

ALPHA Healing Garden クラブ 活動報告 (第69回)

実施日時:2017年4月26日(水) 10:30~14:00

参加者:豊田先生、廣岡先生、中田先生+クラブ員(15) = 18名

活動場所:園芸療法ガーデン

スケジュール:

10:30~ 花壇維持管理、草取り

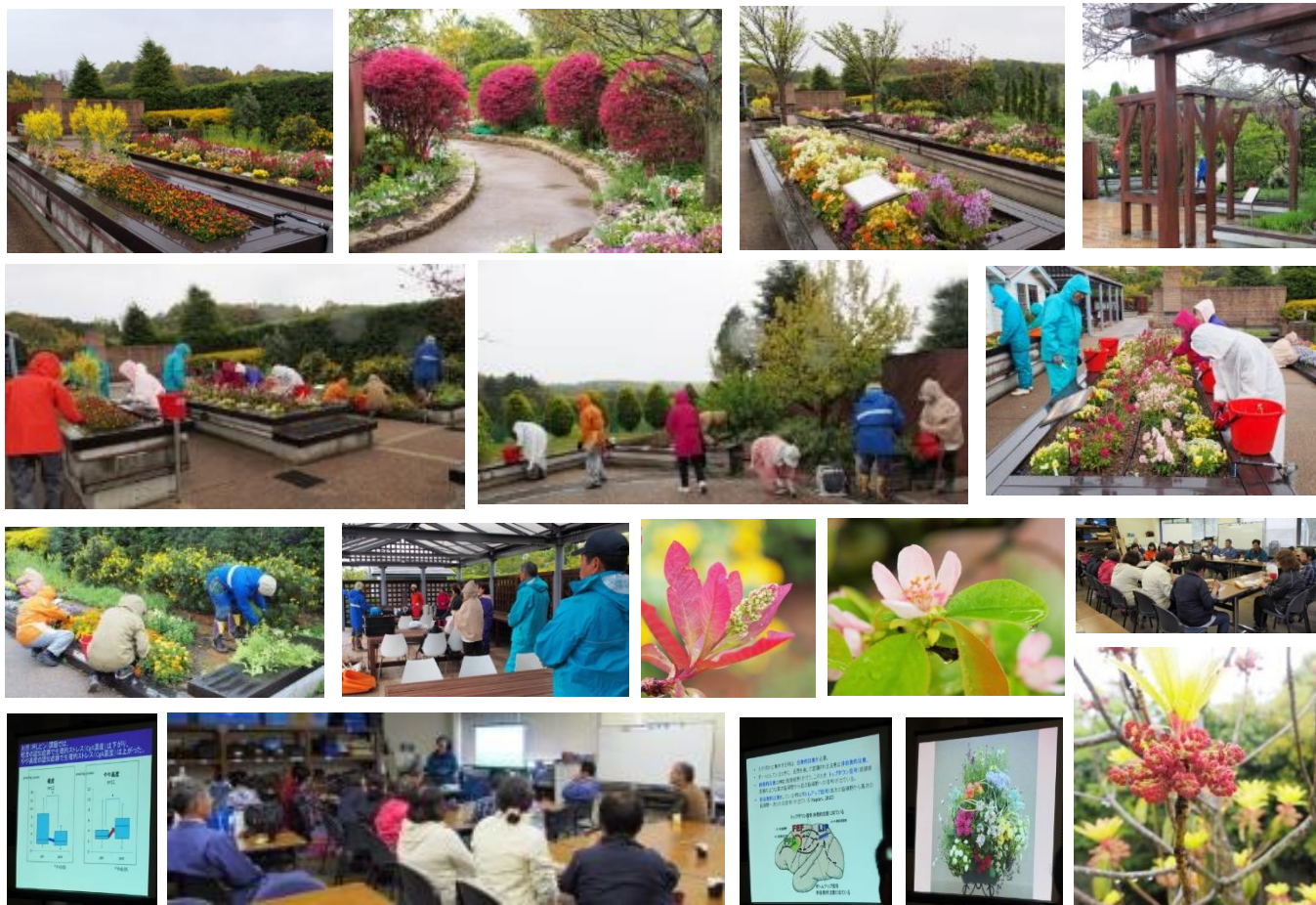
11:30~ 昼食をとりながら懇親

<以後、東作業室>

12:30~ ミニ講座;講師:豊田先生『園芸療法の効果と脳の働き』

~新年度のスタートに当たり、

“園芸療法の今”について、最近の研究成果などの役に立ち、楽しいお話をお聴きし、園芸療法についての理解を深めます。~



今後の予定 <2017> 5/24 6/28 7/26 8/23 9/27 10/25 11/22 12/20*

<2018> 1/31** 2/28 3/28 毎月 第4水曜日 ただし、12/20*は第3、<2018>1/31**は第5水曜日 (変更の場合がありますので、案内メールでご確認をお願いします)

例年になく見事な花を付けたペニバトキワマンサクが雨に濡れ、一層鮮やかな色合いの中、メンバーが三々五々集り、新しい年度の初めての例会が始まりました。あいにくの天気予報が的中しましたが、今暫く乾燥続きであったので、却って雑草は抜きやすいとの意見が囁かれるなど、参加者の気力は十分、豊田先生の指示に従い、実習エリアに移動、レイズドベッド周りには、カラフルなカップが勢ぞろいしました。

ストックやビオラなどの花柄摘み・切戻し、伸びきったナタネやアリッサムなどの間の雑草の引き抜きを行いました。

午後、実習エリアでは園芸療法課程の実習が控えているということなので、一休みの後は、展示エリアに場所を変え、ヒメオドリコソウやマメ科の雑草の引き抜きなどを行いました。

ここでも、可憐なピンクの花のカリン、その下には白いヒメウツギの花、黄色いカロライナジャズミンそして、ブルーベリーの釣鐘状の花が目立つ、色とりどりの春真っ盛りの中での作業でした。

30分予定を早め、昼食からはいつもの東作業室で、FさんとSさんの新玉やサツマイモ入りの味噌汁が振舞われ、濡れた身体が暖まり、大変美味しくいただきました。

午後は、年度初めでもあり、豊田先生から園芸療法の最先端の研究も交えて、話をお伺いしました。オフィス環境での植物の効用、昨年AHGCのメンバーなども被験者として協力した園芸作業などの違いによる脳への血流の変化、花の弁当箱作りと押しピン作業による高齢者間でのストレスの違いやポーっとして五感からの刺激を受けるデフォルト状態でのストレス軽減効果など、事例に即した興味深いお話で、改めて、植物や植物のある環境との関わりで、楽しく活動をする大切さを痛感しました。

終了後、園芸療法ガーデン前の重機庫横では、古葉は新葉が前うと代を譲り、落葉することから名付けられたというユズリハ、若葉とのコントラストが美しい赤い雄花が、雨上がりに映え、目立っていました。楽しい一日が過ぎ、参加の皆さんお疲れさまでした。 <世話人：植田(4/28記)>