

〈研究ノート〉

成人自閉スペクトラム症者への支援とその効果 —国内外の文献レビューを通して—

伊 賀 聡 子・西 村 貴 子

【要旨】

目的：国内外で公表された成人した自閉スペクトラム症者（以下、ASD者）への支援とその効果の知見を分析・整理し、成人ASD者支援への示唆を得ることを目的とした。

方法と対象：データベースPubMed、医学中央雑誌Web版にて、2014年から2023年に発表された論文を抽出した。「自閉症スペクトラム障害」「自閉スペクトラム症」「成人」「支援」「ケア」「援助」「autism spectrum disorder」「autism」「ASD」「adult」「care」をキーワードとする17文献（海外8、国内9）を対象論文とした。

結果：支援内容は、心理的支援、自己理解を主とした支援、ソーシャルスキルトレーニングに分類され、コミュニケーション能力や自尊心の向上、うつ症状に効果があった。

結論：成人ASD者の新たな人間関係の構築や生活様式が求められる際の支援は、発達特性に対するソーシャルスキルトレーニングとうつ症状等の合併症に対する心理的支援の「2段階の支援」の必要性が示唆された。

キーワード：自閉スペクトラム症、ASD、成人、支援、効果

1. はじめに

自閉スペクトラム症（autism spectrum disorder：以下、ASD）は、他者への共感性や情緒的な反応の乏しさ、社会的コミュニケーションの困難さ、ならびに興味・関心の偏りといった特徴を有する神経発達の障害である（American Psychiatric Association Publishing, 2022/2023）。

米国疾病予防管理センターは、最近の調査において、8歳児のASD有病率が31人に1人（3.23%）であることを報告した（Shaw et al., 2022）。また、本邦における5歳児のASD有病率は、3.22%（Saito et al., 2020）と報告されており、米国と同じく高い有病率である。

言語発達や認知的発達に遅延や遅滞がみられないASD者は、大人になるまで障害が見逃され、社会に出てから目に見えない常識やルールの理解が困難であることや、共感性の低さから社会的に孤立するなど、生きづらさが表面化する者がいる（中山ほか, 2017）。その度合いは様々だが、成人してから家庭や職場などで精神的不調を呈し、支援を必要とすることも少なくない。

志賀ら（2018）の全国発達障害者支援センターにおける新規相談者に関するアンケート調査によると、発達障害の診断を受けている研究対象者604名のうち、19歳以下でASDであると診断された者の割合は28.8%、20歳代では36.6%、30歳代では16.9%、40歳以降では11.6%と、大人になってから診断を受け、支援を求める者が大多数いることが報告されている。英国の診断ガイドライン（NICE：2012）には、定型発達の成人に比べ、成人ASD者は、精神疾患や身体疾患などを合併する頻度が高いことが示されている。本邦においても、内山（2020）のアンケート調査において、成人ASD者339名のうち、うつ病41%、パニック症12.1%、不眠34.8%など、多くの成人ASD者が精神疾患の診断を受けたことが報告されている。以上のことから、成人ASD者への支援が重要であると言える。

1981年の国際障害者年を契機にノーマライゼーションの理念が浸透し、障害のある方の障害特性を理解し、個々の障害特性に応じた対応が重要である（厚生労働省，1981）ことは、我々の共通理解となっている。現在、本邦の発達障害児者に対する支援施策では、発達障害児者やその家族が地域で安心して暮らすために、発達障害に関する知識を有する専門員による保育所や放課後児童クラブなどへの巡回支援、戸別訪問、発達障害児者の家族同士の支援（ピアサポート）、発達障害児への対応スキルの向上をはかるためのペアレントプログラム・ペアレントトレーニングなど、さまざまな支援が整備されている（厚生労働省，2025）。

また、本邦における成人ASD者に関する書籍や研究は散見され、その生きづらさが社会的に周知されると共に、成人ASD者への支援やセルフコントロールの方法などが拡充しつつある（橋本ほか，2006；傳田，2017；中山ほか，2017；関根ほか，2018；曾我部ほか，2019；前原ほか，2020）。

海外においても、成人ASD者に関する書籍や研究が多くみられるが（Wijker et al., 2019; Tang et al., 2021; Baou et al., 2023）、成人ASD者への支援とその効果に関する系統的レビューに基づく報告はみられていない。国内外における既存の文献から、成人ASD者への支援とその効果を明らかにすることができれば、本邦におけるASD者への支援のあり方を検討する際の参考になり得る。

そこで、国内外で公表された成人ASD者への支援とその効果に関する研究の動向を把握するとともに、文献を分析・整理し、今後の成人ASD者支援への示唆を得ることを目的とした。

2. 用語の定義

成人：19歳以上の者。

心理的支援：健康と幸福に重要な要素であり、セラピー、カウンセリングなどの支援を通じて、精神的・感情的なニーズに対応する支援。

ソーシャルスキルトレーニング：円滑な対人関係や社会性を身につけるために、具体的場面の行動スキルの習得と向上を目的とした支援。

3. 研究方法

3.1 対象論文の抽出

本レビューの目的は、成人ASD者に対する支援とその効果に関する知見を整理・分析し、今後の成人ASD者支援への示唆を得ることである。そのため、対象論文として、成人ASD者に対する支援内容およびその効果が記述されている査読済みの研究論文を抽出した。特に、支援の具体的内容が明示されており、かつその効果に関する定量的または定性的な評価が含まれている論文を抽出した。そのため、①支援内容に対するその効果が明らかになっていないもの、②ASD以外の発達障害・パーソナリティ障害・統合失調症・先天性疾患を含むもの、③18歳以下が含まれているもの、④ASD傾向のある者が研究対象であるもの、⑤一般化が困難な重症例、⑥1事例報告、⑦薬剤・腸内細菌製剤の効果に関する研究、については対象外とした。これらの対象論文を抽出する際の選定基準は、支援の実践的有効性を検討するうえで、対象論文の均質化、解釈可能性を確保するために設定した。

まず、データベースPubMedを用いて検索を行い、検索対象期間は2014年1月から2023年12月までとした。論文の種類は、Case Reports、Clinical Study、Clinical Trial、Comparative Study、Controlled Clinical Trial、Interview、Meta-Analysis、Multicenter Study、Personal Narrative、Portrait、Pragmatic Clinical Trial、Randomized Controlled Trial、Twin Study、に絞り込み、検索キーワードは、「autism spectrum disorder」OR「autism」OR「ASD」）AND「adult」AND「care」と設定し、123件の論文を抽出した。これらの文献を精読し、表題、要約、本文から、前述の選定基準により、対象論文9論文を抽出した。

