

こどもの心のケアにつなげる 園芸療法の活用と癒しの環境の理論 (その2)

本日の話しは、園芸療法そのものではなく
被災地のこどもの心のケアに
植物のある環境や、園芸活動で生まれる“場”を用いて人の心や身体に好ましい働きかけをしていく
園芸療法の考えを活用していただくというものです。

こどもに必要な心のケア、
こどもとのかかわりかた、
身近な自然や植物をどうやって生活に取り入れていくか、
これらがつながったとき、園芸はこどもの心を健康へと導く療法に近づいていくと考えます。

兵庫県立大学大学院 ・ 兵庫県立淡路景観園芸学校 園芸療法課程
豊田 正博

* 本資料は、2012年9月29日～10月3日に、仙台市民会館、岩手県立大学看護学部、大船渡市保健介護センター、宮古市総合福祉センター
健やかホールで行ったセミナー(園芸療法によるストレスマネジメント研修会)配布資料を一部編集したものです。(無断転用、掲載を禁じます)

育てる活動

育てる

☆生育の速い花

【春】 マリーゴールド キバナコスモス

【秋】 ストック(花壇用)香 スイートアリッサム香

☆秋に植えて秋に咲く球根

サフラン ステルンベルギア

☆秋に植えて室内なら2月頃に咲く球根

クロッカス 日本スイセン香 フリージア香

☆秋に簡単に育てられる野菜

葉菜類(コマツナ、リーフレタス、チンゲンサイ…)

根菜類(ハツカダイコン、コカブ…)

☆秋(9~10月)にさし芽で増やせる植物

観葉植物(プミラ、ポトス、…)

ハーブ(ミント類、ローズマリー、ラベンダー…)



保健室前の花壇を利用した草花・野菜栽培

写真提供 大船渡市立末崎中学校



発泡スチロール箱を利用したハツカダイコン栽培

写真提供 大船渡市立末崎中学校

A close-up photograph of several young marigold seedlings growing in dark, rich soil. The seedlings have two bright green leaves and a reddish-brown stem. Some seedlings are in various stages of growth, with some showing signs of being recently germinated. The soil is dark brown and appears moist. The text 'マリーゴールドの発芽' is overlaid in yellow on the lower left portion of the image.

マリーゴールドの発芽



スプラウト(もやし)
毎日の水替えが必要



カラーサンドを使った hidroカルチャー

植物は、さし芽で増やした
プミラ。

ローズマリーのさし芽



秋植え球根の水栽培



余談ですが、

イヌサフラン(コルチカム)は有毒

口に入れてはいけない


身近な植物にも有毒なものがあるので注意！





ベビーリーフのプランター栽培

本葉が6～8枚程度になったら外の葉から収穫できる。



餃子の皮で作るベビーリーフを
のせたミニピザ

栽培暦(宮城県・岩手県)

播種・定植

開花・収穫

作目	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
<花卉>												
朝顔					■	■		■	■			
アサギリソウ					■			■	■			
キンセンカ				■	■	■	■					
クラスペディア					■		■	■	■			
クロッカス				■	■					■		
ケイトウ					■	■		■	■	■		
コスモス					■	■	■	■	■	■		
白妙菊				■	■				■	■		
スイートアリッサム					■	■	■	■	■	■	■	
スターチス			■	■			■	■				
ストック			■	■		■	■	■	■		■	■
千日紅					■	■		■	■	■	■	
チューリップ				■	■					■		
ドクダミ					■	■	■					
菜の花			■	■	■	■	■					
ノースポール			■	■	■	■	■					
葉牡丹	■						■			■	■	■
パンジー・ビオラ	■	■	■	■	■	■	■	■	■			■
ひまわり					■	■	■	■	■			
百日草					■	■	■	■	■			
ヒヤシンス				■	■					■		
ヒョウタン					■	■		■	■	■		
フウセンカズラ					■	■		■	■	■		
ペチュニア				■	■	■	■	■	■	■		

育てやすい植物、クラフトに利用しやすい草花を紹介します。

栽培暦(宮城県・岩手県)

