

B-1					
主題	施設の中で行う園芸リハビリテーションの可能性				
副題	6 ケースを通して見る日常生活の変化				
キーワード 1	園芸リハビリテ ーション	キーワード 2	日常生活の変化	研究(実践)期間	12 ヶ月

法人名・事業所名	社福) 東京都福祉事業協会 特別養護老人ホーム赤羽北さくら荘				
発表者(職種)	中村太郎(理学療法士)				
共同研究(実践)者	なし				

電 話	03-3900-3901	F A X	03-3900-3902
-----	--------------	-------	--------------

事業所紹介	1989 年 3 月に北区浮間に開設。2017 年 4 月北区赤羽北に移設。多床室 40 床 1 フロア、12 床のユニットが 9 つ、ショートステイ、居宅介護サービス、地域包括等の複合事業所です。自分らしく自律的に暮らせる支援を心がけています。				
-------	---	--	--	--	--

#### 《1. 研究(実践)前の状況と課題》

コロナ以前はけん玉クラブや季節の行事(敬老会など)、家族との外出などの催し物を含めたイベント(余暇活動)が行われていた。しかし、コロナによる感染対策強化のためにイベントの中止や面会の中止などが重なり、入居者様の生活の幅が狭くなってしまった。それにより日中の過ごす時間に空白の時間が目立つようになり、QOL の低下や活動量減少による ADL 低下が顕著にみられるようになった。そこで QOL・ADL の維持改善が課題として挙げられた。

#### 《2. 研究(実践)の目的ならびに仮説》

希望された入居者様と一緒に、当施設屋上にある花壇を利用した園芸リハビリテーション(以下、園芸リハ)を実施した。それにより、生活の楽しみを新たに作り出し、生活範囲の拡大や日中の活動量増加を目的とした。また、屋上への外出や自然と触れ合うことで、精神的・認知的な改善や活動量増加による身体機能が向上されるのではないかと仮説を立てた。

#### 《3. 具体的な取り組みの内容》

- ・期間は 5 月～10 月までを実施期間とし、研究対象期間は 2 年間。
- ・活動時間は最大 30 分程度の活動を週 1 回実施。
- ・活動人数は希望入居者様 6 名を対象として、マンツーマンでの実施。
- ・活動場所は当施設屋上にある花壇を使用。
- ・活動内容は苗植え・水やり・草引き・剪定・花の鑑賞・日誌の記載。
- ・準備物品はジョウロ、シャベル、鎌、軍手を用意。
- ・使用した花は日日草・家族からの差し入れ(ハイビスカス・カランコエなど)を育てた。
- ・観察ポイントと期待する効果として、表情や言動から精神機能の改善・コミュニケーション能力から認知機能の改善・ADL 自立度から座位での身体機能向上を挙げ、園芸リハを通してどういった変化がみられるかを確認した。

#### 《4. 取り組みの結果》

園芸リハの取り組みは、花を觀賞するのみ・水やりを行う・葉の剪定や土を解すなど、入居者様によって活動内容はそれぞれである。基本的に園芸リハ時に何をするかは、屋上の花壇に行った際に入居者様に決めてもらい、その時に自身がやりたいことをしてもらった。

園芸リハを実施した結果、リクライニング車椅子でなければ離床出来なかった方が、園芸リハをきっかけに日中の離床時間が延長し、普通型車椅子自操可能なレベルまで改善されたケース。周辺症状が強く出現し、他入居者様や職員に対して暴言・暴力がみられ、リハビリ拒否もあった方が、園芸リハを通して穏やかでいる時間が増え、リハビリの受け入れ良好になったケースなど、日常生活で何らかのポジティブな変化がみられた。

花に対する感想は「私の所が一番綺麗ね。」と誇らしげに語る方や「綺麗に咲いたわね。偉いわよ。」と花に笑顔で話しかける方、「私のお庭綺麗ね。」と喜ばれる方など、思い思いの園芸リハを楽しんで下さり、普段での生活ではみられない表情や言動を数多く見ることができた。

#### 《5. 考察、まとめ》

園芸リハを実施したことで、6人全てに期待する効果がみられ、レクリエーションを楽しむだけでなく、楽しみながら日常生活に良い影響を与えることができた。

施設生活の中でコロナ禍の影響があり、屋内のみでの暮らしを余儀なくされていたが、屋上での活動により「日光を浴びる・風を感じる・土や草花に触れる」などの自然を感じることで得られる刺激入力が、精神的・認知的な良刺激となり、ポジティブな表情や言動に影響したと考える。

楽しみ事が増えたことで生活意欲が向上し離床時間が延長した。それにより活動量が増加することで、身体機能の改善がみられた。また、体を動かすことに対して「疲れる・痛い」等のネガティブなイメージを持たれていたが、園芸という本人の好きなことを通して体を動かすことで、ネガティブなイメージを想起させず、寧ろ「楽しい」等のポジティブなイメージを定着させることで身体機能やADLの維持・改善に繋がったと考える。また、園芸リハの活動は主に体幹前傾を伴う座位でのリーチ動作を中心とした動きである。この動きが改善することで、寝返り・起き上がり・立ち上がり・食事動作・整容動作・洗身動作など、日常生活の中で多く使われる動作の改善に大きく貢献していると考えられる。

今後の課題として、園芸リハの活動の幅を広げ、より効果的なアプローチの検討を挙げる。花の他にも、野菜の栽培やそれらの収穫など、生活歴に農家がある入居者様への回想法としての実施。より生活に近いところで自然を感じるために、プランターを使用し居室などの屋内で天候を気にせず毎日園芸リハを実施することなどが挙げられる。

#### 《6. 倫理的配慮に関する事項》

本研究発表を行うにあたり、ご本人（ご家族）に口頭にて確認し、本発表以外では使用しないこと、それにより不利益を被ることはないことを説明し、回答をもって同意を得たこととした。

#### 《7. 参考文献》

「人間・植物関係学会雑誌、屋外自然空間を用いたレクリエーション療法 4 症例の効果」（2011）、若野貴司・末吉勝則・石川治、人間・植物関係学会

#### 《8. 提案と発信》

園芸リハというレクリエーションの活動を通して、精神的・認知的・身体的な改善がみられることが分かった。施設生活の中で入居者様一人一人が楽しみを持って暮らせるようになる。それにより、生活意欲の向上からQOL・ADLの改善に繋がることで、施設生活の中でもよりその人らしさのある暮らしができるようになると思われる。