

## 園芸活動を用いる

*Horticulture as Occupational Activity*

山根 寛\*

*Hiroshi YAMANE, OTR*

### はじめに

痴呆症の特性をどうとらえるか，治療や援助の視点をどこにおくかによって，作業活動の使い方は異なる。痴呆症といわれる老人の治療や援助において，園芸という植物とのかかわりをどのように使うことができるだろうか。病院，デイサービス，家庭において，草花を植えたり，移りゆく季節を草木の変化にみて，さまざまなお年寄りとともに過ごした日々の経験から，園芸という作業活動の特性を生かしたかかわりの一部を，エピソードを通して紹介する。

### 痴呆とのかかわりの一視点

老いとともに，さまざまな原因で，精神機能が低下した痴呆症といわれる人たち。医療の場から老いを見続けた小澤<sup>1)</sup>が，痴呆性老人の脆弱なありようを「ゆらぎ」という概念で示したように，痴呆性老人のこころや身体，生活世界に生じる小さな「ゆらぎ」や「ひずみ」は，相互に原因ともなり結果ともなって，老人の心身の機能や生活世界すべてを巻き込む形で，大きな「ゆらぎ」，「ひずみ」となる。

「わたし」という個が忘れられていくアルツハイマー型痴呆<sup>2)</sup>，器質的に脳機能が障害される経過において，頑固，意固地にみえるほど「わたし」という個を必死で守ろうとしているかのような脳血管性痴呆。「ゆらぎ」や「ひずみ」の初期には，それぞれの病理の特性や個々の生活史を含

む個人力動など，精神病理学的理解や精神力動的対応が，治療や援助に大きな力となる。そしてしだいに，発達というフィルムを逆回しに見るかのようになり，そうした理解や対応の力も十分には働かなくなる終末期を迎える。

痴呆を伴う老人の処遇は，そのような疾患の経過の特性にそって，疾患の中核となる障害やそれを彩る二次的な障害を見分けることで，「失われた機能の回復」や「できないこと」を求めず，いかにその「もてる力」と呼応し，「できること」を生かしていくかにある。

### ひとと植物

「土と植物の世界では，私たちが子どもだった頃から，何ひとつ変わっておりません。これはほっとすることです」（ヘッセ 56歳）。「土と植物を相手にする仕事は，瞑想するのと同じように，魂を開放し，休養させてくれます」（ヘッセ 78歳）。自然の動植物とも人間とも同等に対峙したヘッセが，友人らに宛てた手紙の一節である<sup>3)</sup>。

草花や野菜を植え，育て，その実りを楽しむことに，ことさらに深い意味をもたせようとは思わない。しかし，ヒトがその永い進化の過程で，植物の恵みを受けて命を保ち，他の肉食動物などから身を隠し守ってくれた植物とのかかわりが，私たちにやすらぎと安心をもたらす。食物連鎖の中で植物の実りに命の糧を得て生きる私たち動物は，植物の食の相と性の相（図）と半期遅れる形で共生している。その半期違いの植物のライフサイクルに，私たちは自分の一生を重ねてみるのだろう。

\*京都大学医療技術短期大学部，作業療法士：College of Medical Technology, Kyoto University [〒606-8397 京都市左京区聖護院川原町 53]

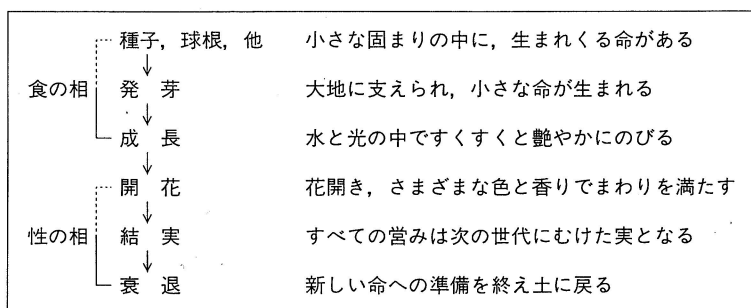


図 植物のライフサイクル

作業療法においては、園芸という作業活動を、耕作、播種、撒水、除草、収穫など園芸本来の活動と、収穫したものを食べる、育てた植物を利用して作品を創る、育てたものや作品を売る、鑑賞するという周辺活動を含めた、一連の「行為・動作」「環境・対象とのかかわり」「場・ひととのかかわり」としてとらえて利用する<sup>4)</sup>。

## エピソード1

Fさんは67歳の女性、重度のアルツハイマー型痴呆。夫に先立たれ、一人息子が自宅で請け負い仕事をしながら面倒をみていたが、ぼけがひどくなり目を離すことができず、仕事が滞るようになった。身近で面倒をみたいが、もう半年以上母とのつきあいでもともに仕事ができない状態が続いている、送り迎えをするので日中預ってもらえないかと、私たちが行っていたミニデイサービスに來られた。ミニデイサービスは、7～8人を対象に、必要なら送り迎えをしながら午前9時から午後4時頃まで家庭的な雰囲気の中でともに過ごす、重度であっても家族との生活を支える試みであった。

