

老 い と 園 芸

1 はじめに

今回は、3日くらい前に澤田さんから「何をお話しされますか」という電話がありまして、そうですね何がいいかなと思いながら、生活の場で支えるという試みをしてきたそのことに関連してお話ししようと思いました。2,3年前まで数年間、どんなに重度であっても、家族がいっしょに生活したいと望む限りは、生活の場で支えようという関わり（痴呆老人のミニデイサービス）を経験しました。その前には精神病院で、「精神症状がひどくて面倒がみられない」という理由でいろいろな施設から送られてきた脳血管性痴呆の方やアルツハイマーの人たち、治療としてはもう何もすることがないといわれていた人たちに作業療法をとおした関わりを経験しました。今日はそうした経験の中のいくつかのエピソードをとおして、「老いと園芸」について話してみたいと思います。

生老病死の苦しみは
人をきはぬ事なれば
貴賤高下の隔てなく
貧富ともにのがれなし

一遍上人語録

2 ひとにとって「老い」とは

「老い」に関わるときには、先に話された先生のお話の中にもありましたが、治す（治療）という視点より、「全体のバランス」「チーム」「環境」という言葉が共通のキーワードになります。「老い」に関わる、痴呆に関わるということは、その人の人生すべて、ひとが生きるとは何かという全体のバランスを考えずに、痴呆という病理にだけ目を向けていたら、何を援助するのか見えなくなってしまうと思います。行き詰まってしまいます。また「老い」を考えるには専門、非専門を問わず多くの人の協力や適切な環境が必要です。

治すということへの捕らわれによる行き詰まり、それは近代医学の行き詰まりといってもよいでしょう。近代医学は感染症をなんとか治そうとしてきました。しかし、医療が進

歩すればするほど、病気がなくなるのではなく、早く死ななくなっただけで、結果的に病
気や老い、さまざまな障害を抱えながら生活をしなければならないという状況が増えてき
たのです。そういう中でリハビリテーションも、機能を回復して社会に戻るといよりも、
自分のもっている病いや障害といかにうまく折り合いをつけながら生活をするかという見
方によって変わってきています。

歳をとるということを、日々の暮らし（生活）、生（一生）という面からみますと、青
年期成人期が成熟発達の中における獲得の課程とすれば、老年期はさまざまな機能が衰退
低下する中における喪失の課程といいます。しかし歳をとればすべてが衰退低下するわけ
ではなく、蓄えられて豊かになっていく成熟するものもあります、その加齢にともなう衰退
と成熟という2つのバランスの中で、失うほうが多くなってしまうことが老化といいます。

喪失体験でひとにとっていちばん辛く寂しいのは、生きてきた自分の道が消えていった
り（生きてきた証の喪失）、あてにされる自分がなくなっていく（役割の喪失）ことです。
入院すると急に機能が落ちる人がいますが、それは、なじんだ環境を失う（環境の喪失）
ことの影響なのです。身一つで入院できる病院、「何もなくていい」ということは一見
便利そうですが、それは自分の大切にしていたもの、気にいていた服、自分の部屋など、
自分なじんだ環境をすべて捨ててしまうということでもあるのです。

何十年も生きてきた
永かったようで 短かったようで
身体やここにうけた傷
数しれず

身体も頭も けっこうくたびれた
新しいことは 覚えにくいし
少し前のことも 昔のことも
ときどき思い出しにくいこともある

それでも 生きてきた人生が消えるわけじゃない
すこし つながりがうまくできなくなっただけ
何十年も生きてきた
すごいことだと思う
今こうして生きている
すごいことだと思う

だれも さけられない
みんな とある道



そうした治療のためという事情がわかって入院や入所をするときには、それほどたいそうな影響はないかもしれません。しかしわかっていても、老いるということ、自分にとってなじみのあるものをすべて失うということは、ひとにとって大変なことなのです。

