

平成28年度版

花のチカラ 緑のチカラ

花の美しさ

…その先にある”何か”を求めている人々がいます



一般社団法人
フラワーライフスタイリスト協会

花のチカラ 緑のチカラ

花き（鑑賞用の花や緑）は、
私たち人間が生きてゆくうえで、心や体に
大きな影響を持たらす効用があることがわかっています。

花は、私たちの日々の暮らしに彩りを添えるだけでなく
心にゆとりを与え、体にもよい影響を与えてくれます。

一般社団法人フラワーライフスタイリスト協会（以下FLS協会）は、
この花のチカラ（効用）に注目し、
健康と豊かさのために
医療や福祉、地域連携といった分野で
積極的な花きの活用を提案してまいります。



今までに、こんなことがわかりました!

ストレス軽減の効果

花を活けるって緊張を和らげ、
ストレスを軽くしてくれる

フラワーアレンジメントの活動後に、唾液成分の変化からストレスが緩和したという研究報告があります。※参考文献(1)

認知機能の改善効果

認知機能の回復にフラワー
アレンジメント活動が効果あり

フラワーアレンジメントを使って、統合失調症患者や脳の障害による認知機能の低下を改善するプログラムが開発されています。
★詳細→P4、P5 ※参考文献(4)(5)(6)

社会性が向上する効果

会話が増えて人と人がつながる
コミュニティが育つってステキ

身体に障害を持つ7名の方が7年間にわたり
フラワーアレンジメントを継続した結果、
コミュニケーション力が改善され社会性が
向上する効果が認められました。
※参考文献(2)(3)

緊張を緩和する効果

観葉植物やハーブが、心と体を
リラックスさせてくれる

歯科医の診察室に植物を置くことで緊張が
緩和する効果が検証されています。
※参考文献(7)

上記の検証内容は、FLS協会のホームページで
ご覧いただけます。

<http://flsa.jp/>

【参考文献】

- (1) 白井はる奈(佛教大学 保健医療技術学部作業療法学科), 白井 壯一, 広崎 真弓, 大平 哲也, 望月 聡, 武山 直義, 松林 潤, 山根 寛 / 「地域在住の中高齢成人に対するフラワーアレンジメントの介入効果 心理面の変化と唾液中コルチゾール値に着目して」/ 保健医療技術学部論集(1881-3259)6号 Page11-21(2012.03)
- (2) 柴谷郁子(甲子園短期大学 家政学科) / 「フラワーアレンジメント活動による身体障害者療護施設入居者の生活の質(QOL)の向上について」/ 人間・植物関係学会雑誌 5(2),31-37,2006-03-31
- (3) Alfredo Pereira, Jr. and Maria Alice Ornellas Pereira / The Flower Workshop in Psychosocial Rehabilitation: A Pilot Study / Mental Health Nursing, 30:47-50, 2009
- (4) Mochizuki-Kawai H. Structured floral arrangement program developed for cognitive rehabilitation and mental health care. Japan Agricultural Research Quarterly. 50, 39-44, 2016.
- (5) Mochizuki-Kawai H, Yamakawa Y, Mochizuki S, Anzai S, Arai M: Structured floral arrangement program for improving the visuospatial working memory in schizophrenia, Neuropsychological Rehabilitation, Vol. 20, pp. 624-636. 2010.
- (6) 望月寛子, 小谷泉, 牧山康志, 山川百合子: フラワーアレンジメント作業を取り入れた認知リハビリテーションによって左半側空間無視症状を長期的に改善させた1例, 高次脳機能障害, Vol. 33, pp. 262-269. 2013.
- (7) 水庭千鶴子, 阿藤舞, 近藤三雄, 緑化が被検者に与える緊張感の変化 歯科医診療室を事例として. 東京農業大学農学情報, 53:184-188.2008

フラワーアレンジメントの活用① 認知リハビリテーションとして



認知リハビリテーションとは？

脳卒中や事故などで発症した高次脳機能障害による日常生活や社会生活における支障を軽減させ、失われた脳の機能(注意、知覚、記憶、視空間認知など)を補うような力をつけることを目的としています。

記憶力の改善効果

脳の前頭前野の機能不全によって記憶力が低下した統合失調症患者を対象にSFAプログラムを実施しました。SFAプログラムとはフラワーアレンジメント活動を利用した認知リハビリテーション手法の一つです。



