

# 植物を中心に 人と人をつなぐ



園芸家

## 深町貴子

ふかまち・たかこ

神奈川県川崎市生まれ。グリーンショップ「GREEN LIFE TAKA」のオーナーを務めるかたわら、東京農業大学短期大学部の非常勤講師、NHKの「趣味の園芸 やさいの時間」などテレビ番組の園芸講師としても活躍中。著書に『おうちですずなり野菜』（カンゼン）、『バルコで楽しむ野菜づくり』（家の光協会）など。

フィールドデザイナー

## 深町康志

ふかまち・やすし

群馬県高崎市生まれ。(有)タカ・グリーン・フィールズ代表取締役、1級造園施工管理技士、NPO法人日本園芸療法研修会事務局長。一般家庭のほか福祉施設や病院などの庭空間の設計・施工も手掛け、園芸療法の考え方を基に、年齢や能力に関係なく誰もが安全で快適に園芸が楽しめる庭空間づくりをめざす。



窓から聞こえた  
枯れ葉のポルカ

**編集部** 深町さんご夫妻は、庭造りの仕事をされながら、康志さんはNPO法人日本園芸療法研修会の事務局長として、貴子さんはテレビ番組の園芸講師としても活躍されています。お二人が植物にかかわる仕事を始められたきっかけは、何だったのでしょうか？

**貴子** 私は幼いころ体が弱くて、小学校にもほとんど行けず、部屋で寝てばかりいました。ずっと同じところにいると、外とのつながりもなく暮らしていると、何にも興味がわかなくなってきました。今日が何曜日かも気にならないし、暑さや寒さも感じない。おなかもすかない。生きること自体に興味なくなってしまうんです。

そんな毎日を送っていたある日。シーツを替えにきた母が窓を開けると、景色は空しか見えないけれど、「コロコロコロ」って音が聞こえる。コンクリートの上を舞う枯れ葉の音だと、ふと気づきました。それだけのことなのに、私には枯れ葉がポルカ\*を踊っているように聞こえたんです。その時、「あ、秋なんだな」って。

\*チェコ発祥の2拍子の舞曲



## NPO法人 日本園芸療法研修会

日本園芸療法研修会は、園芸療法を正しく理解し、実力のある実践者育成とネットワークづくりをめざして1995年に設立されました。今年度で第20期となるスタディコース(年間30講座)には、多くの医療・福祉施設職員も受講しています。ほかにも短期入門講座や高齢者が集う場所の提供、東日本大震災被災地の仮設住宅で園芸活動などを実施。「園芸療法を始めたい」という施設への助言、人材紹介もおこなっています。

ホームページ <http://jhts.jp/index.html>



週1回開く「水曜クラブ」は、地域の高齢者が毎回10人ほど参加。ボランティアや園芸療法スタッフと共に植物と過ごし、収穫物を味わう、笑顔いっぱいの活動です。

**編集部** 季節を感じる事ができたよ。

**貴子** それをきっかけに、初めて家の外で起きていることに興味が生まれました。庭に出てみると、モミジの葉が一枚だけ赤くなっているのを発見したんです。両親に報告すると、「よかったですね。秋が深まっているんだね」と。

それまで私は、いつも聞き役でした。体が弱くて外に出られないから、話すことがない。そう思っていたけれど、学校に行けなくても、遠くに出かけなくても、身近な自然の中に発見する喜びがあって、自分しか知らないことを誰かに話す楽しさもある。それに気付いてからは、「こんな虫がいたよ」「こ

んな花が咲いた」って、誰かに話しかけて仕方がないんですね。

枯れ葉のポルカを聞いた日から、私はずっと人と話したいと思うようになりました。私と同じように人とのコミュニケーションがうまく取れなかったり、外に出られない人がいたら、植物を通じて、人と人とのつながりは広がるということ伝えたいと思っただけです。