3 加齢にともなう精神機能の変化

表1の「加齢にともなう精神の働き」は、詳しく話しする時間がないのであとでゆっくり見てください。ここでは精神を「知的な機能」と「情意・性格」に大きく分けて考えています。先ほどもお話ししましたように、加齢による変化には、「ボケた、もうろくした」などといわれるように衰退低下する変化もあれば、年とともに積み重ねられた人生の経験が豊かに調和し、統合され、成熟発達する変化もあるのです。また、成熟発達や衰退低下だけでなく、質の変わる変化もあります。ふつうは成熟発達と衰退低下が入り交じりながら、歳を重ねるにつれ、次第に成熟発達する部分より衰退低下するものの比率が大きくなり、精神機能全体としては衰退し、低下します。「最近、物忘れがひどくなって…」と普段口にされる精神機能の衰え（老化）は、この全体としての機能の衰退低下を指しています。

加齢により経験がうまく適応し統合されると、角がとれ、寛容で社会にも積極的に参加したり（円熟調和）、現実を受け入れ、明るく周囲を頼り安定したり（現実肯定受容）、思慮深く周りへの優しさにあふれ（諦観愛他）、みんなに好かれるお年寄りになることもあれば、一方で頑固になった、愚痴っぽくなった、かたくなになったなどといわれることもあります。失われる自我を守ろうとする姿勢（過剰防衛）が、通常マイナスの意味合いで一般化していわれる老人の性格にあたります。

また、知的機能で衰えやすいものの代表が記憶力です。中で記憶力特に機械的記憶力は加齢にともなう低下が著しく、新しいことは覚えにくく（記憶力の低下）、また覚えても忘れやすく（把持力の低下）になります。さらに顔は浮かぶが名前がとっさに出ないなど、覚えていたことでも思い出しにくく（想起力の低下）なのです。そして、精神活動の速さ・持久力や記憶と関係が深い学習能力なども低下します。なぜでしょう。知的な機能をテープレコーダーにたとえてみるとよく分かります。テープレコーダーではテープにいろいろなことを録音できますが、機械が新しい間は録音機能もよく、録音したテープも経年変化で多少劣化はしますが、録音した内容は消えることなく残っています。歳をとって昔のことは覚えているけれども、最近のことが覚えられないというのは、機械であるテープレコーダーの機能が低下したのと同じことなのです。だから、新しいテープがいくらあっ

でもテープレコーダーの働きが悪くなって上手に録音できない，録音されたテープがあってもうまく再生できなくなります．すなわち物覚えが悪い，昔のことを思い出そうとしてもすっとは出てこないといった現象が起きます．

記憶するテープはあるのだけど機械がうまく働かない．しかし，記憶したものは残っています．歳をとり記憶力が衰えても，元気だった頃に覚えたり，経験したものがたくさん身体の記憶として残っています．引き出しの奥にしまい忘れているだけです．老人に働きかけるとき，そうした昔経験していることをうまく引き出して働きかけるとよいのです．

表1 加齢にともなう精神の働きの変化

知的機能	衰退低下 (必然的)	新しいことは覚えにくい	(記銘力の低下)
		覚えても忘れやすい	(把持力の低下)
		覚えていたことでも思い出しにくい	(想起力の低下)
		精神活動の速さが遅くなる	(反応速度低下)
		精神作業の持久力が低下	(持久力の低下)
		学習練習の効果があがりにくい	(学習効果低下)
	成熟発達 (可能性)	言語理解言語表現が豊か	(言語性能力発達)
		常識的な判断が豊か	(常識的判断成熟)
		物事の内面本質を洞察	(洞察力向上)
		物事を客観的に観て冷静に判断	(客観的判断向上)
		様々なことを統合し推理	(統合推理力向上)
	病的低下	衰退低下の内容が非可逆的に進行	(非可逆的進行)
		衰退低下の内容が日常生活に支障	(日常生活支障)
情意性格	質的低下 (不適応)	頑なで短気・猜疑的になりやすい	(外罰的過剰防衛)
		神経質，強迫的になりやすい	(内罰的過剰防衛)
		愚痴っぽく，依存的になりやすい	(絶対的依存)
		自己中心的で自分勝手になりやすい	(自己固執過剰)
	調和統合 (良適応)	角がとれ寛容になる	(円熟・調和)
		現実を受け入れ明るくなる	(現実肯定・受容)
		思慮深く親切になる	(諦観・愛他)
	病的変質	質的低下の内容が日常生活に支障	(日常生活支障)
		見当識障害，妄想，幻覚，夜間せん妄	(精神症状)
		意欲低下，無為，感情鈍麻	(反応低下)
		感情の抑制が失われ易刺激的	(過剰反応)

