

コロナ以降急増。

離婚を見据えて

将来設計する妻

「子供が巣立ってから何十年も2人で暮らすなんて想像もしたくない。下の娘が成人する6年後には必ず離婚します」
こう話すのは一回り以上年上の夫(61歳)と高校生の長女、中学生の次女と暮らす高木裕美さん(仮名・48歳)だ。結婚したのは27歳。直後にマイホームを購入し、温かい家庭を築いてきたように見えたが……実際には長年にわたって夫に対する不満を押し殺しながら生きてきたという。
「離婚を考えるようになったのは次女が生まれてから。育児に参加せず、家事も手伝わずに飲み歩き、酔っぱらって帰ってきては、『子供をおとなしくさせろ』と文句を言っていた夫の姿を鮮明に覚えている。ほかには『メン』『風呂』など単語しか発さない夫が嫌になりました。それ以降、寝室を別にしてしまいました。1年前に夫が定年退職してから再就職先を見つけるまでの1年間はずっと

人生100年時代で、長すぎる老後の夫婦生活を悲観してか、「熟年離婚」が増えている。それも、何年も前から離婚計画を練る妻が増えているという……。モラハラ、経済的DV、不貞行為などで不満を溜め続け、将来的な離婚を誓う妻たちの実態を探った

夫は見てはいけない

単身用物件を密かに検索、事前に婚外パートナーをゲットetc.



自宅にいたので地獄でした。死んでも夫の介護なんてしたくないので、娘と母には『もう離婚する』と伝えてあります。それ以来、娘たちは気を使って、家族4人で外食に出かけるときなどは、私と夫が並んで歩くことがないよう、脇を固めてくれるようになりました(苦笑)」
現在、裕美さんは離婚後の生活を視野に仕事を増やすことを検討しているという……。

このように長年連れ添った夫婦の離婚が増え続けている。厚生労働省の人口動態統計月報年計を見ると、『02年をピークに離婚件数は減り続けてい

るにもかかわらず、『14年頃から同居期間20年以上の夫婦の離婚件数はじわじわ増加。近年は4万件超で高止まりしているのだ。離婚カウンセラーの岡野あつこ氏が話す。『08年から離婚後の財産分与の対象に年金が含まれるようになって女性の離婚のハードルが下がり、コロナ禍をきっかけに熟年離婚が増えました。リモートワークの浸透で日中も自宅で過ごす旦那さんが増えて、夫婦で過ごす時間が増えたことが原因と考えられます。『朝夕の食事を用意するのは我慢できたけど、毎日、夫の昼食まで用意しないといけないのが苦痛でしょうがない』と話す奥さんから、離婚相談が多数寄せられました」

こうした熟年離婚の75.8割が「妻から」だという。その原因の多くは、積もり積もった旦那に対する不満だ。夫婦問題診断士でFPの寺門美和子氏が解説する。
「熟年離婚の理由として最も多いのは性格の不一致なんです。モラハラや相手の不貞行為などが重なることもありませんが、感覚のズレからくる小さな不満が長年にわたって積

み重なり、離婚に結びつく。だから、自分に問題があるとしつかり認識できる男性が少ないという特徴があります。先日、相談に来られた70代の男性は、急に離婚届を突きつけられて絶望したうえに、財産分与で自宅を手放し、地域のコミュニティを離れて一人暮らしと号泣していました」

離婚問題に詳しい堀井亜生弁護士は「モラハラ夫には共通点がある」と話す。
「大手企業に勤め、稼ぎも資産もある男性ほど、『自分が一番賢くお金を使える』『妻に渡すとムダに使われる』と考えるのか、わずかな生活費しか渡さない経済的DVで奥さんを締めつけることがあります。そうした男性は交友関係が狭いという共通点があるため、その反動で家庭内では威張り散らすことも少なくありません。妻にはその不満が溜まり続けるため、子育てから解放されるタイミングで爆発して、熟年離婚を決める」