次に、データベース医学中央雑誌Web版Ver.5を用いて検索を行った。研究論文を「原著論文」に絞り込み、検索対象期間は、2014年1月から2023年12月までとした。検索キーワードは、「自閉症スペクトラム障害」OR「自閉スペクトラム症」）AND「成人」AND（「支援」OR「ケア」OR「援助」）と設定し、371件の論文が抽出された。これらの文献を精読し、表題、要約、本文から、前述の選定基準により、対象論文8論文を抽出した。

データベースPubMedにおける検索では9論文が抽出され、そのうち1論文は国内研究であった。データベース医学中央雑誌Web版Ver.5における検索では8論文が抽出されたため、最終的な対象論文の内訳は、海外論文8論文、国内論文9論文（計17論文）であった。

3.2 対象論文の検討方法

まず、対象となった論文を精読し、対象論文の概要（①出版年、②国名、③第一著者、④題名、⑤支援内容、⑥支援の効果）を整理した。国名が明記されていない論文は、調査実施場所、筆頭著者所属機関、論文の内容から判断した。支援内容は、①支援の場、②支援対象者、③支援内容に焦点を当てた。次に、「国内外の出版年ごとの論文数」、「国別文献数」、「成人ASD者への支援の内容」、「支援内容の分類」、「国内外の支援の場」、「支援対象者」について

整理し、国内外での類似性と相違性を比較した。逐一、研究代表者と共同研究者にて、検討・意見交換を重ね、信頼性・正確性を高めるように努めた。

4. 倫理的配慮

対象となる文献を抽出・引用する際には、著者の意図や意味が損なわれないよう努め、本レビューに引用する場合、著作権の保護を遵守するため出典を明らかにした。

5. 結果

対象論文の概要を「文献一覧（海外）」（表1）、「文献一覧（国内）」（表2）にまとめた。文献の順序は、海外（Ⅰ～Ⅷ）・国内（ⅰ～ⅱ）、出版年を基準とした。

5.1 文献の概要

データベースPubMedから、検索結果123論文が抽出され、重複している1論文を除外した。さらに、要約および本文のスクリーニングにて9論文が分析対象となった。データベース医中誌Web版Ver.5からは、検索結果371論文が抽出され、要約および本文のスクリーニングにて8論文が分析対象となり、国内外合計17論文が分析対象となった。図1にPubMedにおける文献抽出プロセスを示し、図2に医中誌Web版Ver.5における文献抽出プロセスを示した。

5.2 出版年および国別比較

対象論文の「国内外の出版年ごとの文献数」を表3、「国別文献数」を表4にまとめた。海外は2019年以降、国内は2018年以降に論文が公開されていた。国内外合わせると、2018年は1論文、2019年は4論文、2020年は2論文、2021年は3論文、2022年は5論文、2023年は2論文であった。国別文献数は、イギリスとオランダ、スウェーデン、オーストラリアが各2論文、日本は9論文だった。

5.3 支援内容

対象論文の「成人ASD者への支援の内容」を表5、「支援内容の分類」を表6にまとめた。支援内容は、動物介在療法や社会情動プログラム、アクセプタンス・コミットメント・セラピー（ACT）、アカデミック自閉症スペクトラムパートナーシップ（AASPIRE）、心理教育グループ介入（Prisma）、不安治療（PAT-A）、トークンセラピー、看護介入プログラム、デイケアプログラム、スピーチトレーニング、日常生活アプリケーションを用いた支援、自己理解支援、ソーシャルスキルに関する学習プログラム、振り返りシートを用いた就業体験の振り返りなど、多岐にわたった。これらの支援内容は、①心理的支援、②自己理解を主とした支援、③ソー

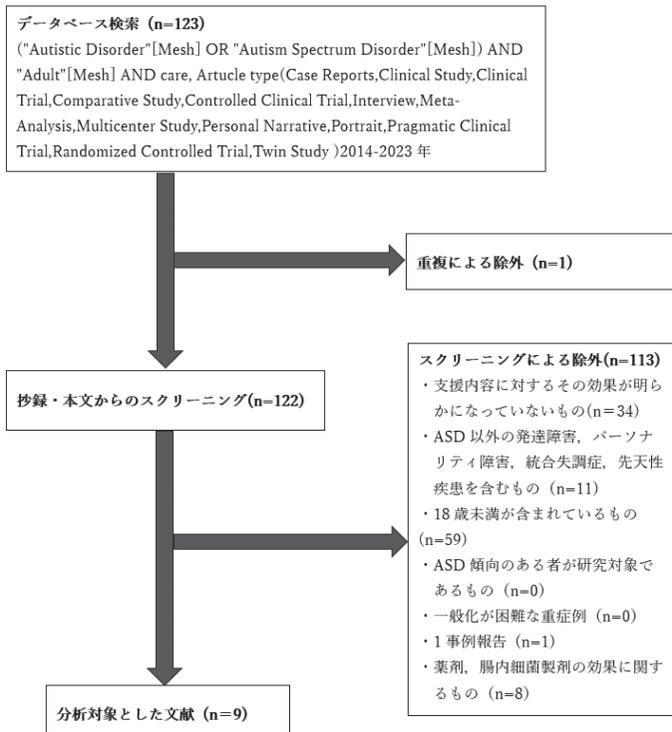


図 1 分析対象の文献抽出のプロセス (PubMed)

