

心癒やす農作業

薬などに代わる「アグリセラピー」

互いに助け合い、作物を前に喜びを分かち合う。企業や学校で精神的不調を訴える人が増える中、集団での農作業を通じて回復を目指す取り組みが広がっている。NPOによる「アグリセラピー」も人気を集め、採用する企業も現れている。

「バツタがおる」。歓声を上げながら、寝間着姿の子どもたちがタイコンとホウレンソウの種を植えた。大阪市立総合医療センター（同市都島区）の駐車場脇に作られた、児童青年精神科の「ほのぼの畑」でのひとコマだ。

参加したのは、拒食症や発達障害で入院中の7〜17歳の13人。約12平方メートルの小さな畑で、月1回、約30分間作業する。水やりや草取りは「あえて協調性のない子に任せる」

不安・混乱解消へ 協力する喜び分かち合う

（看護師）。集団生活に調性が出てきている（豊おける自分の役割と責任を感じさせる狙いがある。永医師）という。

ほのぼの畑は同科部長豊永公医師が2001年に「共同作業を通じてコミュニケーション能力が養われる」と開設。「生活指す「アグリセラピー」で、「多くの子どもに協

理士の福本さんは「受講生15人の調査では、不安や混乱などの感情が小さくなった」と効果を強調する。

受講生の私立大3年、山中和永さん(22)は人間関係に悩んでいたが、ますます育つ作物を見て「今のままの自分ではないんだと思えるようになった」と話す。「仲間と話し、協力することも知った」

ただ、効果の科学的裏付けはまだこれから。総合重機大手IHI相生工場（兵庫県相生市）の山下剛司産業医はうつ病に悩む従業員をOLCに紹介してきたが、「普及にはデータを積み重ねる必要がある」と慎重だ。

一方で山下医師は「抗うつ薬の服用は対症療法にすぎず、配置転換も従業員の能力が新職場に適合しない場合は回復につながる」と話す。アグリセラピーは、薬や配置転換に次ぐ「第三の選択肢」（山下医師）として活用することが望ましいようだ。



大阪市立総合医療センターの「ほのぼの畑」で農作業する子どもたち（大阪市都島区）