

レイズドベッド普及による 多摩地域高齢者の社会的孤立防止のための基礎的研究

澤田みどり (社会園芸学科特任准教授)

深町 康志 (造園家)

来島 泰史 (園芸教育室)

喜田 安哲 (社会園芸学科准教授)

Research to promote interaction among the elderly through use of raised bed gardens

SAWADA Midori, FUKAMACHI Yasushi,
KIJIMA Yasushi, KITA Yasunori

Abstract

To encourage the widespread use of raised bed gardens, we continued to build bench-type raised beds through last year and set them up on the university campus and in public facilities such as the Green Live Center of Tama City. We also purchased reasonably priced commercially available raised bed gardens to compare and gauge ease of use and durability. Negotiations were held with Tama City and steps taken to develop preventive care activities through use of raised beds on campus during 2016. As Japan's population ages, raised bed gardens will increasingly be needed to conduct horticultural activities designed to help people maintain good health, to provide greater opportunity for interaction within the community, and to re-develop a sense of purpose and usefulness after mental or physical disability.

1. はじめに

2013年度園芸文化研究所研究助成により、レイズドベッド2台を南野キャ

ンパスに造成し、園芸療法の授業内や園芸療法入門の公開講座で活用をした。学生や公開講座受講生が実際にレイズドベッドに土を入れ、植栽をし、車いすや椅子、立位で作業体験をし、障害者や高齢者にとって安全で、より身体機能に負担が少なく、作業の可能性が広がる環境づくりを学び、検討する実体験の場となった。一方でレイズドベッド普及に関しては、個人で造成をする手間やコスト、しっかりとした素材で安定感や耐久性を求めると重量が嵩み、一度設置をすると移動が困難であるなどの課題もあった。

2014年度は、一般市民のレイズドベッドへの興味を高め、より多くの方が共に作業をすることで孤立防止につながることを考慮し、ベンチャー体型のレイズドベッドを考案した。2度にわたり公開講座を開催し、2台のレイズドベッドを造成し、実際に地域での使用とその効果を検証するために、1台は多摩市グリーンライブセンターに設置した。

また、近年インターネットを通して手軽に入手でき、組み立てが容易で安価な市販のレイズドベッドが流通するようになってきた。そこで市販のレイズドベッドを2台購入し安全性や耐久性等について比較することとした。

多摩地域高齢者の社会的孤立防止のためのレイズドベッド普及には、レイズドベッドを多摩市や多摩市社会福祉協議会にも知ってもらい、今後協働の道を探ることが不可欠である。これまでの成果をふまえた広報活動の結果、2015年度から具体的なレイズドベッドを活用した園芸療法プログラムの準備につながるように連携を始めることもできた。以上の経過を報告する。

2. レイズドベッド造成

(1) ベンチャー体型レイズドベッド

筆者らは2013年度に引き続き、地域住民も参加可能である本学園芸文化研究所公開講座にて、レイズドベッドを実際に造成する講座を2回開催した(1回目:2014年5月17日・2回目:2014年10月15日)。昨年度の立位、車いす、椅子に座した状態で作業をすることを重視したデザインとは異なる、より一般市民が興味を持って注目をする設計図を考案した。様々な身体機能の方が一緒に作業ができるように、また、共に植物を感じ、植物と共に過ごすこと

を楽しめるようにベンチ一体型にした。

ベンチ一体型は、ベンチに座ってくつろいだり、座ったままで作業をしたり、杖使用の方が立ったまま作業をしたり、車いすの方も車いすに座ったまま植物に触れたり作業を楽しむことが可能である。

(2) 受講生の反響

1回目の講座は南野キャンパスで受講生10名を迎えて行った。受講理由はそれぞれ自宅に設置したい、勤務している施設に置きたい、東北の復興支援で活用できないか検討したい、造園業を営む上で今後顧客のニーズの中で生かしたいなど様々であった。全員が実に熱心に参加し、南野キャンパス入口正面の人目につきやすい場所に設置した。レイズドベッドの説明をつけて認知度を高めて周知させる工夫をした。受講生は実際に花が植わっている様子を見に来たり、写真を撮るなど自ら造成することで親しみを持つことが伺われた。植物は本学卒業生が、園芸療法士として勤務をする知的障害者支援施設から購入し、障害者と学生と一緒に植え込みを行った。

2回目の講座は、多摩市グリーンライブセンターを会場に、南野キャンパスより大型のベンチ一体型レイズドベッドを造成した。グリーンライブセンター職員も含め、12名が参加し、皆興味を示し完成を全員で喜び達成感と満足感を得た。講座受講生は「ここならいつでも見に来られる。」「自分が造ると愛着が湧く。」「公の場所に置いてもらえると、自分が役に立った気持ちになる。」と好評だった。センター入口付近の目立つ場所に設置し、こちらにもレイズドベッドの説明をつけて来園者や通行人に周知させる工夫をした。

2台は形態が異なるベンチ一体型だが、それぞれ珍しい形体のためか注目をされ、「花に囲まれたベンチに座ってみたい。」「自宅にこういうものがあると素敵よね。」「どこで買えるの?」「年をとったら便利よね。」と花好きの方の目を引き、自然と座る人や写真撮影をする人が見受けられた。

(3) 材料

前は多摩市での普及のために多摩産材を活用したが、実際には多摩地域の木材は家屋用で屋外用には造られていないため、東京の木場に搬送し、腐

食剤を注入し、また多摩へ搬送するという手間とコストがかかり、一般に普及させるには不向きな点があった。今回はホームセンターで腐食剤を注入済みの木材を購入し、一般家庭でも造成が手軽な材料を使用した。その他塗装用のペンキなどに関しては、前回同様に自然環境や人体への影響を考慮した材料を使用した。