しばらくは、送ってきた息子さんが、仕事が終わったら迎えにくるからと手を振ると、初めて保育園に來た子どもが夕方までの母との別れが理解できずに泣くように、パニックが続いた。1カ月あまりして、場に慣れて、そばで一緒に過ごすスタッフともなじみになったが、何かまとまったことができるような状態ではない。どのようにして、その時その時を、安寧に心地よく過ごせるかが課題であった。

Fさんは散歩が好きだった。近所の畑の野菜や庭木、道ばたの草花、窓際に置かれた鉢植え、季節の移り変わりを草木を通して知りながら、一緒に歩く。木々の葉ずれの音に、「風が吹いてるよ、気持ちいいね」。花壇のチューリップを見て、「咲いた、咲いた、チューリップの花が…」と口ずさむと、Fさんはにこにこして身体でリズムをとる。公園のベンチに座って、持参した水筒のお茶を飲みながら、みんなでただ木漏れ日の中、風に吹かれて緑をみて過ごす。そんなときには、一緒に座っている者みな目の前の自然の一部にとけ込んだかのように、意味ある言葉の交わり合いができなくても、気持ちと気持ちが通じ合っているようなやすらぎと安心感に包まれる。

そんな日は、身体を動かした影響もあるのだろうか、夜中に起き出すこともなく、ぐっすり寝てよいご機嫌でしたと、翌朝送ってきた息子さんから報告がある。

土や水・空気・植物という自然な環境に、身体感覚を通してふれる一体感、それは身体という共通感覚を通して、同じ世界を共有していることである。重度な痴呆という状態にあっても、木漏れ日の暖かさ、頬を吹く風の心地よさ、草花の香りや彩りなど現実的な身体感覚に支えられて共有する時間が、言葉を超えて通じ合う安心感をもたらす。

## エピソード2

Gさんは70歳の男性。農業を営んでいたが、数年前、脳梗塞で倒れ、脳血管性痴呆と診断された。1～2年自宅で過ごしていたが、わずかなこ

とで怒るようになり、家族が疲れ果てての入院であった。入院しても、始終当たり散らしているような日が続いた。ブツブツと怒り散らすGさんに「すみませんね」と、理由のない謝りを口にしなが、庭の片隅を耕して植えたじゃがいもの水やりに誘ったときのことだった。それまでブツブツ怒っていたGさんが「おい、おい」といって私からじょうろをとりあげ、まるで私に指導するかのよう、水を撒き始めた。

その日から畑の水やりがGさんの仕事になった。昔とった杵柄とはよくいうもの、さすがに自分や家族を支えてきた農業で身につけていることはしっかりしている。からだ覚えて、「畑に行きましようか」と声をかけたとき、「おう」といって伸びる背筋、水撒きが終わった後のまるで1日の畑仕事を終えたときのような納得した目。3畝のじゃがいもが、Gさんの失われた現実生活を、元のようにとはいかないが、意味あるものとしてよみがえらせた。「水やりですか、ご苦労さまですね」、「まあ、大きくなりましたね」、「楽しみですね、じゃがいもの収穫が」といった婦長をはじめ病棟の看護スタッフからの声かけに、自信に満ちたうなずきで答えるGさん。いらいらと当たり散らすこともほとんどなくなった。自分が働いていた頃のことをよくするようになった。

訪れた家族も驚き、じゃがいもの水やりの話をすると、病気になったから無理はさせまいと隠居のような生活をさせたのがかえって良くなかったのですかねといい、しばらくして退院の日取りが決まった。

実質の時間にすれば30分あまりの作業活動に、行き帰りや着替え、前後のお茶のみ話を含めても2時間足らずのことであるが、自分の役割があることが日々の生活に張りとりリズムを取り戻した。四季の変化や天候、植物の成長は、自分の意のままになるものではない。自分が水を撒いたり草をとったりして育てながら、天候や育つ植物に任せられるかわりである。この時間と生命のリズムが、生活のリズムを再生する。水を撒き、草をとり、その成長を見ながら世話をする自分の行いに対し

て、作物は育ち、花をつけ実を結ぶことで応える。その応えが、ひとに喜びとやすらぎ、自己の有用感をもたらす。

Gさんが入院している病棟には、身体機能に制限があり、畑に出るという移動が困難なひとと大勢いた。私たちは、病室の窓際や病棟の近くに陽あたりのよいわずかな場所を見つけては、鉢植えやプランターを置いた。最初は出始めた芽をちぎって食べてしまうひととあった。ある年から、一人ひとりの名札をつけたチューリップの鉢をそれぞれの病室に置いた。秋に病棟のデイルームと一緒に植えた球根に、水をやり、芽の伸び具合に一喜一憂し、春に品評会を行った。病棟の看護婦さんから、促しと禁止の言葉が多かった会話の中に、「あら芽が出て」、「今日はいい天気でチューリップもうれしそうね」といったような、何かほっこりする会話が増え、気持ちの通い合いが深くなったと聞いた。