岡野氏は「熟年離婚は、衝動ではない」と強調する。
「子供の独立を待つ、離婚後に備えて貯蓄するなど、計画的に進める女性が増えていま

妻たちの「熟年離婚」計画



弁護士 堀井亜生氏



離婚問題診断士・FP 寺門美和子氏



離婚カウンセラー 岡野あつこ氏

離婚・家族問題、医療問題に精通。YouTube「弁護士堀井亜生チャンネル」で離婚問題について発信中。著書に『モラハラ夫と食洗機

3年の調停・裁判を経て48歳で離婚した経験を生かし上級プロ夫婦問題カウンセラー兼FPに。著書に『熟年離婚 女性がお金を損をしない本

1990年に離婚し、日本初の離婚カウンセラーに。以降、4万件もの相談に対応。『なぜ「妻の一言」はカチンとくるのか?』など著書多数

子供の成人に向けて 離婚を誓った妻たち



**婚外パートナーとの同居を
目指して資格取得に励む妻**

熟年離婚を誓った妻たちは、
どれだけ周到に準備を進めて
いるのか……？
娘の成人まであと10年。資
格取得の勉強をしながら離婚
計画を練っています。

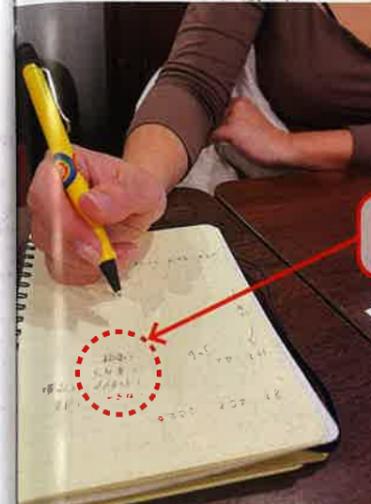
主婦の佐藤和美さん（仮名・
46歳）だ。旦那は10歳上で某
老舗企業の役員を務める。和
美さんが働くクラブで2人は
出会い、18年に授かり婚を果
たしたという。だが、その直
後から旦那のモラハラ体質が
表面化することに……。



佐藤和美さん
(仮名・46歳)
飲食店、エステサロンで働いた
後、銀座のホステスに転身し、
8年前に今の旦那と授かり婚。
現在は10年後の離婚を計画中

**「カレ」との仕事のため
宅建資格の取得を予定**

「彼は妊婦でお酒が飲めない
私を会食や接待の場に連れ出
し、運転手として使ったんで
す。酔うと暴言がひどくて、
車庫入れに手間取ると『使え
ねえな』と言われ、道を間違
うと舌打ちされたり……」
出産後、モラハラはさらに



昨年カラーコーディネーターの資格を取った和美さんは、10年後の離婚に向けてさらなる資格の取得と資産運用を進めている

悪化したが、和美さんは夫婦
関係の改善に努めたという。
「険悪になるたびに、私から
ベッドの中で体を寄せてみた
りしたのですが、『暑い』『重い』
と拒否され続けた。結局、結
婚してからセックスは一度も
ありません。なのに、2年前
には旦那がアダルトサイトに
何十万円も課金していること
が発覚したんです。シヨック
と同時に、怒りがこみ上げま
したね。それで、私は離婚も
視野に入れながら、夫婦関係

改善プラン」を文書にまとめ
て夫にプレゼンしたんです(上
写真参照)。モラハラ矯正の
ためのカウンセリングを受け
てほしい、週1回はセックス
する関係に戻りたいと伝えた
けど……夫の態度から私のこ
とを女性としては見ていない
ことがはっきりわかりました」
それ以降、寝室は別にし、
夫婦の会話はほぼ業務連絡の
みに。和美さんは離婚を見据
えて本格的に動き出した。
「今は、夫とは別に、公私共



**義母の介護要員にされた妻が
考えるモラハラ夫死別計画**

に仲良くしているパートナー
(59歳)がいます。彼はバツ2
の独身で、不動産関係なので、
その仕事を手伝って収入を得
たいという気持ちから、最近
私はカラーコーディネーター
の資格を取得しました。今は
インテリアデザイナーの資格
を取るための勉強をしています、
その後は宅地建物取引士の資
格も取るつもりです」

「子供が生まれたとき、『この
人は家族に寄り添えない人間
なんだ』と本性が見えました」
そう語るのは、結婚生活18
年の長谷川千佳さん（仮名・
51歳）だ。6歳年下の自衛官
の旦那の本性は、結婚3年目
に長男が生まれてから露わに
「まったく育児を手伝ってく
れないので、『なんで』と聞
いたら、『僕は一度やり始める
とやめられなくなる。結果的
にずっとその『任務』に就か
されるのが嫌だ。そもそも家
事・育児は女の仕事だろ?』
と言われたんです」

