

これからの園芸療法 ―その活かし方―

山根 寛

京都大学医学部人間健康科学科 教授

ご紹介いただきました作業療法を行っております山根と言います。作業療法の中でも園芸と音楽は特に重要な科目ですので、日本でしっかりしたセラピストを育成するために、兵庫県立淡路景観園芸学校のカリキュラムの起案に加わりました。それからこの10年間、非常勤として教育にあたりながら、福祉と医療の連携に重きを置きまして、作業療法の立場からかかわってきました。兵庫県をはじめ、この学校を支えてこられた先生方、海外からお越しになった先生方、本当にありがとうございます。と同時に、おめでとうございませうを合わせて言わせていただきます。

これからの園芸療法 その活かし方

*Horticultural therapy in the future
Whom - How - Where?*

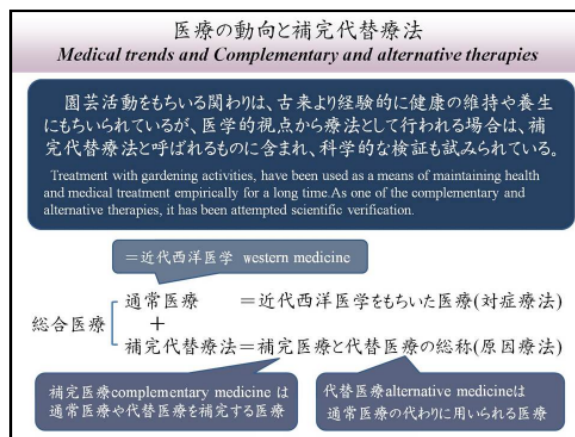
WHOM - HOW - WHERE?

*Hiroshi Yamane; OTR, PhD
Human Health Science
Graduate School of Medicine, Kyoto University*

それでは、簡単に日本で園芸療法がどのように始まってきたのか、今、どのような立場にあるのか、これからどうすれば良いのかということについてお話をしようと思います。

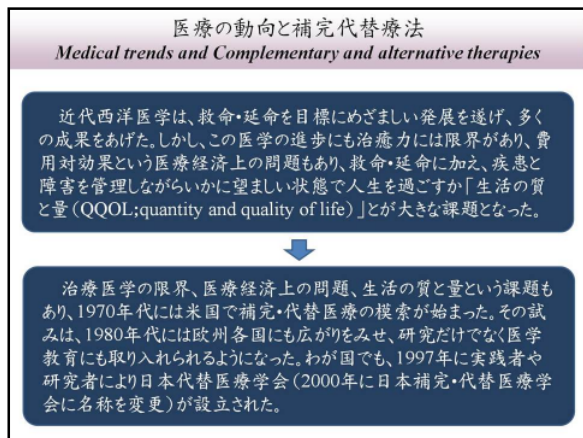
知事もおっしゃいましたが、医学のエビデンスは数値で表しますが、我々が園芸療法でかかわるときのエビデンスは、数値で表せない非常に深い質があります。実際に多くの人がこれは自分にとっていいと思うこともエビデンスになります。全てが数値化できるものではありません。これらのことも踏まえて、植物と人間の関係を少し見直してみようと思います。

暮らしの中には、いろいろな植物があります。道端に生えている草花を日本流の盆栽にしたり、お家の前に植物を置いたりする。植物があるだけで随分違います。植物のある生活を園芸療法の一環として高齢者の施設で実施しています。農業をしておられた高齢者の方が、それまで落ち込んでおられましたが、ナスを植えただけで急にいきいきとされました。また、大きなワイングラスの中に水草を入れて、外に出ることができない、ストレッチャー型の車いすで移動することしかできない高齢者の方の枕元に置きました。このワイングラスには外の風景が天地左右逆さまに写っていました。外に出ることができなくても、青い空や雨がこれを通して見られたのです。そのグラスの中に水草があって、あるとき芽吹きました。いつも余りしゃべられないし、ほとんど何も言われませんが、田んぼに生えているような水草が芽吹ただけで会話が始まったのです。



