■特集：作業を使う

作業療法と園芸
——現象学的作業分析——

山根　寛*

要旨：作業療法の科学性が問われている．その科学性は近代医学を支えた自然科学をさすため，作業療法は「普遍性」「論理性」「客観性」という数値化証明に幻惑されている．「生活」「具体性」「主体性」という感性的性質を持つ作業療法の特性を示すには，自然科学の数値化手法を越えた視点が必要になる．作業療法に求められている哲学的・現象分析的な視点で作業を捉え，使う一例として，園芸を取り上げた．耕作，播種，撒水，除草，収穫など園芸本来の活動と，収穫したものを食べる，育てた植物を利用して作品を創る，育てたものや作品を売るという周辺活動を含めた，一連の「行為・動作」「環境・対象との関わり」「場・人との関わり」として園芸を捉え，その現象的特性の整理を試み，利用の実例を幾つか紹介した．

作業療法　14：17～23，1995

Key Words：園芸，作業分析，作業療法

はじめに

作業療法の特質は「生活」「具体性」「主体性」で示すことができる．対象者自らが作業活動を行い（主体性，具体性），自らの五感を通して（具体性）確かめ（主体性）ながら，自分が生きる世界（生活）を見いだしていく（主体性）ことが作業療法の本質である．そして作業療法士は，病や障害とともに生きる（生活）人たちに対し，様々な作業活動（生活，具体性）を用い，場を提供することで，その人たちの新たな生活の可能性に向けて援助をする．

しかし，作業療法の科学性が問われ，効果が問われる中で，ややもすると作業療法も「学」として自分や他者を説得するため，哲学の領域で指摘されているように[1)2)]，「普遍性」「論理性」「客観性」という自然科学の数値化による証明に幻惑される恐れがある．「生活」や「主体性」という作業療法の特質は，感性的性質のように，対象者の主観性が入り込む精密な測定が不可能なものである．そうした特性を把握し伝えるには，自然科学的手法を越えた視点が必要である．

「作業を使う」という今回の特集にあたり，自然科学的数値化の難しい要素を幅広く含む園芸 gardening を対象としてとりあげてみた．自分の身体性（五感）を解放（開放）し，作業療法に求められている哲学的・現象分析的[3)]な視点から，その特性と利用がどこまで伝えられるか試みることにする．

Use of Gardening in Occupational Therapy; Phenomenological Occupation Analysis

* 京都大学医療技術短期大学部
Yamane Hiroshi, OTR：College of Medical Technology, Kyoto University

作業療法と園芸

精神障害領域においては，園芸はなじみの深い種目として，作業療法の創世期から用いられてきた[4)5)]．もともとは生活に関連した作業活動を用いた働きかけの一つとして，農耕・畜産などと共に仕事的作業種目として紹介されている[6)7)]．そして，わが国で作業療法士の教育が始まり，力動的意味合いにも視点が向けられるようになり，作業療法のテキストでも，心身両面への治療的応用について触れられるようになった[8)9)]．しかし，十分な作業分析が行われないまま，最近のテキスト[10)]では園芸の項目は消えている．

その理由として，園芸ができる場所のある病院が少なくなったこと，生活スタイルの変化，また医学的リハビリテーションとして院内で用いられる種目としての制約，効果に対する自然科学的根拠の証明の難しさなどが考えられる．特に精神科の領域では，生活療法に取り込まれ形骸化し，使役性・非治療性が非難された従来の作業療法（仕事療法）[11)12)]との違いを示すため，作業活動の治療的利用という側面の強調が必要であった時代的背景も影響している．下請け・内職作業などと共に古いイメージをもつ園芸が避けられたとも考えられる．

しかし実際には，作業療法全体では1/4の施設[13)]で，精神科領域では半数以上の施設[14)]で，園芸が作業活動の一つとして用いられている．アメリカでは身体障害をも対象に用いられ，歴史は浅いが園芸療法士の養成コースもある[15)]．

