

現代学生と園芸療法

甲南大学学生相談室 青木健次・渡里千賀

I. はじめに

本稿で論じるのは園芸療法であるが、ここではもっぱら、花ではなく、野菜を中心とする。現在、栽培方法の改革や世界中からの輸入などによって、食品は店頭にあふれている。ごく一部を除くと季節にほとんどかわりなくたいがいものが手に入る。だが、出荷段階、流通段階などで売れ残り、食べ残しなど、農家でも食堂でも各家庭でも大量の食材が捨てられている。

健康への高い関心もあって、日本の食卓にはバランスもよく、世界中の料理が日本的な工夫も加わって、幅広い食材が並ぶ。もっともこのような日本的な光景は、伝統的なものではなく、Wilson (2015) の言うようにここ数十年で達成されたのだ。食への関心も高く、今やネット、TV、料理本などもあふれかえっており、ブームがおきれば食堂の前に長い行列が並ぶ。しかしながら、キッチンとした知識が共有されているとはいえないのが現状である。

確かに食品はあふれかえっているが、この半世紀で農業人口は激減し、農地面積も減少の一途である。ただし、施設園芸等によって付加価値の高いものを効率よく作っているのが、農業生産額は、国土面積や農地面積の狭さにもかかわらず、世界で10位前後である。食品が高いせいでもあるが。わかりやすい例として、日本の牛肉や果物の品質と値段の高さがある。そういう状況に日本の食はあり、日本食をほめたたえる本もあれば、日本の食の危機を叫ぶ人達もいる。

食するという行為はきわめて根源的な生命活動であるが、このように現代社会の経済活動やTPPのように政治状況とも深くかかわって、社

会現象である。野菜や穀物なども農業開始以来約1万年の間に、苦勞と工夫の積み重ねによって、まさに血と汗の中から、品種改良や栽培技術が改善され、世界中に伝播もしてきた。近年は、遺伝子組み換えなどさらに新技術も加わって、新たな品種が次々と発売されてにぎやかで華やかである。だが、見た目優先と食べやすさ優先のために、旬のもの露地ものに比べて栄養価はどんどん下がっている。一例としてピーマンである。30年程前に子どもの嫌いな野菜のトップになってしまった。苦みと臭みが嫌がられたのである。品種改良と栽培法の「改良」が工夫され、それなりに食べられるようになったのだが、緑黄色野菜の基準を満たさなくなってしまった。栄養分の少ない水っぽいピーマンになってしまったのだ。でも嫌いだからと一つも口にしないより、多少でも食べられるようになったのはいいことでもあるだろう。だが、代替品がいくらでもあるのだからピーマンにこだわる必要もないとも言える。しかし、たいがいの野菜が水っぽくなっている (Couplan, 2014)。生食こそ健康によいというサラダ信仰が背景にあるだろう。水っぽい野菜をサラダで食べればダイエットにはよいだろう。ただしドレッシングにオイルを入れすぎないように、念のため。

現代学生に限らず、都市部で生活していると野菜の生産現場を見ることは少ないし、まして、実際に作る人は少ない。健康野菜への関心の高い人は、小売店でも生産地を確認し、さらにネット内で調べて有機無農薬のものを取り寄せる人もいる。また、藤田 (2017) が楽しく紹介しているが、家庭菜園が人々の関心を呼んでもいる。もっとも誤解も少なくない。Couplan (2014) が指摘

しているが、ハウレンソウには鉄分が多いという俗説はまちがいである。また、小畑（2016）によれば、日本でもダイズやアズキが縄文時代に栽培化されてきたというが、今日我々が口にするそれらは、電子顕微鏡も駆使しての新研究法による成果である。これまで考えられていたより、より多くの場所で人類はより安定して食べ物を手に入れる努力をしてきたのではないか。冬など季節的に食べ物が手に入り難い時、自然の食べ物が不作の年を、なんとか生き延びようとしてきたのではないか。