(4) ベンチー一体型レイズドベッドの波及的効果

多摩市グリーンライブセンターに設置したレイズドベッドを見た多摩センターに事務所のある企業から、地域への社会貢献を目的に自社ビル前に設置したいという問い合わせがあった。社内会議においてコストや管理の手間が課題になって却下されたが、予想以上の反響に手応えを感じた。

一方で筆者は共同研究者の深町康志氏とともに、今回の2台のベンチー一体型のレイズドベッドの写真を見て興味を持たれた株式会社小松製作所(以下コマツ)のCSR室から委託を受け、コマツが創業地である石川県小松市への社会貢献事業の一つとして、レイズドベッドを2015年5月に4台造成、市内の施設へ寄付する支援を行うことになった。今後は、小松市の数か所の施設で実際にレイズドベッドが活用されている様子を多摩市に紹介し、多摩市での普及・活用に繋げていきたい。

3. 市販のレイズドベッドの設置

以前はほとんど知られていなかったレイズドベッドだが、インターネットで検索をすると数多く紹介されるようになり、20年以上前からレイズドベッドを紹介・使用している筆者としても近年の普及に驚いている。インターネットの大手ショッピングサイトで容易に安価な個人で組み立て可能なレイズドベッドが入手できる状況であることがわかり、実際に市販のレイズドベッドを設置し、使用し、使い勝手など調査、検討する必要があると考えた。

(1) 樹脂製ブロック組み立て式菜園

樹脂製ブロック・組み立て式菜園キットを購入し、学生と一緒に組み立てた。利点としては、組み立ては容易で、大きさや形態も変えることができる

ので個別のニーズに対応が可能である。軽量で移動や撤去、分解も手軽であり、ベランダや屋上、庭など広く活用可能である。

課題としては、ブロック3段までが安全基準と提示されているが、高さ40センチほどのため根の深い植物には不向きであり、植栽植物の検討が必要である。作業姿勢が低くなりしゃがんで長時間の作業になると膝への負担が懸念される。しゃがんだり立ったりする際のふらつきにも注意する必要がある。風呂用の椅子に座るか、風呂用マットの上に座って作業をするなどの工夫が必要である。

(2) 木製組み立て式菜園

インターネット大手ショッピングサイトから木製組み立て式菜園を購入し、共同研究者の来島氏に組み立ててもらい、これまで造成してきたレイズドベッドと同じペンキを塗って耐久性を高めた。V字型のデザインになっているために根菜類も育てられ、立ったまま、または車いすや椅子に座って容易に作業ができる利点は大きい。

課題としては、これまで造成した木材より細く、耐久性の点で不安であること、木材が細く寄り掛かったり、道具を木材の上に置いたりができず作業の際に道具や材料を置く台があった方が効率的である。

定期的に体重をかけたり、腐食やねじの緩みがないか安定性を確認し、作業しやすい環境を整えながら使用していきたい。

4. 多摩市や地域の多職種との連携

2015年度5月より本学南野キャンパスのレイズドベッドを活用し、学生主体の地域高齢者への園芸療法プログラム『恵泉土曜園芸クラブ』を開始することを視野に、多摩市社会福祉協議会や多摩市高齢者福祉課や介護支援課の担当者や相談をし、地域在宅高齢者のニーズや介護予防事業の現状について話を聞くことができた。その後ケアマネージャーや保健師の会合に招かれ、総勢100名ほどの方々にレイズドベッドを紹介し、今後の活動について説明をする機会を得ることができた。その後実際に数名の包括支援センターなどのケアマネージャーが南野キャンパスに足を運び、レイズドベッドの使

い勝手や園芸クラブのプログラム内容を確認し、今後実際の活動参加者を紹介して下さる段取りに至った。

また、多摩市グリーンライブセンターのレイズドベッドには、2015年5月に唐木田にある、医療法人社団天扇会あい介護老人保健施設のデイサービス利用者が、学生と花苗の植え替えに来ることになっている。デイサービス利用者は脳梗塞などの後遺症で片麻痺や杖歩行、車いすの方も多いが、そのような状態でも地域の住民として社会貢献を希望されているという。彼らの社会での活躍の場として多摩市グリーンライブセンターの植え替え作業と一緒にしてみようと計画をしている。企画の段階で施設担当者からは、公共施設にレイズドベッドのような配慮がされていることは大変有り難く、好ましく、高齢者や障害、病をもつ市民が地域に受け入れられていると実感できるとのことであった。

5. 結果・考察

本研究グループは、「場」造りの視点で、身体機能が低下した高齢者、加齢による発病や転倒等により障害をもつ高齢者も含めて、誰もが植物を通して生き物と共にいのちを楽しみ喜ぶ場、独居や孤立した高齢者が季節を感じ、人と関わり対話する場として、レイズドベッドを活用した園芸活動の可能性を見出すことができた。

地域コミュニティの中でレイズドベッドを活用することは、植物や園芸作業を通して地域の中に新たな支え合いの仕組みを構築していくきっかけを作ることができると確信している。園芸を特色の一つとして掲げる本学は、レイズドベッドを架け橋として地域連携を積極的に図り、高齢者の社会的孤立を防止する取り組みを前向きに取り入れていくことが、学生の社会貢献への意識向上、地域への眼差しを育てるうえでも有効と考える。

今後、レイズドベッドを用いながら、園芸活動によるコミュニティの活性化、高齢者の引きこもり防止、介護予防、認知症予防の可能性について事例を増やし、検討していきたいと考えている。

レイズドベッド資料

