

報 告

## 認知症高齢者に対する園芸活動の実践とその効果 ～イネーブルガーデンでの取り組み～

### Practicing horticultural activity to the demented elderly and its effect: engagement in the ENABLE-GARDEN

小原昌子<sup>1)</sup>、須古星浩一<sup>1)</sup>、河 建人<sup>2)</sup>、河 茂<sup>2)</sup>

**Key Words:** 認知症、施設内園芸活動、施設外園芸活動、効果

#### 1 はじめに

現在、全国の介護老人保健施設（以下、老健）の数は約3300施設となり、全国の認知症高齢者の人数も約205万人（2005年現在）に達し、これからも増加すると言われている。高齢社会が進んで行く中で、今後老健が担う役割は重要になってくると考える。

現在まで老健での作業療法として、一般的には身体的・精神的・社会的な諸機能の回復を最大限に図り、作業活動を用いて治療・援助を行っていると言われている中<sup>1)</sup>、近年、認知症高齢者に対する作業活動の中で園芸活動の効用が注目されてきている。山根は、植物やその環境は、色・香り・形・肌ざわり・味わいなどにより人の五感を刺激し、知覚・認知機能・感覚統合機能を賦活すると提唱している<sup>2)</sup>。

介護老人保健施設希望ヶ丘（以下当施設）で

も、身体的アプローチとして、関節可動域訓練・筋力増強訓練・日常生活動作訓練を行っている。また、当施設は9割の入所者が認知症高齢者であるため、精神的アプローチとして、創作活動・園芸活動・陶芸活動・余暇活動・レクリエーション・誕生日会・季節行事を行っており、2006年より軽度認知症高齢者の方と共に園芸活動を実施してきた。その結果、

- ・自室に閉じこもり傾向であった入所者が自らフロアへ出てこられる機会が増えた。
  - ・作物の話題を通して他者との交流が増えた。
  - ・水遣いを楽しみにして自発的に参加した。
  - ・表情が明るく、笑顔が多くなった。
- などの効果、変化がみられた<sup>3)</sup>。

さらに、2006年に大阪河 里ハビリテーション大学の開校した時にイネーブルガーデンという園芸療法を行う場が設立されたため、当施設は、広さ22000m<sup>2</sup>の第二イネーブルガーデンの一面を使用し、施設外活動として園芸活動を導入した。その結果、

- ・入所者自身より「次はいつ行くん？」や「水あげんと枯れるね」などという言葉が自発的

Masako Kohara

医療法人河 会 老人保健施設希望ヶ丘

E-mail: kibougaoka@kawasaki-kai.or.jp

1) 医療法人河 会 老人保健施設希望ヶ丘

2) 医療法人河 会 水間病院

に聞かれる様子が見られた。

- ・「この土は肥料をあげすぎてないから良い実がなるわ」・「ここで泊まっていけたら良いのに」と笑顔・他者交流が多く見られた。
- ・野草を見つけ収穫し調理法をスタッフに教える場面が見られた。
- ・次の日に「今日も畑に行くの?」と話されるなど、記憶が保持されている場面が見られた。

などの効果が確認できた<sup>4)</sup>。

以下に、園芸活動の詳細について報告する。

## 2 参加者及びプログラム紹介

### 2. 1 施設内園芸

#### 2. 1. 1 活動及び参加者紹介

期 間：2006年4月～現在継続中  
頻 度：2週に1回  
時 間：13:30～14:30  
参加人数：12名(女性)  
平均年齢：84歳  
平均長谷川簡易評価スケール：10.6点  
平均要介護度：2.8  
スタッフ：作業療法士3名

#### 2. 1. 2 2007年度年間活動プログラム

5月10日：花の苗植え  
5月18日：ミニトマト・キュウリ苗植え  
6月29日：ミニトマト収穫・試食会  
12月6日：イチゴ苗植え  
12月7日：チューリップ球根植え  
2月15日：施設外園芸活動で収穫したサツマイモプリンの調理

