

第5章

発達障がい者116人の意見から

～生きづらさと生きる工夫～

自由記述と懇談会の記録を合わせた大量の意見は、わかりやすく紹介するため、職員が分類して、設問ごとに、その一部を掲載している。自由記述の中には、設問と異なる主旨で貴重な意見が含まれていること、また懇談会もテーマにしばられない貴重な体験が語られていることから、独自の切り口を設定して、より多くの意見を紹介することにした。

1 今だから言えるこども時代の辛いこと

～本人が振り返り分析したこども時代の辛い経験～

① 発達障がいの特性ゆえにいじめを受ける

小学校高学年のとき授業中に立ち歩いたことが何回かある。先生が厳しく何度も注意したので、仲間たちも一緒になって、誕生祝いのカードにまで悪く書かれた(40代/男性) こども時代の困りごと

女の子同士の暗黙の了解やグループ行動に馴染めずにいじめられていた(40代/女性) こども時代の困りごと

② 周囲の無理解な対応でさらに辛い思いをする

当時診断はなく無自覚なものの、多動やコミュニケーション不全で毎日罵倒を喰らった事(40代/女性) こども時代の困りごと

言語発達は早い一方で不慣れな環境への順応性が低いため、事前合意なしにどこかへ連れていかれたり、置いていかれると不安でたまらず泣き喚いていた(30代/女性) こども時代の困りごと

説明能力が無さすぎて、物事をそのまままで伝えられず嘘つき扱いされていた(30代/女性) こども時代の困りごと

親に「思いやりをもて」と叱られたが、なんの事だか全く心当たりがなかった(30代/女性) こども時代の困りごと

③ 発達障がいの特性ゆえの体調不良や情緒不安定

痛みに対する耐性がなく、病院での治療が大変だったこと(30代/女性) こども時代の困りごと

感情のコントロールができない、すぐ泣いてしまう、過食、抜毛症(20代/女性) こども時代の困りごと

④ 学校教育になじめない理由

集団で行動すること自体が苦痛。輪に入れない。基本的に体幹が弱く、朝礼等でただ立っていることも苦手で、立っていることに集中すると話が入ってこない、話を聴こうとすると姿勢が悪くなり注意される(40代/女性) こども時代の困りごと

考え方や価値観が周りの子ども達と違いすぎて浮いてしまう。なじめない。友達ができない(30代/男性) こども時代の困りごと

周りの人間に適応するのがめんどくさい(30代/女性) こども時代の困りごと

⑤ うまくいかなかった原因の分析

幼さが残り、年相応の行動が30代に入るまでに追いつかなかった(30代/女性) こども時代の困りごと

思ったことや態度が表情に出てしまい、周囲とのトラブルや軋轢の元になってしまう(20代) こども時代の困りごと

今、何が起きているのか把握できず、行動できない。サボっていると思われる(20代/男性) こども時代の困りごと

懇談会より ～こども時代に関する意見～

私たちは怒られ続けて対策を重ねて大人になった。そうやって工夫しないといけないくらい周りの目が厳しかった。教育に関しては、まずは教師からなおしていかないといけないと思う。いまだにみんなと同じ事ができないという理由で率先して怒ったりというところとか。変な事をするとな怒られて自責になる。自分を変えなきゃいけないと責める。(50代/女性)

2 大人の発達障がい者は何が大変なのか

① 当たり前の日々の生活がとてつもなく大変である

出掛ける前日に何時に目的地に着くためには何時の電車、バスに乗る、駅まで何分歩く、その途中で忘れ物をしても良いように全ての工程に3分～5分ほど余裕を持たせて、逆算したタイムテーブルを作る(起きる時間から食事も全部)。必要な荷物もその紙に書きつつ、前日にはバッグに入れる、当日にも紙を見ながらチェック(40代/女性) 対処法、工夫

確認行動を何度もおこなってしまう。そのせいで仕事だと書類の確認を何度もやってしまいサービス残業までして終電までやってしまう。帰る際に不安になってしまい何度も確認してしまい帰るのがすごく遅くなってしまう(30代/男性) 現在の困りごと

② 多数派の社会になじむためにエネルギーを消耗し、ストレスが高く、体調不良が多い

“ 感覚過敏、膨大な医療費、万年体調不良 (30代/女性) 現在の困りごと ”

