

研究ノート

# 自閉スペクトラム症の成人における 社会生活の実態について —余暇・社会的ネットワーク・自己決定を中心とした 生活の質—

Social Life in Adults with Autism Spectrum Disorders  
—Quality of life with a focus on leisure, social networks, and self-determination—

畑原 幸貞

中京大学大学院社会学研究科修士課程

## 論文要旨

本研究は、自閉症スペクトラム症の成人における余暇・社会的ネットワーク・自己決定による先行研究をレビューしたものである。自閉スペクトラム症にとっての余暇は、孤立した活動が主であり、コミュニティの活動に参加している人がいる一方で、そうでない人も多く存在している。社会的ネットワークは、社会的なつながりを求めているが、社会的孤立になりやすく、コミュニティに参加するためには、継続的な支援が不可欠である。自己決定は、職場や学校等の周囲の人から排他的な扱いをされることが影響すると報告されている。そのため、自閉スペクトラム症の人が自己決定できるためのサポートが必要となる。

自閉スペクトラム症の人たちの我が国における余暇支援のあり方をはじめ、自己決定の機会の保障や社会的ネットワークによる支援体制の構築について、十分な検討が行われていないため、今後さらなる調査研究が必要である。

キーワード：自閉スペクトラム症 (autism spectrum disorder)

余暇 (leisure)

社会的ネットワーク (Social Network)

自己決定 (self-determination)

## 生活の質（quality of life）

### 1. 我が国の障害福祉施策

我が国は、2014年に『障害者の権利に関する条約』（障害者権利条約）<sup>(1)</sup>を批准し、障害者の権利を尊重し、その権利を実現するための措置を講ずることとなった。その批准に向けて、様々な国内法令の整備が行われた。まず、2011年に障害者基本法が改正され、障害者の権利を保障し、自立及び社会参加を促進することが目的となった。従来の「医学モデル」から「社会モデル」へ障害の捉え方の転換となった。それに伴い、2012年に障害者総合支援法が成立し、制度の谷間にあった難病を含む障害者が障害福祉サービスを利用できるように法整備が行われた。また、2013年に障害者差別解消法が成立し、障害者が社会生活を営む上で合理的配慮が求められるようになった。

その中で、我が国の障害者の地域生活への動向やその取り組みについて、令和4年版障害者白書<sup>(2)</sup>によると『地域生活を支える拠点としての体制整備について、障害者の重度化・高齢化への対応や親亡き後を見据えて、地域生活への移行・継続の支援と地域生活における安心を確保するために地域生活支援の体制整備が進められている』とある。このことから、障害者の地域生活のあり方について検討が求められる。その指針となっているのが、「障害福祉サービス等及び障害児通所支援等の円滑な実施を確保するための基本的な指針」（平成18年厚生労働省告示第395号）<sup>(3)</sup>である。共生社会を実現するため、障害者等の自己決定を尊重し、その意思決定の支援に配慮するとともに、障害者等が必要とする障害福祉サービスやその他の支援を受けつつ、その自立と社会参加の実現を図っていく。

#### 1-1. 我が国の余暇・社会的ネットワーク・自己決定の研究

自閉スペクトラム症（以下：ASD）者が親亡き後、地域で自立した社会生活を送るためのプラットホームが不可欠である。そのため、自分らしい生活を支えるため社会的ネットワークの構築や自己決定が尊重される生活を送るためのサポートが重要になる。山城（2019）は、自分らしい生活を送る上で個人的活動や趣味的活動等の余暇も社会的ネットワークの構築・拡大に必要な要素であると述べている。そのことから、余暇が社会的ネットワークの構築に関与する可能性が示唆された。

ASD 者の余暇が地域生活にどのような影響を与えているのか、地域生活を支えるための社会的ネットワークが ASD 者にどのような影響を与えているのか、自己決定の機会が自分らしい生活を送るためにどのような影響を与えているのか、また、それらに関連する要因の実態を把握することが、ASD 者の生活の質（以下：QOL）の向上にどのような効果をもたらすのかを明らかにすることの意義は大きいと考える。しかし、我が国における余暇や社会的ネットワーク、自己決定についての研究は少なく、そのため、ASD 者が自分らしく地域生活を営む上でどのようなサポートが必要であるのかが明らかとなっていない。

