

ヒーリングガーデンと園芸福祉活動

松平千佳

The Power and the Use of Healing Garden

MATSUDAIRA Chika

はじめに

拙者は、平成18年9月22日から11月5日まで、アメリカオレゴン州のポートランド市において園芸療法および園芸福祉活動に関する研修をおこなった。本稿は、その研修の内容を踏まえて作成している。

今回の研修の目的は、「アメリカでおこなわれている園芸療法の実際を学ぶことによって、日本の社会福祉施設を利用する高齢者や障害者のQOLを高められる、園芸の技術を持った福祉援助者の育成の可能性を探りたい」というものであった。その目的を、園芸と人間の相関関係の研究をおこなっているダイアン・レルフ教授（バージニア工科大学名誉教授）に相談したところ、それならば、ポートランドで園芸を用いた活動を多面的におこなっている、園芸療法士のテレジア・ヘイゼンの元で研修することを勧められたためである。

アメリカ園芸療法協会から、園芸療法士としての認定を受けているテレジア・ヘイゼンが勤める、ポートランドにあるレガシーヘルスシステムという病院組織は、5つの病院からなる総合医療保健機関であり、約8500人の人々が雇用されている組織体である。その5つの病院にはそれぞれヒーリングガーデンが併設されており、そのヒーリングガーデンを用いて園芸療法士であるテレジアと教え子がさまざまな活動が行っている。拙者は、テレジアの指示のもと、これらのヒーリングガーデンにおいて園芸と福祉を結びつける活動の実際を学んだ。現在日本では、ヒーリングという言葉が流行語のように使われており、そのためヒーリングガーデンに対しても、その効果に対し一抹の疑問を持っていたが、実際、活動を体験することによってヒーリングガーデンの持つ偉大な癒しの力を実感して帰国することとなった。

ポートランドで研修したヒーリングガーデンを視覚的に紹介しながら、園芸と福祉が結びつくことによって導き出される「効果」と「力」について考えていきたいと考える。

1. ヒーリングガーデンとは何か

(1) 園芸と福祉の研究の歴史

はじめに、園芸と福祉のかかわりに関する研究をすすめてきたアメリカと日本の関係を

とおして、この領域の研究経過を簡単に整理したいと考える。アメリカ園芸学会は、1982年に人間と園芸の関係性を研究する部会が設けられ、園芸分野における人間問題という視点での研究が蓄積している。この部会が中心となり、「人間の幸福と社会に発展に対する園芸の役割」というテーマで、第1回の国際シンポジウムが1990年に開かれた。その後、2004年6月に第8回の国際人間・植物シンポジウムが「花と緑、そして自然の療法的な力」というテーマで兵庫県の淡路島で開かれている。また、第24回の国際園芸学会議（京都）の際開催されたシンポジウムが、「人間生活、文化と環境における園芸」というテーマで行われ、これをきっかけに園芸と福祉の関係性について国際的な関心だけでなく、日本国内の関心も高まっていった。実際、園芸と人間の福祉に関するアメリカの主だった研究者が、1992年から2004年までに多数、文部科学省招聘客員教授として、あるいは日本学術振興会外国人招聘研究者として日本に招かれており、国内の研究者とともに共同研究を行っているのである。¹

このように、日本でも園芸と福祉を結びつける研究は1990年代より行われているのだが、残念ながらそれは主に園芸学の領域からのアプローチであり、社会福祉学の立場から園芸を福祉に取り入れた研究は、あまり進んでいないというのが現状である。しかし、実際のところ、社会福祉はその発達歴史において、常に農業や園芸など自然の力を借りながら機能してきたという背景がある。例えば、障害者の授産施設や更正施設などは、野菜作りや米作り、そして花木の栽培や販売を盛んに行ってきたのであり、最近では、リハビリの一環として自然の環境を用いて行う高齢者施設や障害者施設もある。そのため、園芸と福祉を結びつけた活動や援助の展開の可能性について、まず社会福祉学からのアプローチも構築していき、東京農業大学や九州大学農学部など農学系からの研究とあわせ、より人間生活のQOLやリハビリなどに貢献できる園芸福祉活動を模索する必要があると考える。²