“ 慢性疲労から家事や作業が間に合わない (30代/女性) 現在の困りごと ”

③ 普通に合わせることに労力を注ぎ自分を確立できない

“ 大人になり、周りの友人を真似することで何とか生きてきたので、自分自身のアイデンティティのようなものが確立できなかった (40代/女性) こども時代の困りごと ”

“ 人に合わせることに精一杯で物事の判断が難しい (50代/女性) 現在の困りごと ”

④ 発達障がいはわかりにくいいため、自己理解も他者からの理解も難しい

“ 自分のおかれている状況が努力不足、性格上のこととして、そのまま自分の中に閉じこめてしまっているのではないのでしょうか (50代/男性) 社会的課題 ”

“ 発達障害って軽度の人もいて分かりづらいし、困り事は多かれ少なかれ健常者にもあるからそれで支援を受ける私たちを“ずるい”という健常者の気持ちはわからんでもないし、理解は進まないと思う (20代/女性) 社会的課題 ”

“ データで計ることができない障害であることが課題のひとつであると思う。計ることはできないが定型者と同じことはできず、困ることは多く体調を崩すことも多い (40代/女性) 社会的課題 ”

“ 誰でもあてはまる症状が多いので、発達障がいは、理解されにくいと思います (50代/女性) 社会的課題 ”

⑤ 障がい者としてオープンに生きることは難しい

“ 例えば50代、60代などでは、自身が発達障がいかもしれないということに気づかないで過ごしてきてそのことで家族などとトラブルになっていること (20代) 社会的課題 ”

“ グレーゾーンの人にとって「障がい」という言葉が重く、自尊心などの理由から、福祉サービスなどの支援を受け入れられない人もいること (20代) 社会的課題 ”

“ 私自身、まだ受け入れができない事もあるのと、人にカミングアウトをすることにとまどいがあるからです (30代/女性) 社会的課題 ”

“ カミングアウトして偏見を持たれたり誤解をされることも多い (40代/女性) 社会的課題 ”

⑥ 家族の理解度によって違いが出る

親が病院に連れてってくれて、診断を受けさせてくれないと、受けられる配慮が減ってしまう
(30代/女性) 社会的課題

申請主義なので理解ある保護者の絶大な加護下ないと恩恵に与りづらい
(30代/女性) 社会的課題

懇談会より ～何が大変か、理解されない～

今までは障がいがあるといっても理解してもらえずに、「誰にでもそんな事あるよ」と言われてしまっていた。ADHDとASDの特性があるという診断書を引っさげて会社に持っていっても、自分の出力が弱いのか、相手の受信力が弱いのか、全く伝わらなかった。自分はすごくすごく、普通の人のおふりをして笑顔を振りまいたりカバーする力だけは身に付けて世間に対処しているのに、「社交性ある」と言われたりしてしまっている。本当は人の気持ちなんて全然わからないのに、「わかるー」と言ったりしている。その苦勞を理解してくれない。(50代/女性)

3 どのような工夫をして生きているか

① 事前準備に多大な労力を注いでいる

銀行は一つにする、デビットカードで使いすぎ防止、期日の決まっている予定は全てスケジュールアプリに登録(40代/女性) 対処法、工夫

TODOリストの作成と定期的な見直し
(40代/男性) 対処法、工夫

② 人の手助けや医療の力を借りることを心掛けている

医師から処方された頓服や薬を飲む
(20代/女性) 対処法、工夫

自分の気持ちが溢れる前になるべく信頼出来る人に相談、話を聞いて貰う(50代/女性) 対処法、工夫

③ 対人関係を限定するか、工夫することで自分を守っている

発達障害をカミングアウトしている相手には機械の文字だけだと感情がわかりづらいと伝えてなるべく重要な話は会ってするようにお願いしている。ラインのスタンプも文字が無いものの意味が分からないので文字入りのものでお願いしている(40代/女性) 対処法、工夫

親密な関係を避ける
(50代/女性) 対処法、工夫

④ ストレスケアを心掛けている

“ ストレスのレベルを数値化しセルフモニタリング
しています(30代/女性) 対処法、工夫 ”

“ イヤーマフをする。決まった素材のものを選ぶ。深呼吸
をする、力を抜く(20代/女性) 対処法、工夫 ”

“ 好きなものをついきゆうする、たのしいをたくさんみつける(40代/女性) 対処法、工夫 ”

