

ごあいさつ

プチィパは、摂食障害をはじめとする精神疾患をもつ女性が安心して社会への一歩を踏み出し、自分らしい生き方ができるようサポートしたいという思いで、2013年から活動を始めました。

プチィパ (Petit pas) はフランス語で

「ちいさな一歩」

を意味します。

一歩を踏み出す時に感じる、一人で抱えるには苦しい不安を少しずつ分かち合ってみませんか？

プチィパは「ここにいてもいいんだ」とホッと安心できる空間でありたいと思っています。

また、人とつながりを持ちながら様々な活動を行うことで自分の新たな一面に気づくこともあるかもしれません。

それらを見つめながら、一緒に成長していきたいと考えています。

プチィパであなたらしい一歩を私たちとともに歩んでみませんか？

主にご利用されている方

精神疾患

発達障害

知的障害

をお持ちの方

お問い合わせ

特定非営利活動法人 SEEDきょうと
就労継続支援B型事業所

プチィパ

〒600-8269
京都府京都市下京区西八百屋町136番地
ランドビル2階

TEL・FAX：075-748-7834

お気軽にお問い合わせください
(受付時間 火～金10:00～17:00)

E-mail：petitpas@seedkyoto.net

HP：http://petitpas.seedkyoto.net/

開所時間

火・木・金 10:30～15:00

水 12:00～15:00

土 10:30～13:00

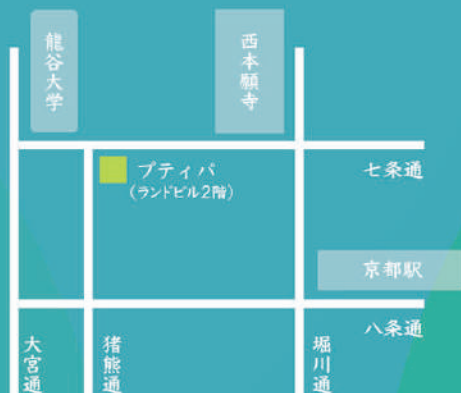
(閉所日 月曜・日曜・祝日・年末年始・お盆)



アクセス

京都駅烏丸中央口から徒歩15分

※当事業所には駐車場・駐輪場がありません
お近くのパーキングをご利用ください



特定非営利活動法人 SEEDきょうと
-プチィパ-




petit pas

あなたらしい一歩とともに

女性のための
居場所と
就労サポート



こんな悩み、生きづらさを抱えていませんか？

- 自分らしさがわからない
- 人とコミュニケーションをとるのが苦手
- 悩みを話せる人がいない
- 病気との付き合い方がわからない
- 感情に振り回されて困る時がある
- 生活リズムを整えたいが行く場所がない
- 自立したいがどうすればよいかわからない
- 働きたいけれど自信がない
- 周りの目を気にしてしまい疲れる
- 疲れた感じがわからずうまく休みがとれない

プティパでは 自分らしい生き方を 一緒に考えていきます

ワーク

～“はたらく”ことを通じて
なりたい自分をめざす～

プティパでは主にガラス製品、水引製品、布製品、陶芸製品を作製し、手づくり市などで販売しています。

その他、事務作業もあります。

チャレンジをする中で
さまざまな気づきがあります。



フリー

～自分の居場所をつくる～

プティパには作業をするスペースの他に
ゆったりくつろぐためのスペースもあります。

ここでメンバーさん同士のおしゃべりや
ゴロりと横になって自分の時間を過ごしたり
休憩をとる練習をしたり…。

その日の気分や調子に合わせて過ごせます。

話す・学ぶ

～自分を知る・社会とつながる～

さまざまなプログラムや個別相談で自分のことを知り
人との付き合い方を学んでいきます。

【トーク】 病気や生活の困りごと、生き方について等
メンバー同士で語り合います。

【勉強会】 対人関係やストレス対処、生活知識等
について学びます。

【個別相談】 担当スタッフと一緒に相談しながら
自分との付き合い方や、自分らしい
生き方を見つけていきます。



ご利用までの流れ

お問
い合
わせ

見
学

体
験

登
録

よくある質問

Q. 摂食障害以外の方も利用できますか？

A. どんな疾患の方でも利用していただけます。
現在、摂食障害の他に、依存症、発達障害、うつ病、
強迫性障害、統合失調症等をお持ちの方にご利用
いただいております。

Q. 手先があまり器用ではないのですが、モノづくり
以外に何かできる作業はありますか？

A. モノづくりの他に事務作業(宛名書き・シール貼り等)
もあるので、どんな作業がしたいか、ご自身の
得意・不得意に合わせて選んでいただけます。

Q. 1日平均どれくらいの方が来られますか？

A. 日によりますが、5名～10名前後になることが
多いです。1日の定員は20名です。

Q. どれくらいの年代の方が利用されていますか？

A. 20～30代を中心に70代の方まで幅広く
利用されています。

利用者さんの声

「自分の気分や調子に合わせて作業が選べるのが
ありがたいです。」

「自分に出来ないことや、苦手なことはいっぱいあるけれど
メンバーさんや支援員さんのおかげで、自分に出来ることや
得意なこと、目が向きやすくなりました。」

「前の私なら、周りではみんなが作業しているのに、自分は
何もしないなんてことは、なんだか気が引けてしづらかった
と思うんですけど、今は気にせず過ごせています。」