「旦那には精神疾患を抱えた
母親がいて、『次男の育児を手
伝ってくれるから』とウチで
預かったのですが、そのとき
は地獄でした。義母は被害妄
想に取りつかれて、毎朝4時
にリビングで壁を叩きながら
お経を唱えるんです。『邪教信
徒の嫁から赤子を守る。』と言

安定した収入を得て、3年
以内に1000万円の貯金を
つくるのが当面の目標だ。
「感づかれないように娘名義
の証券口座をつくって、毎月
の生活費の一部を積み立て投
資に充てるようにしましたが、
夫は定期的に生活費を振り込
んでくれる口座の残高をチェ
ックしては、『これだけしか貯
まってないのか?』家計簿を
つける』と言ってくるので、
これ以上生活費からお金を抜
くのは難しい……。自分一人
で稼げるように準備を進めつ
つ、夫宛てに届く金融機関か
らの郵便物で離婚時にどれぐ
らいの財産分与が受けられる
か調べていく計画です」

「旦那には精神疾患を抱えた
母親がいて、『次男の育児を手
伝ってくれるから』とウチで
預かったのですが、そのとき
は地獄でした。義母は被害妄
想に取りつかれて、毎朝4時
にリビングで壁を叩きながら
お経を唱えるんです。『邪教信
徒の嫁から赤子を守る。』と言

「旦那には精神疾患を抱えた
母親がいて、『次男の育児を手
伝ってくれるから』とウチで
預かったのですが、そのとき
は地獄でした。義母は被害妄
想に取りつかれて、毎朝4時
にリビングで壁を叩きながら
お経を唱えるんです。『邪教信
徒の嫁から赤子を守る。』と言

長谷川千佳さん
(仮名・52歳)
18年前に結婚し、その3年後に
子宝に恵まれたが、以降、夫の
モラハラが顕在化。夫の定年
に向けて離婚計画を進めている



私	1子	2子	貯金
52	高1(66)	小3(9)	1800
54	高3(8)	小5(11)	
55	大1(19)	小6(12)	2100
59	大4(22)	高1(16)	2500
60	社人(23)	高2(17)	2800
62		大1(19)	3200
66		大4(22)	

千佳さんは自衛官の夫
が定年退職するタイミ
ングを見計らって熟年
離婚する計画。遅くと
も下の子が社会人にな
る66歳の年に離婚へ

・母の介護と、旦那のモラハラ、娘(私)の夫が60代で死に可成り怖い
了りには、12月1日、お金の面でこれ以上は無理!!
・私66才、2子が大学卒業、夫が定年退職(未確定)の下
離婚計画

・貯金3200万、NISA(?) 未退職金300万~400万
財産分与、年金分割

「子供が生まれたとき、『この
人は家族に寄り添えない人間
なんだ』と本性が見えました」
そう語るのは、結婚生活18
年の長谷川千佳さん（仮名・
51歳）だ。6歳年下の自衛官
の旦那の本性は、結婚3年目
に長男が生まれてから露わに
「まったく育児を手伝ってく
れないので、『なんで』と聞
いたら、『僕は一度やり始める
とやめられなくなる。結果的
にずっとその『任務』に就か
されるのが嫌だ。そもそも家
事・育児は女の仕事だろ?』
と言われたんです」

「旦那には精神疾患を抱えた
母親がいて、『次男の育児を手
伝ってくれるから』とウチで
預かったのですが、そのとき
は地獄でした。義母は被害妄
想に取りつかれて、毎朝4時
にリビングで壁を叩きながら
お経を唱えるんです。『邪教信
徒の嫁から赤子を守る。』と言

「旦那には精神疾患を抱えた
母親がいて、『次男の育児を手
伝ってくれるから』とウチで
預かったのですが、そのとき
は地獄でした。義母は被害妄
想に取りつかれて、毎朝4時
にリビングで壁を叩きながら
お経を唱えるんです。『邪教信
徒の嫁から赤子を守る。』と言

『夫に死んでほしい妻たち』を書いたジャーナリストが見た



ジャーナリスト 小林美希氏
週刊エコノミストを経て07年にフリーに。雇用、育児などを取材。『夫に死んでほしい妻たち』年収44.3万円、『ルポイバラキ』など著書多数