4 ひとと緑（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）

若ければいろいろな状況に適応できますが、歳をとったり、何らかの理由で機能が低下したときには、私たちが本来がもっている安心感やなじみがあるもの、自分の安全を保障してくれるようなものに感覚的に反応するようになります。たとえば絵画を例にしますと、抽象画は、若いときにはどんなに刺激的で激しいものでも、その感性でとらえることができます。しかし、だんだん歳をとってくると、不思議と抽象的なものより風景画など見て分かりやすい絵のほうに安らぎを感じるようになります。また、若いときには、コンクリートの建物に囲まれネオンが華やかなところを好んだり、そのほうが刺激的でいいと思うことが多いのですが、40歳を過ぎてカウントダウンがはじまる年齢になると、そうした人工的なものよりなんとなく緑の野山、草花といった自然な風景を見ているほうがほっとする、水の流れを眺めていると落ちつく、といったようなことが多くなります。

我々人間は、雑食ですが基本的には草食動物に近い特性をもちながら、何百年、何千年と、緑の中から得られるもの（草木の葉や実、茎、根など）を採取して生きてきました。緑の中に集まる小さな昆虫や小動物は大切な蛋白源であったとおもわれます。また人間は肉食動物より草食動物に近く、道具を持つようになったけれども、鋭い爪や牙など相手を攻撃するもの身を守るものを持たないため、自分の身を隠し守ってくれる場は草木の多い場所だったと思われま

す。みなさんも、砂漠を見て生き返った心地になると人は少ないでしょう。よほど特定の心理状態でなければ、砂漠を見て力がわいてくるといった感じはおこりません。特に歳をとってくると、岩だらけの山を見て安心することはまずありません。それはなぜかという、人類はその進化の過程において、また一人の人間は生まれてから生きてきた過程において、緑との関係の中で生かされてきたからです。

もし緑を避けていたものがあるとすれば、食べ物や身を守るものが少ないため種として広く繁殖はしないだろうと考えられます。ある環境にあつて、それに適したものが残る、残ったものはその性質を受け継いでいる。遺伝とはそういうものだといいます。もし緑というものが人間の生活にとって不必要で害の大きいものだったら、ひとは緑を見れば避ける

性質を受け継いでいるはずで、何百代、何千代にもわたって人間が緑に生かされてきた、緑に親和性の強いものが生き延びてきた、そのことが「ひとは緑を見るとほっとする」ということと深いつながりをもっているのだろうと思います。

だからひとは歳をとって、自分の力が衰えてたり、疲れて休みたいと思うとき、緑を求めるのだろうと思います。

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
肉食動物や危険から 身を隠し守ってくれた植物とのかかわりが
今も 私たちに安らぎと安心をもたらす
食物連鎖の中 植物の実りに命の糧を得て生きる私たち動物
植物の食の相と性の相と半期遅れて共生している
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

5 老いを支える

私たちの日々の暮らしにおいて、こころや身体にはいつも小さなゆらぎや歪みがあります。元気なときにはそのゆらぎや歪みが、生活に大きな混乱は招くことはありません。でも、知的な機能が低下したり、衰弱して状況の判断がしにくくなると、こころや身体、自分の生活に起きた小さなゆらぎや歪みが、大きなゆらぎや歪みを引き起こします。歳をとると、この小さなゆらぎや歪みが大きなゆらぎや歪みになりやすいのです。また連れ添いを亡くした悲しみ（こころのゆらぎ）から、弱り果ててしまう（身体の歪み）ことがあります。少し風邪を引いて寝込んだ（身体の歪み）ことで、すっかり気落ちしてしまう（こころのゆらぎ）こともあります。このようなこころと身体の相互の影響は、若いときよりも歳をとったときほど大きくなります。

アルツハイマー型痴呆という病気は、まるで私という個人が忘れられていくような印象を受けます。脳血管性痴呆は、リンゴの打ち傷のように痛んだ部分の機能が低下します。そのため、はっきりした自分（健康な脳の機能）とつながらなくなった自分（障害を受け低下した脳の機能）があり、そのズレから生じる混乱に対し、人はなんとか自分を保とう