⑤ 考え方を变える努力をしている

“ 「大変だけどこんなにできているぞ」と思い込む
(40代/女性) 対処法、工夫 ”

“ できる時だけなんとかやる、できなくても気に
しない(40代/男性) 対処法、工夫 ”

“ 焦らない、悪い方向に考えて自分を追い
詰めない(20代/女性) 対処法、工夫 ”

“ 一般就労で働き、発達障害であることは職場に伝
えましたが、理解や配慮は十分に得られていま
せん。発達障害のことや、どう接してほしいのかを伝
えることは私の課題ですが、それをどう思うかは自
分には一切コントロールできません。自分にできるこ
とを肅々で行い、他の人がどう思おうと自分にと
って最善のものを選択して生きる以外ないと思うよ
うになりました。理解や配慮を求めるには限界があ
ると感じたからです(30代/男性) 社会的課題 ”

懇談会より ～友人や環境を選ぶ～

“ 自分は「言わなくてもわかる」とか、「察してくれ」というのができない。
共感しようとは思いますが、共感性がないわけではなく低い。共感性はあ
っても適切な場面で発揮できない。支援ではないが友人と話していると安
心できる話やすさがあると感じる。それはなぜか？その友人が環境づ
くり上手なのは、自分の気持ちを出しやすい環境や言語化しやすい
環境があるといいなと思う。(20代/男性) ”

4 どのような支援を必要としているか

① 安心できる居場所

“ 発達障害全開でもそのまま受け入れてもらえる
あいポートは、自分にとって羽を休める場所にな
っています。常に日常生活でアラート状態である
ことが多い発達障害の人には休める場所・安心
できる場所が必要(40代/女性) 社会的課題 ”

“ 私のように、あまり悩んでいない…だけれども話すこ
とで少し前向きになれた!それだけでも価値のある場
所であり時間だと思えます(20代/女性) 社会的課題 ”

“ 全国的に見て大人の発達障がいのサポートをしてい
る施設は少ないと思う。あいポートのような場所が普
及すると当事者にとってよい(40代/男性) 社会的課題 ”

② 発達障がい者に利用しやすい福祉サービスが増えること

“ 家事のアイデアと一緒に考えてほしい
片付けのやり方の練習を手伝ってほしい
(30代/女性) どんな支援があると良いか ”

“ お金がない、一人暮らしでも就労支援施設が使
えるとよい(20代/女性) どんな支援があると良いか ”

“ | 時間単位で家事の手伝いなど、低料金でのサポ
ートをぜひ!!! (40代/男性) どんな支援があると良いか ”

③ 発達障がいに関する精神科医療が充実すること

“ 発達障害を診てくれる病院が増えて欲しいです。初診
の予約が取れるまでに何ヶ月もかかる上、診察の待ち
時間も長く、半日を潰すこともあります。医療に繋がる
べき人が繋がるためにもこの状態は改善していかな
いにならないと思います(20代/女性) 社会的課題 ”

“ 失敗体験をしてからじゃないと発達障害の
診断が見つからないのを事前に診断がつくよう
にしてほしい(20代/男性) 社会的課題 ”

“ 心理検査のフィードバックをきちんと行って
欲しいです(20代/女性) 社会的課題 ”

“ カウンセリングが自立支援医療の対象外なので
受けづらい(20代/女性) 社会的課題 ”

懇談会より ～全国に支援があること～

“ 自分は上京してきているが、地元に戻らない
のもあいポートがあるから。地元には親身にな
ってくれてるところがない。あいポートみたい
ところが全国にあればと思う。あいポート
がフロントランナーになって、全国のお手本に
なって欲しい。(40代/男性) ”

～自分のペースで参加できる居場所～

“ あいポートの利用は個別面談からはじまり、徐々
にプログラムに参加していった。人と交流するこ
とが苦手。人の輪に参加することが難しいと思っ
ていたが、グループワークや情報交換会に参加
することができた。あいポートのプログラムは色々
な人の良い意見を聞けることや貴重な体験がで
きることもあるが、自分のペースで参加できるの
が良い。自分のような人も交流の輪に入ってい
きやすい。(30代/女性) ”

