

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	15
ページ	114-116
発行年	2014-02-28
URL	http://doi.org/10.14990/00002780

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園芸療法活動を研修会と学生向けのグループプログラムの二本立てで実施してきた。一般公開の「園芸療法研修会」は、予算と外部講師との日程調整の難しさにより、残念ながらここ数年開催できずにいる。専門家から話を聞かせてもらうことは、スタッフが園芸療法に関する知見を深める良い機会となるので、今後も開催できるよう努力していきたい。以下、学生向けの園芸活動を中心に報告する。

学生相談室では毎週金曜日の午後に、学生向けに「金曜日アワー」という自由参加型のグループを開催しており、その中で季節に合わせて園芸療法プログラムを導入している。今年は、前・後期合わせて計三回実施している。内容は、プランターでの野菜作り（五月）、サツマイモの収穫（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を十一月に行っている。また、プログラム以外に、スタッフの作業として、春休み中である二月末に、春の草花の寄せ植えをしたり、サツマイモの苗植えを六月に行ったりした。サツマイモについては、苗を業者の手違



モロヘイヤの苗が伸びてきました（2013年7月2日）



プランター野菜づくり（2013年5月24日）

いでプログラム実施日に入手できなかったため、スタッフの作業となった。実際をしたのはスタッフであるが、春の寄せ植えを、入学・進学の時節に合わせて相談室内やエントランスに用意でき、その花々が学生を歓迎するかの様に満開になり、季節感を味わってもらうことができてもよかった。このように、生きている植物を扱うため、定期のプログラムにうまく取り入れることができない場合がある点が、園芸療法の難しさであり、魅力でもある。

今年も前年に引き続き、五月に野菜づくりと寄せ植えを行った。オクラ、モロヘイヤ、きゅうり、トマトの苗をプランターに植え、学生の目に触れやすい建物入口の駐車場に

設置できるため、身近な実現可能なガーデニングとして自分の生活の中に取り入れたくなった学生もいたようである。今年初めて植えたモロヘイヤは、予想以上に成長が早く、収穫時期の見極めが難しく、初めて試食する時には葉が少し固くなってしまったが、他の野菜は順調に実り、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できた。ランチアワーとは二〇一一年四月から始めた企画で、昼休みに学生相談室のサロン室を利用して、学生とカウンセラーが昼食を持ち寄り、一緒にご飯を食べる催しで、現在週二回実施している。学生が持参する昼食はさまざまで、手作り弁当もあればおにぎりやパンだけのこともあるため、無農薬野菜のサラダは「健康によい」



オクラの花が咲きました (2013年7月2日)

設置した。苗が日当たりのよい場所で大きく育つ様子を目にした、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、「きゅうりが大きくなってきたね」「オクラの花を初めて見た!」「家でも育ててみようかな」などの感想をまくことができた。プランター栽培は、スペースをとらず、ベランダでも手軽に



さつま芋の収穫、今年も豊作 (2013年11月1日)



ランチアワーで試食 (2013年7月17日)

もケーキとスイートポテトを作り、試食した。また、学祭中の学生相談室主催のたこ焼きパーティーでも、参加した学生たちにサツマイモご飯をふるまうことができた。今年収穫したサツマイモは甘みが強く、どの料理もおいしく仕上がりに、試食は大成功だった。収穫の時には元々畑作業に興味を持っている学生や、昨年

「ビタミンCが取れる」と学生たちは喜んで食べてくれた。特に、モロヘイヤを細かくきざみだし醤油であえたものは、「おいしい」と好評であった。畑栽培の方は、六月にスタツフがサツマイモの苗を植え付け、十一月のグループにて収穫と試食を行った。収穫当日はふかしイモを、二週間後の調理プログラムの時に、おい



フラワーアレンジメント完成！
(2013年12月13日)

ど季節の草花の寄せ
植えと、昨年と同様
一人一本ずつ花を選
び、順番にオアシス
にさしていく共同ア
レンジメントを作る
ことにした。男性メ
ンバーが主流となっ



フラワーアレンジメント共同作業中
(2013年12月13日)

た。対人関係が苦手な学
生たちが、農作業を通じ
てお互いの距離を近くし
ていく様子も見られ、有
意義な時間を過ごすこと
ができたと思う。

十二月にはクリスマス
にちなんだアレンジメン
トを製作した。今回は、
バラやアンズリユームな
ど季節の草花の寄せ
植えと、昨年と同様
一人一本ずつ花を選
び、順番にオアシス
にさしていく共同ア
レンジメントを作る
ことにした。男性メ
ンバーが主流となっ

て作業を行い、迫力のある大きな作品を仕上げ、年末年始エン
トランスを飾ることができた。

園芸療法プログラムは、生きた植物を扱う難しさを伴うため、
準備や手入れにかかるスタッフの負担は大きい。しかし、直に
自然と触れ合う体験は、学生にとって大きな意味を持つと思わ
れる。対人関係が苦手な学生同士が集い、園芸を媒介にコミュ
ニケーションが生まれ、互いに心を開いていくさまを見ている
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ささやかな機会を提
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)