

平成 21 年度後期 在宅医療助成事業

デイサービス、介護施設、グループホーム、ケアハウスなどにおける高齢者の QOL 向上による精神面での在宅緩和ケアとしての押し花療法（芸術療法）の実践的研究



研究者氏名：清水 美千代

所属・職名：日本芸術療法学会 会員

所在地：東京都新宿区弁天町 9-1 財団法人神経研究所内

提出日：2011年 2月 1日

## 【はじめに】

### 1) 調査の意義

現在わが国の高齢化は、世界に例をみない速度で進行しており、先進諸国の高齢化率を比較してみると、1980年代までは下位、90年代にはほぼ中位であったが、2005年には最も高い水準となり、世界のどの国もこれまで経験したことのない高齢社会を迎えている。また、その高齢社会対策への動きとしては、現状把握のもと、後期高齢者医療制度施行から新たな制度への移行や介護保険制度の導入、医療制度の改革や在宅介護サービスなどの充実が随時進められている。しかし、その反面高齢者が人生の最後の時を迎えるにあたって、住み慣れた自宅や地域社会での生活を希望しても、それに伴う在宅医療はもちろん、高齢者のQOLの向上を含む精神面での在宅緩和ケアの実践が立ち遅れているという現状がある。さらに、在宅緩和ケアにおいては、身体的症状緩和治療のみならず、ケアハウス・介護施設・グループホーム・デイサービスなどを含めた高齢者のQOLの向上による生きがいや精神的霊的緩和ケアの充実が重要となっている。

一方、押し花という具象物を使った表現アートは、花をいろいろと置き換えるだけで瞬時に違うイメージが目の前に広がるという特徴があるため、介護を必要とする高齢者にとっても、少しの動機づけとエネルギーによる創作的自己表現が可能であり、創作に取り組むひとときや作品の完成により、情緒の安定や失われがちな能動性が刺激され、自己意識や個人としての価値と尊厳を回復させることが可能であると推察される。

### 2) 調査目的

押し花という身近な自然素材を使って、表現アートを実践する中で、高齢者の様子や心理的作用を調査研究し、その成果を取りまとめて押し花のセラピー効果についての研究資料を作成する。

### 3) 調査方法

#### ① 紙芝居による導入

今回の調査方法は、集団の中で押し花に取り組んでもらった後、心理的作用を調査する方法で実施する。調査対象者に対しては自由な創作への動機づけとして、紙芝居を使って、子どもの頃に経験した押し花や植物を育てたり観賞したりした経験を思い出してもらい、押し花への導入をする。



紙芝居に見入る高齢者

## ② ひと花選びによる導入

さらに、段階を経た導入として、押し花に触れることを目的として、押し花をひとつだけ選んで自分用の押し花しおりと、大切に思う人のための押し花のしおりをつくってもらい、簡単な心理調査をする。

## ③ 押し花表現調査

花かご台紙か青空台紙を選択してもらい押し花を好きなだけ使って、自由なイメージで並べて作品づくりに取り組んでもらう中で作品制作への思いを調査する。



トレーに用意した押し花を選んで自由なイメージで並べてもらう

## ④ 押し花体験調査

完成した作品を観賞し、押し花作品作り体験の感想を調査する。

## 4) 倫理的配慮

この調査研究は、事前に協力施設・協力団体の責任者や職員・ボランティアスタッフに目的と方法や調査対象者への倫理的配慮としての安全面・尊厳・プライバシーなどを守ることや社会に対する損失を与えるものでないことを文書や口頭で説明し承認を受けるとと

もに、調査対象者に対しても、実施当日にアンケート回答への参加は自由意思であり、データの個人特定の回避と秘密管理を行うなどの口頭説明を行い、承認を受けて実施した。

### 5) 実施日・協力施設及び協力団体

2010年

実施日	協力施設及び協力団体	対象人数
5月28日	ミニデイサービス めくもり 東部サロン	21名
6月30日	特別養護老人ホーム アメニティあさひ(デイサービス)	20名
7月6日	あさひ福祉会 デイサービスひまわりの家	15名
7月13日	ミニデイサービス めくもり 稲葉サロン	18名
7月16日	ミニデイサービス めくもり 平子サロン	26名
		合計 100名

※尾張旭市地域福祉を考える会めくもり (通称ミニデイサービス めくもり)