大学の片隅で実施するささやかな農園であり、作れる品種も限定されるが、どれ一つをとっても、長く時間の中を旅してきているし、地球の裏側から旅してきたものもある。原産地に異論のあるものも多いので、その旅は複雑である。また、常に、平和裏にスムーズに広がってきたわけでもない。それらをただ知識としてのみではなく、種を播き、世話をし、口にする、料理もする。現代の野菜は文化の伝統に支えられつつ、最先端の新発明品でもある。ささやかな菜園から人類の食物史、世界の食料事情、消費者のあり方などへの入口とすることを目指す。

II. 現生人類（ホモ・サピエンス）の食を巡る努力と工夫、その功罪

人類と呼ばれるようになって約700万年、ホモ・サピエンスが出現して20万年（数字には諸説があり、概数である）、ホモ・サピエンスが人類発生の地アフリカを、その一部であるが、離れたのが5～6万年前。何があったのだろうか。人口が増えすぎたか、環境の悪化があったのか、争いか。食料の不足も当然生じていただろう。どういう人達が残り、どういう人達が出立していったのだろうか。北アフリカを通り、中近東を経て（一部は各地に残りつつ）、中央アジアやヨーロッパへも広がっていった、数万年前。そこには既にネアンデルタール人（ホモ・ネアンデルターレンシス）

がいた。一部に遺伝子交換があったことが知られている。ではなぜサピエンスは存続し、ネアンデルターレンシスは減びていったのか。偶然を含め様々な説があり、結論は出ていない（出ることはありえないが）。ただ高い認知能力やコミュニケーション能力は生存に有利であったのはまちがいない。

氷河期のピーク、極寒の中でも毛深い（フェルト状で厚さ10cmもあったともいう）マンモスを狩る能力を（より有効に）持っていたのはサピエンスだったのであろう。個人や少人数ではとうてい無理なことを、集団で分業しマンモスを追いつめ、崖などから追い落とすとか、動けないようにしておいて、目など弱点を投げ槍や弓矢で狙う。寒さのおかげで、解体して並べておくだけで冷凍保存できる。毛皮や骨を集め、寒さを防ぐ家にも、暖房や料理の燃料にもマンモスは役立ったのだ。

ところで冬のマイナス数十度の中でマンモスは何を食べていたのだろうか。どうやら、空気中の水分が雪となり厚い氷河氷床となっていったので、だんだん雪が降らなくなり、夏に草の茂った場所では、冬も枯れ草が埋ってしまわなくなっていたらしい。だから、マンモスの絶滅の原因の一つに氷期のピークをこえて、少しずつ温暖になって空気中の水分が増え雪が増えたせいという説がある。人類が狩ったのも重大な一因であったろう。例によって定説はないが。

さて、狩猟採集から農業への変化を進歩と呼ぶ考えがこれまで主流であったが、狩猟採集は豊かであったという考えが出てきた。Harari (2011) は、労働時間などを比べると現代より恵まれていたとまで言う。「多種多様なものを食べていたので、そのうちの1種が不作でも他のものが採れた」と。どこかエデンの神話が響いてくる。楽園から追放されたので苦勞して働かなければならなくなった、と。しかし、本当に安定的に豊かであれば生物の法則として個体数が増える。人口圧は

それだけで危機たりうる。いくら広い土地があったとしても有限だ、必ず限界がくる。なにより数十年に一度の大災害（日照不足、寒冷、洪水、干害、大噴火など）が襲えば大きな被害が出る。日常的に病気や傷もあり医療は現代から見ればなにもに等しい。否応なく人口調整が行われる。そうして、ほぼ平穏な年には、生き残っている人々にとって、「余裕」のある生活ができたのだろう。

1万年程以前から、徐々に農業が始まっていったのは、やはり、より安定して食物を確保するためだろう、乱獲による自業自得であるとしても。植物に限っても、森を切り払い焼き払って山菜野草を採集しやすくした。家回りの半栽培と呼ぶような段階を経て、少しずつまずは無自覚に続いて自覚的に選抜育種をし（小畑，2016）、より大粒な実、より食べやすい菓物を育てていき、水や肥料などの工夫もしていったのだろう。収穫の難しい冬に向けての保存技術も大切だったはずだ。ナッツや穀物は保存に向いている。干す、塩の利用、他地方との交換も早い段階からあったのではないか。