園芸と周辺活動の現象的特性

ここでいう園芸は，プランター栽培から簡単な道具で行える家庭菜園程度をさす．土を掘り起こし，土を細かく砕き平に均し，畝を作り，種を蒔き，苗を植え，水を撒き，草をとり，育てる，収穫するという園芸本来の活動と，収穫したものを食べる，育てた植物を利用して作品を創る，育てたものや作ったものを売るという周辺活動を含めた，一連の「行為・動作」，「環境・対象との関わり」，「場・人との関わり」として捉え，その現象的特性の整理を試みた（表1）．

1．行為・動作の特性

園芸に伴う行為や動作の特性は，通常は特に意識されたり自覚されるものではなく，意図的に作り出されるものでもない．楽しみ喜びとして行うという人にとっての原初的な作業の条件（アソシアシオンとしての労働条件[16)]）が満たされたとき，自然に，行為や動作に伴って起こるものである．

［土を掘る，砕く，均す，畝を作る］

土を掘り，砕き，均し，畝を作る作業は，道具を使う抵抗の大きい粗大な動作である．この粗大な身体エネルギーを消費する動作は，新陳代謝を増進し，心身を賦活する．「もの」を産み出す土壌を作るために，土を掘り起こし砕く行為・動作は，病的な行為に向けられやすい歪んだエネルギーを，生産的な破壊作業へと向ける．衝動（精神的エネルギー）が身体エネルギーに代償され適応的に発散される行為といえる．

［育てる］

種を蒔く，苗を植える，水を撒く，草を取るといった育てる作業は，少し注意や集中を必要とするやや巧緻的な動作から抵抗の少ない比較的粗大な動作まで含み，人の基本的な作業欲求を満たす．我々の内に深く内在する，慈しみ育てられることへの希求が，植物を育てることに投影，昇華され，自己尊重や自我の育成につながる．それは精神分析的な表現を借りれば，昇華された口愛期・肛門期レベルの欲求充足ということもできる．ともあれ，どのような表現手段を借りようと，これから育つものを植え，その成長を見ながら世話をすることは，人に喜びとやすらぎ，自己の有用感を与える．

［収穫する］

そして，育てたものを収穫することは，自分の行為の実りの証である．たとえ1本のナス，1輪の花であっても，自分が植えたものを収穫するとき，何かを成し遂げたという喜びと豊かな気持ちに満たされる．特に園芸の結果（作品）である花や実は，育てた命の結実であると

同時に，我々自身の命を養う生産物であり，収穫する者の心に豊かな安心感を生む．言葉を換えれば，何かを産み出す行為が自我の保持と拡大をもたらすといえる．

［創る］

育てた草花を用いてリースなどの飾りや鉢物などを創る作業は，少し注意や集中を必要とするやや巧緻的な動きを中心とした，抵抗の少ない動作で，適度に新陳代謝を増進し，心身を賦活する．

