妖精さんのきもちいろいろ展

at SARA's GARDEN

どんなきもちも
だいじょうぶ

精神科の看護師でもあるアーティスト、チアキの展覧会です
井の頭公園の池のほとりのステキな一軒家を、妖精さんのオブジェがかざります
メンタルヘルスの情報や、こころの不調をかかえた親と子どもを応援する
絵本やアイテムを、手に取ってごらんいただけます
桜の季節の井の頭へ、ぜひ遊びにいらしてください

2026年 3月

土	日	月	火	水	木	金	土	日
21	22	23 お休み	24 お休み	25 お休み	26 11時から	27 11時から	28	29 15時まで

時間 10〜17時
26木・27金 11時から
29日 15時まで

入場無料

ぷるすあるは

主催
共催・会場

NPO法人ぷるすあるは
SARA'S GARDEN もりのひろば
（東京都三鷹市井の頭3丁目34-1）

SARA'S GARDEN もりのひろば

東京都三鷹市井の頭 3 丁目 34-1

Gardener：かとうまさえ さん

子どもたちや子育て中の人、そのまわりで応援している人たちが、ゆるくつながっていく場所です

京王井の頭線　井の頭公園駅　　徒歩 2 分
JR 中央線・総武線　吉祥寺駅　徒歩 10 分

展示内容

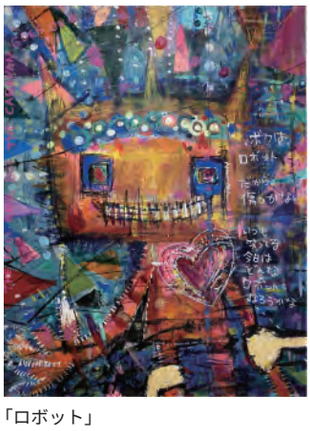
- ダンボール作品「妖精さん」のいろんな表情が、2F メイン会場の空間全体をかざります
- アクリル絵の具で描いた子どもの表情やモザイクの作品など、およそ 10 点展示します
- 絵本やきもちカードなどのアイテム、作品・ポストカードの展示・販売を行います
- 自由に持ち帰れるチラシコーナーがあります
- 参加自由・ぬりえとミニ工作コーナーがあります

会期中のイベントは
公式ページより案内しています

NPO 法人ぷるすあるは

イラストを担当する看護師・細尾ちあき（チアキ）と、医師・北野陽子を中心としたプロジェクトチーム。さいたま市を拠点に、絵本や Web サイト「子ども情報ステーション」の制作・運営を通して、メンタルヘルスにかんする情報発信を行っています。精神障がいやこころの不調をかかえた親や家族、その子どもたちを応援しています。

著書：『家族のこころの病気を子どもに伝える絵本』シリーズ・『子どもの気持ちを知る絵本』シリーズ・『こころにケガをしたらートラウマってなんだろう？』ゆまに書房／『生きる冒険地図』学苑社／『こころとからだ コンディションカード』合同出版／『いろんなきもちあるある―22 のメッセージ』（著　加藤雅江）本の種出版　ほか多数
受賞歴（一部）：第 2 回やなせたかし文化賞大賞／日本精神衛生学会　2025 年度「土居健郎記念賞 活動奨励賞」



「ロボット」
1167 × 910mm

「ぐるぐるの子どもじかん」
1167 × 910mm

「見つめるクマさん」
300 × 300mm

イラストブック『いろんなきもちあるある―22 のメッセージ』より