## 1-2. 我が国における自閉スペクトラム症の余暇の実態について

我が国における ASD 者の余暇については、2012 年度に厚生労働科学研究補助金事業において課題として取り上げており、その報告書の中で、余暇支援は地域の中で誰とつながって暮らしていくのかを考える上で重要な視点であるものの、その実態把握はされていないことを指摘している（辻井、2014）。また、厚生労働省の 2016 年度の障害者総合福祉推進事業で発達障害者の当事者活動支援に関する調査をしているが、その中で、当事者活動として茶話会や交流会などを開催していることが確認できる。しかし、そうした当事者活動は当事者のみで運営面を担っていることから、問題も生じやすく維持管理の難しさを指摘している。

辻井（2014）は、余暇をひとりで過ごすことは大切であるが、同じ趣味を持つ同士で活動したり、意見交換したりできる機会の提供をしていくことが余暇支援で大切であることが示唆している。そのため、我が国における ASD 者の余暇についての取り組みの実態についてさらに把握が必要である。

## 2. 諸外国の余暇・社会的ネットワーク・自己決定の研究

### 2-1. 余暇

余暇の時間は障害の有無に関わらず自分らしい生活を送るために欠かせない要素の一つである。M. Louise ら（2022）は、余暇は人々にとって有意義で楽しく好きな活動や生活体験に従事するための非常に多様な機会を提供するものであると述べている。また、Milena P ら（2000）は、貧困層の女性を対象に余暇活動への意義について、仕事の満足度が少なく、世帯収入が低い

貧困層の女性においても、余暇活動への参加は、不安 / 抑うつ症状といった精神状態の改善をもたらし、ウェルビーイングに重要な役割があると述べている。

その中で、A. Cara (2009)は、障害者の余暇研究は十分にされてきておらず、障害者の声に耳を傾けて、関わることが重要であると言及している。

ASD 者の余暇の現状について、M. Badia ら (2012)によれば、ASD 者の余暇活動はひとりで過ごしていることが多く余暇活動の参加が制限されると報告されている。SC Folta ら (2022)の研究でも、ゲームやビデオ、Youtube、Netflix、ネットサーフィンなどが最も多いと述べている。また、H.F. Erinn ら (2018)によればゲームをプレイすることが自分らしい生活を送る上で良い影響を与えていると述べている。これらのことから、孤立的な余暇でも心理的幸福を与える影響があることが明らかとなった。

ASD 者の余暇の役割について、Stacey.T ら (2019)によると、余暇活動はQOL 向上に寄与し、ウェルビーイングにとって重要であると述べている。孤立した余暇活動のみがASD 者のQOL に寄与するだけでなく、J.R.Nicole ら (2019)によれば、身体活動の参加を増加させることや多様な社会的関係を通じることがQOL を高める可能性があるとし唆されている。A.C. Lauren ら (2022)は、余暇活動やレクリエーション、コミュニティ活動に参加しているASD 者もいる一方で、そうでない人も多く存在していると述べている。これらから、ASD 者の余暇は、孤立した余暇活動であってもQOL の向上や心理的幸福感などにつながっていることが明らかになった。その上でレクリエーションやコミュニティ活動に参加することでさらにOQLが高まる。しかし、多くのASD 者は身体的な活動や友人・知人といったコミュニティに参加しての余暇活動が乏しい現状が浮かび上がった。

## 2-2. 社会的ネットワーク

先行研究からASD 者の余暇は孤立した活動が多いことが浮き彫りとなった。レクリエーションやコミュニティ活動がASD 者の交友関係や社会的つながりにどのような役割があり、どのような効果があるのだろうか。GS Liptak ら (2011)によると、ASD 者の多くは、友人関係が乏しく年齢が上がるにつれて孤立になりやすい傾向があると示唆している。また、C.T Megan ら (2014)によると、ASD 者の多くは、自身が孤独を感じることによっ

て他者との社会的接触から孤立していると述べている。また、E.Huttenら(2022)は、障害の有無に関わらず、年齢が上がるにつれて孤立していると感じる成人が増加することを明らかにした。ASD者が孤立によるメンタルヘルスへの影響について Hymas. Rら(2022)は、孤独と不安/抑うつ症状との間に有意な相関関係があることを示している。

