

演 題	よってけし農園「育てるって楽しいね」
副 題	園芸療法がもたらす効果

フリガナ	
施 設 名	ケアセンター いちかわ
フリガナ	はせがわ りえ
発表者(職名・氏名)	長谷川 理恵
フリガナ	
共同研究者	山口・一瀬・樋口・村松・保坂・畑川

I. はじめに

園芸療法とは精神的効果として「満足感・達成感・気分転換・ストレス発散・自尊心を増長、思考力・想像力・記憶力・認知症の進行予防への効果を高めることができる。」と JHTS では定義されている。本研究においては、うつ病と認知症を有し、自室に籠りがちな A 氏に園芸療法を導入することでどのような変化をもたらすのか検証し、高齢者施設における園芸療法導入の一助としたい。

II. 方法

本人の育てたい植物・方法を本人に選んでもらい園芸療法導入前後の自己効力感尺度（以下 GSES）を比較しその効果を実証する。

III. 研究期間 H30 年 4 月 21 日～同年 8 月 31 日迄

IV. 倫理的配慮

A 氏・家族に研究の趣旨・方法を書面と口頭で説明し、個人情報の保護に努めることで了解を得た。

V. 事例紹介

基本情報：A 氏、女性、71 歳、要介護度 I
 既往歴：うつ病、アルツハイマー型認知症、DM
 精神症状：在宅では息子夫婦との折り合いが悪く、興奮的となり、精神科病棟に入院した経過があり、入所時には薬剤に依存的なところがあり、頻回に市販頭痛薬を要求することが多く、内服ができないと会話などをしなくなってしまう状況。

VI. 結果

1 期：スタッフとの信頼関係を構築する時期
 導入前の GSES は 2 点であり、自己効力感が低い状況にあった。自室に臥床的で、レク活動には不参加が多かった。「花は枯れるから嫌」

2 期；療法準備期～実施の時期
 「孫が今度手術だって、」「花は嫌」「枯れる」「不吉」と言っていたが、担当 Ns の面談後は「ひまわりとかいいよね」「花は本当に好き」「休んでもいいの？」と自己表出していた。

3 期：積極性と拒否

3 期：2 期と同様に園芸療法に対する意欲の向上は継続していたが、時として否定的な言動もあり、園芸療法を不参加となる状況が観察された。

図 1) 三期、園芸療法の促しや実施中に観察された本人の言動

肯定的な言動	否定的な言動
①「来年は肥料も上げたい」	①「今日はやめます」
②「とってきた苺を食べたい」	②「ちょっと足が痛いから休む」
③兄弟や両親の事を笑顔自発的に話していた。	③「何となく休みたい」
④「トマト育てて食べたい」	④「今日はあの人と嫌なことがあったから行かないの」
⑤「一緒に園芸行こうよ」	
⑥「畑はどうだった？」	

VII. 考察

1 期：園芸療法を持ちかけても拒否しており GSES は 2 点と低く、予測できない未来に不安を抱き、過去の辛い経験に現状を重ねてしまう傾向があったと考えられる。担当看護師から回想法やポジティブフィードバックの技法を導入し、本人の悩みの本質に触れることができた。その結果、解釈の仕方を自己修正することができ、本人から協力者として認識してもらえたのではないかと考える。

2 期：導入直前まではスタッフに任せるような言動であったが実際に土に触れ、太陽の光を浴びることで、徐々に園芸活動への意欲が高まり、「イチゴを育ててみたい」「収穫できるものが好き」と具体的な園芸活動を自己表出することができ、意欲の向上が確認できたと言える。

3 期：A 氏からの自発的な会話や「一緒に行こう」といった言動から他者との接点を築こうとし、社会性の向上に対する効果があったと考える。しかしながら、否定的な言動があり、園芸療法に参加できない、或いは一時的に拒否をしたことについては、単に拒否したのではなく、明確に家族との行き違い・利用者とのトラブルがあったので気が乗らない旨を自己表出することができており、1 期と比較して拒否の理由が明らかであるといえる。嫌なこと・休むことを本人の言葉で伝えることができたことは大きな変化であると考えられる。

VIII. 結論

1. 園芸療法は単に楽しみではなく、高齢者・うつ病に対する自己表出に効果的である。
2. 信頼関係を基盤に支援体制の整った園芸療法の過程を経ることが園芸療法の効果を更に高める。
3. 園芸療法は担当スタッフにも同等の効果があつたとの声もあり、立証していく必要がある。