花かごの台紙に丁寧に押し花を並べる男性



完成した作品の仕上げを手伝うスタッフ



手で押し花を上手に並べている様子



完成作品を披露する様子



アンケートに回答する様子



完成作品を見せ合う女性たち



作品完成を喜ぶ男性



自由なイメージで押し花を並べる様子

**調査対象者の基本データ**

1) 性別            男性    16名                    女性    84名

2) 年齢別

60歳以下	61歳～70歳	71歳～80歳	81歳～90歳	91歳～100歳
4名	4名	22名	54名	16名

3) デイサービス利用率

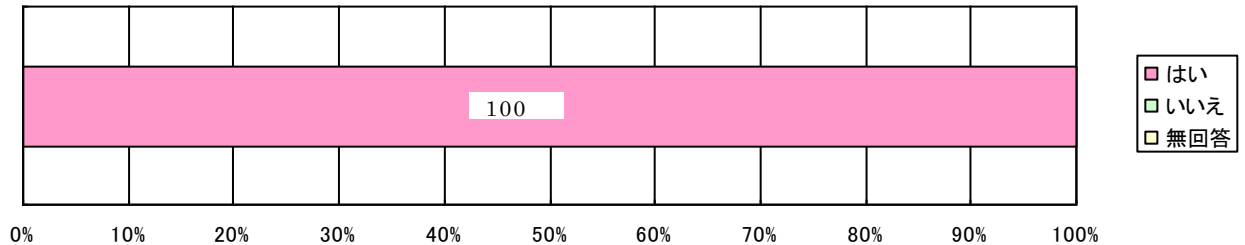
ミニデイサービス：66名      月2回開催中    ほぼ全員が月2回出席

デイサービス：34名      ほとんどが、週1回出席・数名が週2回から3回

# 押し花作品づくり アンケート

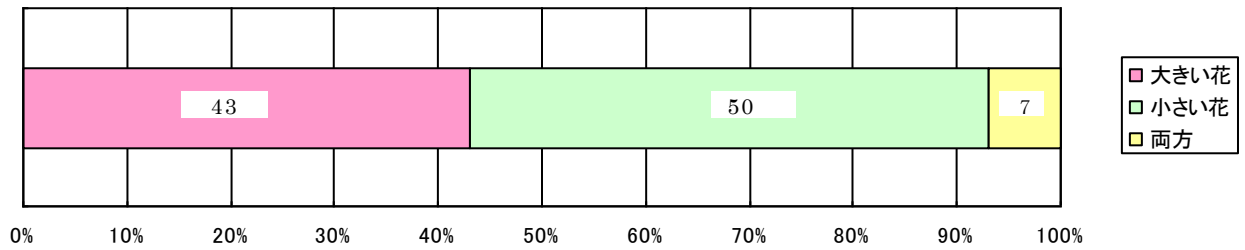
1) 花は好きですか？

はい ・ いいえ



◆はいと答えた人…どんな花が好きですか？

ア) 大きい花    イ) 小さい    ウ) 両方



(大きい花と回答した理由)

見ごたえがあるから。華やかだから。ダイナミックだから。存在感があるから。目立つから。

(小さい花と回答した理由)

可愛いから。盆栽的だから。撫子が好きだから。自分で育てているから。優しく見えるから。寄せ植えが出来るから。家でも楽しめるから。

◆はいと答えた人…どんな花が好きですか？

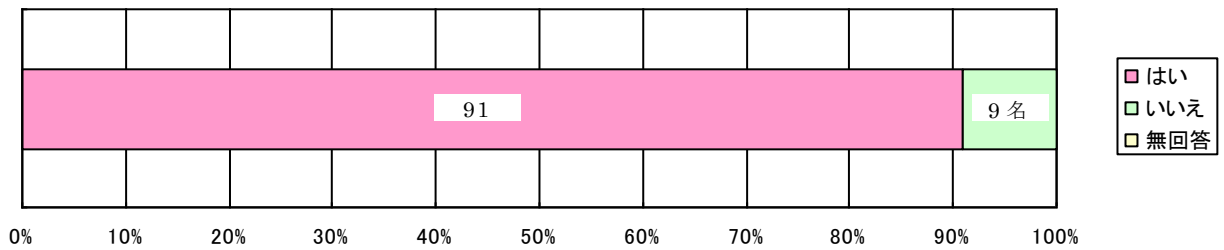
赤色	黄色	緑色	青色	その他
35名	39名	18名	10名	5名

(理由)