占いで

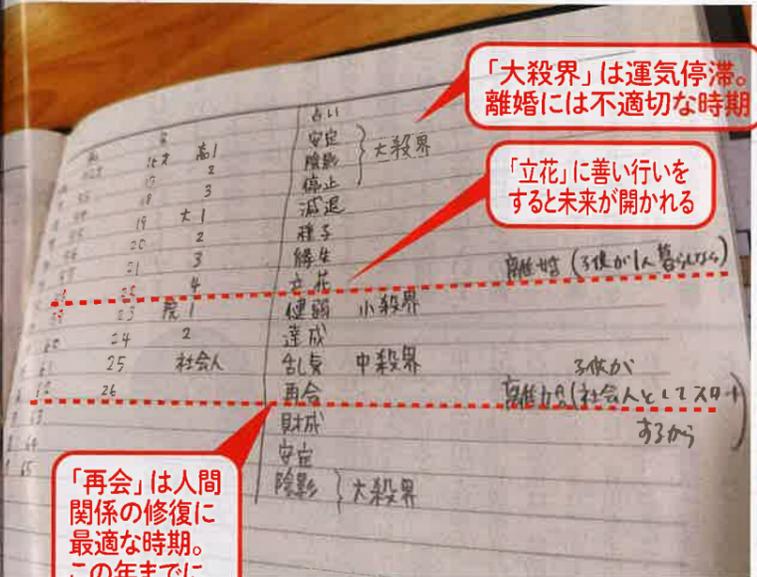
離婚時期と資産形成

を進める妻

「遅くとも10年で離婚します」
伊藤啓子さん(仮名・52歳)
はそう決意を口にしたうえで、
資産運用、断捨離、美容ケア
に励んでいることを熱弁し始
めた。21年間連れ添う夫(54
歳)は大手企業の管理職で年

取1500万円。自宅で習字
教室を開く啓子さんの年収は
約300万円だ。都内の戸建
て住宅で暮らし、一人息子は
名門私立高校に通う。一見す
ると絵に描いたような幸せな

六星占術で離婚スケジュールを立てる妻も



「大殺界」は運氣停滞。
離婚には不適切な時期

「立花」に善い行いを
すると未来が開かれる

「再会」は人間
関係の修復に
最適な時期。
この年までに
離婚を目指す

細木数子さんに心酔する啓子さんは、六星占術を基に離婚計画を立てていた。子供が22歳、自身が58歳になる2032年が離婚時期第一候補。子供の運氣も上昇するタイミングとが

家庭だが、夫に対する不満を
17年も前から溜め込んできた。
夫は子供の夜泣きなど知ら
ん顔。育児も家事もすべてワ
ンオベだった。子供が1歳に
なる頃に何度か夫婦の営み
があつたが、啓子さんは納得
がいかなかった。
「あなたが子育ても家事も一
切しないのに、私が眠る時間
を削って『する』なんてムリ」
そう伝えると、夫は不満を
態度で示すようになった。
啓子さんが電気を消し忘れ
ると、わざとらしく「またか」
と大きなため息を漏らす。夕
食の品数が少ないと「またか」。
子供が泣いても「またか」。啓
子さんは夫の声を聞くことも
嫌になり、常に耳栓をするよ
うになった。夫婦の会話は家
にいてもLINEの中だけ。
夫の顔を見るのも嫌になった
が、啓子さんの収入が少ない

こともあって離婚は現実的で
はないと考えていた。
しかし、3年前に夫が発し
た一言で、離婚願望は、収入の
壁を突破した。啓子さんが婦
人科系の病気で日帰り手術を
受ける日、「オレと息子の夜ご
飯はどうするの？」と自分の
心配事だけを口にしたという。
「一緒に暮らすのは私の人生
にとってムダでしかない」
啓子さんは心酔する故・細
木数子の「六星占術」を頼り
に、離婚計画を立て始めた。
この先、特に運氣が上がるの
は58歳と62歳の年。62歳の年
には、子供が社会人になる。
第二の人生を歩む好機と考え、
離婚のリミットに定めた。
貯金と収入を投資信託につ
ぎ込むと、2年で資産は約2
倍の3500万円に増えた。
目標は1億円だが、6000
万円になったら離婚に踏み切
る。いつでも出ていけるよう、