とします。脳の健全な機能の部分がなんとかバランスを保とうとする、綻びた部分を繕うとするわけです。その結果が頑固や意固地になってあらわれます。もの取られ妄想や作話、徘徊などの症状とか問題行動とみられるものも、老いという病理の特性から理解できるものがたくさんあります。くらしの中のゆらぎや歪みは、その人の個々の生活史を含む個人の問題と、アルツハイマーや脳血管性痴呆といった脳に起きた病気の特性、そういうものがいっしょになって生じるものと思われまます。

痴呆も初期の間は、その人の低下する脳の機能が引き起こす物語として理解しながら関わることができるし、機能が低下したといってもそうした関わりに応じてくださいます。しかし、痴呆が進行すると、そうした理解や対応をどんなにがんばってしても、分かり合う関係を保つことがむずかしくなる状態に至ります。

ひととしては失われた機能の回復や、できないことが少しでもできるようになってほしいという回復の力も望みますが、ある時期からは、そうした失われた機能の回復や、できないことをできるようにするということを求める治療としての関わりだけでなく、残されているいまある力と呼応しながら、できることを生かしていくという関わりが必要になってきます。

そのようなときには、ひとにとって不安感を与えない植物が大きな役割を果たします。草花や野菜を植えて育てたり、その実りを楽しむ、特別な働きかけをしなくても、植物との関わりそのものがひとのさまざまな機能を引き出したり、人を癒したりします。詳しくは参考図書をあげておきますので、それらを参照にしてください。

老いた人のこころや身体、生活世界に生じる小さな「ゆらぎ」や「ひずみ」
原因ともなり結果ともなり、老いた人の心身の機能や生活世界すべてを巻き込み
大きな「ゆらぎ」や「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
意固地なほどに「わたし」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
病理の特性 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、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
痴呆をともしなう老いた人の処遇は そのような疾患の経過の特性にそって
「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

6 治療，療法とは

午前中のお話にもありましたように、どこからが治療，療法というのかということは大切な問題です。「植物をとおして関わる」ということは、人間が直接関わったりするよりも、侵襲性が少ないことが特徴です。植物は、安易にひとの気持ちの中に勝手に入ってきてこないというよさがあります。しかしだからといって、それだけで癒されるわけではありません。植物との関わりはそのものに癒す力もありますが、そこにいる私たちがどういうふうにその環境を提供するか、その環境を共に経験する者がどんな思いでその場に起きていることを感じとり対象者に返すかが重要なポイントになるです。同じ場にしながらそこで起きている現象に気づかずにいる人もいます。そばに座って、「ああ、いい天気ですね」「風が暖かくなりましたね」という。その言葉を聞いて「そうだ」と感じたり気づくとき、その人のとじていた感覚ひらかれるのです。そうした関わりができるかどうかです。

そのような関わりは、その場と対象者との関係や、自分と対象者との関係が観えていないとできません。この「現象を観る」ということが、個人力動（ひとのこころの中ではさまざまな思いが関係してある行為や行動となる、そのこころの中の力関係のありよう）や集団力動（ひとが集まるとお互いが影響してさまざまな力が生まれる、その相互の関係のありよう）の理解といわれる、現象を分析してその仕組みを理解する技術です。これまで精神療法やいろいろな治療理論の中で培われた治療技術の一つです。そうした「現象を観る」技術を生かしながらそこに起きている関係を生かして関わるのです。どういう場所を使おうと、どういう環境を使おうと、必要なのはそこにある現象を見て、どうそれを生かすか。それが大切なのではないかと思います。

7 エピソードをとおして

老いて機能が低下した人たちと関わる時に園芸をどのようにもちいるか、その関わりの一部を3つのエピソードをとおしてお話しします。

7・1 借景園芸

最初のエピソードです。Fさんという67歳の女性で、重度のアルツハイマー型痴呆の方です。ご主人に先立たれて息子さんと2人暮らし。息子さんは自宅で請け負い仕事をされていたのですが、Fさんのボケが次第にひどくなって、とても仕事どころじゃなくなりました。それまでは「お母さん、ちょっと待っててね」ですんでいたのが、ずっと側につ