#### 2. 1. 3 目的と認知症高齢者への働きかけ

施設内園芸活動では日課として水遣りを実施することで、生活リズムの獲得・臥床傾向の軽減を目標に、植物との触れ合いを通して、精神的安定を図れるような環境作りや関わりを目的

とした。

- (1) グループ内で同じ花を育てることが共有体験となり、他者との交流の場を提供する。
- (2) 植物に対し水遣りという役割を持つ事で、責任感や達成感を得る。
- (3) 園芸活動という馴染みのある経験を回想し、花への愛情がわき自信へと繋がり生活全体の意欲向上につなげる。

### 2. 2 施設外園芸

#### 2. 2. 1 活動及び参加者紹介

期 間：2007年4月～現在継続中(8月・12月～3月施設内活動へ変更して実施)

頻 度：毎週(2グループ・隔週)

時 間：1時間半～2時間

参加人数：4～5名(女性)

平均年齢：84歳

平均長谷川簡易評価スケール：10.6点

平均要介護度：2.8

スタッフ：作業療法士3名・看護師1名(時に事務職員1名・園芸療法士2名)

#### 2. 2. 2 2007年度年間活動プログラム

4月26日：散策  
5月8日：筍掘り  
7月6日：調理活動  
7月27日：野外で摘んだ草花を使って紙すき(ハガキ作り)を実施  
9月25日：芋掘り・試食  
11月19日：焼き芋・茶巾作り  
11月30日：みかん狩り  
12月10日：大根調理活動

6月よりイネーブルガーデンでの施設外園芸活動を週1回、60分程度で実施し、その際には、散策や苗植え(さつまいも・大根・水菜・しろ菜・朝顔など)・水遣り・成長観察・調理活動などを実施した。

### 2. 2. 3 目的と認知症高齢者への働きかけ

開放的な自然環境の中で山畑を使用し適度に体を動かすことで、身体的アプローチを行うこと、さらに作物を育てる、馴染みのある活動を実施することで、記憶障害・見当識障害といった認知症症状に対する精神的アプローチを行うことから、生活全体が活性化し、生活に満足感を得ることを目的とした。

- (1) 施設内生活だけでは臥床時間が多く運動量も少ないために、オープンスペースでの適度な運動を伴う作業を行えるように配慮する。
- (2) 普段は入所者間での交流が少ない状態であるために、経験のある作業を提供することで入所者間に積極的な会話・交流のできる場を提供する。
- (3) 実際に自分自身で作物を収穫し、それらを調理することで入所者自身の達成感を得る。
- (4) 馴染みのある活動を用いることで人生の回想を促す。

## 3 各活動の目的と方法

### 3. 1 施設内園芸

#### 3. 1. 1 苗植え

目的：季節感の獲得

施設内園芸活動は施設内のベランダにて、花・野菜の栽培を行った。個人単位にて、花はサフィニア・インパチェンス・サルビアなどを植木鉢で栽培し、野菜はミニトマト・キュウリをプランターにて栽培した。

苗植えの際には真剣に行い、入所者間で、「もうちょっと土入れたら良いよ」と、嬉しそうに話されるなど、自発的な会話が見られたりと意欲的に取り組んでいた。図1



図1 施設内園芸 苗植え

#### 3. 1. 2 ミニトマト・キュウリの苗植え

目的：苗植え・水遣りや成長観察を行う事により、成長過程での喜び・注意・集中力を獲得する

施設内にある多目的ホールにて、過去に植えた事のある作物の話や感想等を聞きながら、ミニトマト・キュウリの苗植えを行った。入所者より「水遣り行かんとあかんね」などと他者との交流を自発的に行う姿や、昔植えていた野菜の話などを行う入所者の姿も見られた。図2



