

## 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	19
ページ	40-43
発行年	2018-03-20
URL	<a href="http://doi.org/10.14990/00002946">http://doi.org/10.14990/00002946</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園芸療法活動を行っている。今年も、学生に個人療法として実施した活動と、グループ向けの園芸プログラムについて報告する。

本年度から、園芸療法に造詣の深い専任カウンセラーの青木が着任した。青木は元々農学部出身で自宅でも自家製野菜を育てており、「園芸のプロ」を自認するほど園芸に造詣が深い。

彼が中心となり、まず園芸療法スペースの畑の改良に着手した。畑の土の中に広がっている木の根や大きな石を取り除き、新たに畑以外のスペースを開墾し、使用可能な畑面積を広げた。また、日陰の原因であった木枝を少々伐採し、畑のどの面にも日が当たるようにした（写真①②）。おかげで喜ばしいことに、今まではグループ活動で使うサツマイモを育てることでしか使っていなかった畑が、今年是一年を通して季節の野菜を何かしら植えられる状態に生まれ変わることができた。四月には、ナス、ピーマン、パプリカ（赤、黄）、ズッキーニ、トマトなどの夏野菜の苗を、五月にはヤマイモ、サトイモ、ジャガイモ、サツマイモの種芋を、九月にはプロッコリー、キャベツ、メキャ



① 畑の改良(1)



② 畑の改良(2)

ベツ、ハクサイの苗を植えつけ、カブ、コマツナ、ホウレンソウ、ダイコン、ハツカダイコンなど冬野菜の種を播いた。

まず、今年行った個人向けの園芸療法について報告する。園芸に興味を持つ女子学生が、前期（四月中旬～七月中旬）に週一～二回相談室を訪れ、青木と園芸活動（土壌作り、野菜苗の買い付け、植え付け、水やり、脇芽取りなど）を行った（写真③）。彼女は青木の不在時も空き時間に水やりをしに通っていた。また、五月には春の花の寄せ植えをした。花屋の店先で並んだ花から気に入ったもの（チヨコレートコスモス、ペンタス、アメリカンブルーなど）を選んでいった。中でも、近づくときチヨコレートの香りがする茶色いチヨコレートコスモスを中心にし

た寄せ植えは印象的で、相談室のエントランスに飾らせてもらった(写真④)。彼女の作品のおかげで、相談室を訪れた他の学生たちも視覚や臭覚など五感で季節感を味わってもらえたと思う。

次にグループ活動について報告する。学生相談室では、毎週金曜日の午後に、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。今年も、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(二〇月)、クリスマスアレンジメント(二二月)である。



③ 個人向け園芸療法



④ チョコレートコスモス



⑤ プランターでの野菜作り

ほとんど土に触れない女子学生がいた。彼女も水やりの水も少量で、植えつけるための穴も浅くしか掘れなかった。土や苗をどう扱ってよいか分からないのか自信のない様子であったが、スタッフや去年から園芸に引き続き参加し手慣れている学生から指示されるとホッとしたようで素直に従っていた。

五月二十六日には、先週植えたプランターの野菜に水やりをした後、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⑦)。一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。作業後、青木から芋類をテーマにした『世界の

『春のガーデニング』を五月に二日実施した。五月一九日に、プランターに野菜の苗を植え、18号館入口の駐車場に設置した。今回は、ゴーヤ、トマト、パプリカ、メロン、キュウリ、ナスを植えた(写真⑤)。参加者の中には、園芸が初めてでは



⑦ 芋煮



⑥ 夏野菜試食

四大イモ」というプチ講義があり、参加者は興味深げに聴いていた。

六月九日に収穫した焼ジャガイモ、ナス、ズッキーニ、パプリカを七輪で焼き、2000アワーの時間に学生たちと試食した(写真⑥)。また、七月中旬には毎週ランチアワーにてキュウリ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。今年、トマトの苗を、通常のもの(中玉、大玉)、ミニトマト(小丸、イタリアン)、値段の高いブランド苗(大手企業の開発した新品種)など



⑧ 大量に収穫できました

数種類育てて、味比べをして味の違いを楽しんだ。

一〇月に『サツマイモ掘り』と『お芋でクッキング』を実施した。天候不順のため、一〇月二〇日に予定していた『サツマイモ掘り』ができず、プログラムを変更し料理を先に行った。サトイモを使って「芋煮」を、サツマイモを使って「スイートポテト風クッキー」を作り試食した(写真⑦)。寮暮らしで普段料理の機会のない女子学生が中心となって、意欲的に楽しそうに料理していた。一〇月二七日にあらためて『サツマイモ掘り』を行い、ふかし芋と焼き芋の食べ比べをした。青木が天候に気を配りながら、的確な世話を提供し愛情深く野菜を育てたおかげで、どの野菜も大きく成長し、大量に収穫できた。さす



⑨ プランターメロンは小さめ



⑩ パピルス

がにメロンは小さかったが：(写真⑧⑨)。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。

また、今年は五月のプログラムで近くの住吉川を散策し

た時に自生しているパピルスを見つけた。青木が持ち帰り、丸〇Lのゴミ箱に水をはり、育てた(写真⑩)。一二月後半に大きく成長したパピルスを使い、Reアワーの時間に『パピルス紙作り』に挑戦した。

今後の予定としては、一二月にバラやカーネーション、黄金ヒバなどを使い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制作も計画している。また、園芸に興味を持つ学生達とシクラメンやサクランボなど冬の草花の寄せ植えを作るつもりになっている。

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。特にこの数年は私たち園芸の知識を持たないスタッフが携わっていたため、直物がうまく育たなくてもその原因や対処方法がよく分からないまま過ごしていたと思う。しかし、今年には青木という園芸の専門家の指導を受けることができ、計画的に活用された実りある畑を得ることができた。青木に深く感謝の意を表したい。対人関係が苦手な学生たちが、園芸作業を通して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)