

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	18
ページ	68-70
発行年	2017-02-28
URL	http://doi.org/10.14990/00002847

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。残念ながら、研修会は、予算の問題と外部講師との日程調整が困難であることから、二〇〇八年以降開催できていない現状が続いている。園芸の専門家からの指導・研修を受けることは、スタッフが園芸療法への知見を深め、より良いプログラムを学生に提供できるようにするヒントを与えてもらう機会となると思うので、今後もあきらめずに研修会を開催する努力を続けたい。以下、学生向けの園芸療法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は、学生向けの「金曜Re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。今年度は、前・後期合わせて計四回実施した。内容は、サツマイモの苗植えとプランターでの野菜作り（五月）、サツマイモの収穫と試食（一〇月）、クリスマスアレンジメント（一二月）である。また、プログラム以外に、春休み（二月末）にスタッフだけで入学・進学の時期に間に合うように春の草花の寄せ植え

を行った。実際作業を行ったのはスタッフだが、相談室内やエントランスに飾られた春の花々が来室者を歓迎するかのよう四月に咲き誇り、新入生や来室した学生に「春」という季節を味わい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。

五月二一日に、学生相談室屋上の園芸療法スペースの畑にサツマイモの苗を植えた（写真①②）。サツマイモの苗は市場で出回る期間が短く、店頭で事前予約ができないため、グループの実施日を前もって計画しづらいことが難点であった。そのため、今回初めてネットで苗を注文することにした。しかし、四



写真① サツマイモの苗植え

月に起こった熊本地震のため、一時交通網が不通となり、注文できるかどうか懸念したが、幸い杞憂に終わり苗は無事に到着した。毎年のことだが、こちら側ではコントロールできない自然や命を扱う園芸の難しさを痛感した。

畝で畑を耕し、石灰や赤玉などの肥料を加え、畝を



写真③ プランターでの野菜作り



写真② サツマイモの苗植え

作る。かなり力を使う作業であるが、学生からは「ストレス発散になった」「汗をかくのは結構気持ちがいい」など前向きな感想をもらった。

そして、翌週の二七日に、プランターに野菜の苗を植え、一八号館入口の駐車場に設置した。今回は、ミニトマト、きゅうり、オクラ、パプリカ、バジルを植えた(写真③)。二週続けて参加した学生は、かなり作業に慣れ、細かく指示をしなくても自主的に動く姿が見られるようになった。

今年暑さが厳しく毎日水やりをしても水がすぐ乾いてしまうほどであった。トマトとバジル、きゅうりはよく実った(写真④⑤)



写真④ トマトが赤くなってきました



写真⑤ 収穫したバジル

が、残念ながら、オクラとパプリカはあまり実がならず、特にパプリカの成長は遅く、実つたのは夏休みに入ってからであった。収穫した野菜は、六・七月にグループ活動の場で学生たちと試食した。バジルは六月の金曜日。アワー『ピザを作ろう』で具として使用(写真⑥)、七月中旬に入ると毎週ランチアワーにてきゅうりとオクラとミニトマトの野菜サラダを味見した。ちなみに、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食を持ち寄り一緒にご飯を食べる催しで、現在週二回のペースで開催している。

サツマイモについても同様で、葉がなかなか茂らず、収穫時期は例年より一週間ほど遅れ、収穫量は少なかった。一〇月二



写真⑦ サツマイモの収穫



写真⑥ ピザにトッピング



写真⑧ サツマイモの収穫・第2弾

八日に収穫したものはまだ小さかったので、一〇日後に再度収穫した(写真⑦⑧)。収穫量の少なかった昨年と比較すると、少し増加したようだ。また、個々のサイズが大ぶりで、甘みは強くおいしかったように思う。収穫した日に、昨年と同じメニューである『スイートポテト風クッキー』を作り

試食した。その後、二週間後の学祭中の企画行事「たこ焼きパーティー」の時に、サツマイモご飯を作り味わった。

対人関係に不慣れであったり、苦手意識を持つ学生同士が、園芸や調理を一緒に行うことで、お互いの対人距離を近くしていく様子も見られ、グループとして有意義な時間を過ごすことができたと思う。

今後、一二月には、バラやカーネーション、黄金ヒバなど季節の草花の寄せ植えと、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。アレンジメントは個人の作品に加え、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の製作も計画している。

園芸療法プログラムでは、命ある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。また、予測できない天候に左右され、思うような植物が育たないことも少なくない。しかし、園芸療法を通じて、対人関係が苦手な学生たちが、互いに歩み寄り協力して作業を行う様子を見ると、あらためて植物の持つ治癒力を実感する。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)