目立つから。ピンク色が好き。紫色が好き。白色が好き。黄色は元気になる。淡い色が好き。緑色は落ち着くから。赤色は映えるから。青色はすがすがしい気持ちになるから。青色は爽やかな印象があるから。

2) 好きな花はありますか？

はい ・ いいえ



◆はいと答えた人…好きな花の名前を教えてください。(複数可)

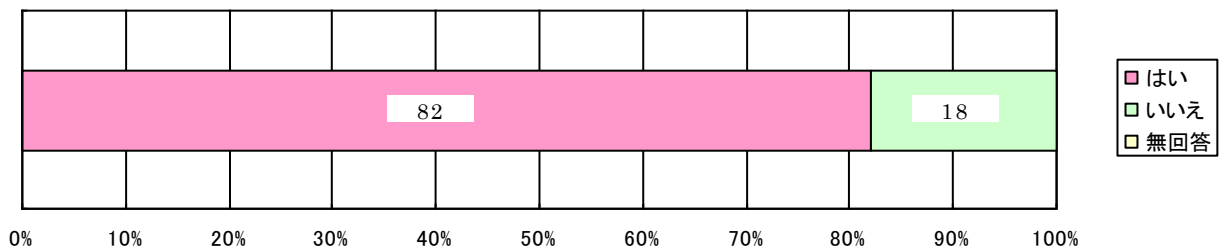
(好きな花の名前)  
バラ、ひまわり、都忘れ、オダマキ、忘れな草、ユリ、キク、コスモス、桜、梅、アジサイ、椿、サザンカ、すずらん、あさがお、二人静、チューリップ、水仙、アマリリス、ランパンジー、ダリア、スマレ、シャクヤク、全部

◆いいえと答えた人…好きな花がない理由を教えてください。

(理由) 特別にないから。今は育てることが出来ないから。

3) 花を育てることは、好きですか？

はい ・ いいえ



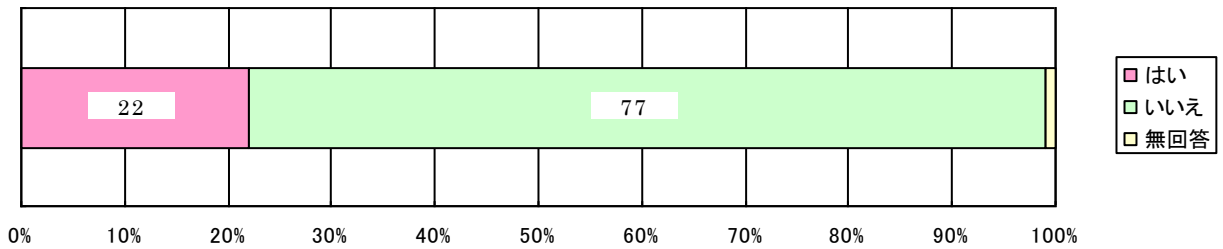
◆はいと答えた人…どんな花を育てたことがありますか？(複数可)

(育てたことのある花)  
あまり水やりをしなくてもよい花、ビオラ、バラ、あさがお、チューリップ、キク、アジサイ、すずらん、ラベンダー、ユリ、ひまわり、カーネーション、キンセンカ、金魚草、グラジオラス、ダリア、コスモス、カランコエ