そのため、K.Graceら(2022)は、ASD者にかかわらず、社会的つながりを求めるのは人間共通の基盤であると述べており、Cook Julia(2022)よれば、ASD者は、社会的つながりを求めるため多様なカモフラージュ行動や戦略的行動を用いて社会生活を送ることを明らかにしている。

このようにASD者も社会的つながりを求めているため、社会的ネットワークの支援が必要になると考えられる。G.I.Orsmondら(2013)によると、ASD者が仲間やコミュニティとの社会活動に参加できるようにするためには、継続的な支援が必要であることを述べている。Wei Songら(2022)は、ASD者の家族環境がコミュニティ参加に与える影響について研究したところ、配偶者や同居人と住んでいるASD者は、家族と同居している成人よりも地域活動に参加する頻度が高いが、多様な活動に参加しているわけではないことを明らかにしている。

ASD者の社会的ネットワークについては、年齢があがるにつれて孤立を感じやすく、社会的孤立をしないようにさまざまなカモフラージュ行動や戦略的行動を取り、工夫しながら社会的つながりを保っていることが明らかとなった。また、社会的孤立と不安/抑うつ症状のようなメンタルヘルスと関連がすることが示され、家族からのサポートやインフォーマルな支援が社会的ネットワークにもつながるきっかけとなり、コミュニティへの参加によりQOLが向上することにより孤立感を軽減させることが推察される。

### 2-3. 自己決定

余暇を含む日常生活において自己決定をする機会は、障害の有無に関わらず自分らしい生活を営む上で重要な要素である。SY Kim(2019)は、自己決定が就労状況や社会参加、権利擁護、ポジティブなアイデンティティ、ストレス管理の領域に対して影響があると述べている。しかし、ASD者の自己決定は、ASD者でない人と比べて、その機会が少ないと言われている。その要因として T.H.Sandyら(2023)によると、周りの人からの差別的な扱い

を受けた経験が影響しており、また、Brianneら（2022）によると、ASD者は自己決定するためのスキルが乏しいため、自己決定のスキルを養うプログラムが必要であると説いている。White.Kら（2018）によると、ASD者は自己決定を保障するためのサービスや支援を受けることで、自己決定の獲得や機会が増えることでQOLの促進につながると示唆している。

しかし、自己決定を支援するサポートだけでなく、Rouxら（2015）によれば、ASD者は高校卒業を機に必要なサポートやサービスが減少することで支援が受けにくくなるという現状があると述べている。N. Frielinkら（2021）は、ASD者に対する専門的なサポートが日常生活で最適に機能することが不可欠であると言及している。そのため、ASD者の自己決定の機会の保障を含む適切なサービスや支援を活用できることが必要になることが示されている。

#### 2-4. 生活の質

ASD者に限らず、すべての人にとってQOLの向上は社会生活を営む上での重要な課題である。特にASD者のQOLについてHM Chiangら（2014）は、一般的な人と比べて低いと報告している。その要因としてSáez-Suanes.G.Pら（2021）やIsaac C. Smithら（2019）によると、不安や抑うつ症状等の精神病理を併発していることや、Bishop F.Lら（2018）による、ストレスとQOLの関連について、ストレスが多いとQOLが低下することが挙げられる。そして、ASD者のQOLを向上させるためには、自己決定を含むさまざまなサポートが不可欠であることも言及している。

また、Lauren B.Fら（2017）は、ストレスを緩和させるには、レクリエーション活動に参加することを挙げている。しかし、レクリエーション活動に参加したいと想起される過程において、自己決定がどのように関連し、影響しているのかについても明らかになっていない。

ASD者のQOLの向上には余暇活動やレクリエーション活動が大切であるが、これらに参加したいと想起させるためのサポートが必要であり、そのあり方について明らかにすることが求められる。