ちなみに、正月の七草や春先の若菜摘み、秋の紅葉狩りなどから宗教性は薄れ、年中行事としても、ほぼ娯楽や健康のためという理由で語られる時代とはなっている。しかし、食品があふれているからこそ、呑み屋でも料亭でも「天然もの」の山菜やキノコが珍重される。自分自身の楽しみとして山菜取りやキノコ狩り、磯遊びなどをする人も少なくない。そして、驚くべきことは現代の科学を待つまでもなく、ほとんどの植物やキノコ類までその食毒が人々に知られてきたことだ。まだ、新発見もあるけれども。サピエンスは食料が十分でない時、それまでは食べなかった食毒不明なものでも、食べられそうなら手を出したのではないか。座して死を待つのではなく試してみる。毒にあたった人もいるだろうが、食材のレポーターは広がっていっただろう。その中で「美味」

と評価されたものはふだんの食品リストに入っていたと思われる。同時に用具や加工法も工夫した。洗抜き、加熱、煮ることで、柔らかく消化しやすくなる。木や竹の棒やヘラで土を掘り種を播いていたのが、石製、さらに金属へと工夫改良が重ねられた。だがその結果、人口は増え組織が発達し対立も大きくなった。燃料でいえば木材中心だったのが、木炭を経て、化石燃料も利用するようになり原子力にも手をだした。サピエンスの努力と工夫の才はよい面だけとは言いがたいようだ。矛盾も、とてつもないものとなってしまった。

豊かな採集生活は寺前（2017）の言うように「それなりに豊か」としておくべきであり、行きつ戻りつ紆余曲折を経て農業が中心となっていたのだ。そして農業が本格化してからも飢饉は起こる。自然災害に加えて、人災（戦乱など）や公害も食料生産に暗い影を落としている。もっとも過去に楽園がなかったように、神話を除けばだが、現代もそしてたぶん未来においてもそうだろう。新たな一歩は新たな課題を生むのではないか。しかしながら、それが現生人類の歩みであり、より大きな視点に立てば、生き物の歩みであろう。ただ、人類はこの地球上でバイオマスの的にも、その消費エネルギーから見ても大きな環境負荷から見ても、圧倒的に大きな存在となっている。その分課題も責任も大きいと言わざるをえないだろう。

ついでに現代農業の2つの新たな技術に触れておく。正月の七草の行事はそのやし歌にあるように虫送りと予祝の宗教行事であった。田や畑で冬に耐える野草や野菜の様子を見る当時なりの農業作業でもあっただろう。病虫害の心配を大きく減少させたのは農業の進歩である。せいぜいここ100年程で急速に発達した。日本は、他の先進国と同様に、対象を絞って残留期間が短く、人体への悪影響のより少ない農薬を使うようになった。そのために、消費者の見た目重視もあって、きわ

めて頻回の撒布を行う。経費もかかるし機械化があっても人手もかかる。だが強烈で有効期間の長い農薬より安全性は高い。もっともやはり新たな課題が出てくる。新しい害虫や耐性菌の出現、スーパー雑草の出現など。グローバル時代は虫も菌も雑草も旅慣れしてしまっている。

もう一つは遺伝子組み換え技術である。遺伝子自体は単なるポリペプチドだから人間の消化器系は栄養としてしまう。問題はその技術の使い方だ。強力な殺虫剤、抗菌剤、除草剤などに耐えられるように作物を作りかえて、それらを使うと残留物や変性物など安全面に不安が生じる。元来はその作物が持っていない対虫対菌物質を作る能力を組み込み、可能な限りの安全面のチェックをすることで。それでも、人体への危険は生じかねない。もっとも既に大量の多様な食品群、加工品、添加物などによって「総合的な人体実験」は既に進行中という考え方もある。しかし、都市化の進んだ現代社会は、一つひとつの物質の安全性を確認しつつ、相互作用にも可能な限り配慮しつつ、この道を進むしかないのだろう。