いてみていないといけなくなったのです。このままでは病院に入れるしかないが、親子二人しかいないのだから、できるだけお母さんを自分の側でみてあげたい。しかし、仕事にならなければ生活ができないということで、私たちがやっていたミニデイサービスに、お昼の間だけでもということで連れてこられたのです。

【新しい環境に対する混乱】

知らない場所に来たせいか混乱されて、息子さんが「お母さん、夕方来ますね」といっても、理解できないのです。子どもでいうと、「いないいないばあ」ができないのです。

「いないいないばあ」がちゃんできるようになった子どもは、お母さんが隣の部屋にいるということがわかれば、安心して一人遊びができます。それができなくなるのと同じような状況が、重度の痴呆の人には起きます。Fさんがデイサービスの場がなじみになるまでに、1カ月あまりかかりました。

【環境がなじみになる】

新しい環境になじみんでいただくにはために、いつも同じように声をかけて、いっしょに過ごす。落ちつかなくなると、「息子さんがもう少ししたら帰ってこられるますよ」、あまりに心配そうなら「もう来られる時間かな、お迎えにいつてみましょうか」と外に出てみる。そんなことをしながら、でも、すごく重度の人ですから、何かものを作って過ごしたりができるわけではありません。それでもデイサービスでは、みんながしていことを見たり、さわったりして過ごすことができるのです。これが自宅だと一人になるわけですね。それがFさんには困るのです。何もできないけれども、デイサービスに来れば、他の人が何かをしている、なんということはないが人との関わりある、人のすることを見て過ごすというような関わりがあります。そうしたひととの関わりがあること、人がいるという環境がよいのです。

【借景も園芸の用い方の一つ】

Fさんは散歩が好きでした。ぼくたちはよく近所を散歩しました。近所には川があったり、よそのお家の庭があったり、道ばたには草花、窓際に置かれた鉢植えなどがあります。それを見ながら歩いて公園に行きます。いっしょにベンチに腰掛けて、風が吹いてきて木の枝が揺れたりすると、「ああ、風が吹いているね」「気持ちいいね」っていいながら過ごす。持ってきたお茶をいっしょに飲んで、また散歩しながら帰ります。

そういう日の翌日は、息子さんが「昨日はお母さんはよく寝ました。夜中に起きて騒いだりということはありませんでした。今朝も、行きましょうか」といってすつとついてくるんですよ。昨日は何があったんですか」といわれたりします。「外をみんなで歩いて、公園でいつものように、お天気がいいから日向ぼっこをしながらお茶を飲んで帰ったんです

よ」と答える。

そういう安心できる環境，とくにアルツハイマーの人が重度になると，昔や明日のことよりも，いまあるこの瞬間がどう安心できるか，ほっとしていただけるかということが大きな意味をもつのです。安心できる環境の中で，身体を動かしてちょっと散歩をする。ほっとした感じと穏やかな疲れが，安心して夜の眠りをプレゼントしてくれるのです。

〔眠りにつくように〕

痴呆の治療，治すという見方からすると，こうした過ごし方は意味がないようにみえますが，この人たちにとって大事なものは，自分がわからなくなっていく世界の中で，今日という日をほっとして過ごすことです。そして，穏やかに一日が終わることです。Fさんは結局，病院に入院することなく，ある朝安らかに息を引き取っていました。すごくいい顔をして，寝ているように亡くなっていたそうです。

病院に行くと，最期は家族と会えないような生活になることがあります。身体にはマカロニのようにたくさんの点滴チューブがつけられたり，最期の命をわずか1～2時間延ばすために，家族とも会えないようなことがずいぶんあります。でも，Fさんは，息子さんと自分が生活する家の中で，そして，いつものようにたくさんの人と過ごした夜，そのまま眠るように亡くなりました。

Fさんは散歩が好き 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とおして知りながら いっしょに歩く

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

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 風に吹かれて緑を見て過ごす

そんなときには いっしょ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し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安らぎと安心感に包まれる