特許第5201552号

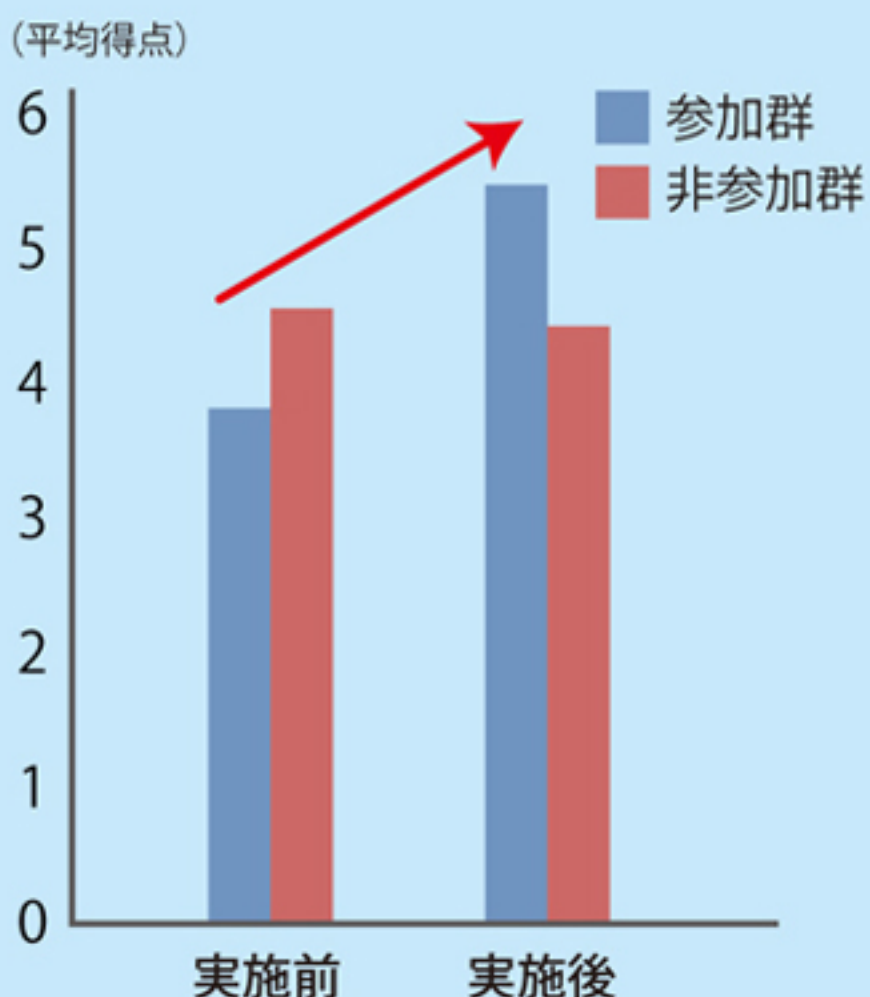
*SFAプログラムは、Structured Floral Arrangement Programの略であり、直訳すると構造化されたフラワーアレンジメント・プログラムとなります。

【参考文献】

- (1) Mochizuki-Kawai H. Structured floral arrangement program developed for cognitive rehabilitation and mental health care. Japan Agricultural Research Quarterly. 50, 39-44, 2016.
 - (2) Mochizuki-Kawai H, Yamakawa Y, Mochizuki S, Anzai S, Arai M: Structured floral arrangement program for improving the visuospatial working memory in schizophrenia, Neuropsychological Rehabilitation, Vol. 20, pp. 624-636. 2010.
 - (3) 望月寛子, 小谷泉, 牧山康志, 山川百合子: フラワーアレンジメント作業を取り入れた認知リハビリテーションによって左半側空間無視症状を長期的に改善させた1例, 高次脳機能障害, Vol. 33, pp. 262-269. 2013.
- (注1) 統合失調症とは、幻覚や妄想、引きこもりなどの症状を示す精神疾患の一つです。
(注2) 「高次脳機能障害」とは、頭部外傷、脳血管障害等による脳の損傷の後遺症としてに起因して、日常生活・社会生活への適応が困難となる障害です。

●統合失調症患者の例(注1)

※SFAプログラムに参加することで記憶テストの成績が向上しました。



視空間認知能力の改善効果

脳卒中患者の例

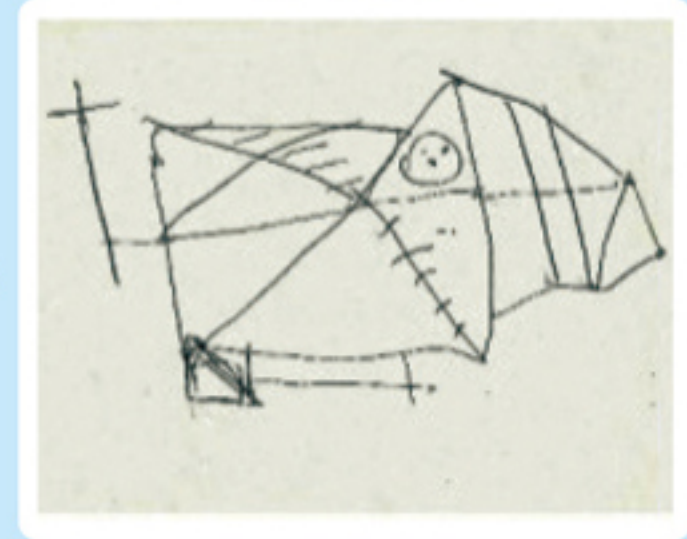
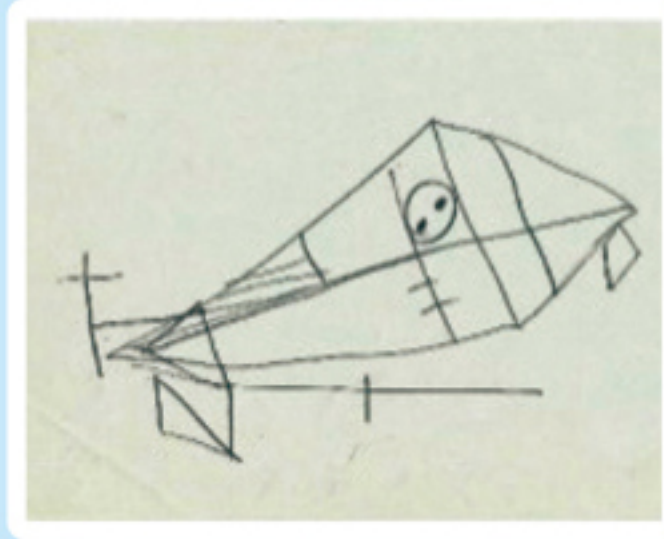
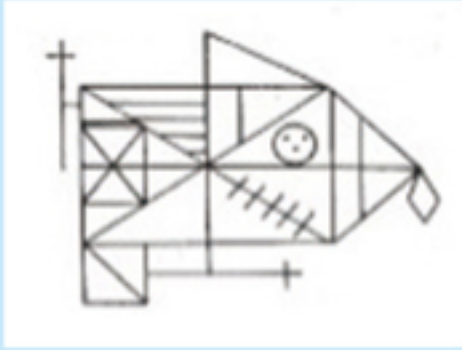
見本図形を見ながらの模写が要求される検査

