

# 喪の作業に園芸療法を活用したA氏についての考察

松居勉<sup>1</sup>・鶴谷弥生<sup>1</sup>・深澤優子<sup>1</sup>・松田聖章<sup>1</sup>・藤岡真実<sup>2</sup>・嶺井毅<sup>3</sup>

<sup>1</sup>セコムフォート(株)コンフォートガーデンあざみ野 神奈川県横浜市青葉区あざみ野 1-23-6

<sup>2</sup>東京農業大学農学部バイオセラピー学科 神奈川県厚木市船子 1737

<sup>3</sup>医療法人和泉会・いずみ病院 沖縄県うるま市栄野比 1150

## The Effect of Horticultural Therapy on Mr. A's Mourning Work Process

Tsutomu Matsui<sup>1</sup>, Yayoi Tsurutani<sup>1</sup>, Yuko Fukazawa<sup>1</sup>, Kiyooki Matsuda<sup>1</sup>, Mami Fujioka<sup>2</sup> and Tsuyoshi Minei<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Comfort Garden Azamino, Secom Comfort Co., 1-23-4 Azamino, Aoba-ku, Yokohama-shi, Kanagawa

<sup>2</sup>Faculty of Agriculture, Tokyo University of Agriculture 1737 Fumako, Atsugi-shi, Kanagawa

<sup>3</sup>Izumi Hospital, 1150 Enobi, Uruma-shi, Okinawa

**Keywords:** mourning work, horticultural therapy, time, nursing home

キーワード: 喪の作業, 個別園芸プログラム, 時間性, 高齢者施設

### 要 旨

本研究は、高齢者施設で配偶者を喪った男性の「喪の作業」を、個別園芸療法による9ヶ月間の活動を通して考察した。喪の作業とは、悲嘆の軽減作業である。園芸療法士が介入することにより、妻とともに育てていた植物との思い出を回想した。植物と積極的に関わりながら、生長を楽しみにするという時間性を体感してもらった。その結果、男性は植物に誘われて散歩に出るようになり、会話も思い出に閉ざされた印象の発語から周囲の他者へ思いが広がっていく印象の発語へと変化を見せた。このことから、園芸療法が喪の作業を助け、生活のペースを取り戻させていったことが示唆された。

### Abstract

This study indicates the effects of horticultural therapy provided for 9 months as "mourning work" to a client whose wife deceased at a nursing home. Mourning work is the work process of emancipation from grief experience. Participating in an individual horticultural therapy program made him experience time continuation by recalling good memories spent together with his wife in their garden, by becoming actively involved with plants, and by looking forward to seeing them grow at the nursing home. As a result, he came to enjoy taking a walk to see and care for the plants more often. Contents of his verbal expression shifted from memories of time spent with his wife to consideration of others around him. This suggests that horticultural therapy as mourning work assists the client to regain his daily life, readjust to the environment, and reestablish the relationships with others.

### はじめに

わが国の悲嘆ケアは、主にがん患者の遺族に対して、ホスピスや緩和ケア病棟で行われてきた。しかし高齢者施設では、介護・医療保険制度や施設整備が優先され、悲嘆ケアはまだ緒についたばかりである。吉田(2006)は、「日本における遺族ケア活動は極めて少ない。しかも、それらは初期の悲嘆をケアするだけで手一杯が現状

である。」と述べ、悲嘆を抱く遺族が短期間で立ち直れるかについて疑問を呈している。

小此木(1979)によれば、喪失体験には三つの種類があるという。一つは、近親者の死や失恋など、愛情・依存対象との死別や生き別れ。第二は、自己と一体化していた環境や仕事などの別離で、住み慣れた環境や仕事、役割などもこの対象となる。第三は、自己自身のなかで自己を失う体験で、たとえば既存の国家規範や理想、生<sup>1</sup>きる基準を喪失する場合がこれにあたる。

2010年5月1日受付。 2010年8月7日受理。

また、高齢者が近親者を喪うときに感じる悲嘆は、関係性の分断による孤独に加え、今までの日常と異なる日々への不安、すなわち喪失前後の時間変性によるものと考えられる(浅野・高江洲, 2008)。

