



An **impress** Group Company

報道各位

2026年3月31日
株式会社インプレス

サステナブル新書シリーズ「NPフロンティア新書」創刊。

**第1弾『不登校は再生へのプロセス わが子の命を守るために、今
できること』発行**

不登校35万人時代、日本の教育はどこへ向かうべきなのか。

インプレスグループでIT関連メディア事業を展開する株式会社インプレス(本社:東京都千代田区、代表取締役社長:高橋隆志)は、2026年3月31日(火)にサステナブル新書シリーズ「NPフロンティア新書」を創刊。第1弾として『不登校は再生へのプロセス わが子の命を守るために、今できること』(著者:中谷奈穂、監修者:めいめい)を発行いたします。

■NPフロンティア新書とは

デジタルファースト出版(電子書籍×プリントオンデマンド)の仕組みを活用したサステナブル新書シリーズ。既存の出版方式では実現が難しかった新しい専門知を、これからの時代に合った形式で世に解放してまいります。

《第1弾書籍》

『不登校は再生へのプロセス』

<https://nextpublishing.jp/isbn/9784295604860>



著者:中谷 奈穂

監修者:めいめい

小売希望価格:電子書籍版 1,200円(税別)／印刷書籍版 1,500円(税別)

電子書籍版フォーマット:EPUB3

印刷書籍版仕様:新書／モノクロ／本文110ページ

ISBN:978-4-295-60486-0

発行:インプレス NextPublishing

<<発行主旨・内容紹介>>

日本では今、35万人以上の子どもたちが学校に通えない状況にあります。しかし本書は、それを単なる「問題」としてではなく、子どもたちが自らの命と心を守るために選んだ行動として捉え直します。

本書は、不登校を個人や家庭の問題としてではなく、日本社会や教育制度の構造的な課題として読み解きながら、子どもたちが発している「声なき声」に耳を傾けます。学校中心の価値観を見直し、子どもの違和感や感性を大切にすることが、これからの社会を切り開く鍵になることを示します。

また、不登校を経験した子どもや親のリアルな声、臨床心理士の専門的知見も交えながら、親ができる関わり方や、子どもがエネルギーを取り戻すための「冬眠」の時間、そして学校以外の多様な学びの可能性について具体的に解説します。

不登校は絶望ではありません。子どもたちが示している違和感こそが、未来の社会を変えるヒントです。本書は、不登校の子どもをもつ親や教育に関心のある人に向けて、絶望から希望へと向かう新しい視点を提示する一冊です。

(インプレス NextPublishing は、株式会社インプレスR&Dが開発したデジタルファースト型の出版モデルを承継し、幅広い出版企画を電子書籍＋オンデマンドによりスピーディで持続可能な形で実現しています。)

<<目次>>

はじめに

第1章 心の命の危機:不登校という名の静かなる悲鳴

第1節 追い詰められた子どもたちの現実と「声なき声」

第2節 「学校に行くのが当たり前」社会の構造的限界と心身の悲鳴

第3節 親の動揺と孤立:家庭が「最後の砦」でなくなる危機
第2章 “見えざる檻”の正体:なぜ学校はこれほど息苦しいのか
第1節 世界で“普通”ではない、日本の「不登校」概念の特異性
第2節 誰のために作られたのか?——近代教育150年の歴史と均質化の宿命
第3節 善意がすれ違う「教育・福祉・医療」の縦割り構造と「たらい回し」
第4節 「登校ありき」の矛盾と、子どもの幸福を真ん中に置く支援への転換
第3章 「学校」を手放す決断:親にできる、たった1つのこと
第1節 「常識」を手放す覚悟
第2節 すべてを救った、たった一言
第3節 存在を丸ごと受け止めるということ
第4節 支援が「暴力」に変わらないために
第4章 「冬眠」の時間:エネルギーを蓄え、再び世界とつながるまで
第1節 「心の安全基地」としての「冬眠」の時間
第2節 「好き」が導く、再生の物語
第3節 受動から主体へ、人生を創造する力
第4節 多様な「サードプレイス」との再接続
第5章 “わたしたちの学校”をつくる:未来の学びと社会の選択肢
第1節 α世代が解体する「学校中心主義」
第2節 「学校復帰」を唯一のゴールとしない制度へ
第3節 未来の羅針盤——「違和感」と「主導権」を育む
第4節 すべての子どもが輝く“私たちの学校”を
おわりに
謝辞
本書を監修するにあたって