見本図形に近づきました

SFA実施前

SFA実施後

【見本図形】



脳卒中後の50歳代男性ではSFAプログラムの実施後に、図形の輪郭(長方形)を捉えることができるようになり視覚空間認知能力の改善が示されました。

注意力の改善効果

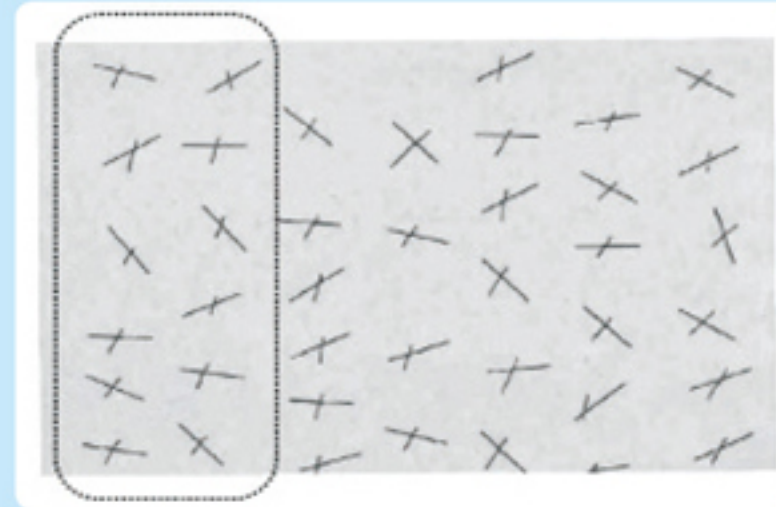
事故による脳損傷患者の例

全36本の短い線分に印を付けることが要求される検査

すべての線に印を付けることができました

SFA実施前

SFA実施後



男性は受傷から3年が経過した後も左側の刺激に注意が向きにくい症状が残存してました。そのため、SFA実施前は、左側の線分(破線内)に注意を向けられず、印が付けられていません。しかし実施後は、破線内を含め全ての線に印をつけられました。症状の改善は5ヵ月後も持続したことを確認しています。

SFAプログラムによる認知リハビリテーション研究は、対象者を増やしてさらなる検証を進めています。本件研究に対するお問い合わせは下記までお願いいたします。



国立研究開発法人 農業・食品産業技術総合研究機構

お問い合わせ▶ URL:<https://www.naro.affrc.go.jp/inquiry>

フラワーアレンジメントの活用② アクティビティケアとして



アクティビティケアとは？

アクティビティケアとは、施設などで行われる生き生きとした生活を取り戻すためのケアのことです。たとえば、趣味や歌、ゲーム、手芸などをケアの一環として行い、喜びや楽しみを見つけだして、生き生きとした生活を取り戻すなどがこれにあたります。

FLS協会では、会員が高齢者施設などに出向き、年間延べ2000人以上のご高齢者の方々に対しフラワーアクティビティプログラムの運営をお手伝いしています。高齢者施設で暮らす方々にとって、フラワーアクティビティプログラムに参加することは、植物とのふれあいを通して作品を作る喜びや達成感を味わいながら仲間との交流を活発にする豊かな時間の創出にもつながります。

