



# 世田谷区受託事業「みつけばルーム」 ピアサポートの実践から

NPO法人 東京都自閉症協会 副理事長  
みつけばルーム 代表代行

尾崎 ミオ





# 「みつけばルーム」の背景

東京都自閉症協会では、

2004年よりピアサポートを行ってきた。

- 高機能自閉症・アスペルガー部会（2003年）
- 本人部会（2004年）ヤングアスペチーム（2005年）
- A S N（アダルトスペクトラムネットワーク）として再編成

親 & 支援者の支援目標と、本人のニーズには  
「ズレ」が生じることが多い！





# 「みつけば」の背景

- 東京都自閉症協会は世田谷区から受託を受け、2012年よりサポステで自己認知促進プログラム「みつけば」を実施。
- 発達障害の成人当事者によるピアサポート（ピア＝同じような境遇の人、仲間）を通じ、社会参加へのモチベーションを高めることを目的とした。





# 「みつけばルーム」とは？

## 対象

- 区内在住の概ね15～25歳の若者で、発達障害と診断されている人、もしくは、診断されていないが発達障害の傾向がみられる人。登録制。

## 実施場所

大蔵二丁目複合型子ども支援センター3階





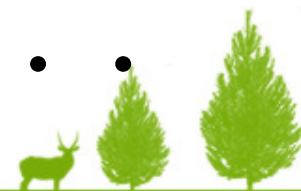
# 支援状況等に関するアンケート

(平成27年8月実施)