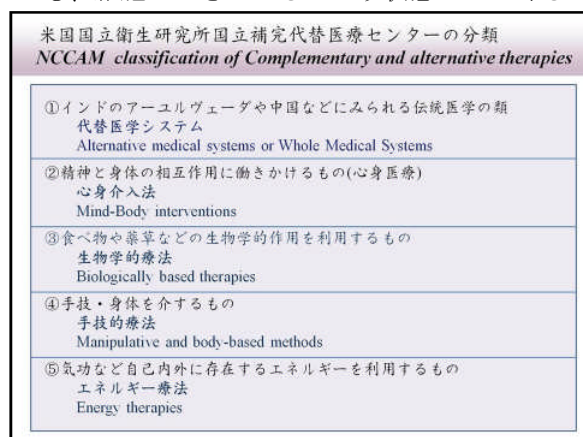
さて、医療の動向と補完代替療法についてです。近代西洋医学は通常医療と言われ、それ以外のものは作業療法も含めて全て補完代替療法と言われています。これらを合わせたものを総合の医療と申します。補完代替医療には伝統医学や民間療法、保険がまだ適用されていない治療法もありますけ

ども、WHOの調査によれば、世界の健康管理業務の約7、8割はこの伝統的医療と呼ばれるものが中心です。今、主体のように思われております近代西洋医学はあとから生まれたものです。西洋医学は対処療法で、非常に効率が良いものです。補完代替医療との大きな違いは、近代医学は全て介入するということです。人間がふだん体に



入れない薬物を使って介入をします。体にメスを当てて切り開く介入をします。全て日常生活ではない命を救うために特別なことをするだけです。ただし、これらも自然治癒力を高めるための介入です。それに対して、補完代替医療は介入しません。直接的な効果が少ないですが、危険性がなく、生活の中でどなたでも取り入れることができます。ですから、西洋医学が進んでいる中でも、世界の人口の7、8割は昔ながらの健康にいいものを療法として使っているという流れがあります。

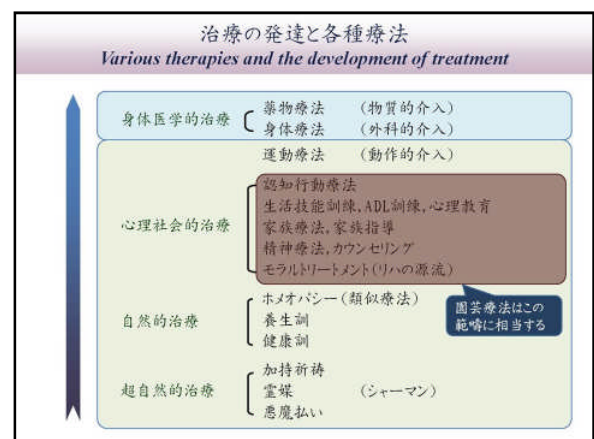
今、我々に問われているのは、救われた命をどう生きるか、生活の質QOLが大きな課題になっています。近代西洋医学では、本人の意思がなくても、細胞が生きているという状態までつくるこ



とができます。でも、生きるということは、自分の意識があって、家族や友達と話せることではないかと思うのです。我々は新たな医療の動向とこれからどうすればいいかということを考えなければいけない時代が生まれたと思います。

今、日本では補完代替療法に関連する学会ができ、様々な研究が進んでいます。米国の補完代替医療センターの分類では、インドのアーユルヴェーダなどの伝統医学、精神分析を含む心身医療、生物学的な療法、手技療法、エネルギー療法の5つに分類されています。実は園芸療法は、こうした補完代替療法のいろいろな要素を含んでいるのが特徴です。

近代西洋医学は身体学的な対処療法です。多くの補完代替療法というのは心理社会的治療、自然的治療、超自然的治療に相当し、園芸療法は心理社会的な治療の中の非常に大きな要素を示していることになります。



それでは、人と生活、植物、それをどのように利用しているかということを少しお話ししたいと思います。