このような喪失体験の中でも配偶者を喪うことは、人生の中でストレスの最も高い出来事とされている(小此木ら, 2004)。イギリスの調査によれば、54歳以上の配偶者を失った男性5千人に対する追跡調査を行ったところ、配偶者の死後6ヵ月以内の死亡率は、同年代の健全な夫婦の男性に比べ40%も高いことが示された(デーケン・曾野, 1995)。また悲嘆によるストレスは、女性は比較的上手に処理しやすいが、男性は、性差や世間体によって上手く処理できないものが多い(坂口, 2010)ことが、前述の調査結果の要因と考えられる。

超高齢社会のわが国では、住み慣れた自宅を離れて老人ホームなどの施設を終の棲家にする人も増えてきている。このような高齢者施設では、一般社会より、自分の死および他者の死が身近である。すなわち喪失へのケアの充実がより求められる場である。

本報告は、混合型介護付老人ホーム(B施設)に入居している、配偶者の喪失による悲嘆を起因とした閉じ籠り、昼夜逆転が見られた男性A氏に対して行われた9ヶ月間の園芸療法活動の内容と結果および考察である。B施設は、入居者が植物に触れてかかわることで、四季折々ないし一日の内の朝夕の気づきや感動を体感できるように整備された庭が住居棟を囲んでいる。その庭の積極的活用のため、園芸療法士(以下、HTRと略)が常駐している。このような環境の中で、悲嘆の軽減作業いわゆる「喪の作業」としての個別園芸療法プログラムが、どのように行われていったかに焦点を絞り報告したい。なお、本論の「悲嘆」とは、小此木のいう死別による対象喪失であるため、「喪の作業」と呼んでいる。喪の作業は、喪失体験に対する心の整理である(小此木, 1979)。

## 実施方法

### 1. 事例紹介

A氏は79歳の男性である。X-1年5月に、7才年下の妻とともにB施設の一般居室に入居した。当初、夫婦そろって庭を散策する様子が時折見られた。しかし妻の疾患(悪性腫瘍)が発見され、X年2月に死別した。日々急速に衰弱してゆく妻との別離で蒙った心理的なストレスは、大きなものであったと想像される。

妻を喪った直後のA氏は比較的落ち着いており、そのまま妻の死を受け入れるかに見受けられた。しかしX年5月頃から部屋に閉じ籠りがちとなり、スタッフが訪室すると、汚れた洗濯物の中に暮らしている状態であった。併設されているレストランでの昼食や夕食に訪れる時間が不規則となり、昼夜逆転の様相も推測された。その一方で、妻とともに飼っていたインコの世話は面倒がらずに行う姿が見られた。

このような状況から、一般居室から介護居室への転室も余儀なくされる状況に進むことが懸念されたため、介護スタッフによる話し合いが持たれた。その中で、A氏が、「鳥の世話は以前と変わらず行っている」こと、入居以前の生活で「妻とともに自宅の庭の手入れを趣味としていた」こと、入居時に「自宅の庭の思い出の植物数種を持参していた」ことなどから、個別園芸療法(以下、個別HTと略)を試行し、それによるA氏の変化を見守り、現状の改善を目指すことにした。

## 2. A氏に対する園芸療法

### 1) 初期評価(X年9月実施)

身体機能面では前立腺肥大症があり、精神機能面では薬の飲み忘れなどがあったが、長谷川式スケールによる認知機能面には問題がなかった。

HTRの問いかけに対して、「園芸は好きなのでやってもいい」と答えた。A氏夫婦が入居前に自宅で手入れしていた庭の話になると、手帳を取り出して自ら記述したレモンやクリスマスローズ、ニオイパンマツリ、アジサイ、山アジサイ(七段花)、エビネなどの植物リストを見ながら、それらの植物にまつわる話をし、施設の庭に植え込む植物の希望を述べた。

### 2) 目標設定

A氏の現在の生活を尊重しながら、居室からの外出の機会を増やすこと、一人になったこれからの生活における不安を解消し、気分転換や趣味の一環として園芸を楽しむことが出来るようにすることを短期目標とした。

### 3) 問題点の焦点化とプログラムの視点

妻との死別という悲嘆を起因とした、昼夜逆転などの問題行動が見られる。悲嘆の軽減には時間が必要である(坂口, 2010)ことから、過去から現在、現在から未来、という時間軸を感じられるように、以下の視点で長期的な計画を立てた。