世田谷区の発達障害の子を持つ親、当事者に、  
関係機関を通じ、約1500配布。

- 発達障害児相談・支援センター「げんき」
- 発達障害就労支援センター「UNI」
- 「東京都自閉症協会」 世田谷区在住会員
- LD親の会「にんじん村」

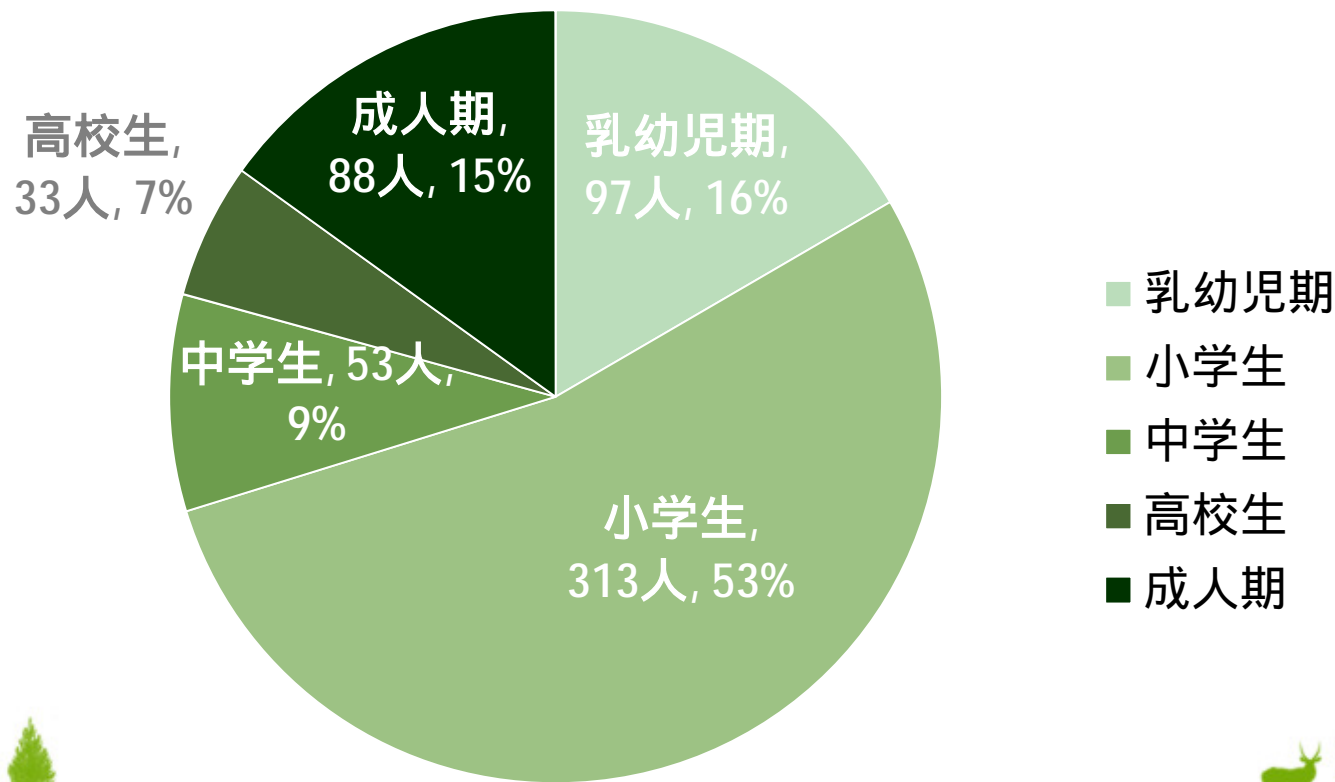
etc・・・



# 支援状況等に関するアンケート

(平成27年8月実施)

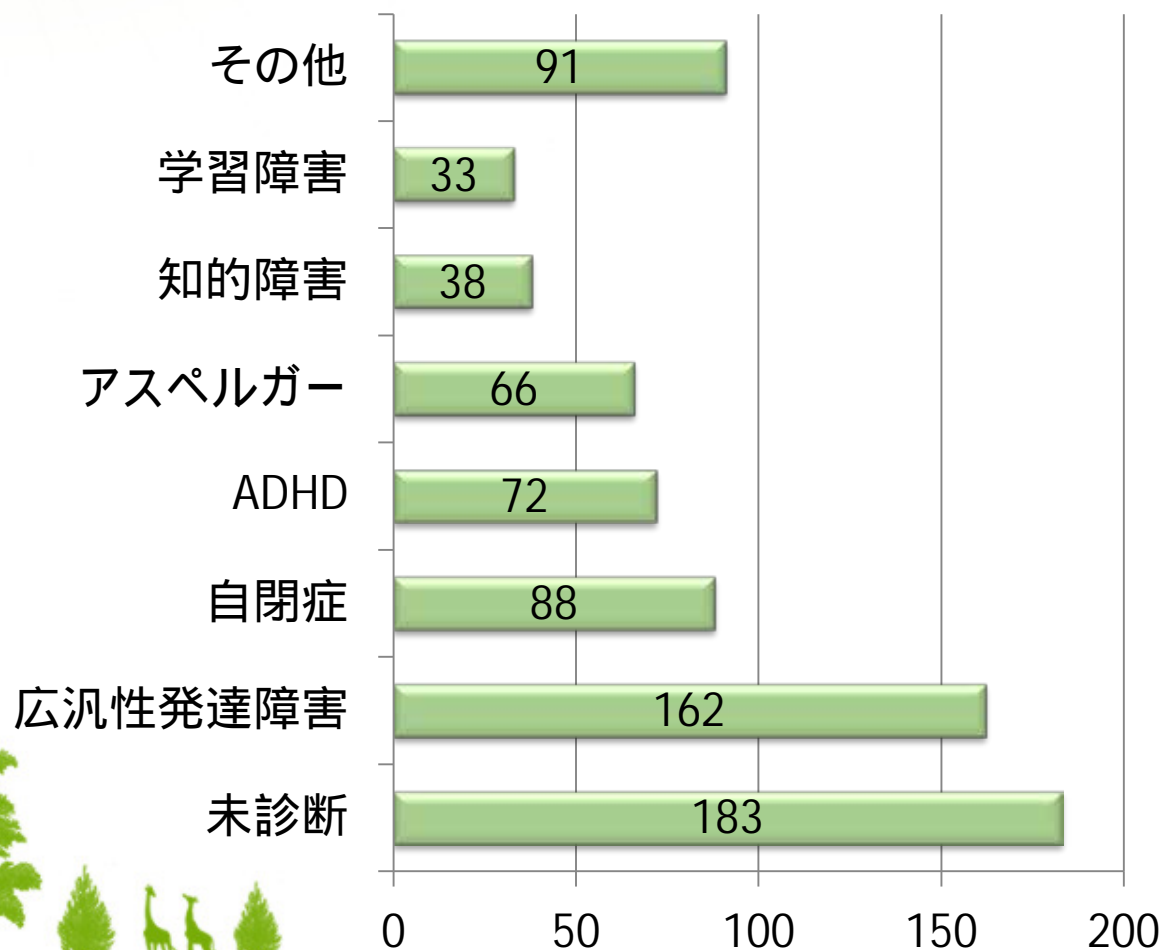
- 有効回答件数595件。年齢は2歳から57歳まで幅広く、平均年齢は12.4歳。




