

園芸療法活用のデイサービス

「行きたい」「生きたい」 デイサービスをめざして

高槻市の「晴耕雨読舎」

NPO法人 たかつき 石神 洋一



晴耕雨読舎の概要

要介護高齢者を対象にした園芸療法を行っているデイサービスセンター晴耕雨読舎は、大阪府高槻市の北部の山間地域に位置します。大阪という都市部にありながら、晴耕雨読舎は、山に囲まれた自然の多い場所です。すぐ横には清流が流れ、川のせせらぎが聞こえ、初夏にはホタルが舞うすばらしい自然環境の中にあります。

通所介護（デイサービス）は、普段自宅で生活している要支援1・2、要介護1～5の要介護認定を受けた介護が必要な高齢者（主に65歳以上）の方に日中必要な介護（入浴、排泄、移動、食事のお手伝い、機能訓練など）サービスを提供する場所です。晴耕雨読舎の利用者の9割以上は、農園芸に興味のある利用者です。高槻市内にデイサービスはたくさんあり、いろいろな内容の活動を

しています。その中から、要介護者の介護サービスのコーディネートをするケアマネージャーが、利用者の希望を聞いて選択します。農園芸活動を行っているデイサービスは非常に少ないので、デイサービスにて農園芸の活動を希望する利用者が必然的に集まってきます。

晴耕雨読舎での農園芸活動の概要

晴耕雨読舎の敷地は約500坪あり、その中の約200坪が宅地になっており、施設と駐車場があります。残りの約300坪が農地で、農園芸活動用の畑や花壇を整備して利用しています。

300坪のうち、7割以上を畑として活用し、3割程度を花壇としています。

畑の半分程度は、足腰に負担なく作業ができるレイズドベッド方式になっており、残りは通常の畝(うね)としています。

概要

- ・所在地 : 大阪府高槻市原 2235 番地
- ・開所年月 : 平成 19 年 12 月
- ・開所日 : 月曜日～土曜日（祝日も開所）
- ・定員 : 22 名
- ・サービス時間（利用者がデイサービスで過ごす時間）
: 9 時 30 分～16 時 45 分
- ・スタッフ配置 : 管理者 1 名、生活相談員 1 名、看護師 1 名、介護職員 4～5 名程度
- ・主な対象者 : 認知症のある方、高次脳機能障害のある方、脳血管障害の後遺症をもつ方、引きこもりがちの方など、他の一般的なデイサービスと、利用者の状態は大きく変わりません。



個人のレイズドベッドでの手入れ

畑は「個人の畑」と「共用の畑」に分かれており、主にレイズドベッドを個人の畑として、約1m×0.6mの区画を割り当てています。個人の畑をもつ利用者は、植えつける作物を自分で考え、植え

付けから手入れ収穫まで、できるだけ自分の手でしてもらうようにしています。

「共用の畑」では、昼食に提供できるような野菜や、利用者が収穫や手入れを楽しめるような作物を育てています。共用の畑も、利用者を中心に手入れをしていただいています。手入れが追いつかないこともあるので、あまり手入れをしなくても勝手に育つサツマイモやタマネギ等の野菜を中心に栽培しています。

花壇は共用となっており、主にレイズドベッドを利用して花を育てています。レイズドベッドを活用することで、利用者が栽培に関わりやすいからです。

園芸療法活用の目的

デイサービスで園芸療法を活用する目的は大きく分けると以下の二つです。

①生きがいづくり

②心身機能維持・向上

まず、生きがいづくりについて。

晴耕雨読舎を利用する高齢者は、認知症などの影響もあり、生活意欲の低下が問題になっている方が多くおられます。日常生活において困ったことが増え、今までできていたことができなくなり、それとともに外出がおっくうになり、自宅に引きこもりがちになったりします。

そういう利用者を介護している家族が、困り果ててケアマネージャーに相談し、家族とケアマネージャーの強いすすめで仕方なく利用をはじめるといったケースがほとんどです。

最初からやる気や生きがいをもってデイサービスの利用をはじめの方はまれなのです。しかし、せつかくの残りの人生、生きる限りは意欲をもって生きていただきたいのです。

やる気や生きがいのないマイナスのスタートから、農園芸活動を通して一つでも自分ができること、やりたいこと、楽しみなことを見出していただき、まず「行きたい」デイサービスになること。そして、さらに農園芸を続けていき、やりがいや楽しみが増えていくことで、もう少し生きてみてほしいかな、と願っていただき、「生きたい」デイサービスになることが園芸療法活用の一つの目

的のです。

②の心身機能維持・向上は、園芸療法のもつ分かりやすい効果です。デイサービスの利用者は、加齢とともに身体機能が低下していきます。自然環境の中で、農園芸作業を通して無理なく自然なかたちで身体を動かすことで、残存している身体機能の維持・向上と、自然の中での活動を通しての心の充実をはかります。



