

## 研究活動報告 園芸療法活動報告

著者	渡里 千賀
雑誌名	心の危機と臨床の知
巻	14
ページ	113-115
発行年	2013-02-28
URL	<a href="http://doi.org/10.14990/00002759">http://doi.org/10.14990/00002759</a>

## 園芸療法活動報告

学生相談室では、二〇〇〇年度より、人間科学研究所との共同研究事業として関する二種類の園芸療法の活動を行っている。一つは、学生相談室で毎週金曜日の午後に、学生向けに開催している「Reアワーグループ」のプログラムの一環として実施する活動、もう一つは、学外から専門の講師を招き、一般公開の「園芸療法研修会」の開催である。後者の方は前年度同様、相談室業務が増えスタッフが多忙になり、外部講師との日程調整をうまくできなかったため、今年も残念ながら開催できなかった。以下、Reアワーグループでの園芸活動を中心に報告していきたい。

園芸療法プログラムは、前期二回後期三回合わせて計五回実施している。内容は、プランターでの夏野菜作りと草花の寄せ植え（五月）、サツマイモの苗植えと収穫（六月十一月）、クリスマスアレンジメント（十二月）である。他にも、園芸活動の収穫物を使って調理をするプログラムも五月と十一月に行っている。また、プログラムとは別に、学生が春休み中である二月末に、スタッフが、春の草花を使い寄せ植えをした。それが、入学・進学の春の時期に学生を歓迎するかのようになり満開になった。

実際作業をしたのはスタッフであるが、相談室内やエントランスを飾ることで、結果的に、相談室来室者に春の草花を觀賞し、季節感を味わってもらうことができた。園芸療法の活動の一環となり得たと思う。

今年は新しい試みとして、春にプランターで野菜づくりを行った。サラダ菜、レタス、なすび、きゅうり、トマト（プチトマト、桃太郎トマト）、ハーブ（ミント、レモンバーム）の苗を五月に植えた。前年度までは、寄せ植えを行っていたセッションだったが、本年度は、男子学生の参加が多く、花より食べることのできる実を育て食する意味を考慮し、実施した。



サラダ菜とレタス（2012年6月）

畑と違い、プランター園芸の難しさは、土を肥料を含め全て

ベストの状態を用意しなければならぬ点にある。作物にとってプランター内の土は「世界」なので、作物がそこで生き育つように準備しなければならぬ。ただ最近では、日本の住居事情によりベランダ菜園が人気で、ありがたいことに園芸店などで手軽に容器菜園に合う土や苗、肥料などを準備できるようになって



トマトが育っています (2012年6月)

いる。今回は肥料などが入っている「野菜用の土」を使用した。

また、プランターの置き場所も重要である。屋上の園芸療法スペースには、普段自由に出入りできないので、学生は植えた野菜の日々の成長を目にすることはできない。今回は、学生の目に触れやすい建物入口の駐車場にプランター

を設置した。この場所は日当たりがよかったので、日ごとに苗が成長していくさまを、建物を出入りする学生もスタッフも毎日観察できた。園芸療法に関わった学生はもちろん関わっていない学生からの反響が大きく、「トマトが赤くなってきたね。」「いつ頃食べられますか?」「家でも育ててみようかな。」など問い合わせや感想も相次いだ。土などの準備が楽な点や、スペースをとらない点もよかったのか、畑よりも実現可能で、自分の生活の中に取り入れられなくなった学生もいたようである。

同月中に、まず20人の調理プログラムにて、ハーブ入りゼリーを作り試食した。大人味(薄味)になってしまい、残念ながら男子学生には受けがよくなかった。



ランチアワーにて試食 (2012年7月)

野菜は、順調に実り、六月末から七月にかけて、毎週ランチアワーにてサラダにして試食した。(ランチアワーとは、昼休みに学生相談室で学生とカウンセラーが昼食持ち寄りと一緒にご飯を食べる企画で、現在週二回実施している。)「トマトが苦手だったが、ここで試食してから食べられるようになった。」と話してくれる学生がいた。自分で植え付け、成長過程を日々観察し、口の中に入れてもくらしい愛着がわいたのだろう。

このように、多くの実りを提供してくれたプランターだが、七月末、イノシシに荒らされてしまった。一度だけでなく翌日も同様の被害を受けたので、プランターを撤収し、今年のプランター園芸の幕を下ろした。自然に恵まれた岡本キャンパスならではの問題であるが、イノシシ対策が今後の課題である。

畑栽培の方であるが、今年は園芸療法スペースの畑の土壌の入れ替え、散水用ホースの買い換えなど、畑のメンテナンスを行った。そのおかげで、サツマイモは猛暑の夏を無事乗り越え、順調に育つことができた。



サツマイモの収穫、今年は豊作（2012年11月）



サツマイモの収穫（2012年11月）

六月にサツマイモの苗を植え付け、十一月に植えたイモの収穫と試食を行った。収穫当日はふかしイモを、一週間後の調理プログラムの時に、おいもケーキとサツマイモのおやきを作り、試食した。自分たちで収穫したサツマイモを、自分たちで協力しながら調理し試食できたことは、対人関係が苦手な学生にとって非常に意味のある有意義な時間であったと思う。今年のグループには、初めてのことにチャレンジしたくなる温かい雰囲気があるようで、子供の頃から手作業に自信がなく、「包丁をにぎったことがない。」と話す男子学生が、喜々として調理にチャレンジする姿や、女子学生が彼をサポートする姿が見られた。

十二月にはクリスマスにちなんだアレンジメントを製作する予定である。今回は、ポインセチアやシクラメンなど季節の花の寄せ植えとクリスマスリース作りを予定している。園芸療法プログラムは、学生向けの活動の実時間が少ないわりに、生きた植物や土を扱うので、準備や手入れにかかるスタッフの負担は大きい。しかし、野外で自然と触れ合い、成長や収穫の喜びを感じることができると、学生達の心身の成長に及ぼす効用は計り知れない。対人関係が苦手な学生同士が集い、植物や土の中の生き物を介してゆっくりとしたペースで相手に心を開いていくさまを見ると、植物の持つ成長力、治癒力と共に集団の持つ相互作用を実感することが多い。今後も自然に触れ合うやさやかな機会を提供する場として、学生相談室という限られた場で、できる工夫を模索しながら、園芸療法プログラムを継続していきたい。

（渡里 千賀）