

1. 園芸療法

園芸療法は、園芸の魅力や活動を通じて人々の身体と精神を改善する。

- ①メンバーは植物や土などの生命体に触れることで視覚、嗅覚、感覚そして時には味覚まで刺激される。
- ②人々に環境を変化させる機会を与える。
- ③想像力を刺激する。
- ④個人、集団の両方に達成感や自己満足を与える。

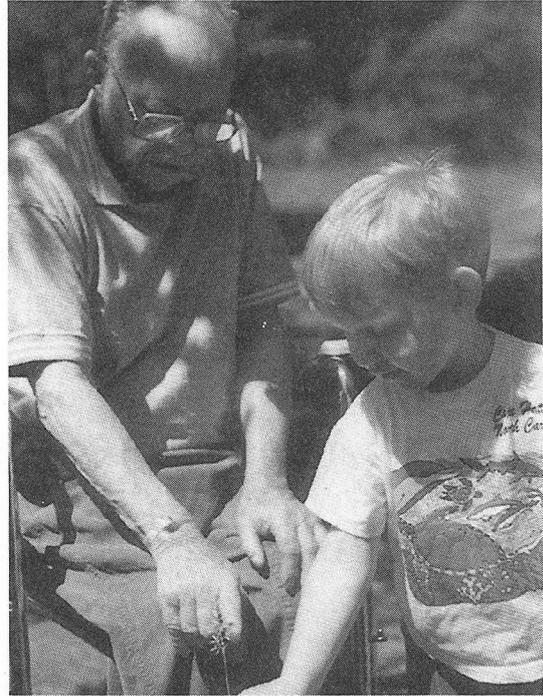
(1) 園芸療法の歴史

園芸療法初の植物園は、1600年初期オックスフォードに設立された。1700年後期、北米で精神医学の父と仰がれているベンジャミン・ラッシュ (Benjamin Rush) が「土を掘る行為は精神病患者に治癒効果がある」と発表した (Horne, 1974:74)。1800年初め、ニューヨークのフィンガーレーク地方でクリフトン・スプリング病院・療養所 (Clifton Springs Hospital and Sanitarium) を設立したヘンリー・フォスター (Henry Foster) 博士は、心身一体的アプローチを外科治療法として取り入れた。フォスター博士らは体操、レクリエーション、園芸を医薬治療と調和させた。環境に恵まれたその施設は、この治療法の先駆となった。

20世紀初期には、外科および精神科のいずれにも園芸療法が採用されるようになった (Ringle, 1997)。しかし、第2次大戦中退役兵の病院では園芸療法はリハビリテーションとは全く関係ないとみなされていた。1950～60年代、ミシガン州やカンザス州の大学で園芸療法初の修士課程コースが誕生した。1970年代初期にはアメリカ園芸療法協会 (American Horticulture Therapy Association, AHTA) が設立された。1980年代半ば、研究者たちは園芸が身体のリハビリを必要とする患者だけでなく、精神病を患う患者にも有効な効果をもたらすことを認めた。研究者たちは、結果にこだわらず園芸活動に焦点を合わせることの重要性に着目した。この取り組みで園芸には血圧を下げる、心拍数を減らす、酸素消費量を減少する、アルファ波脳波を活発にする、健康な状態の穏やかな感情を引き出すなどの効果があることが証明された。

2. HILT の発展

世代間の園芸療法 (Horticulture Inter-generational Learning as Therapy, HILT) は園芸療法をさらに発展させ、若者のエネルギーと創作力、年配者の経験と成熟した考えを活用させるプログラムである。異世代を扱うプログラムは珍しくない。しかしながら、HILT の利点は長期に渡って持続が可能で、子供が年配者と個人的に交流できることである。このマニュアルで紹介されている活動では、老いも若きも同じゴールに向かって力を合わせる。幼い子供は年配者から簡単な作業を教わり、年配者は作業を共にする子供たちに大人の模範を見せて助言を与える。このプログラムではお互いのよい面を目にすることで、異世代に対する「偏見」や「恐れ」を取り除くことができる。



元園芸博士が若いメンバーに草の種子を見せている

(1) 年配者の利益

1900年、人口の4%が65歳以上だった。1995年にはその数字は3倍の12%に伸びた。図1は、アメリカ合衆国における高齢者の増加の突起を表している。近年の医療の進歩により、健康で長生きすることが可能になった。老化がもたらす影響は個人によって違う。エネルギーと創作力に満ち溢れ、地域社会の一因であることを強く望む高齢者もいれば、病気で健康を害している人もいる。