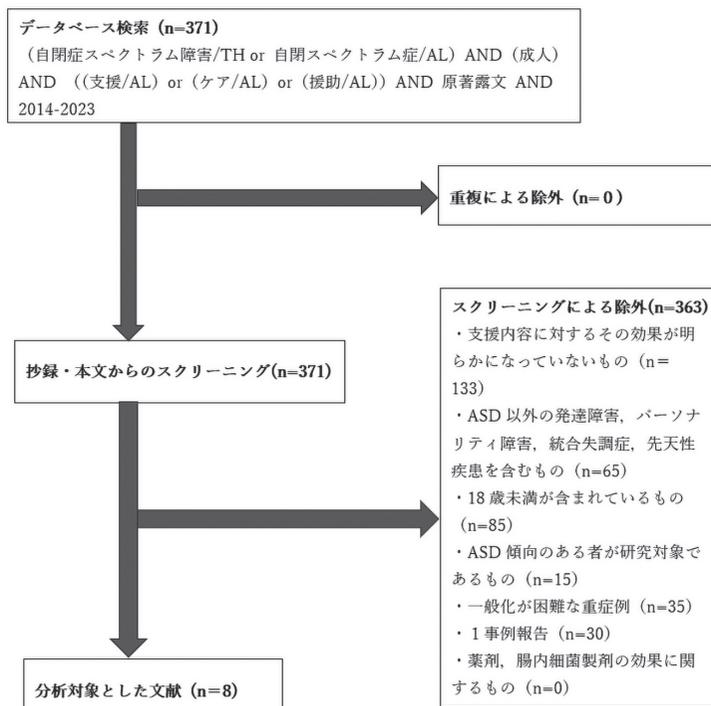


図 2 分析対象の文献抽出のプロセス (医中誌)

表1 文献一覧 (海外)

国内	①発行年、 国名 ②第一著者	題名	支援の方法	①支援の場 ②支援対象者 ③支援内容	支援の効果
I	①2019 The Netherlands ②Wijker C.	Effects of Dog Assisted Therapy for Adults with Autism Spectrum Disorder: An Exploratory Randomized Controlled Trial		①精神保健施設 (GGZ Oost Brabant) ②成人した ASD 者 53 名 ③動物介在療法 (セラピー犬による 60 分×10 回のセッション)	社会的反応性の向上 *社会的反応性: 社会的コミュニケーション能力
II	①2020 The Netherlands ②Wijker C.	Social Development of Adults with Autism Spectrum Disorder During Dog-Assisted Therapy: A Detailed Observational Analysis		①精神保健施設 (GGZ Oost Brabant) ②成人した ASD 者 6 名 ③動物介在療法 (セッション中の社会的行動を詳細に観察)	自尊心が向上し、動きや視線の方向に変化が出現。より楽しむことが増えた。
III	①2021 Australia ②Tang J.	Development and Feasibility of MindChip™: A Social Emotional Telehealth Intervention for Autistic Adults		①オンライン (Telehealth) ②成人した ASD 者 25 名 ③MindChip (MC プログラム) を 10 週間。毎週 1 時間、オンラインにてファシリテーターと面談。 * MC プログラム: 感情認識スキルをターゲットとする認知行動的介入。既存の Mind Reading (成人 ASD 者の感情認識能力を高めるためのコンピューターベース介入) をファシリテーターが補助するオンラインプログラム。	MC プログラムは感情を学ぶのに役立つ、Mind Reading プログラムのみと比べ、MC プログラムの参加者で高い維持率であった。
IV	①2022 Sweden ②Pahnke J.	Acceptance and commitment therapy for autistic adults: A randomized controlled pilot study in a psychiatric outpatient setting		①クリニック ②成人した ASD 者 39 名 ③柔軟性と健康のためのストレス管理のマニュアル化された治療である NeuroACT (ストレスの軽減・生活の質の向上のためのストレス管理プログラム) を 8~10 人の参加者による 1 週間に 150 分のグループセッション 14 回、マインドフルネスと受容に関する自宅での週 5 日の実践。	実現可能性が高く、知覚ストレスおよび心理的柔軟性・自閉症特性・生活の質が改善がみられた。
V	①2022 Australia ②Kang L.	A trial of the AASPIRE healthcare toolkit with Australian adults on the autism spectrum		①オンライン ②成人した ASD 者 6 名 ③ Academic Autism Spectrum Partnership in Research and Education (AASPIRE) を用いた、基本的な健康情報、権利、診断情報、チェックリスト、ワークシート等	新しい知識を得て、個人の自信を高めることで、医療専門家とのコミュニケーションを促進し、家族や同僚とも共通理解が図れた。
VI	①2022 Sweden ②Hidalgo N.	Psychoeducational group intervention for intellectually able adults with autism and their close relations (Prisma) – an open feasibility study		①ストックホルム地域の成人外来精神科クリニック 8 か所およびリハビリテーションクリニック 4 か所 ②成人した ASD 者とその近親者 13 グループ ③心理教育 (Prisma) 毎週 4 回の 2 時間のグループセッション 支援内容 1. ASD の概要 (ASD に関する基本情報。異質性、神経多様性、性差。ASD に関連する障害と強み) 2. 機能の異なる方法 (社会的交流とコミュニケーション、行動と興味。ASD に関連する障害と強み) 3. 日常生活における幸福 (基本的なニーズ: 栄養、睡眠、運動、ストレス、職業、家の掃除、料理、自分自身で起こすことのできる変化と助け) 4. ASD 関連の課題について支援提供者 (社会: 住宅、法律、経済的支援。就職、学業。運転免許証。精神的・身体的健康。リハビリテーション。非政府組織等)	ASD 者とその近親者は、介入前と比較して介入後に有意に高い信頼性を報告した。コース全体の満足度は成人した ASD 者より近親者が高かった。ASD に関する知識に関しては近親者および ASD 者双方で向上した。近親者は感情的関与やその認識、批判的な発言に改善がみられた。ASD 者は、うつ病と不安症状の両方が減少し。近親者ではうつ病のみが減少した。さらに、双方の幸福度の改善、ASD 者の生活の質の向上、診断の受容がみられた。
VII	①2023 United Kingdom ②Rodgers J.	A Pilot Randomised Control Trial Exploring the Feasibility and Acceptability of Delivering a Personalised Modular Psychological Intervention for Anxiety Experienced by Autistic Adults: Personalised Anxiety Treatment-Autism (PAT-A)		①参加者と事前に合意した場所 (自宅またはクリニック等) ②成人した ASD 者 34 名 ③ ASD 者の不安に対するモジュール式アプローチ「Personalised Anxiety Treatment-Autism (PAT-A)」 支援内容 「感情の理解と記述」「マインドフルネス」「日常的な状況における不確実性への対処」「社会不安障害に対する修正認知行動療法」「恐怖症および状況不安に対する没入型バーチャルリアリティ環境による段階的曝露療法」のうち 2 つ以上を実施。	不安を管理し、否定的な考えに対処するための技術を学び、日常生活における不安を管理できるようになった。しかし、感情理解と描写に焦点をあてた心理教育を行う対照群においても軽減し、両群とも 3 か月後はベースラインに戻っていた。
VIII	①2023 United Kingdom ②Baou C.	Effectiveness of primary care psychological therapy services for treating depression and anxiety in autistic adults in England: a retrospective, matched, observational cohort study of national health-care records.		①英国国民保健サービス (National Health Service: NHS) が主導し、クリニック等で実施 ②成人した ASD 者 8,593 名 ③心理療法『Improving Access to Psychological Therapies (IAPT)』(認知行動療法、対人関係療法等)	成人した ASD 者の大半でうつ病および全般性不安障害の症状は軽減した。しかし、自閉症群では対象群よりも症状が悪化する可能性が高かった。対象群では、疾病からの改善が、雇用や社会経済的貧困と関連していたが、成人した ASD 者は疾病からの改善が、雇用や社会経済的貧困とは関連していなかった。

