「芝人形」プログラムの汎用性
－子どもから高齢者まで楽しめる工夫と効果について－

三宅優紀[1]*・河南真裕子[2]・丸山恵利加[3]・内村友美[4]・春名千晶[5]・徳永絢子[6]・
大楽彩夏[6]・熊安悦子[7]・岡田典子[8]・原田睦子[9]

[1]吉備国際大学，[2]博愛記念病院，[3]（一財）やない花のまちづくり振興財団，[4]柳井市役所，
[5]岡北整形外科医院，[6]株式会社テラプローブ，[7]山口県園芸療法研究会，
[8]介護付有料老人ホーム　メリィハウス西風新都，[9]介護老人保健施設ベルローゼ
e-mail：miyake-y@kiui.ac.jp

Versatility of Grass Seed Heads Program
- Innovations and Effects for Enjoyment from Children to the Elderly-

Yuki Miyake[1]*, Mayuko Kawanami[2], Erika Maruyama[3], Tomomi Uchimura[4],
Chiaki Haruna[5], Ayako Tokunaga[6], Ayaka Dairaku[6], Etsuko Kumayasu[7],
Noriko Okada[8] and Mutsuko Harada[9]

[1]Kibi international University, [2]Hakuai Kinen Hospital, [3]Yanai Hana-no-Machi Zukuri Foundation, [4]Yanai City Hall, [5]KOUHOKU Orthopedic Clinic, [6]Tera Probe, Inc., [7]Yamaguchi Horticultural Therapy Society,
[8]Private Nursing Home Residential Nursing Home Merry House Seifushinto,[9]Geriatric Health Care Facility Bell Rose
e-mail:miyake-y@kiui.ac.jp

要約

我々は，園芸活動プログラムの1つである芝人形を，家庭，大学，公園，地域，高齢者施設およびリハビリテーション病院で実践した。実践内容をまとめることで，このプログラムの汎用性について考察することを目的とした。材料や作成方法を変化させることで，子どもから高齢者まで楽しめるプログラムとなることが明らかとなった。材料は入手しやすく，安価で作成でき，また衛生面にも配慮できることから，施設や病院でも実践可能であった。芝人形は，時間と共に変化する植物（命）を身近に感じられる。そのことは，園芸療法を実践するさまざまな場面に適し，園芸療法のプログラムとして取り入れやすいと考える。

Key words：crafts, grass, horticultural activity
クラフト，芝，園芸活動

緒　言

「芝人形」は園芸プログラムの１つとして知られている。海外では，レクリエーション，教育，治療など様々な場面で用いられている（Therapeutic Horticulture Activity Database，2024）。日本では，中学校の技術家庭科（技術分野）用副読本で紹介され（全国花育活動推進協議会，2022），また，高校生らが芝人形を商品化し販売するなど（高松農業高校，2018），教育現場においても用いられている。山本・原（2018）は，芝人形は生きた芝の成長を楽しめるクラフトとした上で，作業工程が多く，クライアントの身体評価が容易であるとしている。さらに，土を触ることが困難なクライアントにとっては，室内で水耕栽培を体験でき，生きた植物を観察できるプログラムであり，園芸療法本来の意義をもつと述べている。一方，横田・豊田（2023）は，繰り返しが少なく，完成までにパターン化していない作業をいくつも経る活動であり，１つの作業を終えるたびに，新たなやり方を学習する必要があるため，認知症高齢者の人にとっては難しく支援を必要とすると報告している。

著者らが所属している日本園芸療法学会の中四国地方のブロック（園芸療法未来会議　中国・四国ブロック，2021）では，メンバーの一人が芝人形のワークショップを地域で行ってきたことをきっかけに，他のメンバーもそれぞれの活動場所で実践することになった。我々は今までに介護老人保健施設や特別養護老人

2024 年 3 月 31 日受付 .
*投稿責任者.
本研究の一部は人間・植物関係学会，日本園芸療法学会 2023 年度合同大会で発表した .

ホーム等の高齢者施設，リハビリテーション病院，公園，地域，家庭および大学など，場所も対象も異なる場で実践してきた。当初は，芝人形を子ども向けのクラフトと思っていたが，実際に行ってみると高齢者にも人気で，対象者の反応や完成した作品の雰囲気も異なるという面白さがあった。本報告では，芝人形の実践内容をまとめることで，このプログラムの汎用性について考察することを目的とする。

芝人形について

芝人形とは，網目のある袋（ナイロンストッキングなど）で作った袋の中に，種子と浸水した水苔または土を詰入れ，形を整えて顔のパーツを作ったり描いたり，装飾を施した人形のことである（第１図）。種子に水分が行き渡り，袋の中で発芽すると，袋から生えてきた芝の葉が「髪の毛」のようになり，人の頭部に見えるため，「芝人形（Grass Seed Heads）」，「芝ぼうや（Crazy Grass Heads）」などと呼ばれている。この生えてきた頭髪（芝）に水やりをし，成長過程を楽しみながら育てることができるプログラムである。

第１図．芝人形（基本的な形態）.

