

はじめよう 園芸福祉・園芸療法

みんなで楽しく過ごすために



花を見れば美しいと感じ、自然のみどりを見れば心が和みます。多くの人は自ら花やみどりのある生活をしようとして行動します。それが園芸です。

しかし、高齢や障がいなどの理由でハンデキャップを持つ人は、自分だけでは思うように園芸を楽しむことができません。

植物の持つ癒し効果を積極的に活用し、年齢や障がいのあるなしに関わらず、園芸を通じてみんな楽しく過ごそうとするのが園芸福祉です。また園芸作業による身体的、精神的リハビリ効果を活用し、障がいを軽減または無くしていくのが園芸療法です。

NPO法人奈良グリーンサポートネット

園芸福祉・園芸療法の実施例

花やみどりは、それ自体で人を癒す効果を持っています。またそれを対象にする「園芸活動」はストレスを軽減し、生活に潤いを与え生活を豊かにします。この園芸の持つ効果をハンデのある人もない人も一緒に楽しみ、それによって身体的・精神的・社会的な改善を図るのが「園芸福祉・園芸療法」です。

高齢者施設



高齢の方は、戦後の食糧難の時代に何かしら農作業や園芸を経験されている方が多いので、園芸の関心は高いですが、高齢による体力の低下やハンデなどのため園芸をあきらめている方が多くおられます。

ハンデに応じた園芸プログラムと適正な支援により生活に園芸の楽しみが復活し喜ばれています。

種まきから始まり、水やりなどの世話をして花が咲き、また収穫の喜びを経験することで、やる気や生きがいを感じ、また植物と連続して関わることで認知に良い影響が出て、介護の予防や認知症進行の抑制効果が期待できます。

障がい者施設



花やみどりの持つ癒し効果やリラックス効果が精神的な安定をもたらします。

ものが言えない植物の世話をし、成長を見守ることで愛護や慈愛の感情が生まれます。

世話をしている植物の成長を見とどけ、園芸クラブなどをやり遂げることで本人の自信につながり積極的な態度になることが期待できます。

園芸によるグループワークをすることでコミュニケーションの向上につながります。

ハーブなど匂いの植物を適切に使えば、精神の安定効果が上がります。

リハビリ病棟



園芸の作業には、畑を耕すなどのハードな作業からクラフトなどの指先を使う軽い作業まで、また種まきから収穫までの多くの連続した作業があります。

対象となる人の状態に応じ、現状で出来る作業と目的とする状態になるための作業へとプログラムを展開することでリハビリの効果が期待できます。

植物の成長を自分に置き換えて回復へのやる気をだし、日常生活やリハビリなどでの積極的な行動が生まれます。

園芸福祉・園芸療法の環境を整備

園芸福祉・園芸療法を実施する花壇は「見る花壇」ではなく、「参加する花壇」が必要です。対象となる人が参加できるように、その環境を整備するとより効果を発揮します。

ユニバーサルデザインの花壇



改修前は外から眺めるだけの花壇でしたが、車いす対応の通路を作り、より近くで花を見ることができます。

レイズドベッド



レイズドベッド（持ち上げ花壇）は、花壇を高くすることで車いすに乗ったまま、またはしゃがまずに作業ができるので障がいのある方も一緒に園芸ができます。また、花壇がない場所でも花壇の代わりに園芸を実施できます。

園芸活動における効果の事例（奈良県長寿社会課委託事業による6施設での結果）

高齢者施設での園芸活動参加者のアンケートより

- 園芸活動に参加しての感想は・・・良かった人が90%
- 参加してから日頃の気分は？・・・良くなった人が89%
- 参加してから日頃の体調は？・・・良くなった人が70%

知的障がい者施設

利用者の気分が高まった時、花に水やりなどをすると落ち着いてくる

リハビリ病棟

園芸作業中に、日頃には見られないような動作や運動機能を見せることがある

施設担当者などの声

- 植物を育てる作業を連続して行うことで認知機能の活性化につながっている（グループホーム）
- 園芸活動での行動から利用者との日頃の対応に役立つヒントがある（生活介護施設）
- 右片麻痺があるため、日頃はほとんど一人であるが、園芸活動には参加し積極的な行動をする（リハビリ病棟）
- 活動に参加してから他の人とのコミュニケーションが良くなってきた（特別養護老人ホーム）

奈良グリーンサポートの園芸活動

NPO法人奈良グリーンサポートは園芸福祉・園芸療法の普及を通じて高齢者、障がいの社会参加を進め、地域の人々が幸せな生活が送れる社会づくりをめざし、次の活動をしています。

訪問園芸活動

- ・高齢者、障がい者、病院などの施設を訪問し、園芸アクティビティを施設の方と一緒に実施しています。
- ・リーダーは当団体の講座を1年間受講し、実践経験のある当団体認定の「園芸福祉アドバイザー」です。



園芸活動の環境整備支援

施設に花壇や畑があるけれど、バリアフリーでないため、実際には使えない場合が多いですが、一緒に計画を立てて改修を実施します。また、花壇がない場合はレイズドベッドなどの作成をします。



活動プランづくり支援

- ・当団体認定の「園芸福祉アドバイザー」が訪問し、施設の担当者と打ち合わせをして、施設や利用者に応じた適切な年間の園芸活動プランや花壇などの改修と活用プランを作ります。

園芸福祉人材育成

- ・園芸福祉・園芸療法活動を実施できる人材の育成のため、講座などを実施しています。
- ・「福祉に生かす園芸講座」は、毎年4～9月、10～3月の6ヶ月を1期として園芸の基礎から園芸福祉活動及び年間計画づくりの講義と実習をします。
- ・施設単独で職員などへの講習についてもお受けしますのでご相談ください。

園芸療法・園芸福祉の主な活動実績

- ・園芸福祉活動協働実施施設 高齢者施設4件、知的障がい者施設1件、病院など3件 など（24年7月現在）
- ・花壇改修など園芸活動の環境整備 7件（23～24年度）
- ・平成22年10月～24年3月 奈良県長寿社会課の委託による、「園芸福祉活動による介護予防の推進事業」実施
- ・平成24年度 奈良県中央善意銀行助成「園芸福祉による地域活性化事業」実施中

園芸福祉・園芸療法導入の費用について

上記の活動についてはボランティアベースで実施していますので、原価のみご負担ください。

- ・訪問園芸活動は材料費の実費とアドバイザーの交通費
- ・環境整備支援は材料費の実費と交通費
- ・計画づくりの支援はアドバイザーの交通費と計画書作成費実費
- ・人材育成活動は講座受講費実費

※福祉の現場で使える「園芸アクティビティ20」ができました。必要な方には500円（送料とも）でお分けします。

園芸福祉・園芸療法についてのお問い合わせは

NPO法人奈良グリーンサポートネット

635-0103 奈良県高市郡高取町清水谷1020 TEL・FAX 0744-52-3661

（ホームページからメールでお問い合わせができます） <http://www.naragreen.net/>