表2 文献一覧(国内)

国内	①発行年、 国名 ②第一著者	題名	支援の方法 ①支援の場 ②支援対象者 ③支援内容	支援の効果
i	①2018 Japan ②関根	自閉スペクトラム症を持つ人の自己モニタリング機能の活性化を促す看護介入プログラムの効果	①デイケア ②成人した ASD 者 20 名 ③リフレクション支援、自己説明支援、外化支援を介入技法とし、認知的介入と行動的介入から構造化した全 10 回の個人面接とする看護介入プログラム	自分に対する意識の向上と他者への尊重が得られた。「自分の内面を意識できるようになった」「対人関係を意識できるようになった」などの変化が確認された。
ii	①2019 Japan ②大森	成人期自閉症スペクトラム障害における発達障害デイケアプログラム後の就労状況の検討	①デイケア ②デイケアに参加している成人した ASD 者 153 名 ③成人期の ASD を専門としたデイケアプログラム(コミュニケーションプログラム、心理教育プログラム、ディスカッションプログラム、レクリエーションプログラム)	一般就労者数が「開始時」45 名(29.4%)から「3 年後」80 名(52.3%)へ増加。障害者枠での就労数は「開始時」3 名から「3 年後」35 名に増加した。無職者は「開始時」81 名(52.3%)から「3 年後」10 名(6.5%)と顕著に減少した。
iii	①2019 Japan ②Kumazaki	Feasibility of autism-focused public speech training using a simple virtual audience for autism spectrum disorder	①バーチャルリアリティ(オンライン) ②成人した ASD 者 15 名 ③仮想聴衆 Simple Virtual Audiences (APSV) を用いた、人前でのスピーチの模擬体験	自信が向上し、唾液コルチゾール値が減少(ストレスの減少)したことから、想聴衆 (APSV) は ASD 者の自信を向上させ人前で話すことのストレスを軽減した。
iv	①2019 Japan ②曾我部	自閉スペクトラム症成人の生活支援のアプリケーション開発の試み	①スマートフォンアプリ(オンライン) ②成人した ASD 者 16 名 ③発達障害者の生活支援のためのアプリケーション「生活チェックアプリ」を活用した ASD 者の自己理解支援	生活チェックアプリケーションを用いて「食事」「衛生管理」の自己モニタリングができていた。一方、「健康管理」「社会性」「危機管理」の自己評価と他者評価に差が生じていた。
v	①2020 Japan ②前原	発達障害者における「自己理解の支援」の意味についての質的分析: テキストマイニングによる統合的分析	①就労支援事業所 ②就労支援事業所に通う成人した ASD 者 3 名 ③職業リハビリテーションにおける自己理解支援	自己理解の支援は当事者にとって「伝えることの難しさ理解」「就業への不安解消」「困り感の認識」「困難感への対処理解」の 4 つの意味を持つことが考えられた。
vi	①2021 Japan ②山本	自閉スペクトラム症のある成人における上司との外食場面のソーシャルスキルプログラムの効果	①ファミリーレストラン(就職先での食事場面) ②成人した ASD 者 3 名 ③上司との外食場面を想定した場合のソーシャルスキルに関する全 6 回の学習プログラム	ソーシャルスキルプログラム実施により、適切な行動を獲得し、上司に相当する人物に対して標的行動の般化が確認された。
vii	①2021 Japan ②山本	自閉スペクトラム症のある青年における「悪質商法の勧誘を断る行動」の獲得と般化の検討	①相談機関 ②成人した ASD 者 3 名 ③悪質商法を勧誘を断る行動の指導(ルールの提示、シミュレーション訓練、トレーナーによるフィードバック)	3 名全員が指導した行動(勧誘を断る行動)を獲得し、悪質商法と非悪質商法の弁別ができ、条件汎化、実際の場面での般化も確認された。
viii	①2022 Japan ②末吉	自閉スペクトラム症者への就労移行支援における面談時の振り返りシートの利用可能性に関する質的検討 就労移行支援の利用者および支援者へのインタビュー調査から	①就労移行支援事業所 ②成人した ASD 者 2 名と支援者 2 名 ③就業体験振り返りシートを用いた定期的な面談(2 週間に 1 回程度、1 回あたり 40 分程度)計 7 回	振り返りシートの利用により遂行行動の達成が意味づけやすくなり、課題に対する手立ての明確化や肯定的な自己評価等の言語的説得をふまえた課題に対する自己効力感の変化が推察された。また振り返りシートを活用は利用者の語りを引き出し就労への意欲の向上につながるほか、面談を通した自己理解の深化も示された。さらに支援経験の少ない支援者にとって振り返りシートは支援の質を担保するために有効であることも指摘された。
ix	①2022 Japan ②関根	青年期以降の自閉スペクトラム症を持つ者に対する看護介入プログラムの効果維持	①デイケア ②成人した ASD 者 16 名 ③関根・森(2018)の看護介入プログラム	個別プログラムの効果は 12 か月後も維持されていた。

表3 国内外の出版年ごとの文献数

海外	出版年	国内
	2014	
	2015	
	2016	
	2017	
	2018	1
1	2019	3
1	2020	1
1	2021	2
3	2022	2
2	2023	

表4 国別文献数

国名	文献数
Japan	9
United Kingdom	2
The Netherlands	2
Sweden	2
Australia	2

表5 成人ASD者への支援の内容

海外 該当文献	支援内容	国内 該当文献
I、II	動物介在療法	
III	社会情動プログラム「MindChip™」	
IV	アクセプタンス・コミットメント・セラピー（ACT）	
V	アカデミック自閉症スペクトラムパートナーシップ（AASPIRE）	
VI	心理教育グループ介入（Prisma）	
VII	不安治療（PAT-A）	
VIII	トーキングセラピー	
	看護介入プログラム（リフレクション支援、自己説明支援、外化支援）	i、ix
	デイケアプログラム（コミュニケーションプログラム、心理教育プログラム、ディスカッションプログラム、レクリエーションプログラム）	ii
	スピーチトレーニング	iii
	日常生活アプリケーションを用いた支援	iv
	自己理解支援	v
	ソーシャルスキルに関する学習プログラム	vi、vii
	振り返りシートを用いた就業体験の振り返り	viii