こうした創作的行為や結果は，自己表現を促し，自己愛を充足し，自我の保持や拡大につながる．

［食べる］

また，収穫したものを調理し食べることは，消費する楽しみの中でも最も原初的なものであ

表1　園芸とその関連活動の特性

要素		運動の特性	意味・機能
行為・動作	・土を掘り砕く →	スコップや鍬など道具を使う抵抗の大きい粗大な動作	‥ 運動に伴う新陳代謝増進・心身の賦活 創るために壊す作業(衝動適応的発散) 身体自我感覚の回復
	・均し畝を作る →	鍬やレーキなど道具を使うやや抵抗のある粗大な動作	‥ 運動に伴う新陳代謝増進・心身の賦活 創りだす作業（自我の保持・拡大）
	・種を蒔き，苗を植える →	少し注意集中を必要とするやや巧緻な動作	‥ 役割活動（有用体験），自己尊重 自己評価
	・水を撒き，草を取り育てる →	抵抗の少ない比較的粗大な動作	‥ 基本的な作業欲求の充足，有用体験 昇華された口愛期・肛門期的欲求充足 育てる喜び（自我保持・拡大）
	・育てたものを収穫する →	抵抗の少ない粗大な動作からやや巧緻的な動作	‥ 達成感，充足感，有用体験 生産する楽しみ（自我保持・拡大）
	・育てた草木で作品を創る →	抵抗の少ないやや巧緻的な動作	‥ 創りだす作業（自我の保持・拡大）
	・自分たちが育てたものを調理し食べる →	調理の多くは巧緻的な動作	‥ 消費する楽しみ（自我開放）欲求充足
環境・対象	・四季の変化や天候，野菜の生育など自然にあわせる →		‥ 季節や時間の感覚の回復 状況に合わせる（実存的受容） 生活の自然なリズム回復
	・作物が育つ →		‥ 季節や時間の感覚，実存的受容 自己尊重，自我の育成，有用体験
	・自然な環境（土・水・空気・植物）に身体の感覚を通してふれる →		‥ 新陳代謝増進，自然な気分転換， 触れる安心感（適応的な退行） 身体性の回復
場・人	・参加する →		‥ 生活のリズム，受容される体験 共通体験，共有感覚，愛他的体験
	・創ったもの育てたものを売る →		‥ 社会・現実生活との関わり 具体的な社会適応技術の習得
	・共に食べる →		‥ 消費する楽しみ（自我開放） 共食（人との交流）

＊ ここに示す意味・機能は，園芸という活動が自然を相手に人がものを創り働くことの原初的な条件（アソシアシオンとしての活動条件）が満たされたときに起こるものである．

り，自我を開放し，基本的な欲求（生理的欲求）を満たす行為である．調理や食べることに関連する動作の多くは巧緻的で，生活に密着した動作であり，ADLの訓練においても重要な位置を占める．

2．環境・対象の特性

作業療法で用いる作業活動の種目の中で，園芸は四季の変化や天候，植物の生育など自然な環境に，直接，身体感覚を通して触れるという点が大きな特徴である．

[自然にあわせる]

草花や野菜を育てる中に，自然のうつりかわりがある．植物が育つ季節にあわせて，寒いとか暑いとかを自然に感じながら，四季のうつりかわりを身体で受けとめている．そして季節の変化と日々の天候に左右されながら，草花や野菜が生育する過程には，四季のリズムと共に，大きな時間の流れと生命のリズムがある．そのリズムは，季節感や時間の感覚，基本的な生活のリズムを取り戻す指標となる．

[植えたものが育つ]

四季の変化や天候，植物の成長は，自分の意にかなうものではなく，自分が水を撒いたり草を取ったりして育てながら（主体的な行為），天候や育つ植物に任せる（実存的な受容）相互の関わりである．この時間と生命のリズムの中で，水を撒き，草をとり，肥料を施す自分の行いに対して，作物は育ち，花をつけ実をむすぶことで応える．その応えが自己尊重や自我の育成を生む．

おかしなことに，自分が種を蒔き，苗を植える行為をするとしないとでは，まるでその関係が違う．自分が直接手を下さない場合は，山の草木やよその畑を見て，きれいだとかきれいでないというような，ありふれた関わりに終わってしまう．しかし，自分が手を下すと世界がまるで変わる．蒔いた種の芽が出るかどうか，芽や植えた苗の1本1本の育ちの違いが気になる．蒔いた種が土を押し上げ芽を出す，思わずがんばれという気持ちがわく．みずみずしい双葉が開き，日々大きくなる．そしてできた花や実は，店頭で買うときと違い，育ったものすべてがいとおしく大切になる．不思議なものであるが，それが園芸における相互の関係性であり，しかも相手が人間でないというところに，自分への侵襲性の少ない安全感，安心感がある．

[自然にふれる]

ただぼんやり見ているだけでいい．畑に育った野菜，病室の窓際に置かれた鉢植え，陽の光は緑の葉にろ過され，緑の葉の動きで風が見える．ただぼんやり見ているだけで，自分も目の前の自然の一部になったようなやすらぎと安心を覚える．

