

6－2					
主 題	園芸活動を活用した協働型リハビリテーションの効果検証				
副 題	植物がつなぐ交流と人生への寄り添い				
キーワード 1	園芸活動	キーワード 2	リハビリ	研究(実践)期間	12ヶ月

法人名	社福) 賛育会	事業所名	東京清風園
発表者(職種)	武藤貴代子(機能訓練係長)、澤本誠子(たちばなホーム機能訓練主任)		
共同研究(実践)者	縄井清志(アール医療専門職大学教授)		

電 話	03-6861-8771	FAX	03-6861-8780
-----	--------------	-----	--------------

事業所紹介	地域とともに生きる賛育会の理念のもと設立された、東京清風園は特別養護老人ホーム(従来型58床・ユニット型100床)の他、介護型ケアハウス、グループホームに加え、ショートステイ、デイサービス、居宅介護支援等の在宅系サービスを揃え、高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らせるようにトータルな介護サービスを提供する複合施設である。今年45年を迎える。
-------	---

《1. 研究(実践)前の状況と課題》

当事業所では経営方針の大きな柱として「仲間づくり」を掲げ、近隣地域にある同法人の2施設(東京清風園とたちばなホーム)で協働し地域連携の足掛かりを模索していた。千葉大学、工務店の監修のもと設置されたガーデンを活用し施設内限定で実施していた「園芸活動」を、2施設合同で開催することで法人内他施設職員、協力大学学生、監修企業などとの交流が活性化され、開かれた施設運営を構築できる可能性に着目した。園芸活動が身体機能や認知機能、社会参加に与える影響を記録・分析し、活動報告を共有し、2027年度に開設される新特養にて新しいリハビリサービス、地域協働のコンテンツとして活用できないかを検証するためにリハビリ視点での評価分析を実施した。

《2. 研究(実践)の目的ならびに仮説》

地域連携や協働が重要視されているが、特養入所者の交流頻度は決して多いとは言えず頻度に偏りもあった。交流範囲や対象を広くしたイベントではなく日常生活に交流の機会を無理なく取り入れるために近隣特養利用者との定期的な交流を企画。毎回同じ場所、同じメンバーで集い、活動することにより日常生活の延長線上で参加が促せると見込んだ。園芸活動は、身体機能や気分の回復などリハビリとして活用できる要素も多く、場所と物があれば再現度が高いサービスになり得ると考えた。

《3. 具体的な取り組みの内容》

- ・事前準備期：2024年度に2025年度の実施を見据え、年度内に3回の連携会議を開催し計画を立案した。活動の頻度・参加人数・プログラム内容を協議し、計画書を作成した。
- ・活動期間：2025年4月25日～12月26日。月に1回の頻度で全7回の活動を実施した(夏季2か月はお休み)。活動プログラムは「植物とのふれあい」「季節感」「達成感」「交流促進」を軸に構成。
- ・対象者：特養入居者6名(女性5：男性1)(長谷川式認知症スケール：平均16点)
- ・運営スタッフと協力体制：機能訓練指導員を中心に運営したが、会場である東京清風園へたちばなホー

ムからの参加者を誘導して開催するため誘導のお手伝いと称して介護、相談、栄養課などの他課に協力・参加を依頼した。

- ・主な活動内容：挨拶、自己紹介、趣旨説明、体操、植物観察、摘み取り（4 月・5 月・10 月）アロマ石鹸づくり（6 月）。松ぼっくりツリー制作（11 月）。正月飾り（畳素材）制作（12 月）。初回は、自己紹介はできたものの交流までに至らなかったが、植物の特徴や思い出などをきっかけに、回を重ねるごとに、表情の柔らかさ、会話量の増加、自己表現の豊かさ、仲間意識の形成が明確に見られた。
- ・評価指標：長谷川式認知症スケール、 POMS2（気分プロフィール）、行動観察記録

《4. 取り組みの結果》

POMS2（気分プロフィール）を用いて園芸活動の前後比較を行った結果、TMD 得点（気分のネガティブ総量を示す指標）は全体として明確な低下を示し、園芸活動が情動安定に寄与する可能性が強く示唆された。指標別の分析では、「活気」が約 2 ポイント上昇し、「疲労」が約 2.3 ポイント低下するなど、ポジティブな気分変化が顕著に認められた。また、「混乱」や「抑うつ」といったネガティブ指標も低下傾向を示し、精神的負荷の軽減に寄与していることが確認された。一部に「緊張」や「怒り」の軽度上昇がみられたものの、これらは個人差や当日の体調変動による影響と考えられ、全体的な改善傾向を阻害するものではなかった。さらに、行動観察においては、発語量の増加、他者との交流の活性化、笑顔の出現など、心理的活性化を示す行動指標が複数確認された。安全性が高く、五感を豊かに刺激できる本活動は、生活の質を高める有効な手段であることを再確認できる結果となった。

《5. 考察、まとめ》

計 7 回の園芸活動を実施し、精神面（満足感・リラックス）・認知面（回想・理解）・身体面（五感刺激・巧緻性）・社会面（交流・仲間意識）の多面的な効果が確認された。本活動は、利用者の自発性を引き出し、自然な交流を促し、情緒の安定や認知面の活性化をもたらすと解釈でき、つまり園芸活動は情動面の改善および心理的安定を促進する「高い有効性を有するリハビリテーション手法」として位置づけられると考えられる。本活動は、単なる余暇的取り組みにとどまらず、心理的健康の向上に資する介入として臨床的意義を持つことが示唆された。

《6. 倫理的配慮に関する事項》

なお、本研究(実践)発表を行うにあたり、ご本人（ご家族）に口頭にて確認をし、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》

- ・論文：高齢者施設での園芸活動（植物介在療法・園芸療法）の効果検証
著者名：アール医療専門職大学 縄井清志
- ・書籍：高齢者のリハビリ園芸クラフト、監修：いばらき園芸療法研究会出版、発行者：株式会社 QOL サービス

《8. 提案と発信》

今後のリハビリサービスに求められるのは、エビデンスに基づく訓練と、利用者の人生を理解する物語の統合である。アウトカムだけでなく、その人のエピソードを丁寧に集めることは、本人らしい目標設定と継続的な支援につながる。大切にしてきた生活や失いたくないもの、苦痛に感じることで、誰と過ごしたのかといった語りは、その人の価値観そのものであり、ACP（アドバンス・ケア・プランニング）の意思決定支援にも役立つ。日常に長く関わるリハビリ職だからこそ、「その人らしさ」を深く理解できる。本来、リハビリは「機能を上げる仕事」を通して「人生を支える仕事」を担うことである。園芸活動は、高齢者福祉分野でのリハビリテーションとして、大きな可能性を持つと考えられる。