（2）ヒーリングガーデンとは何か

ヒーリングガーデン(癒しの庭)とは、ある一定の法則に従い作られた人間の福祉につながる目的を持った庭である。ヒーリングガーデンを設置し園芸と人間を結びつけることによって、庭を訪れる人々をエンパワーする力を持った庭をヒーリングガーデンとよぶ。その設計の法則の一部を紹介すると、1つは、一年中、何がしかの草木を観賞できること。2つめは、どの目線であっても（子どもから大人まで、また車椅子に乗っていても）目に入る

¹ アメリカにおける研究の推移や日本との関係については、松尾英輔「社会園芸学のすすめ」農文協、2005を参考にしている。

² 北九州市にあるふろて会グループなどは「安らぎの森」を設置し、医療と福祉の援助方法を開拓している。

³ Lewis A. The Role of Horticulture in Human Well-Being and Social Development, Timber Press,1922)



バーンユニットの外観

た人がオレゴン州全域から運ばれてくる。ヒーリングガーデンの特徴として求められる、疾病や障害に応じた工夫がこの庭からもよく理解できる。まず、この庭は外部者に開放された庭ではない。この庭を利用できるのは、やけどユニットを利用している患者とその家族、またスタッフだけである。閉鎖した庭である理由は、やけどを負うという衝撃的な体験と、激しい痛みを伴う入院生活であるため、またやけどによっては容姿などに変化があるために、人目に触れることなく、静かに療養できる庭造りを心がけたためである。

また、やけどという疾病に配慮して、この庭は多くの日陰があり、また庭のどこにいても水のせせらぎが聞こえるようなつくりになっていた。実際、いつこの庭を訪れてもこの庭は非常に静寂であり、気持ちが静まる庭であった。

この静寂な庭とは反対に、非常にわくわくした気持ちにさせてくれる庭があった。それが子どものための庭である。



水のせせらぎが…

先ほどの、バーンユニットの庭とは違い、この庭では常に子どもたちの笑い声や足音が聞こえる。入院している子どもとその家族だけでなく、外来患者も見舞い客もこの庭に出てきて過ごすことができる、開放された庭であった。ここの庭の特徴は、子どもが利用することを目的にデザインされているため、お日様が存分に当たること、迷路のようなつくりで探検遊びを促すような構造になっていること、食べられる実をつける草木が植わって

草木が植えられていること。3つめは、視覚に障害がある人々も楽しめるような草木（たとえばハーブなど）を植えるように、疾病や障害に考慮した作りや仕掛けが庭に存在すること、などである。また、ヒーリングガーデンは、具体的にリハビリテーション、リラクゼーション、教育活動、社会活動、そしてレクリエーション活動が提供できるようにデザインされていることが特徴である

左の写真は、レガシーヘルスシステムの一病棟である、バーンユニットである。ここには重度のやけどを負っ

いること、などが挙げられる。この庭は、確かに一歩踏み入れたとたん、楽しく明るい気持ちになる庭であった。



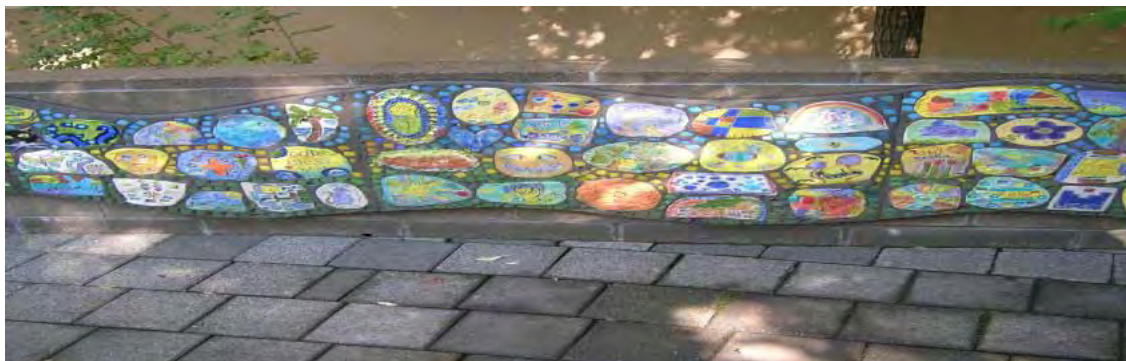
子どものための庭の入り口



庭の中にある装飾品
亀？怪獣？

ジャングルのような庭の中
子どもの声が響く





子どものための庭にある壁の側面

2. 庭を使った活動の様子

紹介した子どもに庭では、定期的に **Fun Fun Day** と名をうって、子どものための催しが開かれる。テレジアのもとで園芸療法の勉強をしている学生たちが、それぞれ一つのブースを受け持ち、子どものための活動を計画し実行するのである。