土や水・空気・植物 その自然な環境に 身体の感覚をとおしてふれる一体感

それは身体という共通感覚をとおした 同じ世界の共有

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

7・2 ジャガイモ療法

次のエピソードはGさん、70歳の男性です。けっこう大変でした。脳血管性痴呆で、とにかく家族の中でいちばん偉いのですから。もともと校長先生をなさっていて、偉い人というのはボケると大変ですね（笑）。役割をもっていつも上からものを見てきたから、急にその役割が失われたとき、自分の立場が大きくゆらぎぐんですね。Gさんはボケと相まって、とにかく家族に対して怒鳴りちらし、思うようにいかないとすぐ手をあげる。どうにもならなくなって、ご家族が病院に連れてこられました。

【どのように生きてこられたのかな】

いつも怒るのです。ぶつぶつって、ぼくたちも最初はよく理由はわからないけれど、その人に怒られるとすぐ「すみません」と口に出てしまう。そんな偉そうな怒り方をされるんです。そういうときには私たちは必ず、この人の人生という物語を見るようにしています。大変な人に出会ったときほど、なぜいまこうなのだろう、どういう生き方をされてきたのだろう、ということを見るようにしています。

そして、その人の生活史を紐解くと、校長先生であったとか、農業の経験があるとか、いろいろな個人の人生の物語がみえてきます。Gさんの場合は、学校の先生をしながら農業もなさっていた。昔は兼業で学校の先生をされている人もけっこういらっしやったようですね。

【校長先生はお百姓だった】

校長先生としていたというプライドもあってかどうか、部屋に入るとき何かが気にいらなくて怒られのではないかと思います。ある日いつものように部屋の入り口にたたれたとき、「おはようございます。みんな揃ってます」といってみたのです。職員が校長先生に挨拶するように。そうすると、「あ、そう」と一言、それですっと入ってこられたのです（笑）。みんなに校長先生、校長先生といわれていたGさん、老いと病いの中で役割を失い、人に迎えられない寂しさ不安が、見捨てられているような感じを起し、怒りに変わっていたのではと考えることができます。

ある日、病院の庭の片隅を掘り起こしジャガイモを植えた小さな畑に、いっしょに行きました。ぼくたちが水を撒いているのを見て、「おい、おい」といってぼくの持っていたジョウロを取りあげて、自分で水を撒きはじめたのです。これはいいなと思いました。水を撒くだけでも、農業をされていたせいかどうか上手なのです。他のことはボケていても、身体が覚えていることはちゃんとできるんですね。

それからは「畑に行きましょうか」というと、怒っているときもすっとおさまるのです。「今日も水やりをお願いします」「あ、そう」なんてね、校長先生とお百姓がいっしょに

なったような感じです（笑）。そういうおもしろい関わりがありました。

〔ジャガイモ療法〕

Gさんのジャガイモの水やりがはじまってからは、今まで「あの人は怒るからイヤだ」といていた看護婦さんたちが、「どうですか、ジャガイモ大きくなりましたね」「水やりは大変ですね、ご苦労さま」と、今までとは違う声かけが増えたのです。それがすごくGさんを安定させるんですね。そうしてできたジャガイモをふかしていっしょに食べたり、本当にこの人の場合は、薬物や精神安定剤の効果もありましたが、ジャガイモがいちばん精神安定に役立ちました。だからといって、脳血管性痴呆の人にジャガイモ作りがいいというわけではありませんよ（笑）。

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ら、
庭の片隅を耕して植えたジャガイモの水やりに誘ったときのこと
ブツブツ怒っていたGさんが「おい、おい」といって私からジョウロを取りあげ、
まるで私に指導するかのように、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、
さすがに自分や家族を支えてきた農業で身についていることはしっかりしている。
からだ覚えていて。
「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畝のジャガイモが、
Gさんの失われた現実生活を、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、ジャガイモの収穫が」
といった婦長を始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応える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話をよくするようになった。
訪れた家族も驚き、ジャガイモの水やりの話をする、
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かねといい、しばらくして退院の日取りが決まった。

〔生活史を生かす〕

その人を支えてきた生活，人間が本当に安心できる環境というのは，普遍的なものと個人的なもの，両方あります．普遍的なものとは，縁に対して私たちが安らぎを抱くように，人間を支えてきた誰にとっても共通のものです．個人的なものとは，Gさんの場合は校長先生であったとか，農業をやっていたとか，その人を支えてきた生活史です．それを大事にすることです．

