



「花を育てる」、「野菜をつくる」ことを楽しむ方、読者の中にも多いのではないのでしょうか？このコーナーでは今後数回にわたって、植物を育て、自然を楽しむことを医療や福祉の現場で利用する「園芸療法」について紹介していきます。



園芸療法の実践

1

園

芸療法は、疾患を持つ患者、高齢者、障害者などの対象者が五感（見る・

嗅ぐ・触る・味わう・聞く）を使いながら自然と触れ合うことを通し、心や身体の状態を改善することを目的に行われます。また、いのある植物や自然の美にふれる園芸療法は生活の質（QOL）の向上に繋がると考えられています。

園芸療法の特

徴のひとつは、プロセス重視の立場にあります。一般的にガーデニングや家庭菜園では「玄關の花をきれいに咲かせて明るい印象にしたい」「プランターでトマトを作って食べたい」など、そのゴールに意味が見いだされます。一方園芸療法の場合、たとえば同じ「トマトをつくる」でも、その過程で対象者がトマトに愛情が湧いてくる心の移り変わりや、トマトや自然に深い感謝の気持ちを持つようになれる変化や、トマトを

五感を使つての癒し

人と分かち合うことで生まれてくる交流の輪の広がり等々、そのプロセスを見つめます。つまり家庭菜園の主人公は「トマト」であり、そのストーリーはトマトが生まれ、様々なお世話をしてもらいながら育ち、人に食べてもらうまでの物語であり、トマトの育て親（対象者）は脇役存在となります。

一方園芸療法の主人公は「トマトの育て親」であり、トマトが育つまでに育て親が抱いた喜びと悲しみ、時には挫折などについて語られた物語であり、トマトは脇役存在となるわけです。

さて

らに園芸療法では第三の登場人物がいます。それは心身の疾患や障害などにより自由に園芸活動を楽しむことができない育て親（対象者）が物語の主人公となるよう、サポートする園芸療法士です。園芸療法

士は、対象者のために安全で安心できる環境を作り、一人ひとりに合ったプログラムを組み立て、改善目標に向かって対象者を導くガイド役です。



イラスト いけや しほ

園芸療法のスー

トは、この園芸療法士が対象者をよく知

ろうとするところから始まります。この際、疾患や障害の状況だけではなく、生い立ちや趣味、家庭環境や将来の夢を知ることが、本人の興味を引き出すプログラムづくりに役立ちます。特に園芸療法では恵まれた自然の中で一緒に花を植えるなどの作業をしながら「おしゃべり」をするため、対象者の緊張をほぐし、自然体の対象者を知ることができるといいう利点があります。



やまや ゆりこ「奥熱海療院 園芸療法士（アメリカ園芸療法協会認定）」

問い合わせ先 奥熱海療院 TEL 0558(79)1022