

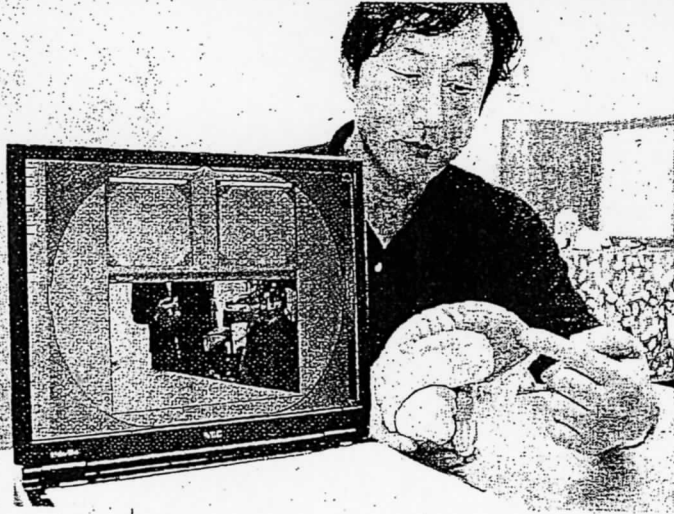
認知症の高齢者や障害者のリハビリに活用される園芸療法で、実際に作業をしなくても野菜や草花の名前から思い出すことを会話するだけで脳が活性化することが、県立淡路景観園芸学校（淡路市野島常盤）の主任専門員

豊田正博さん（48）らの実験で分かった。豊田さんは「今まで経験的だった園芸療法の効果を科学的に示した。作業が困難な寝たきりの高齢者にも活用できる」と話している。（後藤亮平）

野菜の話題で脳活性化

実験は、健康高齢者平均77・5歳と健康成人（平均36・5歳）の女性といたった身近な野菜から

県立淡路景観園芸学校が実験



寝たきりの人に活用も

思いつく記憶やエピソードを話してもらった。道で食べたのがおいしかった。意識や計画的行動、ものだけでなく、「料理感情の制御をつかさどる」「脳前頭野」の血流量を測定。また、実験中の対象者を撮影したビデオ映像を第三者が観察し、表情や言動から「快適」「冷静」「不快」に分類した。

その結果、高齢者の98%、成人の91%で会話中に脳の血流量が増加。第三者の分類でも「快適」と判断された。記憶やエピソードは「家族が好き」「北海でよく料理する」「北海

野菜や草花の名前からの連想を話すことの効果を説明する豊田正博さん（淡路市野島常盤）

菜は心地よい記憶を引き出しやすく、食事や日常生活の中で会話の糸口として有効」と分析。高齢者は、若い人に比べると脳が活性化するまでに時間がかかるため「認知症に接し、ゆつくりと話を促す必要がある」として

平成22年 8月18日(水)
神戸新聞 夕刊
21頁 淡路版