ツナガル×ヒトトキ

Q-ACTは、利用者さんが力を取り戻すサポートとして、個別のアプローチだけでなく集団活動を用いたアプローチも行っています。利用者さんが企画・運営に参加し、症状を抱えながらも活動の中で誰かの役に立つ経験をしたり、同じ経験を持つ仲間同士（ピア）の交流で力を取り戻せる場づくりを目指しています。

★くるめチームの報告





くるめチームでは、春夏秋冬四季に合わせたレクリエーションを行なっています。夏レクでは、那珂川市の五ケ山豆腐と中ノ島公園に行きました。

五ケ山豆腐ではバイキング形式の食事に利用者さんも満足されてました！

中ノ島公園では川に入ったり、木陰で涼んだり、思い思いに過ごされてました。

スタッフが川に落ちるハプニングもありましたが、利用者さん同士の交流もあり、楽しんで過ごされてました。

"次回の秋レクは何かな"と楽しみにしている声も聞かれました。

★北九州チームの報告（Qカフェ）

8月～10月のQカフェは①ニモカカードを作りに行こう！→②ニモカカードを使ってバスに乗り、コーヒーを買いに行こう！→③買ったコーヒーをみんなで試飲してみよう！というシリーズ企画です。（今回は②までをご報告）。

①ニモカカードを作りに行こう！

バスの運賃が割引となる障害者用ニモカカードがあることや、ニモカカードには有効期限があり誕生日までに更新手続きをしないといけないことがわかりました！



②ニモカカードを使ってバスに乗り、コーヒーを買いに行こう！

【参加メンバーの感想】

「何年もバスに乗ってなかったし、普段遠くに買い物に行かないので、誘ってもらって良い気分転換になりました」

「普段は一人で出かけることが多いけど、みんなでバスで出かけられて楽しかったです」

「乗り物に慣れない方がいたので心の中で見守っていました」

「期間限定のコーヒーを選びました！」

ファディに行きました！



わたしの一歩 ~Kさん~



突然の強制入院で、入院生活は地獄で耐え難く苦痛でした。その中で、Q－ACTは、会いに来てくれたり手紙をくれたり、心強い言葉や優しさが心の支えになっていました。まさに地獄に仏でした。

Q－ACTの支援を利用し、Q－ACTのグループホームへ退院しました。初めてのグループホームでの生活は不安でしたが、今は平凡に暮らしていける幸せを感じています。

実は、最近新しいパートナーと出会うことができました♡彼は、病気の理解があって精神的な心の支えになってくれる人です。彼は釣りが好きなので一緒に行ってみたいです。

第2の人生として、彼とも話し合ってグループホームを退去し同棲することになりました。これから幸せな生活をしていこうと思います。

Q-ACT LETTER

令和7年
秋号

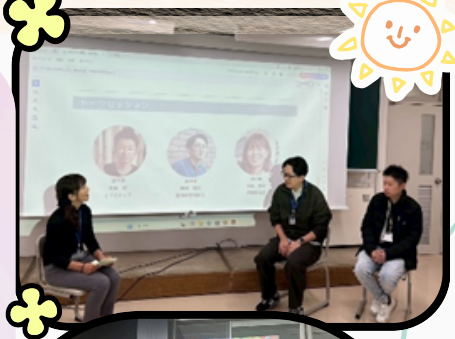


日本精神障害者リハビリテーション学会でIPPO賞を受賞いたしました！

Q-ACT設立から１４年、このような名誉ある賞をいただき、これまでQ-ACTに関わってくださった全ての皆様に感謝いたします。

今後も利用者さんもご家族も関係者の皆様も私たちも地域で誰もが自分らしく暮らせる、人権が尊重される社会を目指して、スタッフ一同、より一層活動に力を注いでいきたいと思います！今後ともよろしくお願いいたします。

IPPO賞受賞しました



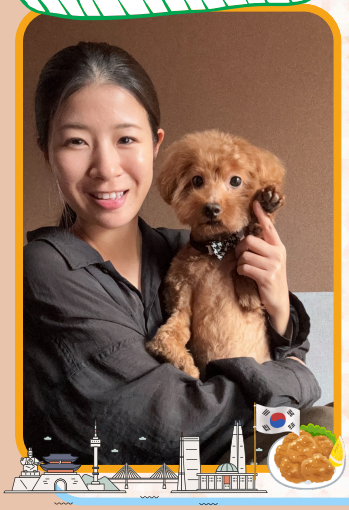


IPPO賞とは…Interactive Person-centered Practice and Organization (双方向性かつ当事者中心の実践・機関)