# 支援状況等に関するアンケート

(平成27年8月実施)

- ・ 診断については、未診断が183件（31%）。






# みつけばルームの特徴

実施日時 火曜～土曜（11時～19時）



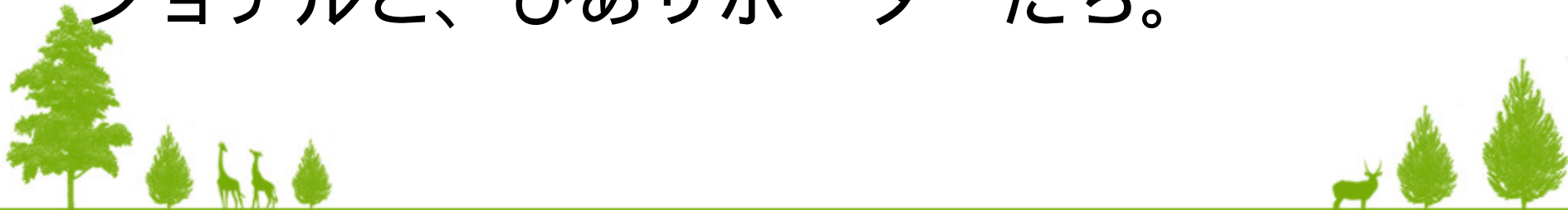




# みつけばルームの特徴

- 多彩なワークショップと外部講師

学校など既存の居場所に「なじめない」と違和感をもっている利用者のために、さまざまな体験が楽しめる多種多様なワークショップを準備。講師をつとめるのはそれぞれの業界でその道を極めたプロフェッショナルと、ぴあサポーターたち。



# みつけばルームの特徴

放送作家



フード  
コーディネーター



アーティスト



アーティスト



ビオトープ管理士







# みつけばルームの特徴





# みつけばルームの特徴





# 事業のコンセプト

- 「彼ら」 「我ら」
- 「自己認知」 「自己表現」
- 「ニンゲン関係」 「共存」
- 「社会適応」 「ゆるサバイバル」
- 「沼」 「川」







# 「彼ら」 「われら」

- ・ スタッフは発達凸凹の当事者（ピアサポーター）と、臨床心理士や社会福祉士などの専門職12名。
- ・ 認知や感覚が異なる発達凸凹の当事者がマジョリティの世界で生き抜くためには「モデル」や「仲間」の存在が必要。





# 「自己認知」 「自己表現」

- ・ 自分を知っていく過程においては、  
母国語を話せる・自分を表現できる経験  
が重要
- ・ 自己表現ができてこそ、他人や社会に  
自らの意思でコミットしていける。





# 「ニンゲン関係」 「共存」

- ・ リラックスできる環境づくり。
- ・ 「ホンモノ」にこだわる。
- ・ 自然や生物とふれあう機会をつくる。  
（苦手な）対人関係に集中しすぎない  
ミクロもマクロも大事 （アラン・ド・ボトン）







# 「適応」 「ゆるサバイバル」

- ・ 「マジョリティ」の文化に適応すること  
だけを目標にしない（オン・オフが必要）
- ・ 自分のペースで社会にコミットする
- ・ 「ゆるしあう」「ゆるめる」  
「ゆるやかに」