表6 支援内容の分類

支援内容	該当文献
心理的支援（自己理解を主とした支援を除く）	I、II、III、IV、V、VI、VII、VIII、ii
自己理解を主とした支援	i、iv、v、viii、ix
ソーシャルスキルトレーニング（具体的場面）	iii、vi、vii

シャルスキルトレーニングの3つに分類された。心理的支援は海外8論文、国内1論文であった。自己理解を主とした支援は国内5論文、ソーシャルスキルトレーニングは国内3論文であった。自己理解を主とした支援およびソーシャルスキルトレーニングは海外での報告はなかった。

5.4 支援の場

対象論文の「国内外の支援の場」を表7にまとめた。支援の場が「オンライン」の文献は、海外3論文、国内2論文であった。「クリニック」などの医療機関での支援は、海外6論文に対して、国内は、クリニックなどの医療機関における報告はなかった。翻って、海外における就労関連の場における支援の報告はなく、国内での就労関連の場における支援は、就労移行支援事業所は2論文、就職先は1論文報告があった。さらに、デイケアにおける支援においても海外では報告されておらず、国内は3論文の報告があった。

5.5 支援対象者

対象論文の「支援対象者」を表8にまとめた。海外・国内すべての論文の中で、ASD者以外が支援対象に含まれている報告は、ASD者と家族を支援の対象としていた1論文のみであった。

表7 国内外の支援の場

海外	支援の場	国内
Ⅲ、Ⅴ、Ⅶ	オンライン	iii、iv
Ⅰ、Ⅱ、Ⅳ、Ⅵ、Ⅶ、Ⅷ	クリニック等	
	就労移行支援事業所	v、viii
	デイケア	i、ii、ix
	就職先での食事場面	vi
	相談機関	vii

表8 支援対象者

支援対象者	
本人	Ⅰ、Ⅱ、Ⅲ、Ⅳ、Ⅴ、Ⅶ、Ⅷ、Ⅷ、i、ii、iii、iv、v、vi、vii、viii、ix
本人と家族	Ⅵ

6. 考察

6.1 成人ASD者の家庭生活における支援課題

発達障害をもつ人々が、個人としての尊厳を保ちつつ社会生活を送れるよう、できるだけ早期に発達支援を行うとともに切れ目のない支援を行うために、2005年4月「発達障害者支援法」が施行された。発達障害者への生活全般にわたる支援には、医療、福祉、教育、労働などの関連機関の連携を強化することが重要であることが明記されている（文部科学省，2016）。具体的な支援内容として、発達障害者支援センターにおける相談支援、発達支援、就労支援、情報提供、ハローワークにおける障がい者雇用サポーターによる専門的支援などが実施されている（文部科学省，2016）。

志賀ら（2018）の全国の発達障害者支援センターにおける新規相談者に関するアンケート調査によると、20歳以降の診断率は65.1%であり、20歳未満の診断率28.8%と比較すると2倍以上に達していた。特に、20歳代から30歳代にかけての診断率は53.5%と高く、これは、就職や結婚など、生活様式の大きな変化が求められる時期と重なる。「支援の場（表7）」に示したように、就職先での食事場面や就労移行における支援が実施されていることは、目に見えない常識やルールの理解が困難とされる（中山ら，2017）成人ASD者にとって、社会適応を促進するうえで重要な役割を果たすと考える。

しかしながら、本レビューでは、就労支援や悪質商法への対応といった限定的な支援は確認できたものの、新しい環境で人間関係を構築し、新たな役割を担う必要がある生活場面を想定した、包括的かつ継続的な支援は十分に整備されていないことが明らかとなった。

例えば、結婚や子育てへの支援が挙げられる。家庭は、それまで異なる環境で生活してきた者同士が生活する場であり、これまでの自分の生活スタイルへの変化が求められる。特に、子が生まれた際、育児という新たな役割が生まれ、その特殊な仕事内容に戸惑いながらも親同士

の協同が求められる。このような生活上の変化に適応するためには、成人ASD者が、家庭を築く際の切れ目のない支援が必要と考えられる。

成人ASD者の夫婦関係に関する先行研究によると、夫がASDの場合、妻の夫婦満足度が有意に低いこと（甘露寺，2012）や、夫の自閉特性によって家族が疲弊し、家族の存続に関わることが明らかとなっている（水谷，2018）。これらの知見は、成人ASD者の結婚や家庭生活における支援の必要性を実証的に裏付けるものである。

さらに、ASDが遺伝子的要因を有することは、多くの研究で報告されている（山形ほか，2013；久島，2023；Furukawa et al., 2024；Ishino et al., 2024）。そのため、成人ASD者と配偶者の子にも精神発達に障害が認められる可能性がある。ASD者と配偶者は、障害のある子に対する育児不安や、障害理解への困難、障害のある子への障害特性に配慮した関わりなど、育児に関する様々な課題に直面する可能性が高い。育児には多くの時間と労力が必要となるため、家事・育児において夫婦が協力し合える関係性の構築が極めて重要である。

「支援対象者（表8）」において、成人ASD者以外を支援の対象としている文献は、ASD者と家族を支援対象としたHidalgo et al. (2022)（文献VI）のみであった。このことは、現在行われている支援は、成人ASD者個人に焦点をあてるものが多い傾向にあることを示している。支援の対象を成人ASD者だけでなく、その家族にまで視野を広げることは、成人ASD者が良好な家族関係を築くことにつながり、結果として、ASD者と配偶者の子が必要な育児を受けられる環境の整備にも寄与すると考える。

対人関係スキルの向上には、ソーシャルスキルトレーニングが有効（菊池，2018）であることから、成人ASD者が結婚や子育てを行う際の支援として、ソーシャルスキルトレーニングの活用が有効だと考えられる。