当事者と支援者が協働し当事者中心の支援に取り組む団体に贈られるものです。

現状を変えようと「一歩」踏み出すチャレンジをたたえる賞でもあります

スタッフ紹介



初めまして。今年の2月にQ-ACT福岡チームに入職した中村愛実です。日々皆さんと関わらせていただく中で、嬉しいことも辛いことも、一緒にいろんな経験をさせていただき、多くのことを学ばせてもらっています。

私はまだまだ未熟者ですが、皆さんの夢や希望を叶えるために一緒に悩み、考えることはできます。一緒に少しずつ前に進んでいけたらと思っています。

私の好きなことは韓国旅行、韓国料理、韓国ドラマ、K-POP 韓国尽くしです（笑）休日は1日中外に出ず、愛犬ぷぅたと一緒に韓国ドラマを観て過ごすことが多いです。

地元は大分県の唐揚げで有名な中津市で、週に１回は買って食べてました。外園（ほかぞの）という唐揚げ屋さんがおすすめです。

アウトリーチネット ACT部会主催 ACT 連続講座

ACTにおける ケースマネジメント
日時：2026.1/24(土) 13:00～15:00
開催方法：オンライン
講師：ACT-Aile

ACTにおける 危機介入 4
日時：2026.3/14(土) 13:00～17:00
開催方法：対面（京都）
講師：ACT-K ACT-ひふみ

担当者：ACT部会 鷹子剛
Mail:qact.takako@gmail.com

一般社団法人Q-ACT　お問合せ先
■Q-ACT（福岡市早良区重留2-19-5-1-B103）092-980-2165
■Q-ACT北九州（北九州市小倉北区東篠崎3-4-13 B棟5号）093-383-9237
■Q-ACTくるめ（久留米市瀬下町385 2階）0942-80-2439
■Q-ACTやはた（北九州市八幡西区則松4丁目7-41 2階）093-482-7514
■Q-ACTちくし（筑紫野市二日市中央3-9-18 二日市中央エクセル19 201号）092-925-8181

見学・求人募集中

ASSERTIVE COMMUNITY TREATMENT SINCE 2012

vol.3

聴かせてあなたのリカバリーストーリー

約１０年間の入退院を経験しながらも、退院後は地域で夢を実現させ、活き活きと人生を歩んでいるMさんにインタビューしてきました！

① これまでの入院生活について教えてください

２７歳から約１０年以上、これまで10回くらい入退院を繰り返しました。病気になって娘と溝ができたように感じました。入院中コミュニケーションを取るのが難しかったけれど、退院に向けて、Q-ACTと一緒に準備をしていきました。



② 退院後はどのような生活を送っていましたか？

週３回、Q-ACTの訪問を入れて規則正しい生活を心がけました。当時は外出も難しく、人とすれ違うと悪口を言われているような気がして怖かったけど、Q-ACTが一緒に散歩をしてくれて。あれは、自分の分岐点というか…初めの一歩になりました。

③ 仕事を始めようと思ったきっかけや、就活の経験を教えてください

１人で過ごすと色々考え込むから何かをした方が良いとは思っていましたが、当時は仕事への自信がなく…でもお金は欲しい。初めは、就労移行事業所へ通所をしたり在宅でプログラムを受けたりしていました。その後の就職活動では、病院受付に応募し面接しましたが不採用。次は、簿記の資格を活かそうと不動産の事務に応募しましたが不採用。最後は、大手企業の事務に応募し、昨年11月に障がい者雇用枠のパートとして採用され週４日働いています。



④ 仕事を始めて実現したことは？

障がい者雇用枠で働いてみると、職場のスタッフが気にかけてくれるし、仕事の量も調節してくれるから、心身共に調子を崩すことなく仕事ができています。会社側もリハビリとして来てくれたら良いと言ってくれて気持ちも楽です。仕事で収入を得ることで、美容室、ネイルサロン、ジムに通えるようになったし、カラコン、洋服が買えるようにもなり、やりたかったことが実現しました。娘から毎週ドライブへ誘われるようにもなり、今では親子関係が再構築され、学校行事にも参加できるようになりました。また、Q-ACTによるメリデン版訪問家族支援を開始して両親とギスギスすることがなくなり会話も増え、家族旅行をするようにもなりました。

⑤ 同じ病気を抱えている方へのエール

やることや、趣味を増やすと病気が軽減するというか・・・。何もしないと、病気のことばかり考えて悪循環になると思います。仕事や趣味とか楽しいことを想像するだけではなく、もうやっちゃったらいいのに！と思います（笑）。