組み換えがすばらしい働きをした例がある。バナナは種子ができないので、株分けによって増やす。遺伝的に同一のクローンである。他の果物もたいていは接木で増やすのでクローンであるが、多くは種子ができるので交配による品種改良ができる。しかし、食べる上では利点である種子のできないバナナ。おまけに病虫害が大発生しやすい熱帯が産地だ。そのためしばしば絶滅の危機にさらされる。農薬を含む栽培技術で対応してきたが耐性菌が出現する。品種改良が必須なのだが何万本ものバナナの中に種子が1個という状態では、交配育種はほぼ不可能である。大手のバナナ産業もほぼあきらめた1990年代、組み換え技術が実用化され、ついに対病性が高く作りやすい新品種ができた。特にアフリカの家の周りに10株も植えておくと一年中収穫でき食料事情の改善に大きな力になる。しかし、反対があった、旧宗主国のヨー

ロッパの国々が、環境を遺伝汚染する危険があると反対したのだ。飢えた人々がいるのに反対は根強く議論が続いた。この時の推進派のキメゼリフがよかった、「不稔性ですから汚染は起きません」。そこで、導入され急速に広まっていった。食料不足が完全に解消したというわけではないが、ここ10年程のアフリカでの人口爆発の要因の一つとはなった。技術は常に両刃の剣であり使い方なのである。もっとも例によって人口増加は紛争を含む新たな問題を生んでしまうのだが。また、Dunn (2017) の言うようにバナナ自体にも問題は尽きない。

老子が理想とした「小国寡民」は2000年以上昔の当時、既に不可能だったのだ。当時は中国の戦国時代でもあり、より強大な国が他を併呑していく時代であった。「食料の地産・地消・旬のもの」へとは戻れないのだから、せめて用心深く慎重に一步步進んでいくべきだろう。ささやかなささやかな大学の菜園は人類史にも現代の諸問題にもつながっているのである。次節に、筆者らが行った実践について報告する。

Ⅲ. 大学での菜園

1. 園地作り

園地は2m×3m程のものが5枚、大型プランターも利用した。また涼しくなってきた9月には、約1ヶ月に渡って3m×5m程の荒地を、草を取り鋤や大型スコップで掘り返し、石を拾い出して畑とした。元は宅地なので、実にいろいろな物も出てきた。文字通り瓦や瀬戸かけがゴロゴロ現れた。

甲南大学ではこの園芸の歴史は20年程あるのだが、以前活動の中心を担っていたカウンセラーが体調を崩し重労働が難しくなったので、ここ10年程は第2筆者の渡里が「金曜 Re アワー」というオープングループのメニューの一つとして学生と共にさつま芋の植え付け、収穫、芋料理を続けていた。金曜 Re アワーとは、毎週金曜日の午後1

実施している学生向けの体験型のグループ活動のことで、園芸の他に、陶芸、絵画、料理など五感を使う多様なメニューを提供している。第1筆者の青木は元来農家に育ち、家庭菜園歴も30年程あり、体力もそこそこあったので、既存の園地も可能な限り耕し直し（小石に加え周辺の木々の根が相当入りこんでいた）、なるべくいろんな野菜を通年で作り、狭い所なので無農薬でいくことにした。有機肥料中心とはしたが、追肥用には即効性のある総合化学肥料を用いた。いろんな旬の野菜を実際に見て触れて食べてほしかったからである。逆にいえば、店頭に並ぶ野菜がいかに旬とは関係なく、国内各所の施設農業地や、南半球からも、運ばれてきているかに関心を持ってもらうためである。