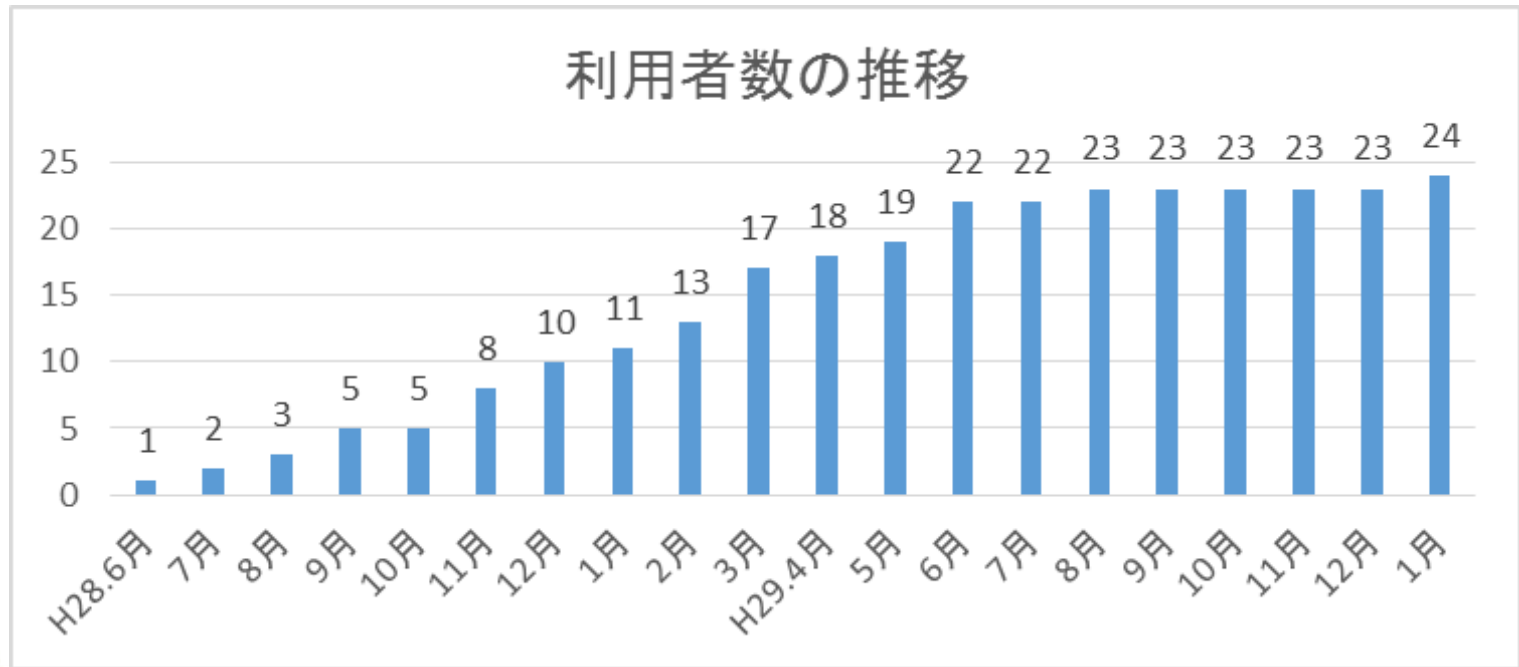
# 「沼」 「川」

- 基地であり、オアシス。  
けれども沼であってはいけない。
- 多彩なワークショップと外部講師により  
価値観、ライフスタイル、仕事の多様性  
を伝え、外の世界への興味をひきだす。



# みつけばルーム利用者の状況

- のべ利用者数 約400名
- 利用者数24名（2018年1月現在）





# 「生きづらさ」の悪循環を切る！

- 自信がない。コンプレックスが強い。
- 仲間（友だち）がいない。
- 遊びの経験が少ない。
- 不安が強い。失敗が怖い。

## 必要なのは.....

- あるがままの自分が認められ、存在できる場。エネルギーを充電するため、自由に好きなことを表現できる場。





# 健常者モデルからの脱却

- 仲間と共に安心した環境で、  
経験を積むことにより、  
エネルギーを充電し、  
次のステップに進むことができる！

ハッピー・ヘルシー  
エンパワーメント！





ありがとうございました！

<https://www.facebook.com/mitsukeba/>