老化は身体だけでなく、高齢者施設に入所している人々を見ても分かるように、社会面にも影響を及ぼす。入居の理由は人それぞれ違う。エド (Ed) は手術で障害が残った。妻の健康状態も衰えていたため、家で世話をしてもらうことは難しかった。元大学の園芸博士だった独身のジョー (Joe) は、甥に連れて来られた。妻や子供がいれば老人ホームに入る必要はなかったであろう。兄弟に連れて来られた同じく独身のラウラ (Laura) は、施設にいることに憤慨している。マリーローズ (Maryrose) はバイパス手術の後、直接病院から運ばれて来たが、施設がリハビリテーションを行う場なのか永住の処になるのかはまだ分かっていない。この人たちは現在他人に面倒をみてもらっている。病気や障害が

彼らを友達、家族、そして慣れ親しんだ環境から追い出してしまった。そのうえ、自由のない老人ホームの生活に順応することには苦勞を要する。多くの高齢者は、生活の変化に反発して社会との交流を遮断してしまう。たとえ活動したくともあまり選択肢がないことに気づかされる。結果彼らは多くの時間を寝ることに費やし、後はテレビを見たり、廊下の椅子で居眠りしたり、看護婦を呼びつけたりして過ごす。

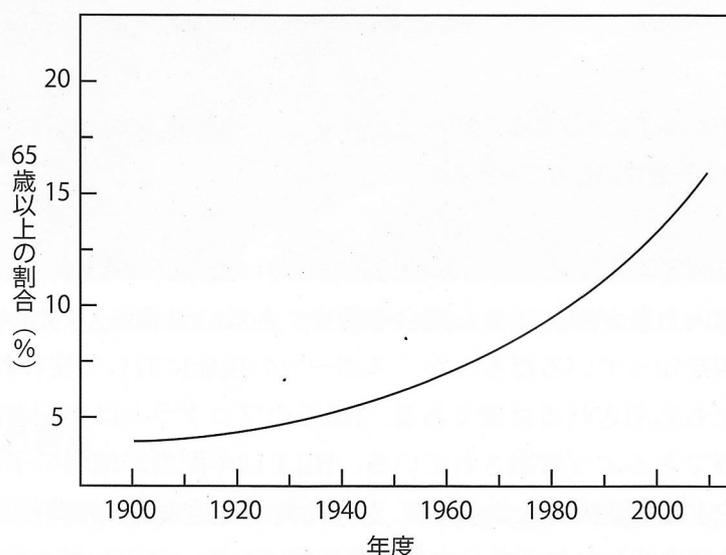


図1 合衆国における高齢者の増加

いったん新しい住まいに入居すると、年配者は自分たちの意思決定の場がさらに限定されたことを知る。通常彼らはルームメートを選ぶことはできない。多くの新入居者は配偶者以外に他人と部屋を共有した経験がないので、先行きに不安を感じる。彼らは食事のときに座る場所すら選ぶことができない。たいてい施設の食堂は指定席が決められていて、大きな問題が起きない限りその配置は変わらない。食事の時間と内容は食事を担当する職員が決め、活動の内容はレクリエーション担当の職員が選定する。

老人ホームに入居すると生活が急変するため、施設では入居者の行動や心理状態に配慮する必要がある。老人ホームの開拓に取り組む運営陣は、入居者が必要としていることに耳を傾ける必要があることを理解している。チャセ・メモリアル介護老人福祉施設 (Chase Memorial Nursing Home) の運営者ロジャー・ハルベルト (Roger Halbert) もその1人である。彼いわく「老人ホームの生活は人生の新たな部分である。チャセは生活を送る場所なのであって、死に場所ではない。」この考え方は今では州および政府機関にも受け入れられ、州政府の財政支援により入居者の要求に見合った総合的な変更が行われている。

アメリカ市民も見解を変える必要がある。概して年配者に対する社会の期待は低い。年配者が若者の倫理、精神、そして身体の発達に貢献することができるという事実は見落とされていることが多い。来る日も来る日も「The Price Is Right」(TV番組)を見ながらう

ただ寝をしている年配者がいることを忘れてはならない。それよりも協力者という形で彼らの技能や知識を生活の中、社会の中で活用する機会を与えよう。彼らの黄金時代は退屈な日々で色あせてしまったが、輝きを取り戻すときがきた。