- ① 「過去を思い出す(思い出)」—自宅の庭から持参し、鉢植えで育てていた思い出の植物を用いて花壇をつくる
- ② 「時の変化を感じる(経過)」—季節ごとの庭の植物を観賞し、それらを用いて料理やクラフトを作り、植物画を描く
- ③ 「未来を待つ(期待)」—草花を種子から栽培して生長を待ち、時間の経過や生命力を感じる

### 4) 評価の方法

#### (1) 不安度の測定

喪の作業の目的である不安の軽減と心理的な安定が進展しているかを測定するため、STAI(State-Trait Anxiety Inventory)を使用した。新版STAIは40項目で構成された質問紙において4件選択肢で測定することを目的に開発された不安検査であり、状態不安と特性不安の二つの不安状態を測定することができる。「状態不安」は、不安を喚起する事象に対する一過性の状況反応である。

もう一つの「特性不安」は、脅威を与えるさまざまな状況を同じように知覚し、そのような状況に対して、回答者が「ふだん一般に、どのように感じているか」を査定する20の叙述文から成り立っている(肥田野ら, 2000)。

### (2) 積極性の変化

各プログラム参加への積極性について、A氏の参加意欲を、1.居室に迎えに行きしぶしぶ参加(消極的)、2.居室に迎えに行き穏やかに参加(普通)、3.事前の連絡のみで自主的に参加(積極的)、の3段階を指標にHTRが評価し、活動期間中の変化を記録した。

### (3) 発語内容の変化

A氏の心情のあり方や変化を見る上での参考に資す

るため、HTRはじめ他の入居者たちとの関わりから発せられる会話の内容をできる限り記録した。発語にみられる関係性について、自身や妻との思い出に閉ざされた印象の発語(自己⇒自己)と、周囲の植物や他者へ思いが広がっている印象の発語(自己⇒他者)とを分類した。