### 3. 考察

#### 3-1. 余暇が社会的ネットワークに与える影響

先行研究から ASD 者の余暇は孤立した活動が主であるとされており、制限を受けていることが明らかとなった (M. Badia ら, 2012)。ただ、社会的ネットワークの先行研究にあるように、ASD 者は年齢が上がるにつれて一般的な人と比べ孤立になりやすい傾向にある (GS Liptak, ら 2011)。ASD 者の特性には、社会性やコミュニケーションを用いた対人関係の苦手さがあることから、自ら社会に対する関わりを作ることに抵抗があることもその理由の一つであることが考えられる。社会的ネットワークを構築し、コミュニティに参加できるためには、このような特性に対するサポートを含め、G.I.Orsmond ら (2013) が示すように継続的な支援が不可欠であることが考えられる。また、社会的孤立から不安／抑うつといったメンタルヘルスに影響を及ぼすことが明らかになった (Hymas, R ら 2022)。それらのことから ASD 者は、年齢が上がるにつれて他者から孤立状態になりやすく、さらに地域コミュニティからも孤立されやすくなることやメンタルヘルスが悪化しやすいことが明らかとなった。これらの先行研究により ASD 者の地域生活の実態が明らかとなったことから、余暇活動が誰かとつながれる機会を提供し、社会的孤立から脱却できる可能性を秘めていることが推察される。

しかし、ASD 者はゲームやビデオ等の余暇活動をひとりででしたり、見たりすることが多く、友人やパートナーと過ごす機会や経験が不足している (SC Folta ら 2022 ; GS Liptak ら 2011)。それは、一般的な余暇の過ごし方と異なると言えるだろう。そのため、余暇を通じた社会的つながりがあるとは言いきれない。その要因として一つ挙げられることは、ASD 者の多くは、学校や職場等で排他的な経験を受けたことが関与していることである (Koegel, R, 2013)。ASD 者の中には、対人関係やパーソナルネットワーク等の社会的なつながりを求めたいと思う一方で、誰かとつながることに対して不安や恐怖を感じているのではないだろうか。ASD 者がコミュニティの中でネガティブな経験をしていることから、周囲からの合理的配慮を受けながら、安心してコミュニティに参加できる社会的ネットワークの構築が求められるが、そのための支援については、本人への直接的なアプローチだけでなく、その人がネットワークに参加できるための周囲の理解啓発や環境調整も必要であり、誰かとつながれる機会を保障することが不可欠である。

ただ、先行研究では、ASD 者の余暇を通じた社会的ネットワークの構築の可能性について言及しているものはなく、ASD 者にとって余暇活動に対する安心したサポートが日常生活にどのような影響があるのかが明らかになっていない。我が国における、ASD 者の余暇が地域生活を営む上で、どのように対人関係を築き、どのような社会的ネットワークを構築していくのか、また ASD 者の個々の特性などに応じたサポートのあり方について明らかにすべき点であろう。

### 3-2. 余暇と自己決定の可能性

ASD 者にとって自己決定は、余暇とともに QOL を高める上で欠かせない要素の一つである。しかし、これまでの研究では、ASD 者の自己決定の機会が少ないことが明らかとなっており、その要因が対人関係に起因するとされている（T.H.Sandy ら 2023）。また、自己決定の機会が少ないことの影響には、人権侵害や、社会参加が乏しくなることも指摘されている（SY Kim2019）。この自己決定の機会の欠如は QOL が低下することも懸念される。

ASD 者の余暇と自己決定の関連について考えてみると、自己決定は、Brianne ら（2022）の研究によると学校より自宅の方が自己決定をする機会の割合が高いことが示されている。先述したように ASD 者の余暇は、ゲームやビデオ等といったひとりでできる活動が多いと明らかとなっている（SC Folta ら 2022）。それらは、自宅で過ごす余暇が ASD 者の自己決定を保障する機会と関連するのではないだろうか。ASD 者が孤立した余暇に傾倒する要因として自己決定の容易さが考えられるのかもしれない。しかし、両者とも QOL の向上に欠かせない要因であるが、その関連については、明らかになっていない。ASD 者にとって余暇活動が自己決定を保障する機能を果たすことが社会参加の礎になるとかもしれない。

それらのことから、ASD 者が自分らしい生活を営む上で自己決定が尊重されることは重要であると考えられる。しかし、我が国において、意思決定支援のガイドライン<sup>(4)</sup>に記載されてある通り、その対象者が成年後見制度や福祉サービスを利用している認知症や知的障害の人を前提としており、サービスを利用していない ASD 者の自己決定におけるサポート体制が整備されていない。