5 社会への提言

① 発達障がいに関する理解がすすみ、社会全体が多様性に寛大になること

自由記述の中で最も多かった意見が、社会全体に発達障がいの理解がすすむことへの要望である。「見えにくいわかりにくい障がい」、「誰にでもいくつかはある特性」のために、理解や支援を得ることが難しい、本人にとっても「障害者」として生きることを選択しにくい現状が記述されている。あいポートの面接やミーティングの中でも、最も、発信されることの多い意見である。

② あいポートのような発達障がい専門の地域支援が全国にできること

地域の中に発達障がい専門の居場所、相談場所が必要であることが多く記述されている。発達障がいの診断を受ける人が増えて、教育機関での合理的配慮や発達障がいに特化した障害福祉サービスは、全国に広がっているが、大人の地域支援は少ないため、「同じ悩みをもつ仲間」と出会うことができる居場所、専門的な相談場所を求めている。

③ 発達障がい者が利用できる福祉サービスが増えること

自由記述の中では、経済的な問題と生活管理の困難が多く語られている。具体例としては、就労を目指す就労移行支援事業は原則アルバイトが併用できないため経済的に利用しにくい、障がい者枠でも就労している場合はヘルパー派遣を受けられない実態があるため生活管理が困難になるなど、これまで着目されなかった支援ニーズが記述されている。

④ 発達障がいを診断、フォローできる専門性のある精神科医療が増えること

ほとんどの精神科医療機関で発達障がいの診断を出すようになってきているが、発達障がいの検査と的確な診断、アフターフォローができる専門機関は数少ないため、予約がとりにくい現状である。発達障がいは、的確な診断と特性把握、環境調整が重要であり、専門性のある医療機関が増えることが要望されている。

報告書検討メンバー コメント

発達障害の当事者のライフストーリーの観点からその「生きづらさ」の内容が抽出されている。「こども時代」においては、「いじめや無理解な対応・感覚過敏・集団といった環境への違和感」を強く記憶している。そして「大人である今の自分」にとっては、「日常の暮らし方・集団への自己の馴染めなさ・家族も含めた周囲の人間に対する発達障害の解りにくさ(理解不足)・障害への偏見・差別」が生きづらさの基盤にあることが読み取れる。当事者のニーズとしては、「安心できる居場所」・「障害支援サービス」・「精神科医療の充実」が当事者の声としてまとめられている。最後に、「生きづらさ」を抱える当事者(116人意見)からは社会の提言として4つ集約されている。その中で発達障害当事者にとって「生きづらさ」解消のためには「社会の側が多様性に関して寛大となること」が必要であるとする「障害の社会モデル」の視点を改めて確認することができた。

立教大学コミュニティ福祉学部特別専任教授 結城 俊哉

第6章

利用者懇談会

あいポートの支援と社会的課題をテーマに懇談会を3回開催し、本人たちの意見を聞いた。関係性ができている集団で意見を深めることが目的だったが、結果としてテーマにしばられない自由な話し合いとなり、得難い経験談を聞くことができた。

懇談会で出されたあいポートへの要望については2024年度新たなプログラムに反映している。

個人情報保護の観点から、懇談会の開催にあたり事前に本冊子の目的とコメントの掲載について説明した上で参加いただいた。また、懇談会の文字起こし後に1人1人に掲載内容の確認を行った。あいポートプログラム等で懇談会を行ったが、グループ名は伏せて掲載する。

※利用者懇談会の全文は巻末資料Ⅰ(P44～)を参照

グループ名	懇談会開催日	参加人数
グループⅠ	2023年10月20日	10人
グループⅡ	2023年11月25日	7人
グループⅢ	2024年1月6日	14人

1 あいポートにつながるまでの経緯(ライフストーリー)

前職はクローズで働いており、長男が生まれてADHDの特徴があると妻が病院に連れて行き診断を受けた。自分も仕事での困り感がありADHDかもしれないと思って受診したらADHDだった。妻からは、当事者が集まる場所もあるのでは?と言われて調べたらあいポートを見つけ、相談した。同じような大変さを持っている人となりたい、友達を作りたい希望から土曜クラブに参加したが、みんな仕事をしてはいるが若い人が多くて家族を抱えたりっていう事ではなく少し違うかなと感じて担当に相談し、金曜グループワークに参加した。同じように仕事で悩んだり家族を持った人たちもいて、同じ思いを持っている人がいるという認識を持てた。これからどう進めばいいのか真剣に学べた。参加していて安心できるのは、やはり否定をされない環境。何かを話すと、みんながその一人のために一緒に考えてくれたり、グループで特性を話しどうやっていけばいいのかを考える場所として安心できるルールがあって通い続けられている。(40代/男性)