土や水・空気・植物という自然な環境に，身体の感覚を通してふれる一体感，それは自分の感覚を通して世界に触れることであり，現実的な身体感覚に支えられた安心感を生む．

このしっかりと自己の行為に応えてくれながら侵襲性の少ない相互関係，世界とのふれあいが園芸の大きな特性の一つである．人が人工的な部屋の中に観葉植物を持ち込むのも，こうした自然との関わりを無意識に求めてのことであろう．

3．場・人との関わりの特性

[参加する]

園芸は一人でも可能な作業であるが，植物を育てるということに関わる（参加する）ということは，季節のそして1日のリズムに合わせることになる．動物を育てるほどではないにしろ，命ある植物が相手であるから，日々世話が必要になる．それが生活のリズムを作る．

また，一人で行うこともあるが，何人かの仲間と行う場合は，一般に集団で起きるダイナミックスが見られる．しかし他のグループワークに比べ，間に自然や植物という共通の対象があることにより，年齢や能力の差が支障にならず，かえってお互いの役割が生かされる．その共通の実存的な対象を介した活動は，共通体験，共有感覚を通し，受容され愛他的な体験の場となる．

[売る]

園芸には，収穫した野菜や，育てた花，創ったものを自分たちで楽しむだけでなく，他の人に売るという活動もある．「おいしそうなナス

ね，良くできたのね」と買う人に，「雨が降らないので毎日の水撒きが大変だったけど」とナスを渡す．他の手芸作品を売る場合と違って，園芸でできたものは自分と自然との合作という意味あいが大きく影響する．売る者と買った者が，自分たちが共通に体験した自然を共有体験として，ナス一つを介してその瞬間につながる．

また売るという行為は，社会・現実生活との関わりであり，具体的な社会適応技術の習得の場になる．作業療法の特性ともいえる主体的な体験の場が，イメージ化が苦手なため般化が困難といわれる分裂病障害に対する Social Skills Training（以下 SST）の欠点を越え，自発的な生活技能訓練の場となる．

[共に食べる]

自分たちが収穫したものを仲間といっしょに食べるという行為は，消費する楽しみ（自我開放）とともに，「同じ釜の飯を食った」という言い方に表されるように，深いつきあいを意味，または意図する，対人関係に関連した生活行為である．協同作業の中で収穫されたものを共に食べる，それは人との交流の原点でもある．

4．療法としての特性

前述した園芸やその周辺活動の特性は，作業療法の点数化に反対する決議がなされた第72回日本精神神経学会総会で，菅が若い医師により発言を妨げられた*という演題「作業療法の奏効機転」[17]で語ろうとした，作業の身体的，生物学的要素の殆どを含み，更に広義に精神療法的な奏効も示唆するものである．

療法としての適応という点では，作業の内容は，種を蒔く，水を撒くなど，簡単ではあるが欠かすことのできない作業から少し難しい作業まで幅広い．生産から消費，遊びと，生活の基本的なものを全て含んでいて対象を選ばない．しかも個々の作業は定型的であるが，作る野菜や育てる植物とその成長過程により作業は変化に富んでいる．そのため，個々の能力やその時の状態に関わらず，個々に応じた役割活動が行え，年齢・障害の程度を越えて，対象を選ばないことが特徴である．

また園芸には，生活のリズム作り，適切な自己表現など，生活指導や SST の対象にもなっている多くの目標が内包されている．しかも内包される目標は似ているが，自分が植えたナスを育てるため，ナスの成長に合わせて行う日々の世話が自ずと自らの生活リズムを整えるように，生活指導や SST とは手段が異なる．この受動から能動へと主体を移し，活動そのものが目標を内包した具体的な体験という手段の違いが特徴といえる．この作業療法の特性である主体的な生活体験の場が，イメージ化が苦手なため般化が困難といわれる分裂病障害などに対する SST の欠点を越え，自発的な生活技能訓練の場となる．