私たちが培ってきたノウハウをアクティビティケアに活用していただきたいと願い、フラワーアレンジメント活動の効果进行调查いたしました。

フラワーアレンジメント活動による 気分変化を調査しました！

●臨床実証の方法

高齢者施設で任意に抽出した30名を10名ずつのグループに分け、クラフト(折り紙等)、造花アレンジメント、生花アレンジメントを2ヶ月で3回ずつ行ってもらいました。

●教材について

認知リハビリテーションで使用している特許を活用している教材です。

●評価の方法

主観評価は、アンケート方式で自力回答または介助者による聞き取りを行い、客観評価は記録係の施設職員等が表情、発語を観察して判定しました。

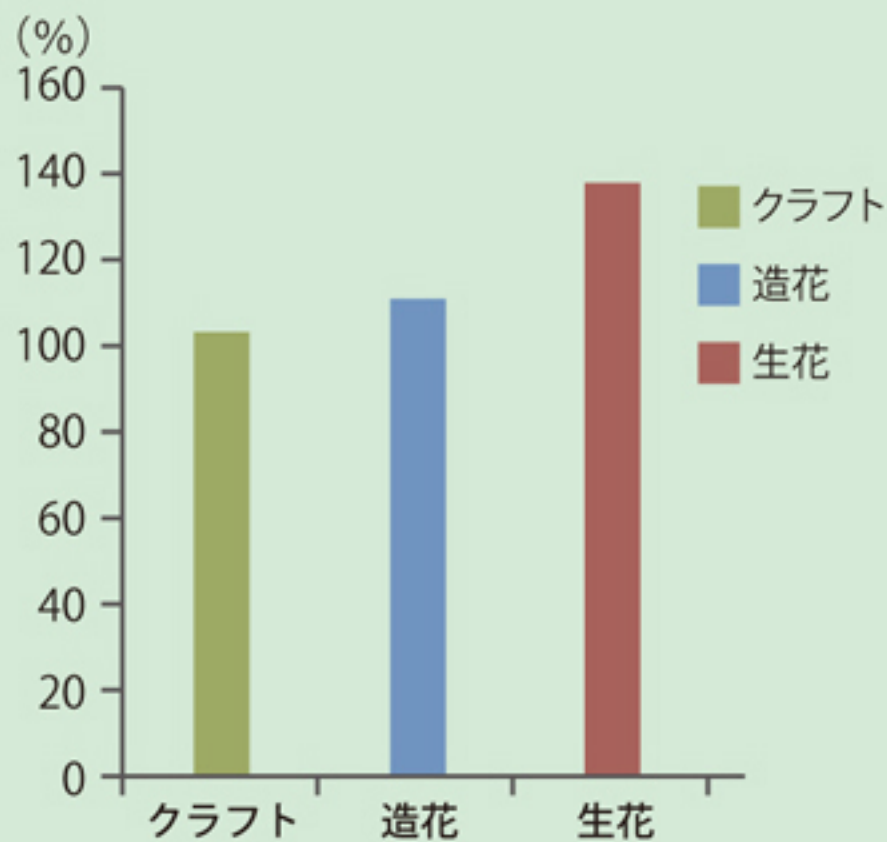


各プログラムとも10名の参加者の平均値をグラフで比較しました

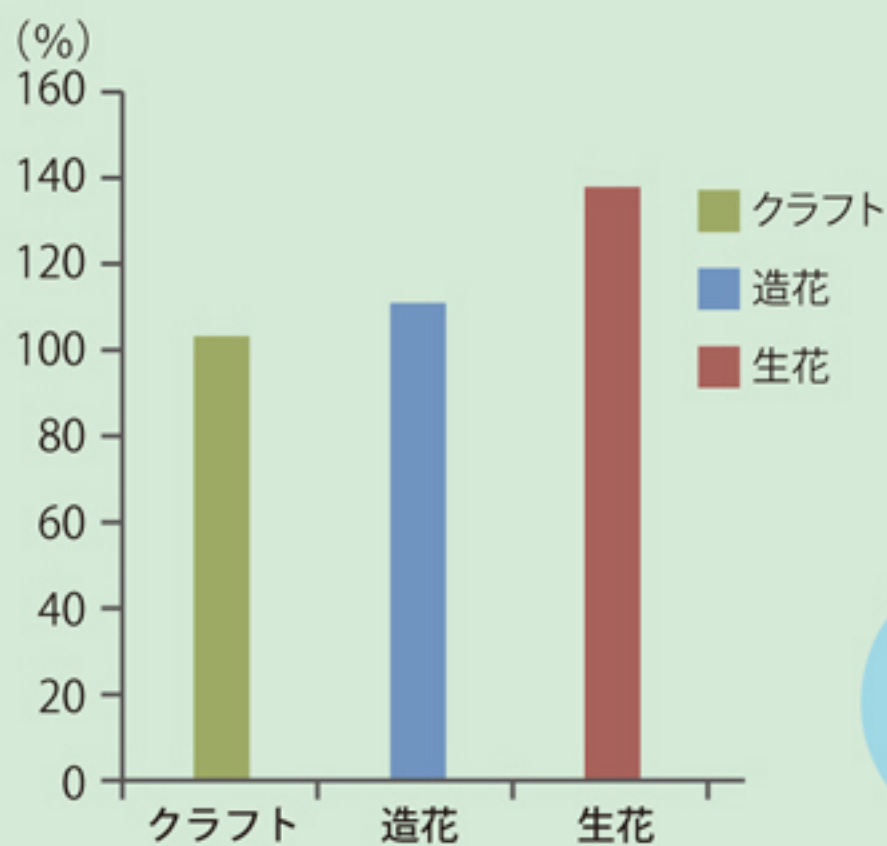
質問「今の気分はどれですか？」に対する選択肢

良い…5点 やや良い…4点 ふつう…3点 やや悪い…2点 悪い…1点

① 主観評価の増減率



② 客観評価の増減率



①、② どちらの評価においても生花のプログラムで顕著な気分の上昇があったことが確認されました。

《グラフの見方》