### 5) 実施期間と活動内容

プログラムは、X年9月からX+1年6月まで隔週で行い、計19回実施した。STAI検査は2ヶ月に1回とし、計5回実施した。

A氏に対するHTプログラムの概要と、園芸療法実施期間中にケア報告などで得られたA氏の様子は表1の通りである。

表1. HTプログラムの概要と園芸療法実施期間におけるA氏の様子。

園芸療法回数	日付	活動実施者	A氏と第三者との関わり	場所	活動内容	特記事項	時間性	STAI
1	9/30	HTR		居室	個別園芸プログラム実施の面談	思い出の花リストの植物を使った花壇づくりを提案したところ、手帳に10種類の植物が記してあり、特に七段花は奥様のお気に入りであったと話す	思い出	
2	10/16	HTR		いとしの庭	思い出の植物を中心に花壇づくり	居室から近い場所に花壇をつくり、自宅から持ってきた5年ものニオイバナムツリを植えこむ	思い出	1回目
	10/20	ケアスタッフ		いとしの庭	散策:枕木花壇見学	自宅の庭から持参してきたニオイバナムツリに關心を示す		
3	10/23	HTR		里山の庭	ハンジー苗ポット上げ、白レンゲ播種	ピーマンいっぱいに出ているゴテラを見て笑顔でうなづく	期待	
	10/28	ケアスタッフ		里山の庭	散策:バックヤードを訪れる	ポット上げ苗の場所を確認し、ハンジーに關心を示す		
4	10/29	ケア報告		いとしの庭	散策:いとしの庭の枕木花壇見学	1人でニオイバナムツリの花壇を眺めていた		
	11/6	HTR		ささやきの庭	桜の下の宿根草花壇づくり	ユリの球根17球と1年間の季節の移ろいを実感できる宿根草を植え付けた後も表情やわらかい	期待	
4	11/7	ケアスタッフ		ささやきの庭	散策:花壇見学	自宅から持ってきたクリスマスローズに關心を示す		
	11/9	ケア報告		ささやきの庭	散策:ささやきの庭の花壇見学・散歩	散策時にユリの辺りに自身の飼っているインコ残りの「餌がら」を置く		
5	11/13	HTR		里山の庭	レイズドベッドの植え込み	開花までの生長を期待しながらハンジーや白レンゲの苗と小球根を植え込む。途中、時期外れに寒うらうとしていたミントを譲って植栽する	期待	
	11/17	ケア報告		里山の庭	散策:里山の庭の花壇見学	里山のレイズドベッド花壇を眺め、ハンジーの開花株に關心を示す		
	11/19	HTR		里山の庭	散策:バックヤード・里山の庭の花壇見学	ポット上げ苗の白レンゲの生長具合を確認し、レイズドベッド花壇も見学する		
	11/25	HTR		ささやきの庭	散策:ささやきの庭の花壇見学・散歩	散策時にユリの辺りに自身の飼っているインコ残りの「餌がら」を置く		
6	12/4	HTR		里山の庭	畑の土づくり、白レンゲの植え込み	レンゲの植え付けは、後の緑肥としてすき込めることを理解している。山形に10数年いたときの野菜作りについて話をする	期待	2回目
	12/9	HTR		里山の庭	散策:バックヤード・里山の庭の花壇見学	定植した白レンゲを確認し、ポラティアに自宅から持参したレモンの木の話をする		
	12/10	ケア報告		いとしの庭	散策:いとしの庭の枕木花壇見学	1人でニオイバナムツリの花壇を眺めていた		
7	12/11	HTR		里山の庭とアトリエ	しめ縄づくり	収穫した稲とユズを使い新年に向けてしめ縄づくりを行う。やってみたくて意欲的に取り組む	期待	
	12/15	ケア報告		ささやきの庭	散策:ささやきの庭の花壇見学・散歩	散策時にユリの辺りに自身の飼っているインコ残りの「餌がら」を置く		
8	12/18	HTR		庭園全般	庭を散策し、これまでの活動を振り返る	これまでの活動を振り返り植物の生長を確認した。画像ファイルを整理し、「どの活動も楽しかった。来年も続けたい。」と抱負を語る	期待	
	12/25	ケア報告		里山の庭	散策:里山の庭の花壇見学・散歩	豪食後、1人で里山の庭の花壇のハンジーや白レンゲを眺めていた		
	12/28	ケア報告		居室	居室:作成したしめ縄に興味を示す	「しめ縄をいつ頃飾れば良いですか?と楽しみにしていた		
	1/6	ケア報告		ささやきの庭	散策:ささやきの庭の花壇見学・散歩	散策時にユリの辺りに自身の飼っているインコ残りの「餌がら」を置く		
	1/14	ケア報告		ささやきの庭	散策:ささやきの庭の花壇見学・散歩	散策時にユリの辺りに自身の飼っているインコ残りの「餌がら」を置く		
9	1/15	HTR		里山の庭	菜の花・春の草花の実生苗の鉢上げ	2009年最初の園芸活動、菜の花・スイピーの一つ一つの芽出しの葉の形を見定めてながら作業する。種から育てることの楽しさを実感している様子。	期待	
	1/21	HTR		バックヤード	散策:バックヤード見学	菜の花・夏まで、キンセンカなどの実生苗の生長を確認する		
10	1/22	HTR		里山の庭	草花・野菜の種まき、観葉植物挿し木	菜の花・葉脈まで特徴をつかんだ挿し木を描かれ、以前水彩画をしていたことも告げられた。同席した他居住者と挿し木方法の声を掛け合いながら取り組まれる。	期待	
	1/24	ケア報告		ささやきの庭	散策:ささやきの庭の花壇見学・散歩	散策時にユリの辺りに自身の飼っているインコ残りの「餌がら」を置いてある		
	2/2	ケア報告		ささやきの庭	散策:ささやきの庭の花壇見学・散歩	散策時にユリの辺りに自身の飼っているインコ残りの「餌がら」を置いてある		
11	2/4	HTR		里山の庭	里山の庭の畑に菜の花を定植	他の居住者にも楽しんでもらおうと菜の花をダイニングからよく見える畑に定植した	期待	3回目
	2/18	HTR		里山の庭	散策:里山の庭の花壇見学・散歩	畑に定植した菜の花を確認し「霜に当たっていませんか?」などと発言される		
	2/22	ケア報告		里山~ささやきの庭	散策:里山の庭の花壇見学・散歩	他人居住者と散歩中のスタッフと定植した菜の花について会話する		
12	3/5	HTR		いとしの庭	いとしの庭の枕木花壇づくり	女性他居住者3名とともに花壇づくりに参加。作業途中でお昼になってしまおう、「後でまた、作業しますよ。」と意欲的。	期待	
	3/12	HTR		いとしの庭	散策:いとしの庭の枕木花壇見学	枕木花壇の花がら積みなどをしている		
	3/14	ケア報告		いとしの庭	散策:いとしの庭の枕木花壇見学	枕木花壇の花を眺めながら散歩していた		
13	3/17	HTR		いとしの庭	いとしの庭の枕木花壇づくり	女性他居住者1名とともに花壇づくりに参加。ほとんど手を休めることなく作業される。水やりしながら記念撮影する。	期待	
	3/18	HTR		ささやきの庭	散策:ささやきの庭の花壇見学・散歩	ユリの球根の発芽を観察、生長も楽しみにしていたと発言		
	3/27	ケア報告		里山の庭	散策:里山の庭の花壇見学・散歩	これまでは種播・育苗して手掛けてきた花々の開花を確かめるように散策		
	3/29	ケア報告		ささやきの庭	散策:ささやきの庭の花壇見学・散歩	花々の開花を確かめ、ユリの周囲の「餌がら」を置く。散策していた		
	4/2	ケア報告		ささやきの庭	散策:ささやきの庭の花壇見学・散歩	晴天続きの天候で11:00~と14:00~の1日2回庭園散策されている		
14	4/7	ケア報告		ささやきの庭	散策:ささやきの庭の花壇見学・散歩	晴天続きの天候で11:00~と14:00~の1日2回庭園散策されている		
	4/9	HTR		庭園全般	庭の花を積みアレンジメントづくり	咲かせた花を使ったアレンジは、より一層、色彩・香りが格別だと発言される	経過	4回目
15	4/15	HTR		里山の庭	散策:里山の庭の花壇見学・散歩	自分の育てた花々の開花が嬉しいことと控えめに報告する		
	4/23	HTR		サークル室	春植え球根の寄せ植えづくり	ペランダで長く楽しめる寄せ植えを置くことで、快適な自室環境に整えた	経過	
16	4/27	HTR		居室	居室:園芸療法実習生との訪室	荒れてしまっていたペランダで花々を楽しむためレイアウトをアレンジする		
	5/7	HTR		サークル室	庭の植物を採取しスケッチをする	庭の草花をスケッチして、植物をより観察し關心を深めた		
17	5/12	HTR		居室	居室:園芸療法実習生との訪室	家族や孫の訪問での会話で園芸活動写真を見て話をしたとのこと		
	5/21	HTR		里山の庭	樹木のネームプレート取り付け	馴染みの植物を増やそうと、解説文を確認しながら樹木のネームプレートを取り付けた	経過	
18	6/4	HTR		里山の庭	樹木のネームプレート取り付け	収穫後はリース作り活用しよう、トウガラシ苗を定植した	期待	5回目
	6/12	HTR		里山の庭	散策:里山の庭の花壇見学・散歩	苗の香からの開花を楽しんだこと、今回は花写真を見ましようと話した		
19	6/18	HTR		サークル室	プログラムのまとめ・振り返り	ハーブの香りに包まれて会話を楽しみ、半年間のプログラムを振り返った	経過	