個人畑での収穫

園芸療法に取り組むメリット

晴耕雨読舎の園芸療法の実践において、メリットはたくさんありますが、そのうち特に良いと思うことをいくつか挙げてみます。

①五感を刺激する効果

四季折々の変化を感じながら、土を踏み、草の匂いや花の匂いを嗅ぎ、旬の農作物を食べ、鳥や虫、川のせせらぎを聞くなど、園芸療法の現場では五感を刺激する要素がたくさんあります。普段外出の機会が非常に少なくなっている利用者にとっては、室内から自然の中に出るだけでも大きな刺激となります。

②さまざまな作業を展開、提案できる

デイサービスでは、日々レクリエーションや機能訓練等の活動を実施していますが、晴耕雨読舎では園芸療法に取り組んでいることで、活動内容の充実が図れています。農園芸作業には、さまざまな行程があり、利用者の能力や身体状態にあわせて、いろいろな提案ができるのです。

足腰の悪い利用者Aさん(女性:85歳)には、土を耕すことは難しいことですが、イスに座っての種まきや、苗の移植は可能です。また、認知症が進んだ利用者Bさん(男性:82歳)にとって、

複雑な作業に取り組むのは困難ですが、草抜きや土起こしなど、昔からなじんでいる単純な作業になら取り組むことができます。



草抜きをする男性

そして、それぞれの作業が（単純な作業であっても）、植物という命を育てる上で意味のある作業であるということも大きな特長です。

③自然に身体を動かすきっかけが多い

一般的に、高齢になり、身体が動きにくくなったり、認知症が進んできたりすると、意欲的に活動に参加してもらうことは難しくなるものです。晴耕雨読舎では、普段の生活が余り活発でないだけに、デイサービスではできるだけ身体を動かしていただきたいと思っています。農園芸活動には「花が咲いた」「芽が出た」「実がなった」「空がきれい」「ヘビがいる」など、声をかけて、屋外に出てもらうきっかけになる要素がたくさんあります。そこから身体を動かして頂くのです。

例えば、高齢の女性 C さん（94 歳）は、自ら動くことはなく、声をかけないと座ったままですが、「花を摘んで持って帰りませんか？たくさんありますよ。」と声をかけると、「花持って帰ったら、娘が喜ぶわ」と立ち上がり、屋外での花摘みに参加され、畑を 1 周（100m）歩かれます。



花摘みでリハビリ

普段外へ出るのを断る D さんも「今日は天気が良いから、川をのぞきに行きましょう」と誘うと、「そうか・・・」と歩いてくれることもあります。

このように、園芸療法の現場と、周囲の自然環境のおかげで、自然なかたちで活動に取り組んでいただけるのです。

農園芸活動を行う意義

私たちが、デイサービスで農園芸活動に取り組むことの意義は、「有意義な時間(Meaningful Life)」を過ごしてもらうことにあると考えています。

「有意義な時間」の過ごし方は、人によってそれぞれ違います。人生の終末の大切な時間の過ごし方として、晴耕雨読舎の利用を選んでくださった利用者の方に、いかに充実した時間を過ごしていただくかを考える時、農園芸活動は素晴らしいツールとなります。人間の究極の幸せは四つある、と聞いたことがあります。①愛されること、②人に褒められること、③人の役に立つ事、④人に必要とされること。晴耕雨読舎の農園芸は、「栽培」とは大きく違います。人と人が関わりながら、植物という命を一緒に育てていく活動です。スタッフと利用者、利用者同士が良い人間関係を築きながら、日々農園芸に取り組むことで、この四つの幸せを実現させていくことが可能になり、それが「有意義な時間」となると信じています。

今後の課題は「地価安い農地の活用」

高齢者福祉の現場で農園芸活動に取り組むには、作業を行う土地が必要です。農地を活用することが、もっとも良い方法であることは間違いありませんが、現在は制度の壁が厚く、農地で福祉施設を開設することが難しくなっていることが課題です。

晴耕雨読舎を開設した平成 19 年には、きっちりと手続きを行えば、市街化調整区域で介護施設を開設することが可能でしたが、現在はとても難しくなっています。

介護施設を運営するには、ある程度の人口背景が必要ですが、地価の高い市街化区域内で、農園芸作業をするための土地も含めて土地を取得、もしくは賃借することは、運営上厳しい選択です。

市街地に近い市街化調整区域内の空いている農地を活用できるのが、理想的なかたちと考えます。

農園芸活動に取り組んでいるおかげで、晴耕雨読舎はいつも定員いっぱいまで運営できています。

高齢者施設の運営という意味でも、農地の新しい活用という意味でも、大きな可能性のある「園芸療法デイサービス」が広がるような制度の運用がなされることを望みます。



晴耕雨読舎 全景