「受粉の勉強をする」ブース

このブースを担当した学生は、子どもたちが受粉の仕組みが学べるように、黒い手袋の先を切ってミツバチに見立て、ベビーパウダーを粉にして遊んでもらおうという計画を立てていた。

次のブースでは、虫眼鏡でさまざまな形や大きさの葉っぱをじっくり観察する活動をおこなっていた。赤や黄色の葉っぱを集めてきた担当者は、子どもたちに虫食いのあとや、葉っぱに栄養を届ける茎の存在などを見せていた。長期入院を余儀なくされている子どもたちが、季節の移り変わりを感じることでできる企画であると感じた。



落ち葉のブース

3つめのブースでは、ピーターラビットの読み聞かせと、野菜の栄養について教える活動をおこなっていた。

写真に見えるとおり、パセリと白にんじんが用意されており、担当者は、おなかが痛くなったピーターラビットがパセリを食べておなかの痛みを直す場面を読んだ後、「少し食べてみる？」と

と子どもたちにすすめていた。子どもたちは面白そうにパセリやにんじんをかじっており、これは食育の目的を果たしているブースであると思った。

ヒーリングガーデンが、リハビリテーション、リラクゼーション、教育活動、社会活動、そしてレクリエーション活動が提供できるようにデザインされていることが、この FUN FUN DAY を通じて理解できた。



ピーター・ラビットのブース

3. ヒーリングガーデンの持つ癒しの効果

ヒーリングガーデンのもついやしの効果について、拙者自身、体験するまで懐疑的であったことはすでに述べたとおりである。しかし、今回の研修を通して自然には人間を内面から力づける、そんなパワーがあることを実感させられた。その事例を今回紹介したいと考える。

(1) 脳の手術を受け入院していた女兒7歳の事例

7歳の女兒（Aちゃん）は、3階の窓から転落し頭を強く打ったため、一時意識不明の状態で大手術を経験し、入院している子どもであった。FUN FUN DAYの日、Aちゃんは車椅子に乗って入院病棟から子どもの庭に降りてきた。庭には気持ちのいい秋の日差しが注ぎ込み、陽気な午後の時間であった。Aちゃんが乗った車椅子を押すお母さんは、心配そうに何度も顔を覗き込み、「大丈夫、気分は悪くない？」と聞いていた。先ほどまで耳鳴りとめまいを訴えていたらしい。Aちゃんは言葉数が少なく、青白く、笑顔も乏しい子どもであった。3階の窓から転落するという衝撃的な経験とその後の手術と入院経験によって、活発だったAちゃんがすっかり小さな子どもになってしまったと、お母さんは園芸療法士に話していた。入院して3週間、初めて外に出るんだとお母さんは話していた。（子どもの病棟では入院する部屋すべてから、この庭が見下ろせる構造になっている。Aちゃんは早くよくなって庭に出て遊びたいと話していたらしい）

Aちゃんは車椅子に乗って、お母さんとともに最初のブースであるピーターラビットの冒険にやってきた。そのブースで、小学校の友人である2人の子どもと合流した。2人の友人は、すぐにピーターの活動に夢中になりブースのテーブルの前で一生懸命本を読んだり、指にペンキをつけてカードを作ったりし始めた。車椅子に乗っているAちゃんは、机の前まで行くものの、車椅子が邪魔して機敏さでは少し取り残された感があった。しばらく考えていたAちゃんであったが、談笑していたお母さんを振り返り「お母さん、私、車椅子から降りる」と言った。お母さんはまさかの発言に「えっ？なんて言ったの？」と聞き返したところ、Aちゃんはさらに大きな声で「だから、車椅子から降りるんだって！」と言ってさっさと立ち始めたのである。あわてたお母さんが、彼女のそばに行き手を持ったが、Aちゃんの意志は固く、どんどん車椅子から立ち上がってしまった。「邪魔だからそっちにおいておいて」とAちゃんは車椅子を移動させるよう、お母さんに指示し、2人のお友達と並んで活動を始めたのである。Aちゃんは、まさか立つとは思っていなかったので、入院用のスリッパが履いたままであった。それから約1時間、Aちゃんはしっかり歩いてすべてのブースを回り、すべての活動に参加し、満足した様子で病棟に帰っていった。病棟に帰る前のAちゃんの顔はうっすらと赤みを帯び、笑顔で、そして少し汗をかいているようであった。病棟から降りてきたときのAちゃんとはまったく違う輪郭の、7歳の子どもの満足した顔つきであった。