\* 園芸療法士は HTR, 園芸療法アシスタントは HTA, 園芸療法実習生は HTS とする。

### 3. 結果

#### 1) 個別 HT 実施結果

開始当初は、A氏が自宅から持参していた花（ニオイバンマツリ）や、かつて自宅に植えられていたという植物リストの中から、回想法（黒川、2005）の手法を用いて、「思い出を語ること」を中心とした。3回目以降は、徐々に参加意欲が向上していった。4回目までは、プログラム以外の日は、ケアスタッフがA氏を迎えに行き、庭を歩き、播種した芽の生育の確認などを実施した（表中の△）。しかし5回目以降は、プログラム以外の時間にも自主的に、庭の散策をはじめた。表中の○は、スタッフが、庭でA氏を見かけたこと、インコの餌がら（ヒエ）を定植した植物の根元に撒いてある様子から、庭に出ていることを確認できたことを示す。

表1からX年9月から翌年6月の9ヶ月間に、19回のHT実施と39回の植物の見回り散策が観察されたことが解る。

#### 2) 不安度の測定結果

STAIによる変化は図1の通りである。全5回のSTAI検査の合計点の結果は、1回目を除いてほとんど変化していないが、状態不安A項目、特性不安A項目は共に3回目で上昇している。P項目はいずれも5回を通し10と一定であった。状態不安合計は5回目まで軽減傾向、特性不安合計は3回目から5回目にはわずかながら上昇傾向を示した。