6.2 障害特性と合併症に対する「2段階の支援」

先述の通り、ASD者は、他者への共感性や情緒的な反応の乏しさ、社会的コミュニケーションの困難さ、興味・関心の偏りといった発達特性（American Psychiatric Association Publishing, 2022/2023）を有する。これらの特徴により、常識や社会的ルールの理解が困難となり、社会的孤立を招くなどの生きづらさが顕在化する場合がある（中山ほか，2017）。

成人ASD者への支援として、ソーシャルスキルトレーニング（SST）の有効性が報告されている。たとえば、山本ら（2021a）（文献vi）は、就職先での食事場面におけるソーシャルスキルの獲得および般化にSSTが効果的であったことを示している。また、Strickland et al. (2013) およびGenova et al. (2021) は、成人移行期にあるASD者に対して、バーチャル空間を用いた就職面接トレーニングが面接スキルの習得に有効であることを実証している。このように、成人ASD者および成人移行期のASD者に対して、具体的な生活場面を想定したSSTが有効であることが明らかとなっており、進学や就職といった生活様式に適応するためのスキル獲得を促進する支援が、国内外で展開されている。

さらに、成人ASD者に対して必要とされる支援として、心理的支援が挙げられる。先述のとおり、成人ASD者は、精神疾患や身体疾患などを合併する頻度が定型発達者と比較して高く（National Institute for Health and Care Excellence, 2012）、うつ病、パニック症、不眠症などの診断を受けるケースが多いことが報告されている（内山, 2020）。Baou et al. (2023)（文献Ⅷ）は、英国NHS（National Health Service）が提供する心理療法サービスIAPT（Improving Access to Psychological Therapies）によって、成人ASD者のうつ病が改善されたことを報告しているが、ASD群は非ASD群と比較して、その改善が乏しかった。また、Rodgers et al. (2023)（文献Ⅶ）は、認知行動療法を含むPAT-Aによる心理療法の実施により、実施直後の不安症状が軽減したことを報告している。しかし、感情理解と描写に焦点をあてた心理教育を行った対照群でも同様の効果が認められ、さらに、両群とも3か月後には症状がベースラインに戻っていた。これらの知見から、抑うつや不安などの精神症状に対する心理的支援に加え、生活場面に即したソーシャルスキルの獲得を促す実践的な支援を組み合わせた「2段階の支援」が、成人ASD者にとって重要であると考えられる。

6.3 成人ASD者に対するオンラインを用いた支援の可能性

「国内外の支援の場（表7）」より、成人ASD者への支援にオンラインを用いていた論文は、海外3論文（文献Ⅲ, V, VII）、国内2論文（文献iii, iv）であった。曾我部ら（2019）の報告では、生活チェックアプリを用いて自己評価と他者評価を比較し、評価の差異についての話し合いを通して、ASD者自身の適応行動に対する自己認識やセルフモニタリングのスキルが向上した。また、Kang et al. (2022) は、AASPIRE（The Academic Autism Spectrum Partnership in Research and Education）を通じて、人との関わり方やASD者自身の行動の理由を明確にすることで、自らの特性理解が促進され、医療者との円滑なコミュニケーションや自信を得ることができていた。これらの知見から、オンラインツールの活用は、ASD者のみならず、家族や職場などのASD者と関わりをもつ者を含めた包括的支援に有効であると考えられる。

近年、ひきこもりの問題が深刻化している。令和4年度の内閣府（2022）の調査によると、15歳から64歳の50人に1人がひきこもり状態にあることが報告され、令和6年度には17.6億円の予算を計上し、ひきこもり地域支援センター、ひきこもり支援ステーション、ひきこもりサポート等の施策を推進している（厚生労働省, 2025）。ひきこもりは、対人関係を含む社会との関係に生じる現象であり、ひきこもりには発達障害の関与が指摘されている（齊藤ほか, 2007）。実際に、ひきこもり相談者の約30%に発達障害の診断がついたとの報告もある（近藤ほか, 2010）。これらの背景から、ひきこもり支援においても、アプリケーションを用いた介入など、オンラインツールの活用が有効な手段となり得ると考えられる。

6.4 成人ASD者の支援の場

「国内外の支援の場（表7）」によると、海外文献は、オンラインが3論文、クリニックなどが

6論文であった。国内文献では、オンラインが2論文、就労支援事業所が2論文、デイケアが3論文、就職先での食事場面が1論文、相談機関が1論文であった。国内・海外の文献を合わせると、オンラインを支援の場としている文献は計5論文であった。

アメリカやイギリス、オランダでは、一般企業で直接働く援助付き雇用が進められており(Malo et al., 2022)、保護的就労や専用施設の利用が日本ほど主流ではない。就労支援に関しても、バーチャル空間での練習が就職面接スキルの習得に効果的であることが実証されている(Strickland et al., 2013; Genova et al., 2021)。また、Tang et al. (2021) (文献Ⅲ) は、オンライン面談の機会が感情認識の向上や遠隔での医療介入に役立つことを示している。さらに、Gaigg et al. (2020) は、オンラインでの心理療法によってASD者の不安が軽減されたことを報告し、Titov et al. (2011) は、オンラインでの認知行動療法が成人の不安およびうつ病に有効であることを明らかにしている。Wijker et al. (2020) (文献Ⅰ) によると、心理的支援によってASD者のうつ病および不安障害の症状が軽減され、Hidalgo et al. (2022) (文献Ⅵ) およびRodgers et al. (2023) (文献Ⅶ) は、該当場面の練習を通じて、就職先での食事場面や悪質商法への対応スキルが習得されたことを報告している。

これらの知見から、実生活に役立つスキルの習得に向け、ASD者のニーズに応じた支援の場を提供することの必要性が示唆された。

7. おわりに

本文献レビューを通じて、成人ASD者への支援内容は、①心理的支援、②自己理解を主とした支援、③ソーシャルスキルの習得を促す支援、以上の3分類に整理された。また、成人ASD者への支援の場としては、クリニック、デイケア、就職関連の場に加え、オンラインの活用が国内外で進展していることが明らかとなった。これらの支援は、社会的コミュニケーション能力や自尊心の向上、ストレスやうつ症状に効果があった。

これらから、成人ASD者の多様なニーズに応じて、オンラインの活用を含む柔軟な支援の場の提供が重要である。特に、新たな生活スタイルへの適応や人間関係の構築が求められる場面においては、障害特性に応じたソーシャルスキルトレーニングと、合併症に対する心理的支援を組み合わせた「2段階の支援」を視野に入れた、包括的な支援体制の構築が求められる。