調査方法

材料と作成方法については，ワークショップを数多く行っているメンバーから，オンラインでの集まりやSNS などを通じ共有し，それぞれの活動場所や対象者に応じてアレンジして行った。各メンバーはこのプログラムを 2022 年 8 月から 2023 年 8 月の間に 1 回もしくは 2 回以上実践し，複数回実践したメンバーはその都度，改善や工夫を行った。実践後には，対象者，実践場所，目的，工夫点，効果や反応，今回関わった園芸療法士や作業療法士の感想についてオンラインで報告会を行い，まとめた。

結果および考察

対象者，実践場所，目的，工夫点，効果や反応，今回関わった園芸療法士や作業療法士の感想についての結果を第１表に示した。その際，対象者の年代で時期を分類した。

１．実践場所と対象者

実践場所と対象者は，家庭（子ども），大学（学生），公園（親子，一般来園者），地域イベント（一般来場者），企業イベント（出展者），介護老人保健施設（高齢者），介護付き有料老人ホーム（高齢者），デイサービス（高齢者）２施設，グループホーム（高齢者），リハビリ病院（高齢者，コロナ隔離中の患者）の 11 箇所，のべ 196 人だった。

２．材料と費用

芝人形を作成するために必要な一般的な材料は，第２表に示した。水苔（150g あたり 1,000 円前後や 50g あたり 220 円で販売されている）と種子（100 円ショップでも入手可）は購入する必要があるが，他の材料は手元にあるもので代用できる（コップ，目に使う木の実，輪ゴム，紐等）。そのため，１つ作成するためにかかる金額は 50 ～ 300 円程度である。

水苔の代わりに土を使用することもできるが，常に湿っている状態のため，カビの発生が多くなる。衛生面に配慮するならば，水苔が適している。また，芝のかわりに，スプラウトや小ネギの種子を使用することもできる。

３．一般的な作成手順

地域住民を対象としたワークショップで行う場合の一般的な作成手順を第３表に示した。工程数としては８工程であり，10 分～ 15 分程度（対象者によっては 40 分程度）で作成が可能である。園芸療法の対象となりやすい病院や施設の高齢者に対して行う場合の材料・作成手順の工夫点としては，作業しやすいように大きく作る（こけしのイメージ），振戦のある方や片麻痺の方でも使える材料や道具を用意する（マスキングテープ，モールやドットシール，左利きハサミ，テープ台など），片麻痺の方が片手で作業できるようにワイヤーやモールをひねることで芝人形の手や腕を作る（第２図），種子や木の実などの材料を工夫して使えるようにすることでデザイン（第３図）の選択の幅を拡げるなどが挙げられた。

第2図．モールで手をつけた芝人形.

第３図．種子や木の実等を用いて動物（ネコ）を表現した芝人形.

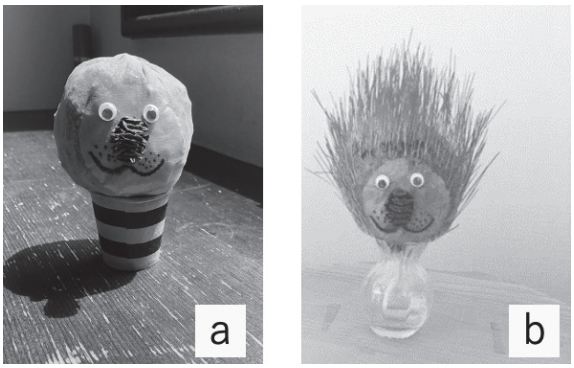
4．管理方法

作成後は容器に水を入れ，日当たりと風通しの良い場所（室内）に置く（第４図）。水を吸うための紐が水に常時浸っているようにすれば，発芽前後とも特に管理は不要である。芝が伸びてきたら，ヘアアレンジ（結ぶ，刈り込む）などし，楽しむことができる。数か月間楽しむこともできるが，水やりを停止すると，芝の部分が枯れ，褐色や金色の頭髪へ変化する。

芝は日当たりのよい場所なら，年間を通じて１週間前後で発芽する。

5．対象者の反応や効果

プログラムを実践したメンバーからは，「意外と反応がよかった」，「想像以上に盛り上がった」との感想が相次いだ。今まで子ども向けのプログラムだと思い，実践したことがなかったメンバーは，今回の実践でこのプログラムの良い点に気づき，今後も活動に取り入れていくきっかけになったと感想を述べた。以下に，エピソードを紹介する。