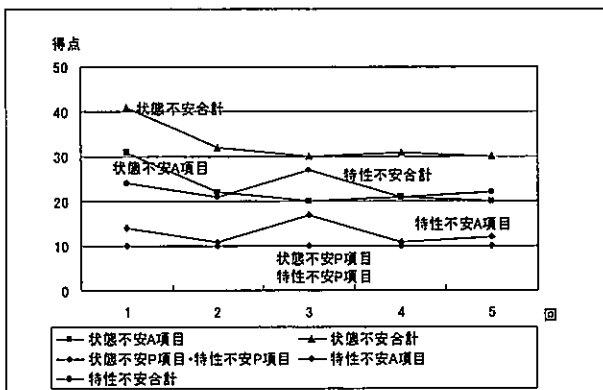


図1. STAI 検査合計点の変化。

#### 3) 積極性の変化の結果

A氏の活動への参加意欲は表2の意欲の欄にグラフで示した。1、2回目は1の評価でまだ消極的であったが、3回目からは2になり徐々に積極性が見られ、7回目からは3になり自主的に参加する回も増え、積極性が出てきた。しかし3が最後まで持続することはなく、2と3を往き来していた。

#### 4) 発語内容の変化の結果

A氏のプログラム実施中の印象に残る発語を表2にまとめた。A氏の発語内容は、最初のアセスメントでは、自宅の庭の植物、特に妻の思い出にまつわる植物についての会話がほとんどであり、自己⇒自己の会話内容であ

った。3回目以降から、思い出の植物を使った花壇づくりに加え、種まきや苗のポット上げなど、開花への期待がイメージできるプログラムが始まり、自己⇒自己と自己⇒他者の両面の関係性が見られるようになった。それ以後、植物の生長を心待ちにする会話や過去の経験に基づく会話などをスタッフや入居者仲間と交わしつつ、他者へ思いを広げていくことが多くなっていった。

#### 4. まとめと考察

筆者らは、「喪の作業」を焦点化し、園芸療法により、妻とともに育てていた植物との思い出を回想することを試みた。園芸療法開始当初は、自宅から持参した植物や、妻が好きだった思い出の植物を使用したため、過去の思い出に浸る会話も多く、HTRもA氏のペースに合わせて、それらの言葉に耳を傾け、ゆっくりとプログラムを進めていった。3回目の時に撮った写真に写りこんだ発光体を、「亡き妻の見守り」と信じ、園芸療法への参加の意欲が強くなり、同時に時間認識のずれが少しずつ修正されていった。4回目から、宿根草や球根類など翌春～初夏に開花する多年草を取り入れた。これは、一年草のように播いてすぐ発芽～生長を感じ取っていく経過に対して、一旦地上部を枯らしながら、再び季節が移り開花するという長期のサイクルをもち、季節を越えた時間を実感できるものとして選んだものである。この頃から自身で播種した植物の生長を喜ぶ会話が聞かれるようになった。

A氏は、長年園芸に親しんでいたため作業の手際もよく、園芸の知識も豊富で、未経験のしめ縄作りにも意欲的に取り組んだ。6、7回目頃からは一緒に作業をするスタッフや入居者との会話を楽しみつつ、自身の過去のことを話し、園芸療法での作業の楽しげに振り返る余裕も生まれてきた。中盤からは時折、自宅の庭での作業を思い出しながらも、さまざまな作業に積極的に取り組んだ。作業の間の散策においても自身が世話している植物に関心を示し、花壇づくりや植物の生長が、施設の他の入居者に楽しみを与えていることに喜びを感じている様子が会話の端々に伺えるようになった。

このように長短の時間の経過を実感すること、妻が自分を守ってくれているなど、将来への期待を持たれたことから、ケアスタッフの訪室の際に、少しずつ亡き妻の命日を口にすることが出来るようになっていった。このことから、妻の死を少しずつ受容できるようになったといえる。このような経過を経ながら、徐々に意欲の上昇が見られた。例えば園芸療法開始時には毎回迎えに行かなければ参加しなかったが、すべての行動が活発となっていき、鍬を使って体を動かす活動やプログラム準備にも参加するようになった。