図2 施設内園芸  
ミニトマト・キュウリの苗植え

#### 3. 1. 3 ミニトマト・キュウリの収穫・試食

目的：世話をして育てた作物を用いることで満足感・達成感を得る

育てた作物を用いたため、入所者からは「こんな良い実がなってたんやなあ」と話される

場面が見られた。「やっと食べれたわ」と、収穫した野菜を食べることを心待ちにしていた様子も見られていた。

### 3. 1. 4 イチゴの苗植え

**目的：**楽しみの獲得、水遣りを行うことで生活リズムを整える

入所者自身で意欲的に取り組む姿なども見られた。また、施設内では異食行為のある入所者が、園芸活動中は、異食もなく落ち着いて参加される姿も見られた。図3 図4



図3 施設内園芸 イチゴの苗植え



図4 施設内園芸 イチゴの苗植え

### 3. 1. 5 サツマイモプリンの調理

**目的：**世話をした育てた作物を用いることで、満足感・達成感を得る

収穫したサツマイモを入所者の方が協力して調理した。入所者は卵を割るなど、昔の経験を生かして上手に調理活動を行った。出来上がったサツマイモプリンは「冷たくておいしいわ」と言われ嬉しそうに食べられていた。

図5



図5 施設内園芸  
サツマイモプリンの調理活動

### 3. 2 効果

- ・馴染みのある活動を行ったことで、入所者にとって花や作物を枯らさずに世話をすることが楽しみ・意欲向上につながった。
- ・成長していく花・作物を見ることや四季の草花を育てることで季節感の獲得につながった。
- ・共同作業を行うことで、入所者間の自発的な会話や他者との交流が増えた。

### 3. 3 施設外園芸

#### 3. 3. 1 散策

**目的：**季節感の獲得や身体機能の維持など

今回は散策・自然との触れ合いを目的とし、ピーマン・トマトの苗植え・水遣り・散策を実施した。初めて施設外で実施したが、活動時には雑草取りを自発的に行う入所者や、苗植えの際に「土の深さはどれくらい」と尋ねられたり、「あんまり水をあげすぎると根ぐさりする」と、過去の経験を話す場面も見られた。また、散策を行うと広大な敷地を見て、「こんな良いところ来た事ない」・「日本ではないみたい」と言われ、笑顔で過ごされる様子の方が多くみられた。

#### 3. 3. 2 筍掘り

**目的：**季節感の獲得・屋外に出ることで楽しみ・

気分転換を図ることや筍を掘ることで昔の記憶の想起を促す

入所者の方たちが実際に掘ることは難しいため、今回は職員が掘った。その後には、作業療法士・管理栄養士・看護師・精神保健福祉士と入所者5名で筍ご飯・肉じゃが・若竹汁を調理した。普段は会話の疎通性の乏しい入所者が、屋外での調理活動を積極的に行われる場面が見られた。図6・図7



図6 施設外園芸 筍掘り



図7 施設外園芸 筍掘り調理活動

### 3. 3. 3 調理活動

**目的：**収穫した作物を使うことで、達成感・満足感を獲得すると共に、他者との共同作業を行うことで、社会性の維持や意欲の向上を図る

収穫したキュウリなどを利用し、カレー・サラダ・焼き茄子を6名の入所者と調理した。施設内では見られる事が少ない共同作業が、施設外では、入所者同士が話し合い、協力しながら盛り付けを行う様子が多く見られた。

自分たちで育てた野菜を利用した効果も加わり、入所者の方からは「おいしい」という声や「外で食べるから余計においしいわ」などと楽しまれた様子の感想が多く聞かれた。

また、後片付けに対しても、入所者が自発的に手伝う場面が見られ、「これ洗ったらいいん？」などと、熱心にボールなどを洗われていた。参加者の多くが女性であり、家事の経験があることから、このような自発的な行動が見られたと考えられた。図8・図9・図10・図11



図8 施設外園芸 調理活動1



図9 施設外園芸 調理活動2



図10 施設外園芸 献立



図11 施設外園芸 後片付け

### 3. 3. 4 はがき作り

目的：季節の草花を用いることで季節感を感じてもらふことと、開放的な空間で行うことで気分転換・楽しみを得る

今回は牛乳パックを利用し、はがきの作成を実施した。このハガキ作りでは、細かくちぎった牛乳パックをミキサーにかけて行い、この際に入所者が育てていた朝顔の葉をのせハガキを完成させた。表情も真剣で「たまに