播種・定植

開花・収穫

作目	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
ホウセンカ					播種・定植		開花・収穫	開花・収穫	開花・収穫			
ホオズキ					播種・定植	播種・定植		開花・収穫	開花・収穫			
ポーチュラカ					播種・定植	播種・定植	開花・収穫	開花・収穫	開花・収穫	開花・収穫		
マリーゴールド					播種・定植	播種・定植	開花・収穫	開花・収穫	開花・収穫	開花・収穫		
ムギワラギク				播種・定植	播種・定植		開花・収穫	開花・収穫				
ムスカリ				開花・収穫	開花・収穫					播種・定植		
ラグラス				播種・定植	播種・定植			開花・収穫	開花・収穫			
ワタ					播種・定植	播種・定植		開花・収穫	開花・収穫	開花・収穫		

<ハーブ>

キャットミント				播種・定植	播種・定植	開花・収穫	開花・収穫	開花・収穫	播種・定植	播種・定植		
タイム				播種・定植	播種・定植	開花・収穫	開花・収穫	開花・収穫	開花・収穫	開花・収穫		
ミント				播種・定植	播種・定植	開花・収穫	開花・収穫	開花・収穫				
ラベンダー					播種・定植	播種・定植	開花・収穫	開花・収穫	播種・定植	播種・定植		
ラムズイヤ				播種・定植	播種・定植	開花・収穫	開花・収穫					
レモングラス					播種・定植	播種・定植						
レモンバーム				播種・定植	播種・定植		開花・収穫	開花・収穫	開花・収穫	開花・収穫		
ローズマリー					播種・定植	播種・定植			播種・定植	播種・定植		

<野菜>

イチゴ						開花・収穫					播種・定植	
オクラ					播種・定植		開花・収穫	開花・収穫	開花・収穫			
カボチャ				播種・定植	播種・定植			開花・収穫	開花・収穫			
サツマイモ						播種・定植			開花・収穫	開花・収穫		
シソ					播種・定植		開花・収穫	開花・収穫	開花・収穫			
玉ねぎ						開花・収穫	開花・収穫	播種・定植				
トマト				播種・定植	播種・定植		開花・収穫	開花・収穫	開花・収穫			
ピーマン				播種・定植	播種・定植		開花・収穫	開花・収穫	開花・収穫			
ヘチマ				播種・定植	播種・定植				開花・収穫	開花・収穫		
落花生					播種・定植	播種・定植				開花・収穫	開花・収穫	

創る活動

参考：HP

淡路景観園芸学校＞園芸療法課程＞東日本大震災被災者支援事業・花と緑を活用した暮らしと心のケア＞花と緑でできること・園芸療法プログラムの紹介

[HTTP://WWW.AWAJI.AC.JP/HTCP/SHIEN/21_4ED4960644949/INDEX.HTML](http://www.awaji.ac.jp/htcp/shien/21_4ed4960644949/index.html)

子供にとって 植物を使ったクラフトの意味

- 材料探しの時間は……
 - ……興味・関心を外の世界にひろげる時間
 - ……先生と一緒に外に出る理由がうまれる時間
- 創作の時間は……
 - ……自己表現と同時に
 - ……難しい所を教えてと甘えたり、
 - ……スキンシップがうまれる時間
 - ……よくできたと ほめられて、
 - ……達成感が得られる時間
- 出来上がった作品は……
 - ……自己肯定感を高めたり、
 - ……親や家族、友達との間で話すきっかけがうまれたり、
 - ……創作の時間が終わっても、よい刺激を与えます





葉っぱペイント (低学年向き)

見本を見せて・・・

1. 葉っぱを探しにいこう

2. 葉っぱにアクリル絵の具を塗ってスタンプ！

Tシャツなども可



花のお弁当箱

手伝ってもらいながら作る シュロの縄リース





• 芝人形

創る楽しみと育てる楽しみ

ストッキングに土を入れると
ころは、手伝いが必要(協力
や甘えの場面)

ラムズイヤーのトロロ



ラベンダースティック

リボンを編むところは教わりながら……