⑥ 今後の夢

お金を貯めて自分の部屋を丸ごとリフォームしたいです。部屋には調子が悪かった時の爪痕が残っていて・・・ボヤを起こして床が焦げています…（笑）あとは、これからも自分の車を維持して、ドライブを楽しみ続けたいです！

わがまちのキラリびと

vor.3

ウィズダムで就労支援を行っている 粟屋佳祐さんにインタビューしました！



ウィズダムの成り立ちと理念

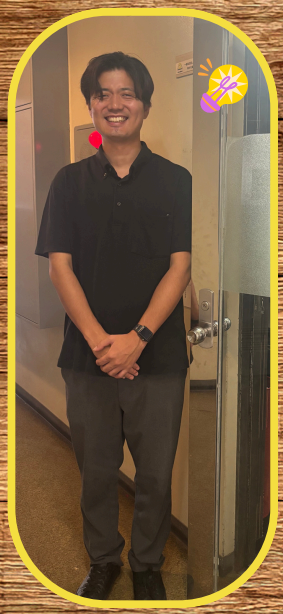
ウィズダムは2019年4月に「どんなに重い精神障害を持つ方でも、企業で働ける」という理念を掲げ、IPSモデル（Individual Placement and Support：個別支援型就労支援）を導入した就労移行支援事業所として設立。年間およそ12名が就職し、累計では70～80名ほどが企業で働き続けています。福祉的就労ではなく、全て一般企業での就職を目指しているのが特徴です。

ウィズダムの活動スタイル

活動は集団プログラムと個別の就労支援があります。集団活動ではビジネスマナーや履歴書の書き方など様々なスキルを身に着けます。個別支援は殆どが訪問型（アウトリーチ）です。スタッフが利用者の自宅を訪ね、個別にカリキュラムを提供します。

入院中や引きこもりの方など様々な理由によって通所が難しい方にとってはアウトリーチが重要な支援手段です。

また、ウィズダムでは企業へのアウトリーチ（職場開拓）も行っています。就職を希望する方に合いそうな職場や、本人が「ここで働きたい」と思っている職場に訪問して、障害者雇用の提案や業務の組み立て直し、従業員への理解促進なども行っています。



芽から花へ・・・歩みを繋ぐ支援のコラボ

地域の訪問支援チーム（ACTなど）との連携も重視しています。

例えばACTの方が“働いてみたい”という想いの「芽」を見つけてくれて、そこから私たちは「働けるかもしれない」という自信に繋げていく支援をします。双方が得意とする部分を活かして協働できるこの関係の根底には共通のリカバリーの考え方「その人の力を信じて支える」という価値観があります。『働いてみたい』という芽を、みんなで育てるという感覚です。

入院中から働く準備！

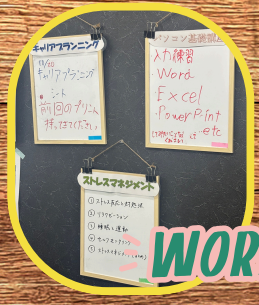
ウィズダムでは、入院中から就労支援を行っています。病院を訪問し、グループホーム体験や、実習先の見学なども取り入れながら退院後の就労の準備を一緒に行います。この取り組みに協力的な医療機関も少しずつ増えてきました。

入院中から支援する意味は、本人の“やりたい”という気持ちを早く取り戻すためです。その人が本当に全力を出せる仕事は、誰かに与えられた作業ではなく、自分の想いから生まれるもの。

だからこそ、早い段階で“やりたいこと”を一緒に探すことが大事だと思っています

就職が決まった瞬間！パワーのおすそわけ

私たちのやりがいは、利用者さんの就職が決まった瞬間に立ちあえること！不安と喜びが入り混じる中、確かに「前に進む顔」なんです。「ここで人生が変わった」「自分のターニングポイントを支えてもらった」と話してくれる方もいました。私たちもそんな言葉に励まされ、支援しているつもりが、「あっ、自分が利用者さんから力をもらっているんだな」と気付かされます。





就労を目指している方々へメッセージ

絶対に働けると思います。やりたいという気持ちがあれば、きっと実現できる。「できるかできないか」ではなく、「どうやったらできるか」を一緒に考えるのが私たちの役割です。

いつでもご相談ください。

一般社団法人 福岡IPS普及協会 就労支援センターウィズダム
〒810-0005 福岡県福岡市中央区 清川３丁目１４－７ ファーストビル２Ｆ
TEL: 092-753-9196　E-mail: info@ipswisdom.com Instagram ips_wisdom