図12 施設外園芸 かみすき1



図13 施設外園芸 かみすき2

はこういうのもいいね」や「ええのができたわ」と言い自発的に入所者間の会話を行われたりと楽しそうに過ごされていた。難しいところはスタッフが手伝うことできれいなはがきを作成した。図12・図13

### 3. 3. 5 芋掘り

目的：今まで育てた作物を収穫することで適度な運動を行うことができ、運動不足の解消・筋力低下予防などの身体的効果や、グループ内での活動であるため社会性・協調性の向上を図る

今回の芋掘りまでの間、イネーブルガーデンで水遣り・追肥などをして熱心に世話をやってきたため、入所者の方々は芋掘りが待ち遠しい様子であった。1つの苗からたくさんのサツマイモがとれるので「ようさんあるな」



図14 施設外園芸 芋掘り1



図15 施設外園芸 芋掘り2

と楽しそうに芋を掘られていた。また、今回は大阪河 Rehabリハビリテーション大学の学生も一緒に活動をし、入所者の方は学生と交流を持ちながら芋掘りを楽しんでいた。芋掘りで採れた芋を調理し、大学芋と天ぷらの試食を行った。入所者の方は「甘いなあ」・「もっと食べたいわ」・「掘りたてやから美味しいな」と、満足そうな様子で参加されていた。

図14・図15

### 3. 3. 6 焼き芋

**目的：**焼き芋・茶巾作りでは、入所者自身が収穫し、実際にその作物を利用し調理する事で満足感・達成感から自信の回復を図る。また、屋外で行うことで嗅覚・視覚・味覚・触覚・聴覚などの五感を刺激し、季節感の獲得を図る

とれたサツマイモを利用し焼き芋を行った。今回は、サツマイモをアルミホイルにまき、炭火に入れる作業を行った。焼きあがりまでの間にはサツマイモを育てていた時の話をしながら「おいしそうなおいがしてくる」・「早く食べたいわ」と出来上がりを待ちきれない様子が見られた。また、入所者間で「昔に良くやったわ」「どのくらいでやけるんやろうね」と言った交流が自発的に見られた。焼きあがった焼き芋は、誤嚥の危険性があるために、入所者で茶巾作りを行った。つぶしたり、まぜたり丸めたりと協力して出来上が



図16 施設外園芸 焼き芋

った芋は「甘くておいしいよ」とおいしそうに食べられていた。図16・図17



図17 施設外園芸 焼き芋調理後

### 3. 3. 7 みかん狩り

**目的：**旬のものを収穫することで季節感の獲得や適度な運動を図る。また、入所者間で共同作業を行うことで、他者との交流が必然的にできることからコミュニケーション能力を高める

入所者ひとりひとりには、広大なみかん畑の中から美味しそうなおみかんを選んでもらい、収穫した。みなさん真剣な表情でハサミを使いながら収穫し、「おいしかったら良いのに」と、自分の採ったみかんを食べることが楽しみな様子が見られた。その後、休憩室にみかんを持ち帰りみんなて試食をしたところ、自分で真剣に選んだみかんということもあり、「おいしい」と言われている方が多く、楽しそうな様子であった。

### 3. 3. 8 大根調理活動

**目的：**収穫した作物を利用し昼食のメニューの一品を作ることで、達成感・満足感を獲得。調理という家事動作を行うことで社会性や意欲の向上を図る。

イネーブルガーデンで採れた大根を利用して、ふろふき大根を調理した。大根が硬いため、大根を切る作業の際には、手の位置などに注意を払いながら行った。また、食事形態

が異なるために、大根を細かくする配慮を行った。今回は、10時半より調理を開始し昼食のメニューの一つとした。その際には、「よく煮えているわ」「やわらかくて美味しいわ」と言われたり「温かいものがあるといいね」などと、言い楽しい時間を過ごしていた。図18・図19