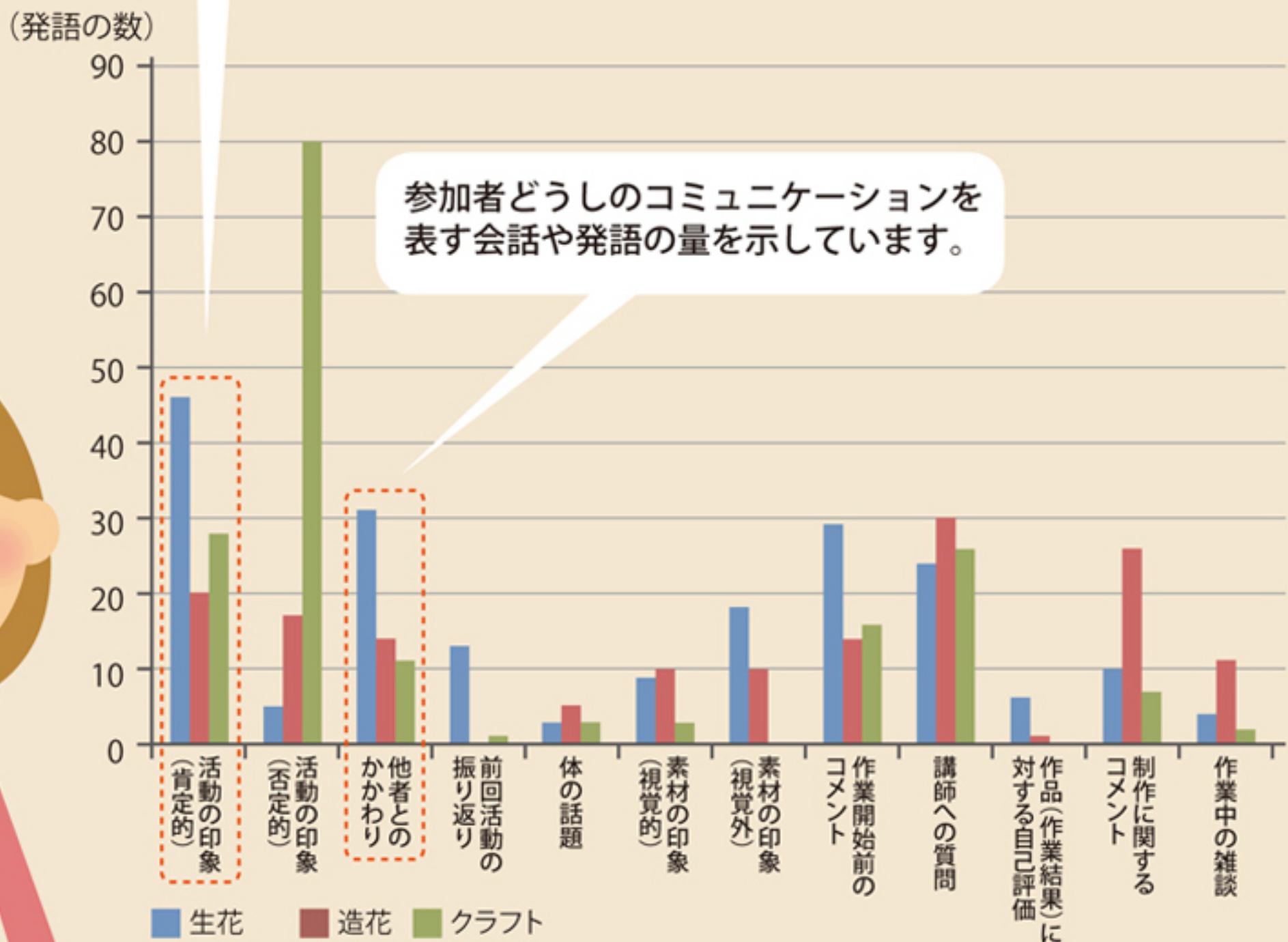
- ①主観的評価は、クラフト、造花アレンジメント、生花アレンジメントの各プログラムの実施前、実施後「今の気分」を聞き取りポイント化し、その増減率を表したものです。
- ②客観的評価は、評価者が判定した「今の気分」をポイント化し増減率を示したものです。

| | 主観評価の増減率 | 客観評価の増減率 |
|------|----------|----------|
| クラフト | 103% | 105% |
| 造花 | 111% | 102% |
| 生花 | 138% | 137% |

アクティビティを通じた ことばのちがい？

下のグラフは、①生花アレンジメント、②造花アレンジメント、③クラフトの3つのアクティビティのうちひとつを同じ方に対して3回実施し、参加者の発語、会話記録をカテゴリごとに分類して比較したものです。参加者の発語や会話の中身はかなり異なっている様子が見えます。

生花のグループの活動に対する印象は、圧倒的に肯定的なものでした。



| | 生花 | 造花 | クラフト | 合計 |
|--------|-----|-----|------|-----|
| 発語記録総数 | 202 | 168 | 177 | 544 |