園芸の利用

園芸は比較的短期のリハビリテーション対象者から慢性期のリハビリテーション対象者まで，能力，年齢，障害の程度を越えて利用できるが，自然相手のため多少の工夫が必要になる．紙面の制限からそのすべてを述べることはできないが，園芸の主な種目の特徴を表2に示し，以下幾つかの実践例を紹介する．

比較的慢性化した障害をもちながら生活する人に対しては，家庭菜園のように季節々々の野菜作りが利用できる[17]．春から夏にかけて，豌豆，ジャガイモ，西瓜，トウモロコシ，ナスなど，秋から冬にかけては，甘藷，大根，何種類かの中国野菜と，活動が途切れることがない．収穫したものを食べるのは旬を食べるような楽しみ．たくさん採れると販売する．外来の患者や病院のスタッフ，近所の人などが買う．自分達が作った野菜を，商品として値踏みし買ってくれる人がいる．そうした四季に応じた，生活に密着しながら遊びの要素を含んだ活動が，生活のリズムを作り，拠り所を作り，その生活を支える場となる．

同じ慢性化した病や障害でも，身体機能に制限があり，畑に出るという移動が困難な人に対

---

* 生活療法の中で形骸化した歴史的作業療法の実体批判であるべきものが，点数化反対で作業療法そのものを批判する形になり，菅の演題に限らずこうした作業療法の効果を述べるもの全て生活療法の擁護と受け取られた．

表2　園芸の作業種目の特徴

活　動	特　　徴
挿し木	作業テーブルがあればあまり場所を選ばずに行える．特に対象を選ばない．
鉢植え，プランター栽培	草花から野菜作りまで，わずかな場所があれば，病棟でも行える． 少人数や個別の関わり，移動に支障のある人にも適している． 根菜類以外はほぼ作ることができ，1から2カ月と比較的短期に育つ葉野菜や二十日大根などのミニ野菜，草花が作りやすい．
水耕栽培	ヒヤシンスなど花の球根やカイワレ，モヤシといった双葉までの発芽を利用した野菜，トマトの水耕栽培など土がなくても育てられるのが特徴． 少人数や個別の関わり，移動に支障のある人にも適している． 土の代わりにセラミックボールなどを用いた観葉植物の栽培もある． いずれも室内で行えるのが特徴，作るものによっては季節の影響を受けるが，ほぼ1年中，時期を選ばず行えるのが特徴．
観葉植物の世話	老人など何か役割のあることに意味がある人には適切． 少人数や個別の関わり，移動に支障のある人にも適している． 本格的に行えば，OTやデイケア等で，育てた鉢植えを各部署に貸し出しその世話をするというグリーンサービスをプリボケーショナルなグループワークとして行うことも可能．
菜園，花壇	育てて収穫するまで3から6カ月はかかり，季節の制限もあるので，比較的慢性のリハビリテーションを目的とした人に向く．
リースなど作品作り	通常の手工芸と同様に使える． 少人数や個別の関わり，移動に支障のある人にも適している．

しては，病室の窓際や病棟の近くに陽あたりの良いわずかな場所があれば行える鉢植えやプランター栽培が向いている．一人々々の名札をつけたチューリップの鉢，秋に病棟のデイルームでそれぞれが植えた球根，水をやり，芽の伸び具合に一喜一憂し，春品評会を行った．痴呆を含む老人病棟でのことである．病棟の看護婦さんから，促しと禁止の言葉が多かった会話の中に，「あら芽がでて，今日はいい天気でチューリップもうれしそうね」といったような，何かほっこりする会話が増え，気持ちの通い合いが深くなったと聞いた．ねらいは成功であった．

10代半ば，花なら咲きかけたつぼみの時に発病，人との関わりを避け閉じこもりがちな分裂病の少女と，作業療法士は2人でプランターに花の種を蒔いた．小さな芽が出て，つぼみができる頃にも少女の表情に大きな変化はなかった．初めて花が咲いたとき，通りかかった他の患者さんがきれいねといった．少女は「この作業療法士さんと植えたの」と笑みを浮かべた．芽がでて本当に育つか心配だったことなどを初めて話してくれた．小さな草花が育つのにあわせて，少女の閉じていた気持ちも開いていたのだ．

