

園芸療法概説

—エコロジカルアプローチの視点より—

高江洲義英

Introduction to Horticultural Therapy

— From the view point of ecological approach —

Yoshihide Takaesu*

1. 園芸療法の諸技法

園芸療法 (Horticultural Therapy) がわが国で認知されてから、十年程経っただろうか。もちろん、それ以前から、わが国の多くの施設 (精神科病院や知的障害者援助施設など) で、園芸活動がリハビリテーションやレクリエーション、授産訓練、生活指導の一環として取り入れられてきた歴史もある。三十年前のわが国の精神医療でも、私が勤務していた福島県の精神科病院では、バラ園づくり、さつきの苗づくり、野菜畑、松林の管理と散策などが行われていて、療養者の日課の一部となっていた。当時は「生活療法」という呼称もあったが、そのような呼称と働きかけへの批判の声もあり、現場は混乱していた。こうした精神医療の現場での実践に園芸療法が参入し、まず方法論が導入され試行錯誤しながら徐々に評価を得つつあり、療法としての理論化が行われつつあるのが現在の状況である。

今日施行されている園芸療法には、精神 (心理) 療法 (psychotherapy) としての側面と身体療法 (somatic therapy) としての側面とがあり、精神療法としての園芸療法も (1) 訓練療法と (2) 洞察療法とに分けて考えることができる。(1) 訓練療法では、園芸活動を介して心身の機能を回復し、一定の活動を体験することによって自己の心身のバランスを修復し、表現能力や協調性を獲得していく。(2) 洞察療法では、園芸活動を介して、自己を見つめ直し、新しい自己を発見して、仲間づくりを模索していく。このように身体面、精神面の両面に目的を持った療法と考えられる。さらに、身体療法としての園芸療法では、身体機能の回復やリハビリテーションがあり、園芸活動を介して、障害を克服し、もしくは代理機能を形成していく。脳卒中や脳手術後の麻痺した身体へのリハビリ、先天性の運動障害、続発性 (二次的) 運動機能障害、廃用性障害、拘縮などへのリハビリなどがある。各種の器具の工夫・開発や、プランター花壇、庭園の設計への工夫がなされていて、今後の展開がさらに望まれている。

ところで、園芸療法は自ら積極的に行動する能動的園芸療法と、散策や鑑賞を主とする受動的園芸療法に大別してみることもできる。能動的園芸療法としては、園芸

作業、栽培、収穫、加工などの過程があり、受動的園芸療法としては、庭園を散策したり、森林に分け入ってみたり、草花を鑑賞することなどがある。フラワーアレンジメントや生け花には自ら育てた花木を取り入れて表現し、鑑賞するという能動かつ受動の両面があることも考えられ、両者はそれぞれに相補的視点ともなる。

こうして園芸療法の領域を概観してみると、そこには広義の園芸療法と狭義の園芸療法が存在することに気づく。広義の園芸療法では、園芸およびその関連活動が治療およびその近縁領域に果たす間接的治療効果が期待され、狭義の園芸療法では、園芸ことに栽培活動が対象者の心身に及ぼす直接的治療効果が求められる。

このような園芸療法の種々の特色を、精神 (心理) 療法およびリハビリテーションの視点から考察し、理論化し、実践の枠を広げていく作業が、今日のわが国の臨床領域の深化に役立つことを期待したい。

2. 高齢化社会とエコロジカル・アプローチ

高齢化社会の到来につれ、現代社会での高齢者への各種の援助技法の確立が求められている。介護福祉士やホームヘルパーの活躍によってわが国の高齢者への援助支援サポートシステムは急速に充実しつつあるが、他方で、より明確な治療技法や治療理論の検討が求められている。今日の高齢者への治療技法として、各種の薬物・身体療法に加えて、精神・リハビリ・環境療法の検討も進められており、高齢者への各種のデイサービス、デイケアをはじめ、予防システムまで含めた支援の連鎖が浸透しつつある。

高齢者への援助技法として、従来の各種リハビリテーション、カウンセリングに加えて、各種の芸術療法、ことに音楽療法、舞踏療法、文芸療法などが試みられて、高齢者の各種表現技法への配慮が重ねられている。高齢者をとりまくこのような表現療法は、環境療法として捉え直して見ることもできる。ことに近年のエコロジーの時代にあっては、障害者や高齢者が社会環境と併存していくエコロジカル・アプローチとしての環境療法、芸術療法の視点が浮上してきている。

これらエコロジカル・アプローチの中で、近年急速に話題を集めている技法の一つが、園芸療法 (Horticultural

*Director, Izumi Hospital

2004年11月26日受付.