**康志** ぼくは彼女のそんな思いにひかれて、「植物を中心に人がつながっていくようなことをやりたいね」と、二人で会社を立ち上げました。それまでは照明デザインの仕事をしていました

が、彼女と出会ったことで、植物の持つ可能性をすごく感じたんです。

## 難病患者からのひとこと

**編集部** お二人は、園芸療法にも早くから携わっていらっしゃいます。

**康志** ちょうど会社をつくろうとしていた20年前、アメリカで学んだ澤田みどりさんが園芸療法研修会を立ち上げました。そこで勉強しながら、在宅や施設での園芸療法を実践するようになったんです。

その中で、今も強く印象に残っている方がいます。ALS(筋萎縮性側索硬化症)を発症した57歳の男性で、在宅療養をされていました。

**貴子** 知り合いの訪問看護師さんに誘われて、ご自宅に伺いました。残存機能は、まばたきと足の指が2、3mm動くだけ。人工呼吸器を付けてベッドに寝たきりの状態でした。私たちの役割は、機能を回復させることではなく、介護されているご家族との間に新しい会話を生むことでした。

多分、昔の自分と重ねたんだと思います。その方から見える景色の中で、

園芸を通して何かを発見できたら、家族と新しいかたちのコミュニケーションが生まれるかもしれないなど。

**康志** 7年間療養されている中で、体がかゆいとか、テレビのチャンネルを変えてほしい時だけ、わずかに動く指でナースコールを押して家族を呼ばれていました。そうなる、いつも決まっていた、必要最小限の会話になってしまいがちですよ。

でも、私たちが訪れた当初は、「お前たちは何をしにきた」「植物に興味はない」という雰囲気です。30分ぐらい雑談をして、その方が疲れないうちに帰るという状況でした。植物を育てるにしても、医療機器がたくさん置かれた部屋にほこりの立つ土は持ち込めませんから、どんな植物や道具を選ぶのかと、いろいろ考えました。

**貴子** 最初に育てたのは、カイワレダイコン。陶器にタネをまき、「私たちが次に来るのは2週間後ですが、1週間もしたら育ちますから、ご家族で食べてくださいね」って伝えて帰りました。けれど、次に行ってみると、収穫されずに伸びきっていたんです。

その方は、透明なボードに書かれた

五十音の文字を目で追って、自分の意志を伝えられます。それを奥様が読み取るのですが、「どうして食べなかつたの？」って聞くと、「み・せ・た・か・つ・た」とおっしゃったんです。

「いま、たべる」「いっしょん、しゅうかく」と文字を目で追い、「いれろ」と。奥様がカイワレを一本収穫して唇のすき間に入れると、「か・ら・い・ね」って。もちろん本当に食べることはできないのですが、そのひと言を伝えるために、私たちが来るのを2週間も待っていてくださったんです。それはすごく大きな出来事でした。

**編集部** 土が使えないと、育てられる植物は限られますね。

**康志** そこで、次に育てたのはコルチカム。土に植えず、放っておいても花を咲かせる球根植物です。この時とりくんだのが、観察日記。その方のケアにかかわる人たちが、「何色の花が咲くか？」をゲーム感覚で予想し、ベッドから見えるようにメジャーを添えて、「今日は何cmになった」と記録していききました。

家族やボランティアの方たちも巻き込み、みんなでひとつの目的に向かう中で、これまでとは違う会話が生まれたりなど。



ALSの患者さんといっしょに育てたコルチカム(和名はイヌサフラン)



その後、患者さんが直接栽培にかかわれるよう、足の指でスイッチを押す水やりができる器具も開発しました

**貴子** コルチカムがお皿に乗っていると、訪ねてきた人が「これは何？」って聞きますよね。すると、「これはね」と説明を始め、その方を中心に話すすんでいくんです。

**康志** その方に限らず、療養をされている方や高齢の方には、「昔はこうだった」「あそこへ行った」という過去形の話が多いですよ。本当は、この先をいっしょに予想して、これからの時間を共にすすむ話したい。そのためには、植物を育てることが一番じゃないかという気がします。

## 植物と寄り添って人も育つ

**編集部** 高齢者の孤立が社会的な課題になっていきます。そういう面でも、植物の人をつなぐ力がもって活かされる

といいですね。

**康志** そう思います。デイサービスセンターの通所者が週1回集まって花や野菜を育てる場を設けており、一人暮らしの方も参加されています。収穫した野菜を料理して、いっしょに食べる時がとても楽しそうですよ。

**貴子** 「みんなで楽しくおしゃべりしましょう」という会があっても、「何か話さなくちゃいけない」「誰かの話をずっと聞かなくちゃいけない」っていうのは、苦痛だったりもしますよね。人と人がつながるのは素晴らしいと分かっているけど、人と接することって、実はとても難しいんです。