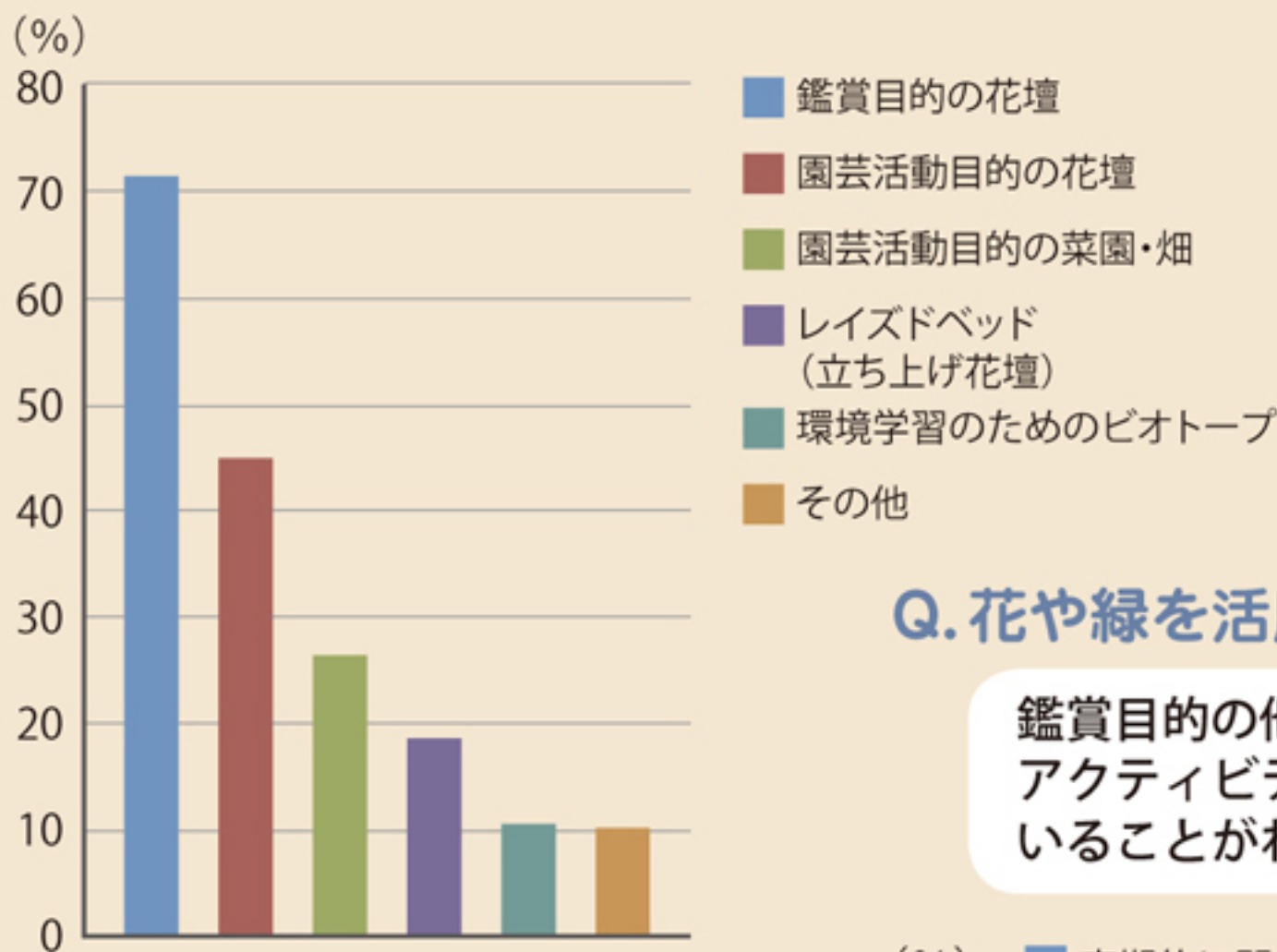
公共施設における花きの活用って？

お年寄りや小さな子供たちにも花と緑のアクティビティを気軽に楽しんでもらえるといいですね。

地域の公園やコミュニティ施設などの多くの公共施設では様々な形で花や緑の活用をおこなっています。FLS協会では、お年よりや小さな子供たちの利用者が多い公共施設は、花きの効用を市民に伝える場としてふさわしいのではないかと考え、その実態や運営者の皆さんのお考えなどをお聞きするためにアンケート調査を実施いたしました。