<<著者紹介>>

■著者

中谷 奈穂

次世代教育システム・アドバイザー / 合同会社SDT代表社員

慶應義塾大学文学部卒業。情報学部での就学経験を持ち、IT黎明期よりテクノロジーが社会構造に与える影響を研究。大手メディアのライターとして、IT・金融・教育・心理学など多岐にわたる分野で、変革期の社会動向を多角的に分析・発信してきた。現在は、14歳の子どもが設立した「合同会社SDT(ソーシャル・デジタル・ツイン)」の代表社員として、既存の教育枠組みに捉われない新たな自己実現モデルの構築を支援。AIや宇宙開発の最前線に立つ知見者とのネットワークを通じ、不登校を「システムの不マッチ」と再定義し、次世代に必要な教育インフラのあり方を提言している。

35万人を超える不登校という社会課題に対し、デジタル技術を活用した教育DXと、個の感性を最大化させる戦略的アプローチを提唱。学校外での学びを「正解のない時代を生き抜くためのキャリア形成」へと昇華させる活動を展開している。

■監修者

めいめい

不登校コミュニティオーナー

自身の子の不登校経験をきっかけに、不登校家庭向けの食事講座や相談会を行う。
オンラインの親の居場所「めいめいサロン」主宰、川崎市で親の会「あじさいサロン」を開催。
「無理に行かせなくていい」を科学と経験で支える人。

現役栄養士21年。

調理師／アレルギー食アドバイザー／生活リズムアドバイザー／健康リズムカウンセラー。

新聞・雑誌AERAへの取材協力や記事執筆、不登校関連の書籍監修、識者への取材、各種団体から講演依頼を受けるほか、FMラジオ・YouTube出演など幅広く活動中。

<<販売ストア>>

電子書籍:

Amazon Kindleストア、楽天koboイーブックストア、Apple Books、紀伊國屋書店 Kinoppy、Google Play Store、honto電子書籍ストア、Sony Reader Store、BookLive!、BOOK☆WALKER

印刷書籍:

Amazon.co.jp

※ 各ストアでの販売は準備が整いしだい開始されます。

※ 全国の一般書店からもご注文いただけます。

【株式会社インプレス】 <https://www.impress.co.jp/>

シリーズ累計8,000万部突破のパソコン解説書「できる」シリーズ、「デジタルカメラマガジン」等の定期雑誌、IT関連の専門メディアとして国内最大級のアクセスを誇るデジタル総合ニュースサービス「Impress Watchシリーズ」等のコンシューマ向けメディア、「IT Leaders」をはじめとする企業向けIT関連メディアなどを総合的に展開・運営する事業会社です。IT関連出版メディア事業、およびデジタルメディア&サービス事業を幅広く展開しています。

【インプレスグループ】 <https://www.impressholdings.com/>

株式会社インプレスホールディングス(本社:東京都千代田区、代表取締役:塚本由紀)を持株会社とするメディアグループ。「IT」「音楽」「デザイン」「山岳・自然」「航空・鉄道」「モバイルサービス」「学術・理工学」を主要テーマに専門性の高いメディア&サービスおよびソリューション事業を展開しています。さらに、コンテンツビジネスのプラットフォーム開発・運営も手がけています。

【NextPublishing】

NextPublishingは、インプレスR&Dが開発した電子出版プラットフォーム(またはメソッド)の名称です。電子書籍と印刷書籍の同時制作、プリント・オンデマンド(POD)による品切れ解消などの伝統的出版の課題を解決しています。これにより、伝統的出版では経済的に困難な多品種少部数の出版を可能にし、優秀な個人や組織が持つ多様な知の流通を目指しています。

【本件に関するお問合せ先】

株式会社インプレス : NextPublishing推進室

E-mail: np-info@impress.co.jp