

【京都】患者さんの興味から始まった自家菜園-京都大原記念病院「農業とリハビリテーションの融合」とは◆Vol.1

2019年9月9日(月)配信 m3.com地域版

約2000m²の広大な敷地を利用した自家菜園で、農業を通じた身体機能改善「グリーン・ファーム・リハビリテーション(R)」を行う「京都大原記念病院」(京都市左京区)。農業とリハビリがいかにして融合したのか、どのような効果をもたらすのか、畑で自ら土を耕す病院スタッフたちに話を聞いた。(2019年6月7日インタビュー、計2回連載の1回目)

▼第2回はこちら(近日公開)

京都市の北に位置する大原は、「三千院」や「寂光院」などの社寺仏閣や、京都三大漬物「しば漬」で知られる人気の観光地。その大原で、回復期リハビリテーション病院として専門的な医療を提供する「京都大原記念病院」には、敷地内に約2000m²もの広大な菜園があり、患者が農業に参加することで機能回復を目指す「グリーン・ファーム・リハビリテーション(R)」を行っている。日本でも他に類を見ないこのユニークな取り組みについて、神経内科医の木村彩香氏に詳しく聞いた。



上空から見た菜園。野菜だけでなく季節の花も植えられている。また、敷地の外周には遊歩道が設けられ、景色を楽しみながら歩くリハビリに活用されている。

——想像していた以上に広いですね。自家菜園というより、本格的な農業に近いのではないですか。

最初は職員がプランターにシソなどを植えていたのですが、患者さんが興味を持たれて、だんだんと作物が増えていきました。

——この菜園で、具体的にはどのようなリハビリを行うのでしょうか。

患者さんの病態に合わせて、できる作業が異なります。土に掘った穴に種を落とす、育った作物を摘むなどの軽作業から、もっと動ける方はネットにツルをかけたり、雑草を抜いたり水を撒くなどやっていただきます。

—運動としてもよい効果がありそうですね。

はい、例えば「収穫」という動作には「移動能力」（屋外の不整地を歩く訓練）や、「高次脳機能」（どの野菜が収穫に適しているかを判断）、「バランス」（野菜に手を伸ばした時のバランス）、「手の動き」（野菜に到達するまでの距離を把握、野菜を持って鋏で切る、または引っ張る動作）などさまざまな能力が必要であり、自然にそれらのリハビリテーションを実施することができます。

—楽しくリハビリできるので、やる気も起こりそうです。

そこが重要なポイントです。特に認知機能が低下しておられる患者さんは、訓練内容がなぜ必要なのか理解できないことも多く、積極的になれない場合がありますが「野菜を収穫したい」「花を摘みたい」という明確な目的があると、意欲がわいてきます。

—このリハビリで回復された患者さんの例を教えてください。

脳梗塞を起こされた80代の患者さんですが、意欲を司る前頭葉に後遺症が残り、車いすに乗ったままじっと動かない状態でした。しかし、ご家族から「畑仕事が好きでした」と教えていただき、菜園にお連れしてみたところ、明らかに反応が違いました。少しずつ作業を重ねるうちにイキキとしてこられ、退院の際には杖をついて歩いてお帰りになりました。

—そんなにお元気になられたのですね！すごいです。

もちろん、全ての患者さんに当てはまることではありません。しかし、楽しく何かに取り組むことは、ご自宅に戻られてからの生活にも、プラスの影響を与えます。

—収穫した作物は、病院の食事に使用するですか。

はい、全てが自家農園で賄えるわけではありませんが、2018年度は30品目、約400キロの収穫がありました。もともと当院では地元の新鮮な食材を召し上がっていただく方針で、地産地消を推進するモデル施設として、京都府から「たんとおあがり京都府産施設」の認定を受けており、献立も「地産地消等メニューコンテスト」で近畿農政局長賞を受賞しております。



菜園を管理するチームの面々。左から5人目が木村氏。左から7番目が院長の垣田清人氏。収穫した野菜を用いて、夏には恒例のピザ作りも行われる。

スタッフの丹精込めた手入れとともに「グリーン・ファーム・リハビリテーション (R)」をサポートするのが、「タキイ種苗株式会社」(京都市下京区)と「京都府立医科大学」(京都市上京区)。共同研究事業として提携に至った経緯を、院長の垣田清人氏に聞いた。

——タキイ種苗と言えば、京都が本社ですが、以前からお付き合いがあったのですか？

それが、全く偶然に出会ったのです。2014年に医療と食のシンポジウムにスタッフが出席した際にお会いし、当院が地産地消に力を入れていて、菜園を持っていることをお話したら「ぜひ協力したい」とお申し出がありました。

——素晴らしいご縁ですね。やはり専門家の指導があると違いますか。

大きな発展がありました。育てやすい品種の種をご提供いただいたり、生育状況のチェック、施肥のタイミングなどもアドバイスしていただいています。また、計画的な畝の作り方を教えていただき、患者さんたちが歩きやすくなりました。車いすでも入れるんですよ。



タキイ種苗のアドバイスにより、畝の間隔が広く作られ、足元が平坦に。患者さんが安全に作業できるよう、数々の工夫が取り入れられている。

——車いすで農作業ですか！画期的ですね。「京都府立医科大学」は、どのように関わっておられるのですか？

私がおもともと京都府立医科大学の出身ということもあり、これに限らずリハビリについて常々ご意見やご協力をいただいています。「グリーン・ファーム・リハビリテーション (R)」に関しては、医学的なエビデンスを積み上げる目的で、共同研究を進めているところです。

——素晴らしい大原の環境があつてこそその研究ですね。

はい、実際に農作業をした患者さんからは「またしたい」というお声を頂いています。また、認知症によって季節を感じにくい方にも、野菜で季節感を感じる時があります。リハビリは時間がかかるし根気も必要ですが、その間に自分が育てた作物が実を付けるのを、せめてもの楽しみにしていただけたら嬉しく思います。

【取材・文・撮影＝ライター シライ】