本文献レビューでは、成人ASD者への支援とその効果について整理することで、成人ASD者に対する支援の方向性に関する示唆を得ることができた。一方で、成人ASD者がどのような困難を抱えているのか、その具体的な内容や対象が十分に明らかになっていない点は課題である。今後は、成人ASD者が直面する困難の実態とその対象を明確化することで、より具体的かつ実践的な支援への示唆を得ることに繋がると考えられる。

【引用文献】

- American Psychiatric Association (2022)／高橋三郎, 大野裕監訳 (2023) DSM-5-TR 精神疾患の診断・統計マニュアル. 医学書院, 東京
- Baou, C., Bell, G., Saunders, R., et al. (2023) Effectiveness of primary care psychological therapy services for treating depression and anxiety in autistic adults in England: a retrospective, matched, observational cohort study of national health-care records. *Lancet Psychiatry*. 10(12), 944-954.
- 傳田健三 (2017) 自閉スペクトラム症 (ASD) の特性理解, https://www.jstage.jst.go.jp/article/jjpm/57/1/57_19/_pdf (検索日 : 2025.3.15)
- Furukawa, S., Kushima, I., Kato, H., et al. (2024) Whole-genome sequencing analysis of Japanese autism spectrum disorder trios. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/pcn.13767> (2025.9.20閲覧)
- Genova, H. M., Lancaster, K., Morecraft, J., et al. (2021) A pilot RCT of virtual reality job interview training in transition-age youth on the autism spectrum. *Res Autism Spectr Disord*. 5, 89
- Gaigg, S. B., Flaxman, P. E., McLaven, G., et al. (2020) Self-guided mindfulness and cognitive behavioural practices reduce anxiety in autistic adults: A pilot 8-month waitlist-controlled trial of widely available online tools. *Autism*. 24(4), 867-883.
- 橋本創一, 井上敦子, 浮穴寿香, 他 (2006) 成人期アスペルガー症者の不適応症状と支援方法に関する研究. 東京芸術大学教育実践研究支援センター紀要, (2), 1-8.
- Hidalgo, N., Sjöwall, D., Agius, H., et al. (2022) Psychoeducational group intervention for intellectually able adults with autism and their close relations (Prisma) - an open feasibility study. *BMC Psychiatry*. 22(1), 556.
- Ishino, F., Itoh, J., Matsuzawa, A., et al. (2024) RTL4, a retrovirus-derived gene implicated in autism spectrum disorder, is a microglial gene that responds to noradrenaline in the postnatal brain. *International Journal of Molecular Sciences*, 25(24), Article 13738. <https://www.mdpi.com/1422-0067/25/24/13738> (検索日 : 2025.9.30)
- Kang L, Barlott T, Turpin M., et al. (2022) A trial of the AASPIRE healthcare toolkit with Australian adults on the autism spectrum. *Aust J Prim Health*. 28(4), 350-356.
- 甘露寺純子 (2012) 自閉症スペクトラム者の夫婦関係の検討—夫婦間コミュニケーションと夫婦関係満足語に着目して—. 白百合女子大学発達臨床センター紀要, 15, 62-70.
- 菊池章夫 (2018) もっと／思いやりを科学する : 向社会的行動研究の半世紀. 川嶋書店. 114-115.
- 厚生労働省 (1981) 総論 序章 国際障害者年に当たって : https://www.mhlw.go.jp/toukei_hakusho/hakusho/kousei/1981/dl/02.pdf (検索日 : 2022.3.20)
- 厚生労働省 (2025) 発達障害者支援施策の概要 : https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hukushi_kaigo/shougaisahakushi/hattatsu/gaiyo.html (検索日 : 2025.6.10)

- 厚生労働省 (2025) ひきこもり支援に関する取組 : https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hukushi_kaigo/seikatsuhogo/hikikomori/index.html (検索日 : 2025.9.28)
- 近藤直司, 清田吉和, 北端裕司, 他 (2010) 思春期ひきこもりにおける精神医学的障害の実態把握に関する研究. 厚生労働科学研究費補助金こころの健康科学研究事業「思春期のひきこもりをもたらす精神科疾患の実態把握と精神医学的治療・援助システムの構築に関する研究 (主任研究者 齊藤万比古)」
- 近藤直司 (2009) 青年期における広汎性発達障害のひきこもりについて. 精神科治療学. 24, 1219-1224
- 久島周 (2023) 自閉スペクトラム症を対象とした全ゲノムシーケンス解析による遺伝要因の解明. 精神・神経科学研究振興財団報告書. https://www.smrf.or.jp/report/2023/s2023i_2022_001.pdf (検索日 : 2025.9.20)
- Kumazaki, H., Muramatsu, T., Kobayashi, K., et al. (2019) Feasibility of autism-focused public speech training using a simple virtual audience for autism spectrum disorder. *Psychiatry Clin Neurosci.* 74(2), 124-131.
- 前原和明, 八重田淳 (2020) 発達障害者における「自己理解の支援」の意味についての質的分析 : テキストマイニングによる統合的分析. *リハビリテーション連携科学*21(1), 64-69.
- Malo, M. A., Rodríguez, V. (2022) Sheltered employment for people with disabilities: An international appraisal with illustrations from the Spanish case. MPRA (Munich Personal RePEc Archive) Paper, 111861
- 水谷美登里 (2018) 自閉的特性のある夫を持つ妻と一般既婚女性の結婚生活満足感に影響を与える要因の比較一検討. *お茶の水女子大学心理臨床相談センター紀要*, (20), 1-12.
- 中山和彦, 小野和哉 (2017) 発達障害を考える 心をつなぐ 図解よくわかる大人の発達障害. ナツメ社.
- National Collaborating Centre for Mental Health (2024) NHS Talking Therapies for anxiety and depression manual (Version 7; Gateway reference: 08101). NHS England. <https://www.england.nhs.uk/wp-content/uploads/2018/06/nhs-talking-therapies-manual-v7.1-updated.pdf> (検索日 : 2025.9.20)
- National Institute for Health and Care Excellence. (2012) Autism spectrum disorder in adults: Diagnosis and management (NICE guideline CG142). <https://www.nice.org.uk/guidance/cg142> (検索日 : 2025.9.20)
- 文部科学省 (2016) 特別支援教育について 発達障害者支援法 : https://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/tokubetu/main/1376867.htm (検索日 : 2025.9.20)
- 中山和彦, 小野和哉 (2017) 発達障害を考える 心をつなぐ 図解よくわかる大人の発達障害. ナツメ社.
- 大森裕, 中村暖, 横井英樹, 他 (2020) 成人期自閉症スペクトラム障害における発達障害ダイケアプログラム後の就労状況の検討. *精神医学.* 62(1), 95-103.
- Pahnke, J., Jansson, M., Andersson, G., et al. (2022) Acceptance and commitment therapy for autistic adults: A randomized controlled pilot study in a psychiatric outpatient setting. *Autism.*27(5), 1461-1476.
- Rodgers, J., Brice, S., Welsh P., et al. (2023) A Pilot Randomised Control Trial Exploring the Feasibility and Acceptability of Delivering a Personalised Modular Psychological Intervention for Anxiety Experienced by

Autistic Adults: Personalised Anxiety Treatment-Autism (PAT-A) . J Autism Dev Disord.54 (11) , 4045-4060.