◆いいえと答えた人…花を育てることが好きではない理由を教えてください。

(理由)  
手間がかかる。育てるより観る方が好きだから。  
今は年を取ったから出来なくなった。

4) 今までに、押し花をしたことは、ありますか？ はい ・ いいえ



◆はいと答えた人…いつ頃ですか？

ア) 子どもの頃 8名 イ) その他 14名

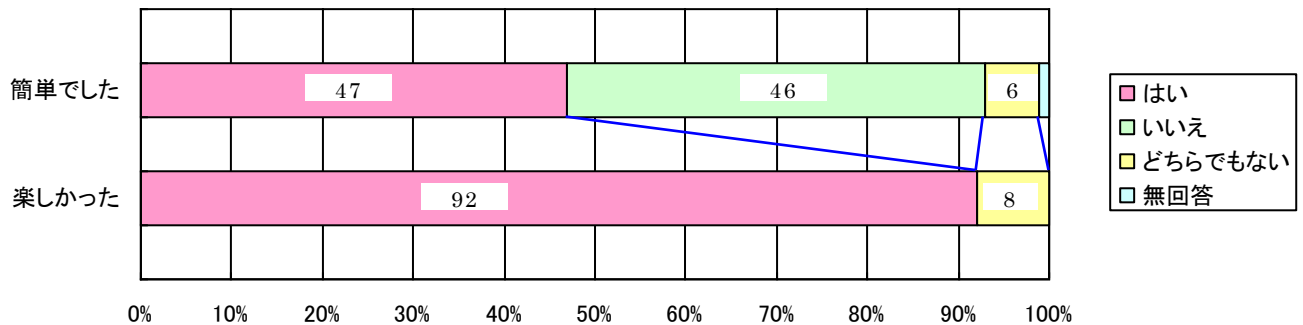
5) 今日は、誰のために、押し花しおりを作りましたか？

自分のため、家内のため、主人のため、娘のため、家族孫のため、ひ孫のため、神棚に飾る。みんなに見てもらう。

6) 押し花しおりづくりは、

◆簡単でしたか？ ア) はい イ) いいえ ウ) どちらでもない

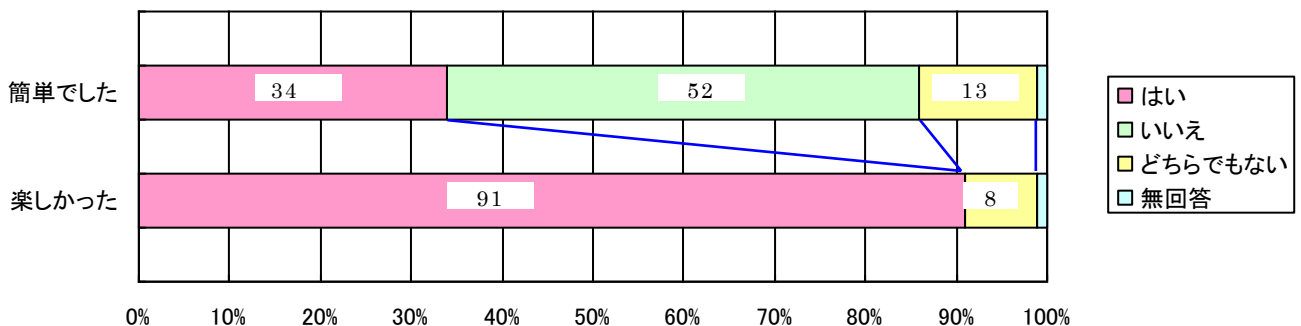
◆楽しかったですか？ ア) はい イ) いいえ ウ) どちらでもない



7) 押し花作品づくりは、簡単でしたか？

◆簡単でしたか？ ア) はい イ) いいえ ウ) どちらでもない

◆楽しかったですか？ ア) はい イ) いいえ ウ) どちらでもない





8) 押し花の台紙は、どちらにしましたか？

ア) 花かご 67名

イ) 青空 33名

- |  |  |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"><li>・ 花かごは、まとまるから</li><li>・ 美しく盛り花にしたかった</li><li>・ まとめやすい</li><li>・ かわいいから</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>・ 広々しているから</li><li>・ 夢があるから。</li></ul> |
|--|--|

9) 押し花作品づくりを完成して、どんな気持ちになりましたか？

- |  |
|--|
| <ul style="list-style-type: none"><li>・ 押し花を置く時に、手が震えて、難しかったけれど、出来たら楽しかった。</li><li>・ 出来上がったものを何度も、ながめて、嬉しかった。</li><li>・ 楽しくて、押し花をした昔を思い出した。</li><li>・ 上々の出来上がり、とても満足した。</li><li>・ 楽しかったので、もう一度つくりたい。</li><li>・ 作っている途中に、気持ちがワクワクしてきた。</li><li>・ また、次回が楽しみです。</li><li>・ 豊かで優しい気持ちになった。</li><li>・ やる気になった。</li><li>・ どこに飾ろうかと考えています。</li><li>・ 最初は難しかったけれど、出来上がったら、とても嬉しかった。</li><li>・ すっきりした気持ちになりました。</li><li>・ きれいだな。続けてやりたいと思った。</li><li>・ こんなに、きれいにできると思わなかった。</li><li>・ 少しずれてしまったので、押し花に申し訳ないです。</li><li>・ 自分で、計画をして作れば、もっと楽しいだろう。</li><li>・ 何とも言えず楽しく、良い気分になった。</li><li>・ 幼児に返ったように、楽しかった。</li><li>・ 今まで、経験のないことでしたので、出来上がった時は本当に嬉しく思いました。</li><li>・ 上手くできるかと心配だったけど、とても楽しく満足した。</li><li>・ きれいな押し花を沢山準備してもらい、どの花を並べようかと迷った。</li></ul> |
|--|