2. 作付け

プランターにはキュウリ、ゴーヤ（青と白）、メロン（赤肉と緑肉）、トマト（大玉と中玉）、プチトマト（小丸、イタリアン）、パプリカ（赤と黄）、地面にナス（長と中長）、ピーマン、トマト類、ズッキーニ、カボチャを植え、オクラの種を播いた。4月からの作業だったので、種から育てるのは時間的に無理だったため園芸店で苗を買った。値段の安い一般苗、高いブランド苗（大手の開発した新品種）、一番高い接木苗を比較のために購入した。

さつま芋を含む四大芋（他にじゃが芋、里芋、山芋）も植えつけることとした。さつま芋のつる苗は5月中旬に買うとして、じゃが芋、里芋、山芋は4月でも遅すぎる位である（神戸の地では）。十分に耕す時間がなかった。耕したのは、せいぜい30cm位であったろうか。特に山芋は十分に深く耕す必要があるわけだが不足であった。秋に掘り上げると硬い土で芋が枝分かれし、木の根とも絡まりあって無残なものとなった。学生にもなるべく手を出してもらおうと共に、それぞれに原産地、伝播ルート、日本への定着などについて表を作

り、クイズにもした。じゃが芋はペルーからヨーロッパへ渡りジャガタラを經由して南蛮船でやってきたのだ。さつま芋は鹿児島（旧薩摩）ではなんと呼ぶか。琉球芋であり、沖縄（旧琉球）では唐（から）芋である。名前が完全に日常化した里芋や山芋は伝来が古いのである。山芋は日本在来という説もあるが、寒さに非常に弱いので、青木は、伝来と考えている。自然薯は種（たね）の特性からみて逸出であろう。伝来は縄文時代の後半あたりではないか。地方品種も多い、一方いづれも新品種も熱心に開発されている。主食として人類を、そして日本人を支えてきたのだ。例えば用水の関係で米の作り難いシラス台地でもさつま芋はよく育ち、明治になって寒冷な北海道にじゃが芋が導入された。今もあるじゃが芋の代表的品種男爵芋とは当時北海道知事だった川田男爵からきている。じゃが芋はヨーロッパでも大勢の人々の主食となってきた。単作の危険性でアイルランドの悲劇^{註1)}を生んだのだが（伊藤，2008）。

3. 途中の世話

植えつけ後には、草取り、虫取り、水やり、支柱立てなどがある。新入生の女性で、「虫が大好き」という学生がよく手伝ってくれた。ミミズや地虫が出てきても全く驚かない。「でも、人間の都合で害虫は取り、益虫は残すんだ」。ナス科のものにはニジュウヤホシテントウ虫が来て、葉や花、若い実までかじってしまう。これは取る。同じテントウ虫の仲間でも、植物の樹液を吸うアリマキ類はナナツボシテントウ虫が来て食べてくれる。こちらは益虫、よく似ているのだが（米山・木村，2012）。

台風情報には背の高くなっていたトマト類の支柱を補強し、針金で固定もした。降り始めた雨の中で大変だった。あれやこれやすることがあるのだ。

園芸療法としての工夫では、ほとんど土にさわれない女子学生に対するものがあつた。プラン

ターにポット苗を植え付ける時も、手スコップの先でコチョコチョコと浅い穴しか掘れない。一度やってみせ、それでもできないので、「じゃ、こっちで植えておくから」とした。さつま芋のつる苗も浅い溝を掘ってチョココンと土をかけただけ。でもそれは植え直さず、水やりをこまめにやった。畝の端だったこともあって、つるはよく茂り芋も大きかった。当人は芋掘りには参加できなかったが、つるの茂った様子は確認してもらった。また、ナス、トマト、ピーマンの収穫では籠を持ってついてきてくれた。並べると鮮やかできれいだ。少し笑みも出てきた。プチトマトは人差し指を離層にあてて軽くひねるときれいに採れる。これを覚えてくれたので、一人で熟れたものを採って採ってきてくれるようになった。こういったことが心身の成長にどう役立ったかはわからない、エビデンスはない。でも、ゴーヤの青と白、トマトの赤、ナスの紫、ズッキーニの緑、並ぶと美しいし、採ってすぐ食べるのだからおいしい。