事例の女の子が
作ったカード

彼女の立っている
足元のスリッパが見える

(2) やけど病棟で入院していた男性の事例



写真の男性は、働き盛りの55歳のときにひどいやけどでこのバーンユニットに入院し、大きな手術を繰り返したが最終的には右手を失い、右足も麻痺し車椅子に乗って生活をしている。そして現在は、バーンユニットの傾聴ボランティアとして入院体験を踏まえ活躍している。この男性の体験からもヒーリングガーデンのもついやしの効果が伺えた。

男性は開口一番「この庭がなければ私は自分の姿を受容することができなかったかもしれないし、回復にももっともっと時間がかかっていたらうね」と言った。そして入院中の体験を話してくれた。「入院中はひどい痛みと戦うだけでなく、これからどうやって生きていこうか、と悩んでいたんだ。だって僕はものすごいワーカーホリックだったからね。前のようにバリバリ働けないのはもう分かっていたから、何を生きがいにしていけばいいのかと、心底悩んだよ。そんなときに決まって窓の外を見るんだ。変化する景色があるっていいね。本当に良かったよ。そんなある日、僕が窓の外を眺めながらため息をついてみると、あることに気づいたんだね。実は、この庭には2匹のリスが住みついているんだよ。知っていたかな？でね、リスが拾った木の実を仲良く食べていると必ずカラスがやってきて横取りしようとするんだ。大きなカラスだからね、リスは逃げるかと思ったらそうでもなくってね。2匹で協力してそのカラスに挑んでいくんだよ。その光景が面白くてね。毎日毎日、決まった朝の時間に窓の外をのぞいてはからすとリスの戦いを見るわけさ。今日はカラスの勝ち、明日はリスの勝ち、なんてね。不思議でね、その時間だけはぜんぜん痛くないし、悩みもなくなるんだよね。僕はそうやってまた少しずつ笑うようになっていたんだろうかね。そんなある日、入院している僕のところに、孫たちがお見舞いに来てくれたんだ。遊び盛りの孫たちはすぐに庭に出て鬼ごっこを始めたよ。このベンチに座って僕は庭全体を見ていたなあ。まるでコメディイのようにけんかするカラスとリス。大声で笑いながらお互いを追い掛け回している孫たち。明るい太陽とかげ、揺れる木の枝と葉っぱ、気持ちよく流れる水、ほほに感じる風、それらをすべて感じたときに、ふと頭に浮かんだんだ、『こうなったのも悪くないか』ってね。負け惜しみでもなんでもなく、『これでいいや』って本当に思えたんだよ。あれがターニングポイントだね。それからの僕の人生は180度変わったね。確信を持っていうけど、この庭のおかげだよ、僕が真に回復できたのは。それに、この庭のおかげで、スタッフともけんかせずに済んだんだ。だって病人の気持ちなんて本当のところ、医者にも看護師にも分からないと思うんだよ。庭は患者とスタッフのいい緩衝材になっていることは間違いないね。」

男性の語りは十分に説得力があり、ヒーリングガーデンの効果を実感した瞬間であった。

結びに変えて

研修内容を踏まえてヒーリングガーデンの持つ力について述べてきたが、ヒーリングガーデンの効果をまとめると以下の点があげられると考える。

ヘルスケアにおいて癒しの庭がもたらす効用

1. 庭は、家庭的な穏やかな環境を提供する。
2. 庭は社会的な支援を増加させる機会を提供する。
3. 地域で暮らす高齢者、子ども、そして家族にとって、それぞれに適した自然な運動を促進する。

