

やってみよう!



園芸療法



in 奥熱海療院



園芸療法を勧められましたが、どんなものかよく
分かりません…

初めて聞く「園芸療法」という言葉。
みんなが疑問に思う、素朴なギモンにお答えします！

園芸療法ってなに？

誰が受けるの？

どんなことをするの？

どんな効果があるの？

園芸療法ってなに？

➡ 「園芸療法」とは、病気や障害、高齢などにより、心や身体に活動の制限がある方のために、園芸活動を手段として、**心身の状態の改善**や、**心豊かに幸せに生きること**を目標に行われるものです。



園芸療法ってなに？（つづき）

趣味で行うガーデニングなど異なり、受ける方にとって効果的な「療法」となるよう、園芸療法には一連のプロセスがあります。

園芸療法のプロセス（過程）

ヒアリング

担当者（園芸療法士）が、あなたの現在の心身の状態を知るために、**ヒアリング（聞き取り）**や、**体験コース**を行います



目標の設定とプログラムの作成

あなたのニーズに合った、**オーダーメイドのプログラム**をつくります

園芸療法の実施



効果の評価

あなたの心身の変化をとらえ、プログラムが効果的だったかを**客観的に評価**します

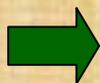
誰が園芸療法をしてくれるの？

「**園芸療法士**」が行います。

園芸療法は自然や植物を活用して人を対象に行う療法であるため、自然や植物の知識やスキルに加え、人間の身体と心の疾患や障害について学び、トレーニングを受けた**園芸療法士**が行います。



だれが園芸療法を受けるの？



病気や障害、高齢などの理由から、身体や心に活動の制限があり、園芸を通した活動が、それらの状態の改善、機能の回復や維持に期待できる方が対象となります。

例えば・・・

- **身体的障害**をもつ方へ機能の維持、向上を目的とした**リハビリテーション**として
- **精神神経症状**を持つ方の**心の安定**のために
- **発達障害**を持つお子さんの**社会性の発達**を目指して
- **高齢者**の**身体機能維持**のために

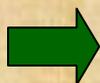


この他にも、

健康増進や生活の質（QOL）の向上、いきがいを感ずる余暇活動の提供などを目的に、園芸療法が行われるケースもあります。



どんなことをするの？



園芸療法の内容は、人によってさまざまです。

あなたの興味やニーズ、目標に沿って、園芸療法士がオーダーメイドのプログラムを組み立てます。

最初はマンツーマンで行いますが、改善状況や必要に応じ、グループで行うケースもあります。

屋外活動

自然の中で、五感を使って自然を感じ、

自然に親しみます



園芸療法コーナー



鉢植えづくり



畑作業

屋内活動

自然の素材を使ったモノづくりを通し、
観察力や創造力が引き出されます



木の実のクラフト

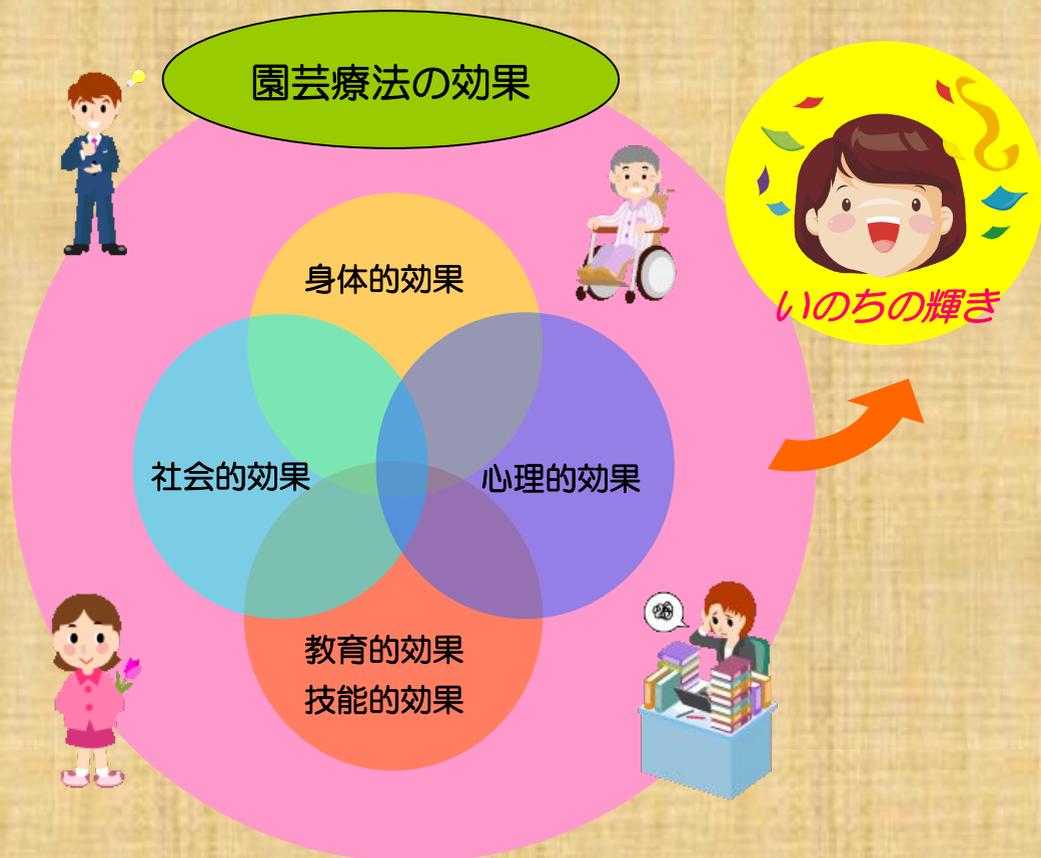


押し花のクラフト



リースづくり

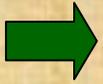
どんな効果があるの？



➡ 園芸療法では、**身体的・心理的・社会的・教育的・技能的効果**が期待できます。受ける方のニーズや心身の状態が異なるため、効果も人それぞれに異なります。

また、これら園芸療法の効果は単独であらわれることなく、総合的に改善や向上が図られます。この総合的な高まりが、**「いのちの輝き」**になって現われます。

いのちの輝きって？



私たちは「自然界のいのち」と向き合うことにより、自分の「いのち」を輝かせることができます。

園芸療法では、「結果」よりも「プロセス」を見つめます。そして、生命をバラバラではなく、**その営み全体をとらえて大切にすること**により、はじめて受け手は「自然界のいのち」と向き合うことができるようになります。

例えば、ガーデニングで寄せ植えの鉢を作るとき、物として立派な鉢植えを作ることのみ熱中するのではなく、花を育てる過程で、**①花のいのちを見つめ、②いのちとのつながりを実感し、③いのちの営みと調和すること**に心をくだきます。

その結果、受ける方が**自然を愛し、自然に順応する生き方**にまで高まると、いのちが元気よく輝き、充実した人生を送れるようになるのだと思います。

人によって必要なプロセスは異なります。あなたのいのちが輝くために、自然との関わり方を、園芸療法士と一緒にさがしてみませんか？



お申し込み

◆料金

個別プログラム 1,000円（約60分）

継続コース 2,000円（約60分3回）

園芸療法の効果は継続することで初めて発揮されます。
個別体験の後は継続コースがおすすめです。

◆お申し込み

奥熱海療院 予約専用電話番号



0558 (79) 1022

詳しい内容や不明な点は、直接、奥熱海療院
の園芸療法士までお問い合わせください

〒410-2311

静岡県伊豆の国市浮橋1606-1

奥熱海療院 園芸療法部門