洋服や本はメルカリで断捨離
している。夫の次も考える
啓子さんは美容意識が高い。
皮膚科や美容外科に通っては
美肌ケアに力を注いでいる。
「今では年を取り、離婚に近
づくのが楽しみで仕方ない」
私が離婚したくしてしようと
ない女性たち取材して新書
『夫に死んでほしい妻たち』を
書き上げてから10年、妻たち
はよりたくましくなった。離
婚のリミットを設定して綿密
な計画を立てる女性が増えた。
一方で、妻たちが熟年離婚を
誓う原因は変わらない。夫が
家事や育児をしない、イベン
トを大切にしない、話をしな
い——モラハラが積み積も
って妻を離婚へと駆り立てる。
離婚後の老後不安は、計画性
で乗り越える。とくに妻た
ちは夫婦生活を諦めているの
だ。それに気づかない男性が
いかに多いか……。

不倫

夫の裏切りにリベンジする サレ妻たちが遂げた計画離婚

夫の不貞行為をきっかけに
熟年離婚するケースでも、計
画立てて最高の条件を引き出
した妻がいる。一昨年、20年
の結婚生活に終止符を打った
山川恵津子さん(仮名・44歳)
もそんな一人だ。

「30歳を過ぎてから子供をつ
くろうとしたのですが、その
頃にはセックスストレス……。
何度も流産、死産を経験して
不妊治療の末、結婚11年目で
長女を授かったのが喜びもひ
とおおでした。ところが、長
女が4歳のときに夫が『好き
な人ができたので離婚したい』
と言いだしたんです」

話し合うなか、実は夫がそ
れまでに3人の女性と不倫し
ていたことも発覚したという。
山川恵津子さんの元夫がやり取りしてい
た既婚者マッチングサイトの女性の数々

「でも、離婚したら娘を転校
させて公立学校に通わせると
いう話をしたら、夫は『イヤ
だ』と。娘と離れるぐらいな
ら離婚は諦めるし、新しい彼
女とも別れるとなった。夫婦
関係が改善したこともあって、
その後、5000万円でマイ
ホームを購入しました」

実は、このとき恵津子さん
は将来的な離婚を視野に入れ
ていた。そのため、『離婚時
にすぐに高値で売れる、駅近
の物件を私が探した』と話す。
「それから1年足らずで、夫
が既婚者マッチングサイトで、
不倫相手を探していることが
わかったんです。夫が知らぬ
間にスマホが自宅のタブレット
と同期されて、連絡を取り
合っていた20人以上の女性の
写真がそこに保存されていた」

数々の不貞行為の証拠と自
白が揃っていただけに、離婚
協議では恵津子さんの要求が
通ることに。夫は住宅ロー
ンの支払いと月10万円の養育費

を娘が成人するまで支払い続
ける約束をし、マイホームは
恵津子さんのものとなった。
「その家を今、売り出して
て、売れたら残債を除いて2
000万円の利益になる見込
みです。元夫は住宅ローンの
支払いがなくなるので、売却
後は養育費を20万円に引き上
げることで合意を得ています」

「夫は必ず不倫をする」
3年我慢して計画離婚
最高の離婚条件を引き出す
ために「夫の不倫を待った」
という妻もいる。波多野由美
子さん(仮名・56歳)だ。
「元夫はお金にだらしない人
で、借金がかさんで一度自己
破産しました。そのときに離
婚しようとも思ったのですが
……するなら財産を根こそぎ
奪いたいと考え、別居を選択
して、しばらく泳がせた」

別居中は、裁判所が作成し
た算定表に従って、婚姻費用
(生活費などを夫から受け取



り、その一部を離婚後の生活
資金として替えたという。で
きる限り別居期間を引き延ば
す腹積もりだったが、3年で
元夫は不貞行為に走った。
「向こうから『離婚したい』
と切り出したのですが、なか
なか理由を言わなかった。私
がのりくらくらりとかわしてい
たら、職場の同僚と不倫し、
相手が身をもってしていること
を告白したんです。それで離婚
協議に移行したのですが、子

供が生まれた時点で両親が結
婚していなければ、母親の戸
籍に入るしかない。『綺麗に
戸籍にしたいでしょ？ 言う
とおりにしないと離婚届に判
を押せない』と揺さぶったら、
元夫は簡単に折れた」

当初、夫は150万円の慰
謝料を提示していたが、離婚
調停を経て200万円に増額。
お金のない夫から月3万円×
10年間の養育費をもらうこと
で合意したという。