第４図． 芝人形の成長の様子．
a：作成直後の状態， b：芝が伸びてきた状態．

家庭で子どもたちと作成した場面では，オンリーワ

第１表．各実践場所とその内容．

時期	メインの対象者	実践場所	目的	工夫点	効果や反応	園芸療法士や作業療法士の感想
学童期	子ども	家庭	・工作として楽しむ ・芽が出ることを観察し，植物の成長を身近に感じる	・作業前にその後の成長などの動画を見せ，おおまかなイメージをもってもらう ・できるだけ家にある材料を使用	・顔や体の部分をとても楽しんで作っていた ・「ママ，芽が出たよ！」と報告に来た ・水が足りなくて芝の元気がない時は水を足していた ・「目のところから芝が生えてきた」，「半分枯れた」と様子を報告してくれた	・オンリーワンのものが作れ，世話をすることは，種まきをして植物を育てるよりも愛着をもっていた ・オンラインでつながって他の作品を見ることが，子どもたちの興味にもつながった
青年期	大学生	大学	特別養護老人ホームでの実践準備（試作品作り）	・高齢者に対して実践するときは，言葉で伝わらないこともあったため，モデルを示して行う	（学生） ・作業中，コミュニケーションが取れるため没頭できた ・作業自体が簡単なため，楽しく行えた ・芝の成長を毎日楽しみながら観察できた （高齢者） ・１つ１つ工程を示しながら行った ・できるところは自分で行なってもらい，できないところを手伝うようにした	・完成品を通して高齢者同士でコミュニケーションが取れ，楽しそうな雰囲気だった
学童期から壮年期	親子	公園	・交流 ・成長を楽しむきっかけ ・植物の楽しみ方の提案	・選択する楽しみ（シールの種類，ひもの色などを多く準備）	・見本を見た瞬間にうれしそうだった（興味が高まる） ・大人も一緒に楽しめた ・その場で完成でなくても満足感があった ・芝の種子を初めて見る・触れる体験になった	・子どもも大人も思ったより反応がよかった ・初体験でも取り組みやすかった ・作成後のことが気になり会話のきっかけになった
	一般来場者 出展者	地域イベント 企業イベント	・植物を育てる楽しみ ・夏休みの宿題 ・インテリア	・幅広い年齢層に対応できる見本を作り展示する（簡単なものから複雑なもの，人形型，動物型） ・種まき後に成長中の見本を用意してイメージしてもらう ・アレンジ材料の多種準備（木の実，マスキングテープ，飾り小物など） ・芝の種子以外の種子（猫草：ペットを飼っている方への選択肢）	・新たな創造（ペットを作る，容器を洋服に仕立てる）ができた ・園芸療法に興味を示す方が多く，後日芝人形を見た方の反応や育つ様子を連絡頂いた ・アレンジで使う木の実やテープの発想を参加者同士褒めあった	・夏場の開催では子どもの夏休みの宿題として参加される方が多かった ・イベント会場では来場者だけでなく，出店者の参加も増えた ・自宅やお店でのインテリアとして取り組む方が多く，容器の装飾や芝人形への凝った装飾をされた ・「園芸療法」という言葉の認知度は低いと感じた
壮年期から老年期	一般来園者	公園	・入院生活の相棒を贈る ・闘病の応援	・管理方法の簡単な説明書をつくる	・思いを込めた →看護師からの声かけが増える・闘病を支えることにつながった	・作る人と育てる人が違うことも想定し，提案できた

（次ページへ続く）

第１表（続き）.