## 10) 協力者の感想

- ・ 普段は、ボランティアのものが主体で、何かをしてあげることが多いのですが、今回は、利用者の方がそれぞれ自分の手で、押し花の額を仕上げる事が出来て、とても良かった。
- ・ 初めて経験をする人が、ほとんどで、最初はとても不安そうでしたが、作りはじめたら皆さん生き生きと作業を進めていました。
- ・ 押し花をあそこへ置こうか、ここへ置こうかと迷いながらも真剣で集中しているように見えました。
- ・ 高齢者が多いサロンですが、思ったより簡単な作業のようでした。皆さんきれいな押し花に触れて、和やかな様子で取り組まれ、ボランティアがお手伝いしたのは、2・3名でした。
- ・ 毎日のレクレーションとは違った押し花作品作りでしたが、皆さんそれぞれ個性のある作品が出来上がり、とても満足顔で完成することが出来ました。
- ・ 作っている時は、もちろんですが、皆さん、完成された作品の出来栄えにとっても満足されていて、お互いに見せ合っては、会話がはずんでいました。

### 【分析】

今回のアンケート結果を分析していきますと、まず、1)の「花が好きですか？」の質問に対して100%の人が、好きだと回答しました。また、好きな花の傾向として「大きな花と小さな花のどちらが好きですか？」という質問では、ほぼ同じ割合という結果となり、「大きな花」を好む人の理由は、「見ごたえがあるから。華やかだから。」という観賞した時の気持ちを理由にする人が多かったのに対して「小さな花」を好む人の理由は「自分で育てているから。寄せ植えが出来るから。」と栽培した時の気持ちを理由にする人が多くいました。次に、好きな花の色は、赤色や黄色の暖色系の方を好む人が多くいましたが、その理由として、ご本人の好みの色を記入している人と色から受ける印象を記入している人と2通りの回答が得られました。暖色系の方を好む人の色から受ける印象は「映える、目立つ、元気になる」という回答でしたが、このことは、自分の存在を認めてほしかったり、健康でいたいという気持ちの表れのようにも思われます。2)「好きな花はありますか？」の質問では、バラ・ひまわり・コスモス、桜・梅などの他、複数の種類を記入された人を含めて90%余りの人が具体的に好きな花があるとの結果でした。3)「花を育てることは、好きですか？」の質問では、80%余りの人がビオラ・あさがお・チューリップなど多様な種類の花を育てた経験がありました。これは、高齢者の暮らしの中に「花」が自然に溶け込んでいることが伺えます。

さて、今までのアンケート結果は、「花」そのものについての質問でしたが、次は、今回のテーマとして取り上げました「押し花」に関する質問結果です。4)「今までに、押し

花をしたことは、ありますか？」の質問では、20%余りの人が押し花をした経験がありましたが、今回はじめて押し花をする人がほとんどでした。そのためでしょうか？ 5)

「今日は、誰のために、押し花しおりを作りましたか？」の質問に対しては、圧倒的に自分のためにつくったと回答した人が多かったのですが、中には、ご主人や奥様をはじめ、家族のためにつくった人もあり、いずれにしても誰かのために、目的をもってつくられたように感じました。