自分は小学校の時から診断が出ていて、自分でも発達障がいだと知っていた。小学校、中学校と特別支援学級を利用してここで支援を受けて自立していくなだろうと勝手に思っていた。高校はチャレンジ校で周りには発達障がいがあったり不登校だったりする人が集まっていた。発達障がいは治せないけどこうやって一般に近づいていくのかなと思っていた。だけれども専門学校に入ってから一気に落ちてしまって退学した。そうやって初めて発達障がいって根深いんだなと感じた。あいポートは自分の中ではリカバリー。大人になってからの立て直しができる場所。自分は今まで助けられていたんだな、自分がどこまでできていたのかな。漠然とした気持ちのままでもここに来ることで自分の調子が保てている。(20代/男性)

2 あいポートを利用する意味

仲間と情報交換できる

あいポートの利用はわりと最近の利用。発達障がい者の交流はここが初めてなのでなんでも新鮮。今までは発達障がい者としては一人ぼっちで周りを頼らず、全部一人で解決しようとしていた。同じ仲間と実生活にそった情報交換ができるのは大きい。同じ悩みの人があると分かるだけで心持ちが違、自分の工夫が他の人のヒントになったりするのがうれしかった。情報交換会の他、利用しているのが土曜クラブ。今まで同年代との交流がない特殊な学生事情だった。この年になって土曜クラブとかに参加して放課後ってこういう感じのかなと思った。土曜クラブがあると生活のモチベーションは違う。(30代/女性)

孤独感が和らぐ

ここに来る前に比べて孤独感が和らいだ。これまで周りに発達障がいの人はいただろうが、知らされていない、オープンにしていなかったりするだろう。自分は診断されて安心した。あいポートはみんな同じ障がいがあるということで孤独が和らいだ。GWやプログラムに参加しているが、色々な体験ができた。昨日はアロマだったり、演劇、布コラージュだったり、多分ここに来ていなかったら自主的に興味を持っていかなかった。やってみて楽しいなと思えることがまだ数か月だけど続いている。そういう体験をして充実感を得られていることが自分を支える柱になって孤独が薄まった。また、ルールの確認があったり言いっぱなし、聞きっぱなしだったり否定されないというルールがあいポートの空気の根底にあると思う。それも、ここだったらダメと言われない安心感がある。(20代/男性)

3 社会と自分に必要なこと

お金に関するサポート

就労移行支援事業所に通っているがアルバイト禁止。発達障がいの人はお金で苦勞するのでお金に関するサポートがあるとよい。お金に関することは大事だと思う。あとは恋愛のこと、性に関するサポートがあるとよい。新聞などを読んでも性に関することは色々と議論されている世の中になってきている。発達障がいの人たちは女性が被害に遭いやすいと聞いているのでそういう被害を防ぐような教室とかあってもよいかと思う。子育て、夫婦問題(カサンドラ)で苦勞している。離婚やトラブル、パートナーがうつになることも多いと聞く。子育てやカサンドラに関するサポートも必要なのかなと思っている。(30代/男性)

こどもの気持ちを聴く

こどもの発達障がいについて。本人の声が大事だと思う。こどもの意志を無視して、無理やり会に参加させていじめられたとかの話聞く。参加させることも大事だけれども、こどもの気持ちを無視するのはダメ。こどもの意志を聞いて耳を傾ける態度をもってほしい。また、こどもの失敗を誇れるようにしてほしい。トラウマを抱えさせないことが大事だと思う。失敗しても自分の糧にできるように。成長は大人になっても続く。あるとき(理解が深まって結びついたとき)ドンと成長したりする。それは20歳以降も続いている。親にもそこを理解してもらい、「〇〇歳だからこうしなさい」とではなく、足りないところだけ後押ししてあげるなど。そういった関わりをしてもらえると大人になってからの人生が豊かになっていくと思う。(30代/男性)

情報をキャッチするきっかけ

“今まで支援を受けるやり方を知らなかった。一人で何でも頑張っていたが過剰な自立をしようとして親との関係がおかしくなったりとか夫婦間の関係もおかしくなって全部抱え込んでいた。情報へのつながり方は自発的に勉強してきたことで今は分かるようになってきたが、情報キャッチできるまでが大変だった。情報を知るきっかけがなかった。発信の仕方がたくさんあるといい。YouTubeとか、発信はとにかくなんでもいいので情報をキャッチするきっかけがあるといい。(30代/女性)