図18 施設外園芸 大根調理活動1



図19 施設外園芸 大根調理活動献立

### 3. 4 効果

- ・施設外という開放的な空間であることから気分転換となり、自然と触れ合うことで五感の刺激を通し、精神的安定を図ることができた。
- ・周囲の草花や四季折々の自然の変化を五感を通して感じることで、施設内活動に比べ季節感を感じ取りやすかった。

## 4 得られた効果

イネーブルガーデンにて施設外園芸活動として実施した季節行事と、週1回実施した定期活

動としての園芸活動を通し、以下の4項目が効果として得られた<sup>5,6)</sup>。

- (1) なじみある作業を行ったことが、楽しみ・意欲向上につながった。
- (2) 施設内では感じ取りにくい五感の刺激を得ることができた。
- (3) 施設外に出ることで気分転換ができた。
- (4) 共同作業を行うことで、入所者間の会話・交流に繋がった。

私たち作業療法士が提供する活動プログラムにおいては、興味・趣味・昔の経験などを利用するように心かけているが、入所者にとってどうしても受動的になってしまいがちである。しかし、現在入所中の高齢者は園芸経験のある方が多く、その経験を利用すること、及び入所者自身に馴染みのある作業を提供することが記憶・見当識などの精神面でのアプローチとなり楽しみ・意欲向上へと繋がり、自主的な行動を引き出すことができたのだと考える。施設内は、閉鎖的で、空調管理されているため、1年間を通し室内温度が一定であることが多いために、五感への刺激が得難い。ところが、イネーブルガーデンという施設外活動を通し入所者自身が作物を育てることや旬の作物の収穫・調理を行うことで、気分転換・五感の刺激となり、精神的に不安定な入所者の方から自発的な言葉が聞かれたり表情の変化も穏やかになり笑顔も多くみられるようになった。

また、グループ単位で活動することで社会性が向上し、その満足感・達成感により自信の回復となり情緒的な安定が得られた。作物がどのように育つのかという興味や共同作業を行うことでコミュニケーション能力を高めることができた。

今後入所者にとっての生きがいを得られる場所・楽しみが得られる場所・安心して療養できる場所を提供する事が必要であると考え。そのような場を提供するためには、イネーブルガ



ーデンでの施設外活動が一役を担っているもの  
と考える。

## 5 おわりに

今回、園芸活動という馴染みのある活動を通し、入所者にとって花や作物を枯れずに世話をすることが、楽しみ・意欲向上につながった。成長していく花・作物を見ることや、施設外での四季の移り変わりや自然と触れることが、普段の入所生活では感じ取ることが困難な五感の刺激を得ることができた。また、興味ある共同作業を行うことで、入所者間の自発的な会話や他者との交流が増ふえることにも繋がった。このように、入所者にとって楽しみの一つである園芸活動が、入所者自身の自発的に取り組む姿勢を引き出すきっかけになったことで、日常生活での入所者の意欲向上や情緒的な安定・興味・関心の拡大といった効果につながる事がわかった。

今後も入所者にとって生きがいや楽しみを持ちながら生き生きとした生活を送ることができるような支援になるよう、園芸活動を計画し、継続して実施することが重要である。

## 〔文献〕

- 1) 健康長寿ネットー作業療法（オンライン）、入手先<<http://www.tyojyu.or.jp/hp/page000000700/hpg000000604.htm>>
- 2) 山根寛他 “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，東京，2003，p.4-39.
- 3) 小原昌子、須古星浩一 施設内園芸の取り組み～精神的安定を目指して～. 第18回全国介護老人保健施設大会（愛知），2007.
- 4) 須古星浩一、小原昌子 施設外園芸の実施～第二イネーブルガーデンにて～. 第7回大老協懇話会（大阪），2007.
- 5) 須古星浩一、小原昌子 第二イネーブルガーデンでの取り組み～癒しの場として～. 第18回全国介護老人保健施設大会（愛知），2007.
- 6) 小原昌子 園芸活動の実践とその効果～イネーブルガーデンを利用して～. 大阪府老人性認知症センター事業研修会（大阪），2008.