40歳の彼は，退院してアパートで一人暮らしをしていたが，部屋に引き籠もり食事も十分にとらなくなった．体力の低下だけでなく，身体機能全体の低下がひどく入院を勧められたが，いやだという．せめて身体だけは大切にしようという誘いに応じて園芸に参加，断続的ながら続けて来るようになる．細かなことは苦手といい，額から玉のような汗を流しながら土を掘り起こす．身体を動かすと気持ちがいいというようになる．今では話友達もでき，ナイトケアにも通い始めている．

園芸は，私たち人間が生活の中で作業活動をするという基本的なもの，今の社会の労働が失っているものを多く残している．作業療法で

はもっと利用できる作業活動である．

おわりに

園芸は生活に関わるあらゆるものを内在している．作業療法で利用する作業活動の一つとして，少しはその特性を説明できたであろうか．園芸に関わらず，人が本来，作業活動を行うことの意味や人と作業活動との相互関係に視点を向けるきっかけになることを願う．

作業療法を本当に行うには，私たち作業療法士一人々々が，自分の身体性を解放（開放）し作業活動と関わるなかで，人と作業の関わりの普遍的現象を知る方法を身につけなければならない．それは自分自身の作業療法体験そのものである．左の脳に頼り作業療法学を説こうとするあなたがいるなら，与謝野晶子の歌「やわ肌の あつき血潮に触れも見で さびしからずや 道を説く君」（みだれ髪）を贈りたい．

文　献

1) 中村雄二郎：臨床の知とは何か．岩波新書，東京，1992.
2) 竹田青嗣：はじめての現象学．海鳥社，福岡，1993.
3) 鎌倉矩子：作業療法研究の方向性．作業療法 11：180－183，1992.
4) 加藤普佐次郎：精神病院に対する作業療法ならびに開放治療の精神病院におけるこれが実施の意義及び方法．秋本波留夫・富岡詔子編著，新作業療法の源流，三輪書店，東京，1991，pp. 171－206.
5) 金子嗣郎：松沢病院外史．日本評論社，東京，1982.
6) 早坂　啓・他：農作業．井上正吾編，精神科作業療法の実際，医学書院，東京，1973，pp. 231－238.
7) 小林清男：園芸・農耕・畜産．小林八郎・他編，精神科作業療法，医学書院，東京，1970，pp. 146－152.
8) 菊地恵美子・他：園芸．田村春雄・鈴木明子編，リハビリテーション医学全書 9 作業療法総論，医歯薬出版，東京，1976，pp. 268－272.
9) 小林正利・他：園芸．日本作業療法士協会編著，作業・その治療的応用，共同医書出版社，東京，1985，pp. 168－172.
10) 日本作業療法士協会編著：作業療法学全書第 2 巻基礎作業学．共同医書出版社，東京，1990.
11) 日本精神神経学会理事会：今回の「作業療法」点数化に反対する決議．神経誌 77，1975.
12) 浅野弘毅：わが国における「社会復帰」論争批判③生活療法の全盛．精神医療第 4 次 3 号，1993.
13) 日本作業療法士協会：作業療法白書．1990.
14) 日本作業療法士協会学術部精神部門講習会実行委員会：精神科作業療法の現状．作業療法 8：649－656，1989.
15) 大塚能理子：アメリカにおける園芸療法．日本作業療法士協会ニュース 157：3，1994.
16) 今村仁司：労働のオントロギー．勁草書房，東京，1981.
17) 菅　修：作業療法の奏功機転．精神経誌 77：770－772，1975.
18) 山根　寛，梶原香里，徳永修宗：町の中の小さな畑から―慢性老人分裂病者を支える―．作業療法 13：224－233，1994.