そのため、ASD 者の特性に応じた、自己決定支援から自己実現につなが



るような支援を整理することや社会に対して働きかけをして支援体制を整備するなど具体化させていくことが大切であると考えられる。

ASD 者の中には、相手の意図を汲み取ったり、自分の思いを伝えたりすることが苦手な人がいる。そのような人にとって自己決定をすることは、難しい場合がある。自己決定をするためには、複数の選択肢から自分や周囲が最善と考える物事を選択することであったり、その選択できるものについて理解することであったり、それを選択することで周囲がどのような反応を示すかといったイメージができるのかなどのさまざまな能力を必要とする。また、本人が選択したことでポジティブな結果につながった経験をしていることが、自己決定を促す要因の一つであり、分からないことやイメージできないことに対して周囲にサポートを求められたり、周囲が本人に理解できるようなサポートをしたりすることが必要になるだろう。

自己決定に困難を示す ASD 者において、適切なサポートを受けられることが自分らしい生活を営むことができる要因の一つになると考えられる。

### 3-3. コミュニティによる余暇活動に対する生活の質

ASD 者の生活の質は、先行研究より一般的な人と比べ低いことが明らかとなっている (HM Chiang ら 2014)。その要因として先述した自己決定の制限やレクリエーション等の余暇活動を含む社会的サポートの不足が関連している (Sáez-Suanes .G.P ら 2021)。それだけでなく、不安や抑うつ症状等の精神病理の併存やストレスとの関連が QOL を低下させることが示唆されている (Isaac C. Smith ら 2019)。ASD 者の余暇は、テレビやゲーム、散歩等のひとりでも取り組める活動が頻回であり、それらの活動を行うことがストレスと緩和になることが示唆され、QOL を改善するリソースとして明らかとなった (Lauren B.F ら 2017)。

一人でやる余暇がストレスなどの緩和に寄与していることが明らかとなったが、友人や知人等のコミュニティ参加による余暇活動がストレスや不安や抑うつ症状への影響について明らかとなっていない。それは、辻井 (2014) が示唆している同じ興味関心を持つ者同士の交流が、メンタルヘルスの緩和をどのような効果をもたらし、QOL の向上にどのような影響を与えるのかを明らかにすべきである。また、コミュニティの余暇活動にはコーディネーターする支援者の役割も大きいだろう。そのため、支援者のサポートの在り方

について検討が必要である。自分らしく安心した社会的ネットワークの中で家族、友人やパートナー等とつながりながら、社会的支援を活用することで多様な余暇活動を含む社会生活を営むことが可能になると考えられる。

#### 4. 結論

ASD 者にとって QOL を考える上で余暇や社会的ネットワーク、自己決定は不可欠な要素であることが明らかとなった。しかし、それぞれがどのように関連し、影響し合っているのかが明らかとなっておらず、ASD 者が地域社会の中でより豊かに自分らしく社会参加していくためには、どのようなニーズがあるのか、どのような支援を求めているのかについて丁寧に取り組みをして把握することが必要になるだろう。

つまり、ASD 者が社会とのつながりの中で自分らしく過ごすためのソーシャルサポートの存在が必要であると考えられるが、余暇支援の在り方をはじめ、自己決定の機会の保障や社会的ネットワークによる支援体制の構築について、十分な検討をするため、今後さらなる調査研究が求められる。

#### 注)

- (1) 障害者の人権及び基本的自由の享有を確保し、障害者の固有の尊厳の尊重を促進することを目的として、障害者の権利の実現のための措置等について定める条約である。
- (2) 障害者基本法（昭和 45 年法律第 84 号）第 13 条に基づき、平成 6 年から政府が毎年国会に提出する「障害者のために講じた施策の概況に関する報告書」である。
- (3) 我が国の障害保健福祉施策においては、障害者及び障害児（以下「障害者等」という。）が、基本的人権の享有主体である個人の尊厳にふさわしい日常生活又は社会生活を営むことができるよう必要な支援を行うことにより、全ての国民が、障害の有無によって分け隔てられることなく、相互に人格と個性を尊重し合いながら共生する社会（以下「共生社会」という。）の実現に寄与することを目指して、制度を整備してきた。
- (4) 障害者総合支援法においては、障害者が「どこで誰と生活するかについての選択の機会が確保」される旨を規定し、指定事業者や指定相談支援事業者に対し、「意思決定支援」を重要な取組として位置付けている。意