4. 収穫と料理

6月頃からトマト、ナス、ピーマン、パプリカ、ズッキーニ、オクラなどが順次収穫できる。昼休みに学生とカウンセラーが昼食を持ち寄って一緒に食べるランチアワーや金曜 Re アワーで使用したり、サロンで休憩中の学生たちに提供した。学生相談室のスタッフや関係者にも。夏野菜のホイル焼きもした。時には「そこで作ってるんやで」と園地も見てもらい、収穫を手伝ってもらった。メロンも小振りながらできた。これらの夏野菜は8月の2週間の学生相談室夏期休室期間の前に片づけてしまった。植物体は隅に積んで堆肥化し土地は空地に。

接木苗やブランド苗の効果ははっきりあった。接木苗はネコブセンチュウに強かったし、ブランド苗はハダニにも強く、収穫がより多かった。ハダニのように小さな害虫は人手ではどうしようも

ないし、ダニにやられると病気も出てしまう。苗として少々高くてもそれなりの価値はあるということになる。ただし、青木の自宅の菜園では、一般苗でも十分に育つ。その差は、日照時間、土質、夜行性害虫対応、その他によるだろう。つまり、太陽と土と人手なのだ。

四大芋ではまずじゃが芋が7月頃採り入れ、9月に種芋を植えると秋じゃがとなる（暖地ならば）。それでさんど芋とか二度芋とも呼ぶ。里芋、山芋は10月頃掘り出した。山芋のつるにはむかごがたくさんできた。里芋は金曜 Re アワーで芋煮にした。藤田（2017）によるとみそ派としょうゆ派はなかなかゆづらないらしい。今年はみそにしたので来年はしょうゆにするか。むかごごはん、山芋の親子ごはんなども作ってみた。さつま芋は10月前後に金曜 Re アワーで芋掘り大会と芋料理。よい匂いがし、にぎやかではあった。もちろんおいしかった。カボチャはオープン料理にもした。

5. 秋冬野菜の作付け

9月になって耕し直して木の根や石を拾い出し、買ってきた苗（キャベツ、ハクサイ、メキャベツ、ブロッコリーなど）を植えつけ、ダイコン、ハツカダイコン、カブ、コマツナ、ホウレンソウなどの種播きをした。二段階に間引いて、それはそれで食材とし、間隔をそこそこに広げる。

新開地にも作付け。まだまだ石が十分に拾い出せていないので、丸大根の聖護院大根、ホウレンソウ、コマツナとした。間引いて間隔を広げるのは同じだが、小振りに作るので農家のそれと比べるとずっと狭い。育ったものから少しずつ収穫していくのも大きな違いである。だから大きさにばらつきがある方がよい。大きなものを採れば、小さなものに陽があたり育っていくのである。

秋冬野菜はアブラナ科のものが多く、虫取りはもっぱらモンシロチョウの幼虫の青虫である。結球し始めたハクサイやキャベツの葉の間の虫はピンセットでそと取る。乱暴にやると葉を

傷める。より厄介なのがダイコンシンクイムシである。大根類の葉の中心部にもぐり込む。生長点でもあるのでかじられると生長は止まる。卵からかえったばかりだと1mmもない。そおっと幼い葉を押し広げてピンセットでつまみ出す。

11月も後半になり寒くなると虫取りも一段落。徐々に育ってきたものから利用していく。他のグループ・プログラムにも「甲南産野菜」を提供していく。たとえば、そば打ち体験にはおろしそば用の大根、薬味としての葱、紅白のカブの浅漬けを準備した。秋冬の弱い太陽では、夏の実もののようなものは無理である。葉物か寒さの害のない根菜中心となる。ゆっくりゆっくり育っていく。キャベツやハクサイも少しずつ結球していく。