手工芸のように、何かを創るのと違い、植物は自らが育つ。蒔いた種や球根から土を押し上げ芽が出る。育てている者に、思わずがんばれという気持ちがわいてくる。みずみずしい双葉が開き、日々大きくなる。そして花が咲いたり実がなる。園芸におけるひとと植物の相互の関係性は、相手が命をもちながら人間でないというところに、侵襲性の少ない安全感、安心感がある。

## エピソード3

Tさん、78歳の女性。心身の機能の低下で、痴呆の原疾患が脳血管性のものであろうとアルツハイマーであろうと、もうその影響を問う意味もほとんどない状態であった。やはり、このまま自宅にいるより、少しでもひとの息づきのある場が良いのではと、デイサービスに依頼があった。

もう歩くこともできず、寝ているか頸部まで支えのある車椅子に座って、日永うとうとと過ごしている。それでも、介助者なら誰でもいいわけではなかった。食事の介助をする者の声の感じや口に運ばれるスプーンの口へのあたり方、運ばれる間合いといったものの違いに対して、好き嫌いははっきり示す。時々薄目をあけてまわりを見た

り、通じていないかもしれないと思いつつかける言葉に、思わぬ言葉がしっかりと返ってくることもあった。

窓際に、大きめのワイングラスに水を張り、小さな水草を浮かべた。頭を車椅子の背にもたれかけたまま横を向けば、小さなオアシスが見える。透明なガラスの球面に凝縮されて映る風景やグラスの中の水面に反射する光が、1日の時間の流れを切り取ってみせる。季節のうつろいを映してみせる。

ある日、Tさんが何か一生懸命言おうとしていた。口元に耳を近づけると、「で…出たよ」と言って、目でグラスの中を見てごらんと示す。グラスの中の水草に、小さな葉が寄り添うように増えていた。ああ、水草が芽を出したのだ。「本当ですね、芽が出ましたね」と言うと、Tさんはふっと笑みを浮かべた。

身体を自由に動かすこともままならず、時に意識ももうろうとするTさんの生活世界にとって、水草を浮かべたワイングラスは、庭の池、もしかしたら琵琶湖よりも大きな、自然の息づかいを伝える世界ではなかったのだろうか。水草の小さな命が、Tさんと生きてともにあることを共有していた。

### 療法としての園芸の適応

エピソードの中でも少し触れたように、療法としての適応という点では、園芸の内容は、種を蒔く、水を撒くなど、簡単ではあるが欠かすことのできない作業活動から少し難しい作業活動までいろいろなレベルの作業活動がある。生産から消費、遊びと、生活の基本的なものをすべて含んでいる。しかも、一つひとつの作業活動は定型的に見えるが、育つ植物の成長過程により、作業活動は変化に富んでいる。

土を掘り、砕き、均し、畝を作る、草をとる、種を蒔く、水を撒く、などさまざまな動作は、新

陳代謝を促し、心身を賦活する。病的な行為に向けられやすい歪んだエネルギー（衝動的エネルギー）が身体エネルギーに代償され適応的に発散される。

また、植物は色や臭いだけでなく、触れたときの感じ、その実りの味わい、風の仕事による音など、ひとの五感を刺激し、感覚を呼び覚ます。植物が育つ季節に合わせて、寒いとか暑いとかを自然に感じながら、四季の移り変わりを身体で受け止めている。そして季節の変化と日々の天候に左右されながら、草花や野菜が生育する過程には、四季のリズムとともに、大きな時間の流れと生命のリズムがある。そのリズムは、季節感や時間の感覚、基本的な生活のリズムを取り戻す指標となる。

### おわりに

土と水と光があれば、ものによっては水と光があれば、工夫しだいでどこでも育てたり、鑑賞したりできる。能動的なかかわりから受動的なかかわりまで、かかわる側の状態に応じて、ひとの心身の機能すべてを賦活する。身体感覚レベルから用いることができる園芸は、痴呆症の老人に対する作業療法的手段として、療養生活の環境としてもっと生かされてよいように思う。

### 引用文献

- 1) 小澤 勲：痴呆性老人からみた世界。岩崎学術出版社、1998。
- 2) 室伏君士：老年期の精神科臨床。金剛出版、1984。
- 3) ヘルマン・ヘッセ（岡田朝雄 訳）：庭仕事の愉しみ。草思社、1996、pp.187-203。
- 4) 山根 寛：作業療法と園芸—現象学的作業分析—。作業療法 14：17-23、1995。

### 参考文献

- 1) 山根 寛：園芸療法を作業療法の視点からみる。作業療法と園芸療法。園芸療法研修会、1997、pp. 23-53。