思決定支援の定義や意義、標準的なプロセスや留意点を取りまとめたガイドラインを作成し、事業者や成年後見の担い手を含めた関係者間で共有することを通じて、障害者の意思を尊重した質の高いサービスの提供に資することを目的とする。

## 5. 参考文献

- AnneRoux, JessicaRast, JuliannaRava, KristyAnderson, PaulShattuck. (2015)National Autism Indicators Report: Transition into Young Adulthood, Philadelphia, PA: Life Course Outcomes Research Program, A.J. Drexel Autism Institute, Drexel University.
- Bishop-Fitzpatrick, L., Mazefsky, C. A., & Eack, S. M.(2018)The combined impact of social support and perceived stress on quality of life in adults with autism spectrum disorder and without intellectual disability, *Autism*, 22(6), 703 – 711.
- Brianne Tomaszewski, Laura G. Klinger & Cara E. Pugliese .(2022)Self-Determination in Autistic Transition-Aged Youth without Intellectual Disability, *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 52, 4067–4078.
- Cara Aitchison.(2009)Exclusive discourses: leisure studies and disability, *Leisure Studies*, 28(4), 375–386.
- Cook Julia.(2022)Being Autistic in a Non-Autistic World: Autistic Adults’ Experiences of Adapting to and Coping Within Predominately Non-Autistic Social Environments, Doctoral thesis (Ph.D), UCL (University College London).
- Erinn H. Finke, Benjamin D. Hickerson and Jennifer M. D. Kremkow. (2018)“To Be Quite Honest, If It Wasn’t for Videogames I Wouldn’t Have a Social Life at All” : Motivations of Young Adults With Autism Spectrum Disorder for Playing Videogames as Leisure, *American Journal of Speech-Language Pathology*, 27(2), 672–689.
- Grace, K., Remington, A., Lloyd-Evans, B., Davies, J., & Crane, L. (2022) Loneliness in autistic adults: A systematic review, *Autism*, 26(8), 2117–2135.

- GS Liptak, JA Kennedy, NP Dosa.(2011) Social Participation in a Nationally Representative Sample of Older Youth and Young Adults With Autism, *Journal of Developmental & Behavioral Pediatrics*, 32(4), 277-283.
- Hsu-Min Chiang, Immanuel Wineman.(2014) Factors associated with quality of life in individuals with autism spectrum disorders: A review of literature, *Research in Autism Spectrum Disorders*, 8(8), 974-986.
- Hutten, E., Jongen, E. M. M., Hajema, K., Ruiters, R. A. C., Hamers, F., & Bos, A. E. R.(2022) Risk factors of loneliness across the life span, *Journal of Social and Personal Relationships*, 39(5), 1482-1507.
- Hymas, R., Badcock, J.C. & Milne, E. (2022) Loneliness in Autism and Its Association with Anxiety and Depression: A Systematic Review with Meta-Analyses. *Review Journal of Autism and Developmental Disorders*, 1-36.
- Isaac C. Smith, Thomas H. Ollendick, Susan W. White.(2019) Anxiety moderates the influence of ASD severity on quality of life in adults with ASD, *Research in Autism Spectrum Disorders*, 62, 39-47.
- Koegel, R., Kim, S., Koegel, L. et al.(2013) Improving Socialization for High School Students with ASD by Using Their Preferred Interests, *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 43, 2121-2134.
- Lauren A. Cameron, Ross L. Borland, Bruce J. Tonge, Kylie M. Gray.(2022) Community participation in adults with autism: A systematic review, *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities*, 35(2), 421-447.
- Lauren Bishop-Fitzpatrick, Leann Smith DaWalt, Jan S. Greenberg, Marsha R. Mailick.(2017) Participation in recreational activities buffers the impact of perceived stress on quality of life in adults with autism spectrum disorder, *Autism Research*, 10(5), 973-982.
- Louise Mansfield, Norma Daykin & Tess Kay.(2022) Leisure and wellbeing, *Leisure Studies*, 39(1), 1-10.
- M. Badia, M. B. Orgaz, M. Á. Verdugo, A. M. Ullán.(2012) Patterns and determinants of leisure participation of youth and adults with developmental disabilities, *Journal of intellectual disability research*.57 (4), 319-332.

