

つながりあって、生きていく

～当事者目線からのひきこもり・不登校・社会的孤立の理解～

いま、あなたはなにを想い、なにを感じていますか

“生きづらさ”に寄り添うということ

“何もしていない”時間が、人生を豊かにしていくということ

答えを出すよりも大切なことを一緒に考えてみませんか



不登校・ひきこもりからの回復に役立つもの

～経験者が教えてくれたこと～

船越 明子 氏 (神戸市看護大学看護学部教授)



ひきこもり×キャリアブレイク

北野 貴大 氏 (一般社団法人キャリアブレイク研究所／代表理事)

2025年

10月11日(土)

13:30～16:30

[開場13:00～]

瓦町FLAG 8階 大会議室

定員
60名

参加費
無料

詳細はウラ面へ▶▶

不登校・ひきこもりからの回復に役立つもの ～経験者が教えてくれたこと～



船越 明子 氏 (神戸市看護大学看護学部教授)

児童・思春期を対象とした精神科病棟および精神障害者を対象とした訪問看護の臨床経験から、精神的な困難を抱えている方と、そのご家族への支援をテーマに研究活動を行っている。現在は、社会的孤立状態を経験した当事者の目線で助けになる支援とは何かについての調査研究に取り組む。

ひきこもりをもつ親の支援については、ライフワークとして取り組んでおり、家族会、ひきこもり地域支援センター、保健センター等で講演や助言活動を行っている。著者に「ひきこもり 親の歩みと子どもの変化」等

ひきこもり×キャリアブレイク



北野 貴大 氏 (一般社団法人キャリアブレイク研究所／代表理事)

新卒でJR西日本グループに入社し商業不動産開発の仕事に従事。

2022年にJRを退職し、キャリアブレイク研究所を設立。

一時的な休学や無職、休職期間が人生にとって肯定的な時間と捉える欧州文化

「キャリアブレイク」の文化活動を行っている。

国や会社が人を休ませるのではなく、自分自身で一時的な無職をつくって自分の人生を豊かにする社会を目指す。

著者に「キャリアブレイク — 手放すことは空白（ブランク）ではない」等

タイムスケジュール

- 13:00～ 開場
- 13:30～ 開会
- 13:35～ 船越 明子 氏 講演
- 14:45～ 北野 貴大 氏 講演
- 15:55～ トークセッション・質疑応答
- 16:25～ ご案内・閉会

令和6年度開催



後半のトークセッションでは hito.toco代表宮武も参加!



日時 2025年10月11日 (土)
13:30 ~ 16:30 (13:00～開場)

会場 瓦町FLAG 8階 大会議室

対象 ひきこもりの当事者・経験者、ご家族、支援者、関心のある方など、どなたでも

定員 60名 (参加費無料)

申込 QRコードを読み取って申込みフォームからお申込みください
※定員に達し次第申込を終了致します



申込締切
10月3日 

<http://forms.gle/z95nVW3gaWDsqHKJ8>

問合せ お電話またはメールにてお問い合わせ下さい

☎ : 087-802-1911

✉ : hikisapo @ hitotoco.or.jp