

いこう! はったつCafé



～発達障害の、発達障害による、発達障害のためのコミュニティ・スペース～

発達障害カフェ事業Project概要(案)



～共に、憩う・行こう！ “はったつCafé”～

「発達障害」とは、生まれつきの脳機能発達のアンバランスさと、その人が過ごす環境や人間関係とのミスマッチから社会生活に困難が生じる障害の総称で、よく知られるものとしては自閉スペクトラム症（ASD）や注意欠陥多動性障害（ADHD）、また、学習障害（LD）などがあります。

発達障害は「表からは見えない障害」でもあり、周囲との摩擦などで疎外感や孤立感、自立における不安を感じる人も少なくありません。

当カフェ事業により、発達障害の当事者（傾向があり未診断の方も）、そしてそのご家族や、関係者の方々に、

①立場や境遇など共通点の多い仲間と交流および情報交換でき、なおかつ互いに支え合うネットワークが構築できる「安心できる居場所」

②利用者の方々がピアサポートやワークショップ、カウンセリングなどを通し、メンタルケアやあらゆる生活上の困り事を解決するための拠点

③各人が自らの個性や能力を見つけて磨き、自己肯定感を高めながら自立と自己実現に繋がるステップとなるプラットフォーム

これらすべてを叶える「コミュニケーションスペースである居心地の良いカフェ空間」を提供したい、その強い思いから、「いこう！はったつCafé」のプロジェクトはスタートしました。

プロジェクト発起人である私たちは全員発達障害の当事者であり、当事者の抱える生きづらさや課題は他人事ではなく、自分たちの課題としてずっと抱えて生きてきました。

そしてこれからも、メンバーシップコミュニティの拠点として、利用者の方々と共同・共創しながら自分達も自己実現を目指していこう！

「憩う」ためにCaféに「行こう」、そして共に自己実現を目指して「行こう！」そんな願いを込めた「いこう！はったつCafé」。

——それが、このプロジェクトのメインコンセプトです。

自分を再発見し、自己実現に向けて 支援・情報・仲間とつながる居場所

学 ぶ・体験する

ワークショップ・ソーシャルスキルトレーニング・体験講座など、学び・体験型プログラムを通して、自分の「楽しい」「得意」を再発見。



相 談する

自分の抱えている困り事や課題を、カウンセリングやコンサルティングで解決。



ピ アサポート

好きなサークルや、当事者会・自助グループに参加、当事者同士の情報交換やコミュニケーションを深める。



メ ンバーシップ

得意・専門分野を活かした独立事業を立ち上げ、いち事業者としてメンバーの困り事・課題解決につながるコンテンツを提供。互いに共創する「コラボレーションメンバーシップ」の拠点。



🍷用語解説🍷

※ピアサポート：同じ症状や悩みを持ち、同じような立場にある仲間が、体験を語り合い、回復を目指す取り組み。アルコールや薬物中毒の自助グループ、がんなどの患者やその家族、教育現場など様々な分野に広がっている。

※ソーシャルスキルトレーニング：認知行動療法に基づいたリハビリテーション技法。社会に適應していくため、対人関係を良好に維持する技能を身につけ、自信を回復し、ストレス対処や課題解決のためのスキルを習得する事。

メンバーシップコンテンツの 具体的なプログラム内容例

～居心地の良いカフェ空間～

- 関連書籍を自由に閲覧できるブックカフェ
- 行政や支援施設等、必要情報の資料掲示
- ドリンク・軽食の提供



～展示・委託販売ブース～

ハンドメイド雑貨、絵画やイラスト、書籍等、当事者製作の
アート作品を展示。委託販売も行います。



メンバーシップコンテンツの例

※すべてコラボレーション・アウトソーシングによるものとなります

プログラム(案)

～学び・体験型～

- 各種講座・ワークショップ
- SST(ソーシャルスキルトレーニング)

=例=

- ・脳科学や心理学のミニセミナー
- ・ハンドメイド教室
- ・話し方講座
- ・その他、講演会・学習会・読書会、など

～相談型～

- カウンセリング
- コンサルティング

=例=

- ・行政・支援施設等の窓口の紹介
- ・片付けカウンセリング
- ・時間管理プログラム
- ・就活サポート
- ・開業サポート
- ・婚活サポート …など。

サークル活動(案)

- ・劇団はったつ
- ・合唱サークル
- ・映画鑑賞会
- ・読書サークル
- ・バンドHattat's!
- ・ASD専門家倶楽部
- ・その他、ゲームなど
各種オリエンテーションやスポーツサークル
…など。

～交流・情報交換ツール～「交換日記🐾」

文字でも絵でも写真でも音声でも動画でも
皆で回す発信のバトン