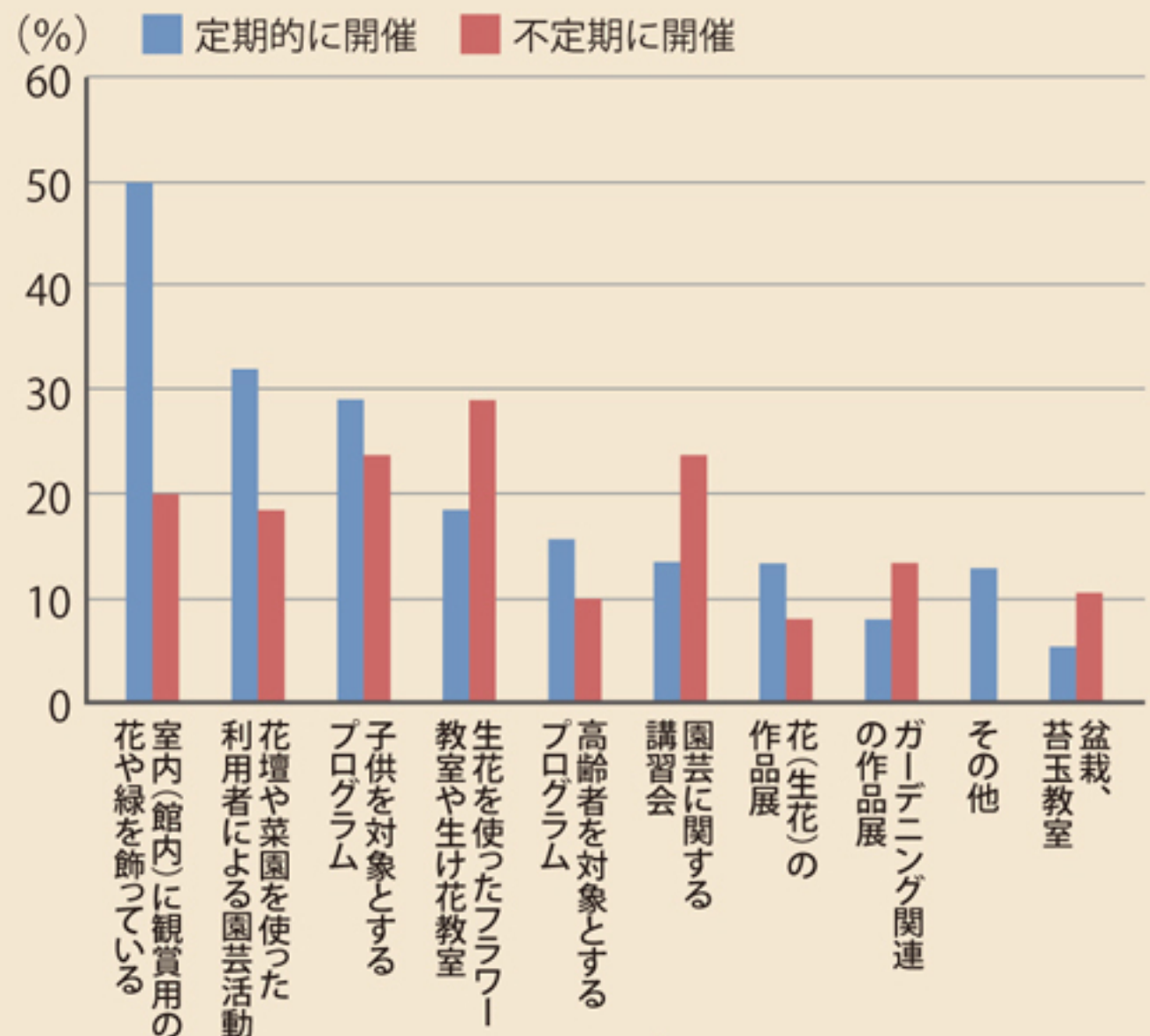


Q. 花や緑を活用した設備の導入状況について



Q. 花や緑を活用した活動の開催状況について

鑑賞目的の他、園芸活動やフラワー教室などのアクティビティは3割程度の施設で実施されていることがわかりました。



■調査目的

各自治体の公園施設やコミュニティ施設等に携わる指定管理者の方々を対象として、地域住民やコミュニティとのかかわりにおける「花き」の活用実態や活用についての考え方等を調査したものです。

■調査対象:

回答のあった、宮城県、栃木県、東京都、千葉県、神奈川県、埼玉県、兵庫県、福岡県の公共施設38施設

■調査方法:

アンケート用紙をメール・郵送に送付、各施設スタッフに入力・記入してもらい、メール・郵送にて回収。

■属性:

公園施設39.3%、スポーツ施設14.3%、地域コミュニティ施設8.9%、高齢者福祉施設5.4%、教育研究施設5.4%、植物園施設3.6%、高齢者介護施設3.6%、植物園施設3.6%、文化施設3.6%、動物園施設1.8%(複数回答)他、フリー回答で図書館、霊園、葬儀施設など。

医療・福祉分野での活用に向けて フラワーアレンジメントキット

多世代
交流



スターターキット
ミニアレンジメント



基本キット
ラウンド型アレンジメント



花育
(情操教育)



地域交流



応用キット
生け花風アレンジメント



創作キット
ガーデン風アレンジメント



高齢者レクリ
エーション



認知リハビリ
テーション



各キットは目的に応じて
使いわけができます!

■ スターターキット ミニアレンジメント

少ない花材で制作します。花育、高齢者向けレクリエーションなど短時間のプログラムに適しています。

■ 応用キット 生け花風アレンジメント

ラウンド型より制作する自由度が高いスタイルです。花材の風合いを楽しむレクリエーションに適しています。

■ 基本キット ラウンド型アレンジメント

定型的に決められた場所に花を挿すスタイルです。初心者でも安心して制作していただけます。

■ 創作キット ガーデン風アレンジメント

応用キットよりさらに自由度が高まります。庭の風景をつくる楽しさを味わっていただくイメージで、深みのあるレクリエーションとして活用いただけます。

* 認知リハビリテーションではラウンド型のアレンジメントを使用しています(P4, 5参照)。

●キットの特徴

このアレンジメントキットは農研機構と一般社団法人フラワーライフスタイリスト協会(以下FLS協会)の協働企画で開発されました。作品を制作する際の、花の長さや、花を挿す位置の判断を助けるための補助的機能があるため、判断力・認知力が低下した方、フラワーアレンジメントに不慣れな方でも作業を進めやすいことが特徴です。