家族相談の場所

“母も発達障がいがある。教育の面では気持ちが不安定で自分を責めて、OD してしまい入院となった。発達障がいの(子の)両親は「自分がやらないと、頑張らないと」と気持ちをため込み過ぎて爆発してしまった。爆発を防ぐためにももっと気軽に相談できる機関があるといいし、増やした方がいい。母もどうしても家族に強く当たってしまう。発達障がいのある子を持つ親の相談先が必要。職場ではこの人仕事できるなどなっても発達障がいを理解していない人がいて、業務上で強い言葉で当たってしまって深く傷つく人がいる。発達障がいの理解が広まってほしい。(20代/男性)

あいポートの必要性のアピール

“あいポートは板橋区の委託だが、対外的なアピールをしてほしい。区役所や区議会にあいポートだからできていること、利用者からこれだけの評判を得ているなど直接PRしてほしい。区で事務事業報告書を公開しているがあいポートの部分は人件費や予算などざっくりした報告しかなく、「これじゃいけないんじゃないの」とか「そんなにリソースさけない」とか言われたいよう、定期的にアピールしたい。(30代/女性)

やるべきことは自分にある

“会社や社会にこうしてくれということは特になく、むしろ逆。実社会の中で自分たちはどう過ごすのか、求めるのはその後ではないかと思う。発達障がいと分かった時に勤めている会社に診断書を出したが、しまわれてしまった。後日、診断について会社の人と話した時に「発達障がいがあるからだからなに?そんなに甘くないよ」と言われて憤慨した。もう少し話をしてみたらそれでもあなたと一緒に仕事がしたい、自分に足りないところがあることを会社は理解してくれ、その上で足りないところは改善しながら会社やお客さんの為にあなたの持っている力を活かして欲しいと言ってくれた。一般雇用の会社では発達障がいへの理解や配慮に限界がある。自分で自立していくために自分でできることを自分で考え、本当に困った時にあいポートを利用させてもらおうと自分は思った。幸せに生きていたいと思うならそれは避けられないなと思っている。(30代/男性)

環境整備の努力

“クローズで働いている人がオープンにしやすい環境になるといいなと思う。本当はオープンで働きたいのだけれども、クローズにしないと経済的に厳しいとか色々あるが、実際にクローズで働いたら無理だった、という人もいる。一部の人にはオープンで、クローズ状態で働くといった環境があれば長続きするという人もいる。環境を整えるのが大事だと思った。(30代/男性)

関係者寄稿

東京家政大学子ども支援学部特任教授

新井 豊吉

『居場所であるために』

利用者さんたちのアンケートを読ませていただき、あいポートに多少関わらせていただいている者として、この場所が皆さんにとってどのような場であるのか、またどのような場であることが望まれるのかを考えてみました。

発達障害のある方々は、診断名は同じでも育った環境も違えば状態像も違います。つまり100人のASDの方がいれば100通りの状態像があります。それでもいくつかのニーズのまとまりはできると思います。

まず、あいポートが「安全基地」であることが基本となります。目的は何であれ、行きたいと思える場所であることが大切です。それには思ったことが発言できること、否定されないこと、自分の身が守られる場であることが必要です。

次に、学校の代わりになるような学びの場であることです。もちろんプログラムに必ず出なければいけないということではありません。しかし、人が集まれば、そこにはコミュニティが発生します。ここには自分が参加したい内容で参加したい規模の集団に、自由に参加できるという環境があります。その中で人とのかかわりを学ぶ人も集団で行うことの楽しさを知る人もいるでしょう。職員が学校で言うところの教員やカウンセラーとなり、利用者さんの相談相手、話し相手となっていることと思います。ニーズに応じてプログラムもさらに充実していくことでしょう。

最後にわたしが期待していることは、あいポートが安全基地となり、ここを起点として利用者さんたちが社会に出て行って地域で生き生きと生活していくことです。その方法は様々です。あいポートにいて安定した状態を保ち、少し地域に出て行って戻ってくる人、また、一週間地域で生活し一日だけ戻ってくる人、一か月に一度戻ってくる人、それぞれが必要なときに戻ってきてエネルギーをためられる場所となることが大切ではないかと思っています。