また、他の入居者と一緒に植物を植えることに参加しながら、植物を介在させて他者と関係性を結ぶことが出来るようになった。表2にみるように、園芸療法実施中

の発語は、初期の自己⇒自己の会話が、5回目ごろから、植物を眺め、それを話題にしながら、自己⇒他者へと向かっている。これは、他者との園芸活動などを通して、一人で悲嘆の殻の中に閉じこもっていた気持ちが徐々に開き、他者との関係性を再び築くことが可能になったことを示している。つまり、園芸療法を通じて問題行動の確認されたX年5月からのA氏の閉じ籠りは、解消されたといえよう。

園芸療法開始当初のA氏は、喪の作業を一人で抱え込み、その重荷に耐え切れず、むしろ時間の誤認や昼夜逆転などによって自己内の平衡を保とうとしていたと考えられる(ボウルビィ, 1991)。そこへ植物という緩やかなのちを介在させ、HTRらがA氏に寄り添い、ラポールを形成し、過去からの回想を共有しながら、未来へと時間への意識をつないでいった。未来の時間を楽しみに‘待つ’という気持ちに転換していったことは、発語の中からも伺える。

STAIによる不安度の変化の結果からは、1回目を除い

てわずかな変化しかみられなかった。これはA氏の感情が安定していたとも考察されるが、一方、STAI検査そのものがA氏に適合していたのか否かを検討しなければならない。A氏は長谷川式スケールでは問題がなかったものの、時間認識のずれなど、正常な回答が出来ていたのかに疑問が残るからである。

悲嘆のケアについて、1. 傾聴—まず遺族の話に十分耳を傾けること、2. 遺族自身の「納得のいくストーリー」を大切にすること、3. 遺族のペースに合わせる事が大切である(村上, 2006)。喪の作業は、失った対象への思慕の情、悲哀、絶望、怒り、憎しみ、相手への悔やみや償いなど、さまざまな過程を経ながら、心の整理をつけていき、悲嘆の現実と向き合い、それを受け入れ、新しい生き方に向けて再出発するという作業である(村上・瀬藤, 2005)。

愛する人との死別体験は、人生において最も大きなストレスを与える出来事であり、人によっては深刻なうつ状態に陥るきっかけともなる。浅野・高江洲(2008)に

表2. プログラム実施時の印象的な発語内容。

回数	意欲			発語の内容	関係性
	1	2	3		
1				プログラム導入時の面談で「園芸は好きなので、やって良いです」との返答、自宅から持参した「ニオイパンマツリを花壇に植えたい、山アジサイの七段花は妻の好きな花だった」などと話す	自己⇒自己
2				STAI検査の説明に、「内面の変化を知ることができるなら良いですよ」と受け入れる	自己⇒自己
3				庭のキンカンを見て、「自宅の庭には柑橘類はレモンだけだったよ」。目を出したピオラを見て「色は何色ですか?」と聞く	自己⇒自己 自己⇒他者
4				部屋から移動のときに、「私の持ってきたレモンはどれだったかな」と確認。スタッフの声掛けがあると、表情も柔らかくなり、会話を楽しんだ	自己⇒自己 自己⇒他者
5				自分で播種した白レンゲの苗を見て、「順調に育っていますね」と感想。時期はずれのトマトがまだ実をつけているのを見て「まだ抜かないでおきましょう」と言う	自己⇒他者
6				白レンゲの植え込みの際、「レンゲは土に入れるとチッソ肥料になりますから」と目的をしっかりと理解。10代の頃の思い出を話す	自己⇒他者
7				しめ縄作りの際、「やったことありませんがやりたいです」と興味を持ち、完成後に「手作りもできるんですね」との感想。「一夜飾りはだめですから」と28日に飾ることを決める	自己⇒自己 自己⇒他者
8				これまでの活動の写真を見て、「どの活動も楽しかったです」、また自身がポット上げた苗を他の入居者が楽しんでいることに、「それはうれしいことです」との返答	自己⇒他者
9				草花の実生苗を見て、「自宅の庭でも種から植物を育てていました」とスタッフと話す。開花しているピオラを見て「寒さに耐えて咲いていますね」と笑顔で話す	自己⇒自己 自己⇒他者
10				初めて植物画を描く際に、「以前水彩画をやっていて、よく写生に行きました」。種まき作業は参加者と声を掛け合って楽しい雰囲気を進めた	自己⇒自己 自己⇒他者
11				育苗していた菜の花を定植して、「この種まきはいつでしたか?」「随分良い葉っぱが出ていますね」と成長を確認	自己⇒他者
12				参加した女性入居者たちと会話を田野地見ながら花壇づくりを進め、お屋になり作業途中になったが、「後で続きをしますよ」と話す	自己⇒他者
13				一緒に作業をする入居者の声かけに笑顔で返答、暖かい日で風も気持ちよく会話が弾んだ。記念写真を撮り、他の入居者の育てているシクラメンを賞めた	自己⇒他者
14				「何とか花を咲かせたい」と2月に定植した菜の花の開花を楽しみ、花壇の白レンゲを見て、「昔はたくさん咲いていたもんです」と説明	自己⇒他者
15				居室に訪室すると、「後から自分で行きますよ」と言い、自身で来られた。実習生からの話しかけに和やかに答えていた	自己⇒他者
16				4人で植物画を描き、「以前は写生をやっていました」、出来た作品を見て「人それぞれ個性が出て良いですね」と上手に感想を告げる	自己⇒他者
17				スタッフと樹木プレートを取り付け作業を行い、プレートを「良いものですね」と言い書かれた内容をしっかりと読み返した	自己⇒他者
18				4月に播種したトウガラシの苗を見て、「苗はあまり大きくなっていませんね」と話し、「専攻は何ですか?」と実習生との会話を楽しんだ	自己⇒他者
19				次回から新たな内容で始めることを伝えると「私は園芸が好きですから、同じようお願いします」。これまでの活動を振り返り「忘れてしまったことが多いですが、写真で見ると良いものですね」	自己⇒他者