花の長さ示すスケール

●キットの活用に向けて

▶1. Webパンフレット

FLS協会のホームページ上に、認知リハビリテーションの説明ならびにアクティビティケアを目的とするキットの使い方や年間の作品事例とその制作方法等をWebパンフレットとして公開しています。

URL▶ <http://flsa.jp/maff/>

▶2. プログラム導入に向けてのサポート

FLS協会では、高齢者施設や医療機関等で導入を検討される場合のご相談を承っております。詳しくは下記の協会ホームページをご覧ください。



給水スポンジに花を挿す位置の印がついている

特許にご注意ください

フラワーアレンジメントキットは農研機構と茨城県が保有する特許(特許第5201552号)を活用しています。

《特許に関するお問い合わせ先》

国立研究開発法人 農業・食品産業技術総合研究機構

お問い合わせ▶ URL:<https://www.naro.affrc.go.jp/inquiry>



完成品の例

《特許を利用したフラワーアレンジメントキット商品に関するお問い合わせ》

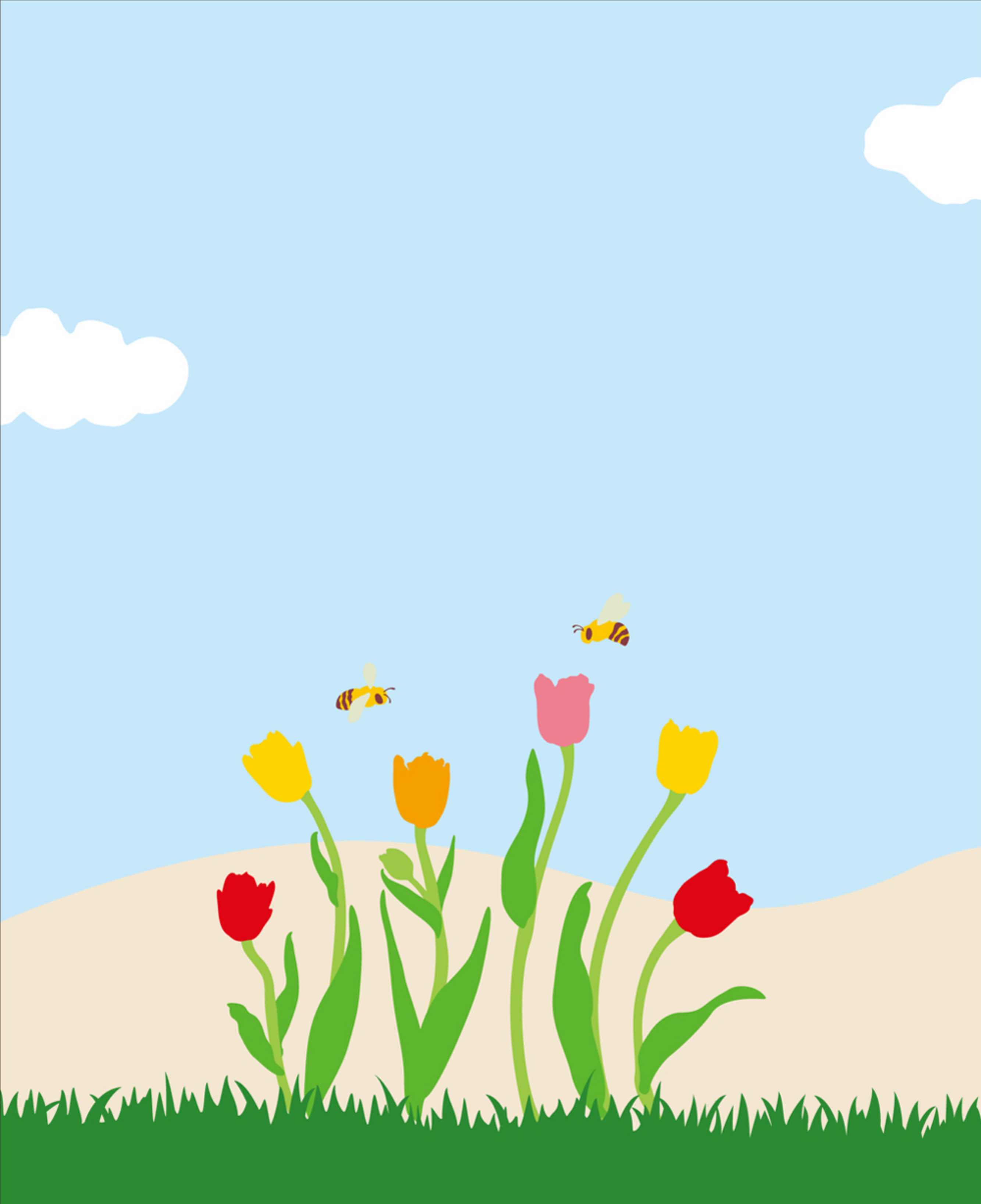


一般社団法人

フラワーライフスタイリスト協会

〒106-8587 東京都港区南麻布1-6-30

<http://flsa.jp/>



この冊子は、平成28年度「産地活性化総合対策事業のうち国産花きイノベーション推進事業（花きの効用検証・普及事業）」（農林水産省）を活用して作成しました。
※冊子内の図表、画像、文章の転用は固くお断りいたします。