

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	16
ページ	137-139
発行年	2015-02-28
URL	http://doi.org/10.14990/00002802

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。研修会は、残念ながらここ数年開催できていない。主な理由としては、予算と外部講師との日程調整の難しさが挙げられる。園芸の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、今後もあきらめずに開催する努力を続けたい。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）、サツマイモの収穫と試食（十一月）、クリスマスアレンジメント（十二月）である。また、プログラム以外に、春休み（二月末）にスタッフが春の草花の寄せ植えを行った。実際作業したのはスタッフであるが、入学、進学の時期に合わせて寄せ植えを相談室内やエントランスに用意できた。その春の花々が来室者を歓迎するかのようになり四月に満開になり、

新入生や来室した学生に春という季節を楽しんでもらうことができた。このように、生きた植物を相談室スペースに飾り、季節を視覚や臭覚など五感で味わってもらうことも、園芸療法のうちだと考える。

前年に引き続き、五月にプランターでの野菜づくりと寄せ植えを行った。作業場所・設置場所は、学生の目に触れやすく日当たりのよい一八号館入口の駐車場である。今年は、オクラ、きゅうり、トマトの苗をプランターに植えた。気候がよいこともあり、苗はずんずん成長し大きな野菜を実らせた。七月には、毎週ランチアワーにてサラダにして試食できた。（ランチアワーとは昼休みに学生相談室のサロン室で学生とカウンセラーが昼



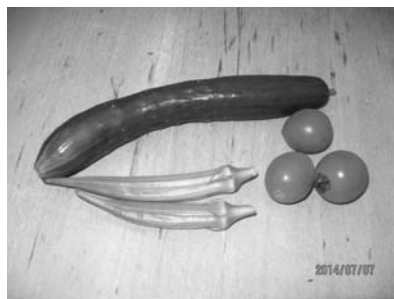
写真① プランターでの野菜作り（きゅうりの苗）
（2014年5月23日）

食を持ち寄り、一緒にご飯を食べる催しである。）学生の持参する昼食はさまざままで、手作り弁当もあればおにぎりやパン、カップ麺など炭水化物だけのこともあるため、無農薬野菜のサラダは「野菜不足になりがちだから嬉しい。」と学生たちには大変好評である。一方、サツマイモの苗の



写真③ ランチアワーで試食 (2014年7月7日)

入れ替えたのだが、栄養が不足していたのかもしれない。来年度、畑栽培で出来る工夫として栄養豊かな土壌作りを力を入れていきたい。昨年に引き続き畑作業に参加する学生たちの中には、「去年行った畑作業が楽しかったから来ましたが」という人がいて嬉しく思う反面、あらかじめ畑作業は参加しないと意思表示



写真② 夏野菜の収穫 (2014年7月7日)

植え付けは、グループ時間内にできなかった後でスタッフが行った。例年サツマイモは豊作なのだが、今年の収穫量は非常に少なく、個々のサイズの小ぶりで、残念な結果となった。今年の夏は、例年に比べて降水量が多く、日照時間が短かったことが原因だと考えられる。また、昨年畑の土を



写真④ サツマイモの収穫 今年是不作… (2014年10月31日)

モを使った調理を、なんとかグループプログラムとして実施できた。収穫当日はふかしイモを、調理プログラムの際に、スイートポテト風クッキーを作り、試食した。今年のサツマイモは小ぶりだったが、幸いなことに甘みが強く、どの料理もおいしく仕上がり、試食は大成功だった。対人関係が苦手な学生たちが、農作業と調理実習などのグループ活動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する予定である。今回も、カーネーションやヒバの木など季節の花の寄せ植えと、昨年と同様、一人一本ずつ花を選び、順番に

をする人もいた。畑での農作業は、普段使わない筋肉を使い、汗をかき、服や靴を汚してしまうかもしれない。そういう行為を敬遠する学生に、いかに自然に触れる体験を提供していくかは、今後の大きな課題となるだろう。収穫量は少なかったが、十月末に収穫と試食を、十一月中旬にサツマイ

オアシスにさしていく共同アレンジメントの制作などを計画している。

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。天候に左右され、今回のように思うような収穫を得られないこともある。しかし、園芸活動を通して、対人関係が苦手な学生同士が互いに少しずつ心を開いていく様子を見ると、植物の持つ成長力、治癒力を実感することが多い。今後も自然に触れ合う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実施していきたい。

(渡里 千賀)