

ハウレンソウを収穫する女性患者(京都市左京区・京都大原記念病院)



農作業リハビリ 楽しく

大原記念病院 × 府立医大 × タキイ種苗

患者の運動機能改善研究

京都大原記念病院(京都市左京区)で、農作業がリハビリとして有効かどうか世界でも極めて珍しい研究が始まっている。病院に隣接する約2千平方メートルの農園を活用。成果やデータが着々と積み上げられ、他の施設でも応用可能なプログラムの構築を目指している。

「こんなに大きいのが採れた」。青々と育ったほうれん草を持ち、力を込めて引き抜く入院患者たち。広々とした農園で体を動かしながら収穫を楽しんでいる。

同病院と京都府立医科大(上京区)、タキイ種苗(下京区)の3者は昨年11月、「グリーン・ファーム・リハビリテーション(GFR)」に関する連携協定書を締結。病院と大学が研究を進め、タキイ種苗が農業指導を担う協力体制を構築した。

京都大原記念病院によると、農作

1日15分 種まき・収穫・調理

業を用いた医療行為は認知症患者への園芸療法などの事例はあるが、運動機能の改善に注目して客観的データを集める研究は珍しいという。GFRは、回復期リハビリとして1日約15分間、療士士の介助を受けながら季節に応じた農作業に取り組み。種まきから収穫、さらには調理まで全ての行程を応用できるのが特徴だ。

機能改善したケースもすでに確認されている。身体に軽度のまひが残る脳出血患者らが収穫作業に取り組み、腕や手の運動能力が向上したほか、平衡感覚の数値も改善した結果が得られた。

農園にはGFRならではの工夫が随所に見られる。車いす患者でも作業ができるよう畝の間は最大約1・5メートルの広い幅を確保。地面には土で足を取られないようシートが張ってあるが、完全に平らにはしていない。

タキイ種苗の担当者は「でこぼしした畑を歩くだけでも運動につながる」と理由を明かす。

育てる野菜の選定も重要だ。高さのあるキュウリは、歩行できる人も車いすの人でも同様に収穫が可能だ。芽キャベツは冬の寒い時期に屋内でも取り作業が実施でき、握力やつまむ力の改善にもつながる。

身体面だけでなく心理面への効用も期待できる。決まった運動をこなす通常のリハビリは受け身の場合が多いが、GFRは種をどうまくか、何を収穫するか患者が意欲的に取り組める課題指向型のリハビリだ。

同病院の古川迪子医師は「収穫物が成果として目に見えることで達成感も得やすくモチベーションにつながりやすい。作業後の患者の顔を見ると明るくなっている」と手応えを感じる。

研究指導に当たる府立医大の山脇正永教授は「まずは多くの成果やデータを集め、他の場所でもできるようなプログラムを作ることが目標だ」と将来の構想を描く。(後藤直明)