そこに園芸が入ると、作業に没頭して

一人になることもできますよね。最初は一人でも、いっしょに土をいじったり、タネをまいたり、「きれいだね」「おいしいね」という共通の経験が、しだいに人と人を和ませてくれます。それは、植物が私たちと同じように息をして、水を飲み、太陽の光を浴びて成長する生き物だから。植物が育つように、私たちも育つからだと思います。

**編集部** 全国の医療福祉生協でも、園芸活動にとりくんでいる施設がたくさんあります。そんな活動へのアドバイスは何かありますか？

**康志** 一般向けの園芸書には、季節で区切った年間の園芸作業スケジュールが載っています。でも、医療や福祉関係の施設では、それぞれの利用者さんに対応したプログラムを作る必要があります。

それから、花を植えて「きれいなね」で終わるのではなく、何のために植えるかというストーリーがあるといいですね。例えば、季節を感じる、香りがあるからという理由で花を選ぶ。それを理解した上で、ストーリーを成功させるための空間づくりをして、みんながつながる。そうすると、花が咲いた時の満足感、利用





## 道具の工夫

園芸療法では、身近にある道具を使うことがとても大切です。ペットボトルや空き容器などが、ちょっとした工夫で使いやすい園芸道具になります。

### 調味料入れてタネまき

小さなタネを指先でつまむことが困難な方でも、調味料の空き容器を使えば、簡単にタネまきができます。調味料をふるのと同じ動作なので、日常生活(料理)のリハビリとしても活用できます。上部を回転させて穴のサイズを変えられる容器は、いろいろなタネの大きさに対応して便利です。



### 子ども用の園芸道具で

子ども用の園芸道具は、軽量・コンパクトで角も丸く、どなたでも安全に作業できます。カラフルな道具が多いので、色が認識しやすいメリットもあります。子どもの好きなポップコーンのアルミフライパン(右下)も、穴を開けて、ふるいの代わりに使うことができます。



### ペットボトルのジョウロ

ペットボトルの肩の部分に画紙などで穴を開けて作ります。目盛りを書けば、「この花にはこれだけ」と適量が一目瞭然。少ない量から徐々に水量を増やす(重くする)ことで、リハビリにもなります。使う人の手の大きさや状態に合わせてペットボトルを選びましょう。



### 食品容器を使って

たまごのパックや紙コップ、牛乳パックなどがタネまきの容器になります。植物の特徴に合わせて容器を選び、下部に排水用の穴を開けて使います。イチゴパックに割り箸を添わせれば、目の不自由な方や真っ直ぐが理解できない方も筋まきをおこなえます。



※直線状に掘った溝にタネをまく方法



**康志** 昨年、長野県飯田市の病院で屋上庭園のリニューアルを手掛けた際、病院スタッフのみなさんにも参加していただきました。レイズドベッド\*などのハード面の整備だけでなく、病院や施設のスタッフと連携してその庭を利用者のためにどう運営するのかとい

者の方が季節や香りに気付いた時の喜びはとても大きいと思います。

**貴子** 大切にしてほしいのは、植物は管理するものじゃなく、育てるものだということ。水をやる場合でも、毎週何曜日とか、土が乾いたらではなく、本当に今、水が欲しいのかな？って植物とおしゃべりしながら、寄り添って育ててほしいですね。

**編集部** 最後に、お二人のこれからの目標をお聞かせください。

深町貴子さんの  
サイン入り 著書を  
プレゼント!

『おいしく育つくみが  
ひと目でわかる  
ベランダで楽しむ  
野菜づくり』

家の光協会



3名様

うソフト面も併せて空間づくりを提案していきたいですね。

**貴子** 私は植物に助けられて、この仕事に就きました。これからも、いろいろな事情を抱えた人たちの心にタネをまいて、そこから元気に芽が出るようなお手伝いを続けていきたいと思っています。

**編集部** 高齢化が急速にすすみ、園芸は今後さらに重要な役割を持つてくると思います。ありがとうございます。

本誌綴じ込みハガキにてご応募ください。

※レンガや板で作った枠に土を入れ、地表面を高くした花壇。車椅子に乗ったまま草花の植え替えができるテーブル型など、様々なタイプがある。