老人ホームの入居者は HILT に参加する子供たちの手助けをすることで達成感と喜びを得る

年配者が生活を改善するためにどうすればよいのか。最初の一步は、何か事を起こすことである。年配の人たちが参加できる機会を探す、あるいは作る。「使わなければ駄目になる」という表現を知っているだろうか。スポーツの技能に対して使われるのと同様に、思考力や創造力にも応用される言葉である。HILT のプログラムは年配者が、彼らの眠っている才能を活躍できるよう考案されている。HILT は年配者が地域の子供たちと園芸に取り組んで知識や才能を活躍させることで、老化に対する社会観点の改善を目指している。このプログラムは精力的かつ熱心なリーダーが必要である。変化を起こす仲介役となる必要がある。年配者に選ぶ機会を与え、変化のきっかけを作る。結論を出す機会を与えることで、彼らが大切な存在でかつ必要とされていることを感じてもらう。子供たちと園芸活動をすることで年配者は喪失感や疎外感、施設に閉じ込められた人たちによく見られる憂鬱な表情を打ち消すことができる。園芸技術を持ち合わせている年配者にその技術を披露する機会を与え、そうでない年配者に新しい知識を身につける機会を与える。HILT の活動を通して植物と携わることで、年配者はさまざまな利益を得る。子供たちの助言者を務めることによって得る無形の満足感、庭園の計画、植栽、世話やその他の植物プロジェクトに携わることで得る有形の満足感、期待や楽しみを持つことの喜び、季節ごとに成長し進化するという意味では植物も子供も同じである。これらの利益は、我々よりむしろ年配者の方が必要としている。



HILT は年配者の知識や経験を共有する機会を与えてくれる



子供たちと作業をすることで老人ホームの入居者は大きな喜びを得る

(2) 子供たちの利益

若者は年配者の体験から学ぶことができる。年配者の歴史や過去に経験した出来事は、どんな小説にも劣らないくらい魅惑的な話題を豊富に提供してくれる。世界大恐慌や第2次世界大戦を生き延びた人たちもいる。一方、今の子供たちはほとんどが比較的平和で裕福な時代に育っている。田舎の地域で育った年配者は、馬の飼育や牛の乳搾りをしながら大きくなった。中には春先の道が泥沼だったのを覚えている者もいる。今の子供たちは牧場に住んだことも、そこで作業を手伝ったこともない。どこかに行くときは車に飛び乗ればよい。年配者は電子レンジが登場する前のことだけでなく、ガスコンロがなくて石炭や薪で料理をしていた時代を知っている。多くはテレビのない時代を生きてきて、何人かはラジオが登場する前の時代を覚えている。昔は麻薬を常用する人はまれで離婚は珍しく、コンピューターは存在すらしなかった。今の世界は形を変えてしまっているから、HILTの作業を通して年配者と話をするすることで、子供たちは生まれて初めてまったく違った生き方に触れることができる。HILTが植物に重点をおいている点から、自家栽培が一般的だった時代を思い返し、人々がどのような生活をしていたか自然に話し合う機会が与えられる。

年配者との対話を通して子供たちは自尊心を発達させながら地域社会や身近な歴史、そして自分自身についても学ぶ。子供たちに家族の伝統的な価値を新しい観点から見せることで、彼らに誘惑に負けない手助け、もしくはそれと同等の影響を与えられるかもしれない。HILTは火花のように子供たちに常に新しい興味を与え、それはやがて内面の強さを象徴する炎へと成長する。役割モデルになるHILTの年配者やボランティアは、ふいごの役を担う。

加えてHILTは責任感を育てる。心休まる楽しい状況の中、身体的、創作的なエネルギー

のはけ口を与えることで、個人そして集団を成長させる。さらに知性的な課題も与える。HILT は子供たちに予測、観察、測量、実験などの自然科学の作業を実践して学ばせる園芸プログラムである。このプログラムは子供たちが自分たちの身近な環境をよりよく知るために形を変えることも可能である。たとえば活動の焦点を身近な環境問題に絞って、それを改善するための植物を選ぶなど。HILT は花を寄せ植えする機会を与えることで、子供にも大人にも創作的な自己表現ができる場を提供する。

間もなく学生たちは就職活動を始めたり、大学へ進学したりするだろう。HILT は2つの視点から彼らにさまざまな職業を知る機会を与える。1つは年配者が昔就いていた仕事で、彼らがどのようにその仕事に従事していたかを知ることができる。2つ目は、彼らは活動を通して園芸、看護、造園管理、社会科学、老人病学、環境設計、心理学などさまざまな分野と接する機会を持つことができる。ひと夏、もしくは1年を通してHILTに参加することで、学生の園芸およびコミュニケーション能力は劇的に上達するだろう。彼らがここで身につけた才能は輝き続け、ボランティアとして活躍した経験は同僚や雇主とよい関係を築くうえで役に立つ。



子供たちは園芸の神秘を学ぶ