いまの世の中，長く生きることがいいことのようにいわれながら，長く生きてもそれほど大切に扱われていないことが多いと思いませんか．古く長く使われたものが価値をもって大事にされるという時代ではなくなりました．中古になったら新しいものと買い替えるように，人も使い捨て扱いです．そういう人に対するモノのような扱いが，歳をとっていく者をより寂しくさせているようにも思います．

歳をとることが寂しいだけの世の中は，ぼくはよくないと思います．安心して歳をとって元気で過ごし，コロッと死んでいくのがいちばんいいと思うのです．人生の最期に，ギリギリと縛られながら，苦しくて，寂しくなって，すべてを失い，忘れられるようにして死んでいくのなんていやです．生きている間に忘れられるよりも，死んだらすっきり忘れてもらうほうが幸せです．死ぬまでは忘れないでほしい．

だから，ぼくもボケるときはシッカリとボケたいと思っています．なんとなくみんなに無視されながら，邪魔もの扱いされながら半分ボケているというのは，すごく苦しいような気がします．すっかりボケれば，自分は苦しくないのでからね．まわりの人が苦しいだけですから（笑）．

7・3 ワイングラス園芸

最後のエピソード，78歳のTさんです．ぼくが出会ったときはすでに心身の機能の低下で痴呆の元疾患が脳血管性のものであろうとアルツハイマーであらうと，もうその影響を問う意味もほとんどない状態でした．立ったり歩いたりはもちろんできず，車いすで寝たきりでした．「車いすで寝たきり」というとおかしいのですが，後頭部まで背もたれのある車いすに全身をもたれさせて，話しかけにもほとんど反応は見られませんでした．病院なら寝かせきりか，車いすに乗せても，人手が足りないからそのまま窓際において，時々右と左で日焼けが違ってはいけないから（きつい冗談ですね），気がついた人が車いすの位置を変える程度の関わりしかしてもらえないような（笑），そういう状態の人でした．ご家族が面倒をみたいとおっしゃって，けれども，このままで買い物にも出られないというのでお預かりした人です．

〔感覚レベルで反応〕

ほとんど身動きもされないし発語もないのですが，食事介助の相手は誰でもよいという

わけではありませんでした。みな丁寧に親切におこなっているのに、特定の人の介助しか受けないのです。どこが違うのだろうとよく観ていると、口元に運ぶスプーンの間合いやスプーンの口へのあたり方のようなものでした。どんなにニコニコしながら、「さあ、食べましょうね」といっても、スプーンの運ばれる間合いと口へのあたりで自分がどのように扱われているのかがわかるようです。「なにか私、嫌がられているんじゃないかしら」とか「大切に扱っていただいて」とか、そういう感じをスプーンから感覚レベルで受け取っているようにみえるのです。

Tさんが口を閉じて食べようとしない介助者の一人は、明るく親切ないい人なのですが少し物事が性急で、張りきり屋のおばさんでした。明るさと勢いと力で相手を動かしてしまふような人です。その人が食べさせるとなぜかTさんは嫌がる。嫌がられるから、食べさせるほうもついつい、顔はにこにこしながらも、わずかにスプーンの間合いが早くなったり、スプーンの口へのあたり方のわずかな違いとして気持ちがあらわれてしまうのです。Tさんはそういうものに反応していたのです。相手の真の思いを分かるといった認知レベルの判断がではない、感覚レベルの反応ですね。機能が低下するとそうなります。

〔ワイングラスの水草〕

このTさんになんとかできないだろうか。コミュニケーションがとれないだろうかと思いました。動けない、皮膚が日差しに弱いため外にも十分出てもらうことができない。そこで、Tさんの車いすがある窓際に大きめのワイングラスに水をはって、小さな水草を入れて置いてみました。「ここに置かせてくださいね」とそれだけいって。そして、あいた時間にちょっとそこに座ると、ちょうどグラスの中に空が映ったり、外の風景が映ったりします（そういうふうにグラスを置いたのですから）。