東京都発達障害者支援センターおとな TOSCA です。おとな TOSCA は東京都在住、在勤の18歳以上の方を対象として、1ヶ月間に200件ぐらいの発達障がいに関わるいろいろな相談をお受けしています。近頃「発達障がいに特化している日中の居場所を探している」と相談を受けることが増えてきました。ところが居住区によっては発達障がいに特化している日中の居場所や相談所(センター)の設置がない地域もあるため、案内をするのに苦慮しております。

今回の利用者アンケート調査結果から、成人期の発達障がいの診断時期が、18歳未満→32%、18歳以上→62%と約倍近くになっていることから、成人になってから何らかの困りごとに直面したことが考えられ、社会から要求される水準も高くなり自立を求められ、特性が顕在化しているものと思われます。10数年前に比べれば、発達障がいを診れる医療機関はかなり増えてはおりますが、成人期のニーズを考えると、さらに医療機関を増やす必要性を感じました。

また、「あいポート」は、等身大のありのままの自分で無理をせずに利用者が安心できる心理的安全基地であると感じ取れました。また、いろいろな問題を抱えながらも、ボランティアや社会貢献を希望される利用者が多かったことに驚きましたが、発達障がいの特性から一人でいるのが好きなように見えても、孤独でありたいと感じている人は多くないように思えます。「あいポート」の経験を活かして社会とのつながりや人とのつながりを求めていることが推察され、活動で培ったノウハウや経験が、社会へ一歩踏み出すときの後押しになっているのでしょう。

報告書検討会の概要

1 報告書検討会の実施

	実施日	参加人数	内容
1	2023年9月4日	6名	スーパーバイズ(内山登紀夫) ・調査方法、アンケート設問等の検討
2	2023年9月22日	6名	当事者家族ヒアリング(IJの会、東京都自閉症協会) ・アンケート設問等の検討
3	2023年10月31日	22名	2023年度 第2回あいポート運営委員会 ・アンケート設問等の検討
4	2023年12月11日	13名	スーパーバイズ(内山登紀夫) ・アンケート集計中間報告、集計まとめ方について
5	2024年2月27日	17名	2023年度 第3回あいポート運営委員会 ・アンケート集計結果報告、報告書の検討
6	2024年3月18日	14名	スーパーバイズ(内山登紀夫) ・アンケート集計結果報告、報告書及び概要版の検討
7	2024年7月5日	24名	2024年度 第1回あいポート運営委員会 ・報告書及び概要版の検討
8	2024年8月22日	5名	運営委員長、事務局 ・最終確認

2 報告書検討メンバー

運営委員

氏名	所属等	備考
結城 俊哉	立教大学コミュニティ福祉学部特別専任教授	委員長
鈴木 正子	板橋区発達障害児者親の会 (IJの会) 代表	副委員長
白石 敏枝	板橋区発達障害児者親の会 (IJの会) 副代表	副委員長
秋吉 麻帆	地域活動支援センタースペースピア センター長 (社会福祉法人 JHC 板橋会)	
尼子 創一	東京都立板橋特別支援学校 校長	
今井 忠	NPO 法人東京都自閉症協会 副理事長	
加藤 進昌	東京都発達障害者支援センター (おとな TOSCA) ／公益財団法人神経研究所 理事長	2024 年度より
長瀬 美香	板橋区子ども発達支援センター 所長	
中村 博志	板橋区立障がい者福祉センター 次長	
長谷川 司	あいポート利用者	2024 年度より
米山 明	全国療育相談センター センター長／心身障害児総合医療療育センター	
石野 哲朗	練馬区立光が丘障害者地域生活支援センターすてっぷ施設長	2023 年度まで
匿名	あいポート利用者	2023 年度まで

スーパーバイザー

内山 登紀夫 (福島学院大学副学長 / よこはま発達クリニック院長)

事務局

所属	氏名
板橋区障がい政策課相談事業推進係 (※2024年度から)	小田、三田、青山
板橋区障がいサービス課地域支援係 (※2023 年度まで)	家田、國枝、大波、古谷野
板橋区発達障がい者支援センターあいポート	小山、阿部、横田、穴澤、奥川、澤田
ココロネ板橋相談支援事業	國仲、坪内

※2024 年度より、板橋区事務局が障がいサービス課から障がい政策課に変更となった。