- Megan C. Tobin, Kathryn D.R. Drager, Laura F. Richardson.(2014) A systematic review of social participation for adults with autism spectrum disorders: Support, social functioning, and quality of life, *Research in Autism Spectrum Disorders*, 8(3), 214-229.
- Milena P. Pondé & Vilma S. Santana.(2000) Participation in Leisure Activities: Is It a Protective Factor for Women's Mental Health?, *Journal of Leisure Research*, 32(4), 457-472.
- N. Frielink, C. Schuengel, P. J. C. M. Embregts.(2021) Evaluating the self - determination continuum towards seeking support among people with mild to borderline intellectual disabilities, *Journal of Intellectual Disability Research*, 65(4), 348-360.
- Nicole J. Reinders, Alexandra Branco, Kristen Wright, Paula C. Fletcher, Pamela J. Bryden.(2019) Scoping Review: Physical Activity and Social Functioning in Young People With Autism Spectrum Disorder, *Frontiers in Psychology*, 10, 3389.
- Orsmond, G.I., Shattuck, P.T., Cooper, B.P. et al.(2013) Social Participation Among Young Adults with an Autism Spectrum Disorder *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 43, 2710-2719.
- Sáez-Suanes, G.P., Álvarez-Couto, M.(2021) Factors Associated with Quality of Life in Adults with Autism Spectrum Disorder: A Systematic Review, *Review Journal of Autism and Developmental Disorders*, 9, 307-319.
- Sandy Thompson-Hodgetts<sup>1</sup>, Jacalyn Ryan, Emily Coombs, Heather M. Brown, Adrian Xavier, Christina Devlin, Austin Lee, Adam Kedmy, Anne Borden.(2023) Toward understanding and enhancing self-determination: a qualitative exploration with autistic adults without co-occurring intellectual disability, *Frontiers in Psychiatry*,
- Sara C. Folta, Linda G. Bandini, Aviva Must, Jessica Pelletier, Kate Ryan, Carol Curtin.(2022) Exploring leisure time use and impact on well-being among transition-age autistic youth, *Research in Autism Spectrum Disorders*, 96, 101996.
- So Yoon Kim.(2019) The experiences of adults with autism spectrum disorder: Self-determination and quality of life, *Research in Autism*

- Spectrum Disorders, 60, 1-15.
- Stacey, T.-L., Froude, E. H., Trollor, J., & Foley, K.-R. (2019) Leisure participation and satisfaction in autistic adults and neurotypical adults, *Autism*, 23(4), 993-1004.
- Wei Song, Mark S. Salzer, Stacy L. Nonnemacher, Kaitlin Koffer Miller, Lindsay L. Shea .(2022) Living arrangements and community participation among autistic adults: Exploring the possible influences of living alone or with others, *Research in Developmental Disabilities*, 124, 104213.
- White, K., Flanagan, T.D. & Nadig, A. (2018) Examining the Relationship Between Self-Determination and Quality of Life in Young Adults with Autism Spectrum Disorder, *Journal of Developmental and Physical Disabilities*, 30, 735-754.
- 辻井正次 . (2014) 成人期以降の発達障害者の相談支援・居住空間・余暇に関する現状把握と生活適応に関する支援についての研究 . 厚生労働科学研究成果データベース (MHLW GRANTS SYSTEM). [https://mhlw-grants.niph.go.jp/system/files/2014/143111/201419026A\\_upload/201419026A0003.pdf](https://mhlw-grants.niph.go.jp/system/files/2014/143111/201419026A_upload/201419026A0003.pdf) (2024年1月21日閲覧)
- 山城典子 . (2019) 地域在住後期高齢者の社会参加の継続要因—社会的ネットワークの側面から . *地域福祉*, 30.
- 発達・精神サポートネットワーク (2017). 平成 28 年度障害者福祉総合支援事業「発達障害の当事者同士の活動支援のあり方に関する調査」報告書. 厚生労働省. <https://www.mhlw.go.jp/file/06-Seisakujouhou-12200000-Shakaiengokuyokushougaihokenfukushibu/0000194658.pdf> (2024年1月21日閲覧)