さらに、6)7)では、実際に押し花をした際の気持ちについて質問いたしましたが、その結果一番注目したい点に気付きました。それは、押し花のしおりづくりや押し花作品づくりにおいて、「簡単でしたか？」の質問に対して、「はい」と回答した人が約50%と30%だったのに対し、それぞれ90%余りの人が「楽しかった」と回答されました。つまり、押し花のしおりづくりや押し花作品づくりをした際に「難しかった」けれど「楽しかった」という人が非常に多くいたということです。8)「押し花の台紙は、どちらにしましたか？」の質問では、花かご台紙が67% 青空台紙が33%と花かご台紙を選択した人が、7割近くいらっしゃいました。花かご台紙と青空台紙は、調査対象の人が自由なイメージで、押し花に取り組んでいただくために準備しましたが、こちらが予想した以上に選択した台紙を活かされ、ご自分のイメージを膨らませている様子を拝見し、ほとんどの人が押し花のはじめての経験者だとは思えないほど、楽しんで取り組まれていらっしゃったことに、大変驚きました。9)は調査対象の人に、押し花作品づくりを完成して、どんな気持ちになりましたか？と質問してみました。10)は、今回のアンケート調査にご協力していただいた、ミニデイサービスのボランティアの方や、デイサービスの職員の方などに、調査対象者の皆さんの様子や感想をお伺いしました。

## 【考察】

分析結果での今回はじめて押し花をする人がほとんどであったことと「難しかった」けれど「楽しかった」ということを考察する。

「難しいこと」や「はじめてのこと」に取り組むにあたっては、今回の調査対象者である高齢者だけでなく、一般的にも本人の意志が重要になってくると思うが、意志とは「成し遂げようとする心」という意味であるから、今回の押し花づくりにおいては、多くの方が「成し遂げようとする心」をもって取り組んだということとなり、高齢者のQOL (Quality of Lifeの略で、生活の質という意味)向上による精神面での在宅緩和ケアとしての押し花療法という側面から考察すると重要な意味があると思われる。

なぜなら、超高齢化社会へと移行してきたわが国では、単に長生きすることよりも人生をいかに充実したものにするかといった生活の質、つまり、QOL向上に重点が置かれるようになっており、そのQOL向上に必要なことの一つが「生きがいづくり」であり、それは「生きるはりあい。生きていてよかったと思えるようなこと」と定義されている。このわが国独自の概念である「生きがい」は、身体的健康な高齢者だけでなく、様々

な医療機関をはじめ、デイサービスや介護施設などの高齢者福祉施設の利用者や在宅医療を受ける人にとっても、重要なことだといわれている。

さて、今回の押し花では、デイサービスの職員やボランティアの方に手助けしてもらった人もいらっしやったが、それぞれが『作っている途中に、気持ちがワクワクしてきた。何とも言えず楽しく、良い気分になった。やる気になった。』と「成し遂げようとする心」(意志)をもって取り組み、押し花を完成した後は『押し花を置く時に、手が震えて、難しかったけれど、出来たら楽しかった。出来上がったものを何度も、ながめて、嬉しかった。』と「達成感」を味わい、さらには、家内のため、主人のため、娘のため、家族のため、孫のためというように、誰かのためにつくった人も多く「役割意識」をもって取り組んでいました。このように「成し遂げようとする心」⇒「達成感」⇒「役割意識」の繰り返しによる自己価値と尊厳の回復や、なによりも、高齢者の暮らしの中に溶け込んだ「花」を使うことは『豊かで優しい気持ちになった。楽しかったので、もう一度つくりたい。また、次回が楽しみです。』と情緒の安定や能動性に対する刺激は、押し花がもつ心理的効果の表れであると考察する。

### 【日本芸術療法学会主催 第42回日本芸術療法学会大会 発表への経緯】

日本芸術療法学会は、芸術の諸領域ならびに表現精神病理学における学術研究の進展と専門技術の普及を図ることを目的としており、一般的には、絵画療法・コラージュ療法・陶芸療法・音楽療法・詩歌療法・心理劇・ダンスセラピーなどがあります。

### 【発表までのスケジュール】

2010年5月	第42回日本芸術療法学会大会	演題発表希望提出
7月	第42回日本芸術療法学会大会	演題発表プログラム受取
8月	演題発表用パワーポイント作成	
10月	演題発表用パワーポイント送付(学会事務局宛)	
10月	第42回日本芸術療法学会大会	演題発表

### 【第42回日本芸術療法学会大会詳細】

日程：平成22年10月30日(土) 31日(日)

会場：駒澤大学 深沢キャンパスアカデミーホール

大会テーマ「芸術療法を考える－芸術と科学の視点から－」

## 演題タイトル

現代社会における押し花のセラピー効果としての実践的研究  
—高齢者のQOL向上による精神面での在宅緩和ケアとしての押し花療法—  
プログラム：平成22年10月31日（日） 10時20分～40分