よると、悲嘆の軽減には、第三者の介入が必要である。A氏はHT実施の9ヶ月間、一人ではなく、HTRやケアスタッフという客観的視点をもった第三者に見守られながら、悲嘆の現実と向き合い、妻との思い出の植物に心を寄せた。園芸作業に没頭する現在を生き、植物の生長を楽しみにする近い未来を想像するというさまざまな過程を経た。その中で、心の整理をつけていき、生活のペースを取り戻していったといえる。

もし園芸療法による介入をせず、仮にA氏が一人で喪の作業を行っていたなら、昼夜逆転およびその他の問題行動がさらに拡大し、妄想や虚言の世界に入ってしまったかもしれない。

この短報では、園芸療法が有用と示唆された一例を報告した。しかしながら、悲嘆に陥った後期高齢者の心身の状態は、療法により一時の改善が見られても、それを中断することで、また大きくマイナスに傾いてしまう可能性がある。A氏が、妻を亡くした後の喪失感や孤独感から、自身の体調管理に目が向くようになった現在の状態を維持することが重要といえる。そのためにも、B施設がA氏にとってより良く生きるための環境、住み慣れた「自宅」となり得るように、新たなプログラムを定期的に継続実施していきたい。

#### 引用文献

- 浅野房世・高江洲義英：生きられる癒しの風景 園芸療法からミリューセラピーへ。人文書院。2008。
- ボウルビィ, B. (黒田実郎・吉田恒子・横浜恵三子訳)：対象喪失 母子関係の理論Ⅲ. 第6章 配偶者の喪失. Pp. 87-119. 岩崎学術出版社. 1991
- デーケン, A・曾野綾子編著：生と死を考える。春秋社。1995。
- 肥田野 直・福原真知子・岩脇三良・曾我祥子・Charles D Spielberger：新版 STAI マニュアル (State-Trait Anxiety Inventory-Form JYZ). 実務教育出版。2000。
- 黒川由紀子：回想法—高齢者の心理療法。誠信書房。2005。
- 村上典子。医療現場に「グリーンケア」という視点を。Modern Physician. 26(6):1026. 2006。
- 村上典子・瀬藤乃理子：遺族へのグリーンケア—患者心理。治療。87:786-788. 2005。
- 小此木啓吾：対象喪失—悲しむということ。中公新書。1979。
- 小此木啓吾・大野 裕・深津千賀子(編)：心の臨床家のための精神医学ハンドブック。創元社。2004。
- 坂口幸弘：悲嘆学入門—死別の悲しみを学ぶ。昭和堂。2010。
- 吉田利康：多くのいぞくの吐き出すような声に。ホスピスケアと在宅ケア 14(1):1-2. 2006。