ワイングラスの中に四季のうつろいがすべて現れるのです。ワイングラスに映る外の景色を見ながら、「今日は空が晴れていますね」「風が吹いているのかな」「緑が多くなりましたね」「雨が降っているようですね」と語りかけて過ごしていました。ある日のことです、Tさんが何か一生懸命いおうとしていました。口元に耳を近づけると、「で…出たよ」とつぶやくようにいい、「見なさい」というような視線をグラスのほうに送る。何だろうと思ってグラスをのぞくと、水草に小さな芽が出ていました。「ああ、芽が出ましたね」というと、Tさんが小さくうなずきました。そうしてほとんど反応がないようにみられたTさんとぼくとの共通の世界ができました。

〔対象を介した関わり〕

このような関わりは、構造化された治療ではなかなかむずかしいことかもしれません。

通常治療として対するときは互いに向き合う形の視線が多くなりますから．しかし，園芸や作業療法などモノを介して関わるときには，視線は同じ方向を向きます．いっしょになって同じものを見ます．その共に同じモノを見るという視線がいいのです．また，同じ見る対象でも，植物は自然に芽吹いたり，大きくなったりする一つの命をもつものという大きな特徴があります．

そうした命ある対象を介するときには，その人そのものの問題であっても，共に見ている植物の話でもするように，対象を介してさりげなく気持ちを伝えることもできます．摂食障害で入院し，回復し始めたが自信がなく足踏みしている少女と散歩中，病院の庭の小さな花壇の前で足が止まりました．少し前に蒔いた種が土塊を押し上げるように芽を出しています．思わず「すごいね，こんなに小さいのに土を押し上げて芽を出して，命の力だね」と感動すると，それに応えるように「小さいのに生きてるのね，私も負けずに少しがんばろうかな」という．

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いすに座って
日永うとうとと過ごしている Tさん
窓際に 大きめのフイングラスに水をはり 小さな水草を浮かべた
頭を車いす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
ガ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いおうとしている
口元に耳を近づけると
「で…出たよ」 目でガラスの中を見てごらんと示す
ガラスの中の水草に 小さな葉が寄り添うように増えている
ああ 水草が芽を出したのだ
「本当ですね，芽が出ましたね」
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
水草を浮かべたフイングラスは 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

8 観とる目

ぼくは作業療法士という職業がら、人間にとってこの作業やモノはどのような意味をもっているのか、この人にとってはどうだろうといった見方で現象を観とり、そこにある力を利用させてもらっています。けっしてぼくが力をもっているわけではありません。そこに何が生まれているのか、ひとの生活を構成するさまざまな営み、その営みとしての関わりの物語を観とることです。同じ場にいてもそうした関係が観えるか観えないかで働きかけは大きく違ってきます。専門家とそうでない人の違いは、この「観とる目」をもっているかどうかではないでしょうか。

園芸療法も同じです。園芸をきちんと学ばなければできないというものではありません。園芸のプロでなくても、園芸という活動の特性、ひとと園芸との関わりが観えて、それをおして人の動きが観える、この人とモノとの関係が観えたとき、そこでどのように言葉をかけるか、かけずにそっといっしょに座っているか、関わり方が決まってくるのです。

9 おわりに

まとまりのない話になりましたが、3つのエピソードをおして、重度であってもモノをおして関わる例をご紹介します。庭や畑でなくても、ワイングラス一つでも自然があります。水と緑と光があります。園芸療法家のほうはどういわれるかわかりませんが、作業療法という立場からみれば、借景もワイングラスの水草もジャガイモの水撒きもすべて植物の特性を生かした、自然と人との関わりの利用の一つだと思います。

参考文献

- 山根 寛、梶原香里、徳永修宗：町の中の小さな畑から－慢性老人分裂病者を支える－，
作業療法 13(3)，224-233，1994
- 山根 寛：作業療法と園芸－現象学的作業分析－，作業療法 14(1)，17-23，1995
- 山根 寛：精神障害と作業療法，三輪書店，1997
- 山根 寛：作業療法と園芸療法，園芸療法研修会，1997
- 山根 寛：作業療法における「伝わり」，作業療法 17(6)，477- 484，1998
- 山根 寛：園芸療法，作業療法ジャーナル 32(2)，125-127，1998
- 山根 寛：ひとと作業・作業活動，三輪書店，1999