## 質疑応答

○氏	セラピーという表現は、もっと多様なクライアントのケースに対応して治療を目指すものであるため、現段階では違う表現の方が良いのではないのでしょうか？ また、継続的な試みや医療関係機関との連携などによる試みにも期待をしますところでは。
清水	ありがとうございます。慎重な表現を心がけるようにします。
Y氏	今回は、きれいな色の押し花が主体に使われているように思いますが、今後様々な年齢層やケースに対応していくために、枯れたような色も使うなどしても、興味深いのではないのでしょうか？
清水	ありがとうございます。アドバイスを取り入れてみます。

## 【まとめ】

今回の押し花の試みは単発ではあったが、身近な自然素材を使って、高齢者に自由なイメージで表現アートに取り組んでもらうことで、情緒の安定や能動性との関連を確認することが出来た。つまり、押し花は人の精神面に作用するということがある。

今後は、継続的な試みによって精神面や身体面・行動面にどのような変化が見られるのか、また、家族をはじめとした人間関係にどのように影響し得るのかを引き続き調査研究して、押し花の療法としての可能性をさらに追求し、精神面でのセラピー効果を明確にすることが課題となった。

また、徳田(1998)は、「喜怒哀楽・憂い・不安・苦悩などの人間の絶えざる心の動きは、表現活動・芸術活動を通じて精神保健・医療と深いつながりをもつ」「非言語的な表現を主体としながらも身体的行動の動きを伴ったものに目を向けてみると、その表現の過程の波動の中に、そのまま心の語るものを読み取ることができる」としている。よって、五感を通じたイメージ表現手段の多様化という点に着目しても、ケアハウス・介護施設・グループホーム・デイサービスなどを含めた高齢者に対し、在宅緩和ケアにおける精神面での押し花療法としての広がり期待が持て、また、調査対象とした高齢者に限らず、子どもや成人など幅広い年齢層の予防医学を含めた日常生活のストレスの緩和をはじめ、精神医療・教育・介護など、あらゆる場面での「こころ」の諸問題への対応策として広がる蓋然性も高いように思われる。

以上のような結果を踏まえた上での今後の課題は、地域で活躍する押し花インストラクターの積極的社会貢献と医療関係機関との連携であると思われる。そして、最も重視したいことは、療法としての押し花は、心の有様を自由に自己表現するイメージ形成手段のひとつであり、決して技術や完成度を指すものではないということだ。

最後に、「人はパンのみにて生きるにあらず」という言葉がある。これは「人間は物質的な満足だけで生きてはいけないものだ。何よりも必要なのは精神的な満足である。」という意味である。わが国は、今後ますます進む超高齢化社会に向け、医療制度・医療機関の充実はもちろん、QOL向上による精神面での充実がより重要になってくると思われる。そして、人と人との「つながり」の中で、単に生物年齢が延びるだけではなく、質の高い生きがいある世界一の長寿社会を目指したいと思う。

## 謝辞

本研究にあたり、ご助成くださいました（財）在宅医療助成 勇美記念財団様に感謝申し上げますとともに、アンケート調査に真摯にご協力くださいました施設及び団体の責任者の方々をはじめ職員やボランティアスタッフの皆さま、そして、快くアンケートにご回答くださいました調査対象の皆さまに、心より感謝申し上げます。ありがとうございました。

## 参考文献

- 1) 内閣府 (2010) 平成22年版高齢社会白書
- 2) 内閣府 (2010) 平成22年版高齢者の現状及び今後の動向分析についての調査
- 3) 徳田良仁・大森健一・飯森眞喜雄・中井久夫・山中康裕 (監修) (1998) 芸術療法  
1 理論編  
岩崎学術出版社
- 4) 徳田良仁・大森健一・飯森眞喜雄・中井久夫・山中康裕 (監修) (1998) 芸術療法  
2 実践編  
岩崎学術出版社
- 5) ボブ・G. ナイト (著) Bob G. Knight (原著) (2002) 高齢者のための心理療法  
入門 ー成熟とチャレンジの老年期を援助する 中央法規出版
- 6) 曾我 昌祺 (著, 編集) 日下 菜穂子 (編集) (2006) 高齢者のこころのケア  
金剛出版

【問合せ】

〒488-0083

愛知県尾張旭市旭ヶ丘町旭ヶ丘 5 6 5 6 - 6

清水 美千代

E-mail : m-poco@re.commufa.jp