Therapy) である。

3. 症 例

症例 1. 70 代の気品ある御婦人であるが、この 1, 2 年ボケ症状が目立つとのことで御息御夫妻に付き添われて当院を初診した。ご本人は健忘症状の自覚に乏しく、息子の指摘する事実にも一々反論し、若干の作話傾向も窺えた。診察室でのそうしたやりとりが続くため、一息入れようと外来担当医である私が、病院の庭園散歩を提案した。御婦人はすぐに散歩に応じて、草花の解説を始めた。そのうちに、沖縄では珍しい藤袴を見つけて、秋の七草の解説を始めた。萩、尾花、葛、撫子、女郎花、藤袴、桔梗と秋の七草を数えだした。私を含めて、息子夫婦や看護師などその場にいたもので七草を誦んでいるのは、当の御婦人ただ一人であった。文学好きの御婦人は若い頃から大和文化に詳しかった。御婦人の記憶力を見直した息子は、その母親に詫びて病院から帰ろうとしたが、今度は御婦人の方が、「しばらく入院していく」と言い出した。相談の後に、短期の入院ということとなり、本人が希望して入院治療の一環としてのガーデニングを楽しみ、園芸をはじめとするリハビリ、作業療法のプログラムを通して過去の回想が盛んになり、より健康な役割を獲得して、親子とも新しい役割関係の中での生活を送るようになった。

症例 2. 九十才を過ぎた翁であるが、若い頃より公職にあたり、執筆をしたり社会的役割をとる方であった。八十才を過ぎて、妻のボケ症状が目立ち、家庭生活が困難となり夫婦で施設入所となった。痴呆症状が進行する妻に、寄り添いつつ、翁は植物の世話に励み、妻に語りかけ各種の野草・植物の葉を利用したの風車、籠物、草履などを巧みに作っては妻を慰めた。施設の中でも世話上手として重宝され園芸・手芸を中心としたリハビリ・プログラムを介して指導者の役割を維持している。

症例 3. 痴呆疾患治療病棟に入院中のアルツハイマー型痴呆および脳血管性痴呆の老人の場合は、痴呆だけでなく身体疾患を合併していることが多い。私どもの病院では老人病棟の前にバリアフリーの庭園を造り、患者さん達は車椅子に乗って、あるいは介助されながらこの庭園にやってくる。庭園にはベンガルヤハズカズラの紫花が強い日差しを遮り、芝生が広がる庭では患者さん達は素足で心地よい感触を味わう。庭園の草花に触れて、憩いつつ、ゲートボールや散策など、思い思いの過ごし方ができる空間を提供しながら、そこでは精神的な安らぎと身体機能の改善に目が向けられている。

このように、個々の老人の症例と病棟の活動例を挙げてみたが、園芸療法においては、この他にも様々なアプローチが考えられる。精神と身体の両面にそして環境療法という視点を含めて、これらの症例呈示からも園芸療法の意義が理解されると思う。

4. 創造性と「癒しの空間」

このように、高齢者をはじめとして、各種疾患への園芸

療法の適応は幅広く試みることができよう。そのような広がりを通して理論化と実践の積み重ねがこれからも行われていくであろう。小論をおえるにあたって、園芸療法を創造性と「癒しの空間」という視点から考察しておきたい。

例えば、脳卒中後遺症による片麻痺などへのリハビリテーションとして、各種の園芸療法プログラムの工夫がなされて、かなりの効果をあげている。あるいは、前述のような痴呆老人への回想療法として、かつての趣味や知識を呼び戻しつつ、人間・植物関係 (People-Plant Relationships) を介して、高齢者の役割取得を獲得していった例もある。独居老人など、高齢者の孤独や不安への緩和アプローチとして園芸療法が効果を示すことも少なくない。さらに、小さな鉢に植物を植え成長していく様子を見たり、フラワーアレンジメントを作ってみたりして創造の喜びを得ることもできる場合もある。このように、自然と向き合えるまたとない機会ともなっている園芸療法の視点においては、患者と治療者との関係だけでなく、治療環境や自然を「癒しの空間」とみる発想が根底にあるともいえる。

ところで F. ガタリが提唱した「エコゾフィーの哲学」は、芸術療法、環境療法といったエコロジカル・アプローチの集積として考えることが出来るように思う。自然や治療環境を網の目のようにつないでいるものを、彼は「リズム」と名付けたが、それは創造性のエネルギーであり、老若男女を問わず、人間性の本質に基因する生の根源を形成するものとみなすのである。治療環境と園芸療法を考えると、こうした考え方（哲学）も、その理論化にあたって多くの示唆を与えてくれる。また、「エコゾフィー」と同様に、制度論的精神療法 (psychothérapie institutionnelle) にいう横断性 (transversalité) の概念も、このような役割連鎖の活性化をはかっていくことを目的とした概念である。このように園芸療法を検討していく過程は、臨床領域の治療環境を見直すことにもつながると言える。そういう意味でも、心身の障害への有効な治療技法の一つとして、園芸療法はその今日の意味を獲得しつつあるといえよう。

参考文献

1. Fragler, J. and R. P. Poincelop. 1994. People-Plant Relationships. The Food Products Press, New York.
2. 松尾英輔. 1998. 園芸療法を探る. グリーン情報. 名古屋.
3. Relf, R. (ed.). 1994. The Role of Horticulture in Human Well-Being and Social Development. Timber Press, Oregon.
4. Simson, S. P. and M. C. Straus. 1998. Horticulture as Therapy. The Food Products Press, New York.
5. 高江洲義英. 1997. 園芸療法覚書. 園芸療法研修会, 横浜.
6. 高江洲義英. 2002. 芸術療法の現況と展開, エコロジカル・アプローチとしての機能. 日本精神科病院協会雑誌 21(4): 6-8.