり問題に関心のある方

【詳細・お申し込み】

講座の背景や詳しい登壇者プロフィール、お申し込み方法は下記 WEB ページをご覧ください。

● 詳細 WEB ページ・お申し込み URL <https://shipiki.jp/2026/04/06/5601/>



山中 光茂 院長

内科 / 外科 / 診療内科 / 精神科

群馬大学医学部卒業後に携わったケニアでの医療支援活動をきっかけに「患者さんの人生に寄り添いたい」と考えるようになった。帰国後は三重県松阪市市長に就任。当時全国最年少市長として市政に取り組み、三重県四日市市で在宅医療に従事。2018年に江戸川区瑞江でしろひげ在宅診療所を開業。