齊藤万比呂, 中島豊爾, 伊藤純一郎, 他 (2009) 思春期のひきこもりをもたらす精神科疾患の実態把握と精神医学的治療・援助システムの構築に関する研究「ひきこもりの評価・支援に関するガイドライン」. 6-11.

Saito, M., Hirota, T., Sakamoto, Y. et al. (2020) Prevalence and cumulative incidence of autism spectrum disorders and the patterns of co-occurring neurodevelopmental disorders in a total population sample of 5-year-old children. *Molecular Autism*. 35.

関根正, 森千鶴 (2018) 自閉スペクトラム症を持つ人の自己モニタリング機能の活性化を促す看護介入プログラムの効果. *児童青年精神医学とその近接領域*. 59(1), 70-85.

関根正 (2022) 青年期以降の自閉スペクトラム症を持つ者に対する看護介入プログラムの効果. *日本保健医療行動科学会雑誌*. 36(2), 91-98.

Shaw, K. A., Williams, S., Patrick, M. E (2022) Prevalence and Early Identification of Autism Spectrum Disorder Among Children Aged 4 and 8 Years – Autism and Developmental Disabilities Monitoring Network, 16 Sites, United States, 2022. *MMWR Surveillance Summaries*, 74(2), 1-22.

Strickland, D. C., Coles, D. C., Southern, L. B. (2013) Job TIPS: A Transition to Employment Program for Individuals with Autism Spectrum Disorders. *J Autism Dev Disord*, 43(10), 2472-2483.

曾我部哲也, 伊藤大幸, 明蕪光宜, 他 (2019) 自閉スペクトラム症成人の生活支援のアプリケーション開発の試み. *臨床精神医学*. 48(8), 985-995.

末吉彩香, 柘植雅義 (2022) 自閉スペクトラム症者への就労移行支援における面談時の振り返りシートの利用可能性に関する質的検討—就労移行支援の利用者および支援者へのインタビュー調査から— . *障害科学研究*. 46(1), 189-201.

Tang, J., Falkmer, M., Chen, N., et al. (2021) Development and Feasibility of MindChip™: A Social Emotional Telehealth Intervention for Autistic Adults. *J Autism Dev Disord*. Apr; 51(4), 1107-1130.

Titov, N., Dear, B. F., Schwencke, G., et al. (2011) Transdiagnostic internet treatment for anxiety and depression: a randomised controlled trial. *Behav Res Ther*, 49(8), 441-452.

志賀利一, 内山登紀夫, 川島慶子, 他 (2018) 成人期発達障害者の生活実態に関する調査—発達障害者支援センターの新規相談者の実態調査から— . *国立のぞみの園紀要*, 11, 124-140. https://doi.org/10.34334/nozominosonokiyou.11.0_124 (検索日 : 2025.9.25)

内山登紀夫 (2020) 成人の発達障害に合併する精神及び身体症状・疾患に関する研究. 『発達障害の原因, 疫学に関する情報のデータベース構築のための研究』分担研究報告書 (令和元年度厚生労働科学研究費補助金障害者対策総合研究事業). https://mhlw-grants.niph.go.jp/system/files/2019/192131/201918004A_upload/201918004A0008.pdf (検索日 : 2025.5.9.20)

山形崇倫, 松本歩, 永田浩一 (2013) 「自閉性障害の多様な遺伝学的病態とシナプス関連病因遺伝子の解析」. *脳と発達*. 46(2), 125-132.

- 山本多佳実, 井澤信三 (2021) 自閉スペクトラム症のある成人における上司との外食場面のソーシャルスキルプログラムの効果. 特殊教育学研究. 59(2), 121-132.
- 山本多佳実, 井澤信三 (2021) 自閉スペクトラム症のある青年における「悪質商法の勧誘を断る行動」の獲得と般化の検討. 特殊教育学研究. 58(4), 269-282.
- Wijker, C., Leontjevas, R., Spek, A., et al. (2019) Effects of Dog Assisted Therapy for Adults with Autism Spectrum Disorder: An Exploratory Randomized Controlled Trial. *J Autism Dev Disord.* 50(6), 2153-2163.
- Wijker, C., Steen, S., Spek, A., et al. (2020) Social Development of Adults with Autism Spectrum Disorder During Dog-Assisted Therapy: A Detailed Observational Analysis. *Int J Environ Res Public Health.* 14; 17(16), 5922.

Supporting Adults with Autism Spectrum Disorder and its Effects: A Review of Domestic and International Literature

Satoko Iga, Takako Nishimura

Abstract

Purpose: To analyze and systematize published findings on support for adults with autism spectrum disorder (ASD) and its effectiveness, both domestically and internationally, with the aim of deriving implications for adult ASD support.

Methods and subjects: We extracted papers published between 2014 and 2023 from the databases PubMed and Ichushi-Web (Japan Medical Abstracts Society). Seventeen papers (eight international, nine domestic) were selected using the keywords “autism spectrum disorder,” “autism,” “ASD,” “adult,” “support,” “care,” and “assistance.”

Results: Support content was categorized into psychological support, support primarily focused on self-understanding, and social skills training. It was effective in improving communication skills, self-esteem, and depressive symptoms.

Conclusion: Support for autistic adults facing the need to build new interpersonal relationships or adapt to changes in lifestyle suggests the necessity of a two-tiered approach: social skills training tailored to neurodevelopmental characteristics, and psychological support addressing comorbid conditions such as depression.

Keywords: Autism spectrum disorder, ASD, adults, support, effectiveness