2017年は中秋から順調に寒くなったので生育が遅い。でもその分露地ものの冬野菜らしい味になるだろう。自然災害として10月22日に台風21号がきた。強い風が吹いた。斜めの土地を段々の園地にしてあるので、水はけはよいのだが風には弱い。大根やハクサイの葉が折られたし、背の高いブロッコリーは倒された。もっと小さかった野菜は風に振り回されて根元がねじ曲がってしまった。ブロッコリーは支柱を立てて起こし、他も株元に土を寄せるなどの回復作業をしたが、いよいよ小振りになってしまった。菜園ではそれでも食べられれば十分であるが、農家だと自然災害は大きな被害となってしまう。水と太陽と土（肥料）で野菜は育つのだがいつも順調とは言いがたく、人間のできることに限界がある。青木は30年来家庭菜園をやっているのだが、そこに現れる害虫は、甲南大学の回りには畑は全くなく、家庭菜園さえほとんど見かけないのだが、ほとんどの虫がやってきた。植物の匂いをたよりに飛んでくるのだろうがたいしたものだ。受粉してくれる虫たちも飛んできてくれているわけだから、害されたり助けられたりの競争と共存ということだろう。

IV. おわりに

園芸療法としてどれだけ役に立ったかはわからない。でも学生たちも学生相談室のスタッフたちもその関係者たちもずいぶん喜んで食べてくれたし、いろいろ一緒に作業したりもした。なによりささやかな開墾を含め青木が一番楽しんだといってよい。園地には冬野菜が出番を待っているし、来春に向けて、スナップエンドウとソラマメが寒風に耐えている。

あれこれと話題を詰めこんだので誤解もあるかもしれない。なにより今から100年もたったら科学知識もずいぶん増えて、「21世紀の初めにはこんな変なことを考えていたんだ」となるかもしれない。いや、人災であれ天災であれ破局的なことが起きないで人類社会が進んでいって初めてそうなるのだから、それは望ましいことである。でも、今は今できることを精一杯やるのみである。伝統を大事にしつつ合理的に工夫して。

註

1) 19世紀のアイルランドで主要食物のジャガイモが疫病により枯死したことから起きた飢饉を指す。

文 献

- Couplan, F. 2014 前田久仁子訳 ナチュラリストのための食べる植物栄養学 フレグランスジャーナル社
- Dunn, R. 2017 *Never Out Of Season: Now Having the Food We Want It Threatens Our Future*. Little, Brown and Company. (高橋洋訳 2017 世界からバナナがなくなるまえに 青土社)
- 藤田智 2017 野菜はすごい! 実業之日本社
- Harari, Y. 2011 *SAPIENS: A Brief History Humankind*. Vintage Books. (柴田裕之訳 2016 サピエンス全史 (上・下) 河出書房新社)
- 伊藤章治 2008 ジャガイモの世界史 中公新書
- 小畑弘己 2016 タネをまく縄文人 吉川弘文館
- 寺前直人 2017 文明に抗した弥生の人びと 吉川弘文館
- Wilson, B. 2015 *First Bite: How We Learn to Eat*. Basic Books. (堀理華訳 2017 人はこうして「食べる」を学ぶ 原書房)
- 米山伸吾・木村裕 2012 新版 家庭菜園の病気と害虫——見分け方と防ぎ方—— 農山漁村文化協会

ABSTRACT

Students Today and Gardening Therapy

AOKI, Kenji; WATARI, Chika

Konan University

In this paper, gardening therapy is examined as a part of student counseling activities. Gardening therapy is a supplementary way to foster students who have difficulties in improving themselves through verbal interaction. The main activities were growing vegetables. As working together with students, knowledge on cultivation method and vegetables were taught to a good enough extend and this is where psychotherapeutic consideration is needed.

The vegetables eaten by us in daily life are the results of efforts made by the humanity over a long period of history and it is still under improvement. On the other hand, touching the soil and growing vegetables are fundamental activities of human being and also the inter-participation of vegetable and human life. By observing the crop plants carefully, providing the necessary care and by growing the plants, we also grow.

Key Words : gardening therapy, history of vegetables, disturbed students