4. 庭が個人の選択の幅を広げるため、自己コントロールの気持ちを高めることができる。
5. 自然に親しむという経験は様々な利益をもたらす。庭と親しむこと、園芸活動を行うこと、そして自然と触れ合う経験を提供する。
6. 医学的な治療を受けている人の気持ちをやわらげる。
7. 医学的な治療を受けている人の治療に対する考えや表現力を高めることができる。
8. 援助する側の燃え尽き症候群を予防することができる。
9. 入所者、利用者、そしてスタッフに施設以外の過ごす場を提供することによって、ストレスを軽減することができる。
10. 様々な人々の身体的、社会的、心理的、そして精神的なニーズを満たす。
11. 個人やグループの安心感やプライバシーが守られている感覚を作り出す。
12. 空間の質を高める。
13. 庭が設置される施設や機関の環境を向上させ、よって地域の環境改善につながる。
14. 地域で活動する様々な団体や地域でおこなわれているプログラムに対し公的な支援をおこなうことができる。
15. 庭を利用する人々の自然環境に対する意識を高めることができる。

上記した15項目について考えていくと、園芸をツールに人間の生活を豊かにする方策がさまざまに展開できる可能性を見出すことができるのである。

最後に、研修の指導を担当してくれたテレジア・ヘイゼンとの討論の中から、日本における園芸と福祉を結びつける活動の可能性について論じたい。テレジアは次のように研修を締めくくった。「自然が人間にもたらす効用に関する科学的文献ならばもうすでにたくさん存在する。しかし、そのような文献に頼らずとも、私たちは自然が人間によい影響を与えることをずいぶん前から知っているのではないだろうか。画家のゴッホが死を迎えたパリの精神病院は、大きな中庭に面した形ですべての病室が配置されていたと聞く。100年以上前の感性や常識がなぜ今消滅してしまったのだろうかとは私は不思議に思う。今でも庭に出てみると、病院や福祉施設の中では見つからないものをたくさん発見することができる。施設の中とヒーリングガーデンを見比べてほしい。直線対曲線。科学的な匂い対自然な匂い。金属音対風や小鳥のさえずり。企画化された製品対何ひとつとして同一で無いもの。空調された気温対変化する気温。どちらが人間にとって自然であるのかいちいち説明する必要はあるのだろうか。私たちの寿命を延ばすためにつくられた病院などの施設は不自然すぎる。それが医学に代表される科学の進歩によってもたらされた功罪である。施設には必ず人間本来が求める自然を提供できる庭を造ること、これは至極当然のことだと私は思っている。どこにも行けない自転車をこいだり（リハビリで使われる健康器具）、風景の変わらない歩道を延々と歩くぐらいならば、自然に親しみながら過ごす時間と環境をなぜわれわれは提供できないのか。私が見学した日本の特別養護老人ホームの中には、とても豪華で美しいものもあった。しかし、どれも不自然であると私は感じた。プランター

は空で、ネイチャーがほとんど取り入れられてなかった。また、正直なところ日本の施設で見たレクリエーションには絶望した。私は専門知識と技術に基づく園芸療法をクライアントに提供するが、それは私がおこなう園芸活動全体のほんの一部であることをぜひ理解してほしい。私が行う園芸をツールとした活動の最終目的は、地域におけるケア力を高めることにあるのだ。地域で暮らす人々が、地域に開放された癒しの庭を使って癒され、集い、社会活動を行い、協働し、互いに問題を解決し、つながりを深め、孤独を軽減し、そして QOL を高めることができるための園芸活動が最も重要である。そのためには、multi disciplinarily team(学際的多職種複合チーム) の編成に関してもっと日本人は注意を向けるべきである。そうしなければほんとうの client centered(クライアント中心主義) の支援などできないのではないかと考える。」

自然と人間の関係を研究し、それを使った福祉サービスの提供、そして地域におけるケア力を高めるために用いること、そのためには何よりもピラミッド型の組織ではなく、並列で互いが互いの専門性を認め合い協働できるチームアプローチの必要性を、強く実感した。このような視点を取り入れながら、ソーシャルワークやケアワークの新しい展開の方法を今後も研究していきたいと考えている。

引用・参考文献

1. Cooper Marcus, J. R. , Barnes, M. A. (1993). *Healing gardens:therapeutic benefits and Design recommendations*. New York:John Wiley&Sons.
2. Richard Louv. (2006). *Last Child in the Woods:Saving Our Children From Nature-Deficit Disorder*. U. S. A Algonquin Books.
3. Lewis A. *The Role of Horticulture in Human Well-Being and Social Development*, Timber Press,1922)
4. 進士五十八, 吉永成恭. (2005). 園芸福祉入門. 日本園芸福祉普及協会編. 草元社.
5. 山根寛他. (2003). 別冊総合ケア 園芸リハビリテーション 園芸療法の基礎と事例. 医歯薬出版株式会社.