時期	メインの対象者	実践場所	目的	工夫点	効果や反応	園芸療法士や作業療法士の感想
老年期	高齢者（要介護1～4）	介護老人保健施設	・芝の栽培を知る ・初めてのことに取り組む ・手指の活用 ・作品で表現する ・感情の表出	・在宅復帰後も作れるよう身の回りにあるものを材料に選ぶ ・目が見えにくい方や片麻痺の方に対して，シンプルな構造とデザインにする ・存在を忘れないよう目につく所に置き，観察や水やりをしてもらう ・発芽前に触りすぎる時は声かけをする	・芝を初めて見た，知った，育てたという意見があった ・自然に名前をつける人が出てきた ・「可愛いね」と長時間眺めた／触った ・「散髪がおもしろい」と夢中で腕を浮かせハサミを使っていた ・装飾や顔の表情に作成者の独創性・好みが出た ・周囲との交流ができ，会話が弾んだ ・「頭に毛が生えてくるのがおもしろい」「また作りたい」と感想があった	・反応や創作が個性豊かで，人柄・好み・残存能力の新たな発見になった ・いつも目に触れる所に置き，記憶に残りやすくなった ・会話を弾ませ，創造性を発揮でき，愛着を持って気軽に栽培を楽しめるなど，対象者にとって利点が多かった ・変化が少ない時期の対応（声かけ）が難しかった ・活動の終了時期に悩んだ（芝が伸びきってしまうと変化がないため，人によっては飽きてしまった）
	高齢者（要介護2～自立）	有料老人ホーム介護付き	・種子から育てる楽しみ ・創作意欲を高める ・交流の広がり	・容器をいろいろな高さで切る ・マスキングテープやドットシールを揃え，ストッキングや排水口ネットなど選択肢を増やす ・木の実や種子，スパンコールを準備しそれぞれのデザインを重視	・眉毛，まつ毛，イヤリングやリボンで自分らしさを工夫していた ・名前をつけ可愛がった ・成長をみんなで楽しんだ ・食堂に飾ることで興味を持つ人が増え，会話が生じた ・名前のない芝人形に他の人が名前をつけ，その場が和んだ ・見るだけで笑顔になった	・最初は子ども向けと思ったが，中四国ブロックで紹介があり，作成してみると高齢者の方々のコミュニケーションツールになり，園芸に関心のない方も作りたいと関心を持った ・2回目は動物の芝人形を作ったり，女の子の芝人形にするなど工夫もみられ，可能性の広がるプログラムになった
	高齢者（要介護1～2）	デイサービス	・コミュニケーション・交流の広がり ・自己表現の機会	・自宅に持ち帰れるよう管理の説明書を準備，定期的に様子を聞く ・理解力が低下していても不安なく成功体験を積めるようマンツーマンで行う	・自宅に持ち帰り，お店に置き「店番をしてくれている」と言っていた ・創作と育てることの両方の体験ができた ・それぞれの思いを投影することができた ・名前をつけることで話題が増え，家族との会話が促進された	・日々成長する芝人形を家族や来店する人の目に触れる場所に置くことで，対象者の環境にも働きかけ，地域と繋がる実感を持てた
	高齢者（要介護1～4）	グループホーム デイサービス＋	・活動意欲を促す ・手作り作品に愛着をもつ ・達成感をもつ	・ネット上の種子が落ちないよう水苔を薄く敷いた上に種子をまく ・速乾性ボンドよりも耐水性接着剤を使用 ・耳，鼻，口にカラー輪ゴムを使用	・「僕のは，鼻を高くして外国人になった」と作った芝人形に気持ちが入った ・昔の戦友を思い出し名前をつけた ・成長する生命体としてとらえていた	・名前をつけることによって回想法になったり，実際の生活に沿って親しみを持ったりしていた
	高齢者	リハビリ病院	・余暇活動 ・手指の運動	・共同スペースに設置（他患者も見られる） ・小さいじょうろを設置することで患者自身で水替えができるようにする	・水やりや観察が日課になった ・他患者と一緒に様子を見に来た（コミュニケーション） ・自分が作った作品は覚えており「毛が生えた」と喜んだ ・孫の名前をつけ退院時にお土産として持ち帰った	・今回の方法は衛生的で肥料も使わず，管理面でも安全で安心して患者にお勧めできた ・鼻や耳を輪ゴムで作るのは難易度が高いが，木の実や豆をつける方法を教わり，園芸療法士が手助けする場面がなくなり，患者の自立支援や達成感につながった ・他現場での取り組みや反応を聞き，芝人形のイメージが変わった
	コロナ隔離中の患者	リハビリ病院	・室内で立って行う軽作業 ・隔離中の精神面のケア	・隔離中の対応は担当理学療法士と連携 ・容器を小型化することで水替えを日課にする	・作成時「かわいい」と言い楽しんだ ・毎日様子を観察し，水替えをした ・隔離解除され，同室者と共に成長を楽しんだ	

ンのものが作れ，ただ種まきをして植物を育てるより愛着をもち世話をしている様子が見られた。

家庭や公園で親子が作成した時には，交流やコミュニケーションツールとしてはもちろん，植物を育て楽しむきっかけとしても興味をもちやすいプログラムとなった。その他のエピソードとしては，「対象者≠作成者」のケースもあり，入院中の母親や病気治療を始める同僚へ贈ることで，作成者の思いを込める存在となり，受け取った対象者に寄り添う存在となった。

介護付き有料老人ホームでの実践では，食堂など共有部分に飾ることで，園芸に関心のない方も成長を楽しみにするようになり，発芽前の頭部を撫で「生えてこいよ」と話しかける行為も見られた。また今まで園芸療法の活動に不参加だった方から，芝人形を見て「つくりたい」とリクエストがあり複数回実践した。

デイサービスでの実践では，作成した芝人形に名前をつけるよう提案したところ，かつて好きだった女性の名前や飼っているネコや孫の名前をつけてかわいが

第２表．材料．

・容器・・・プリンカップなど小さいものが安定しやすい
・ネット・・・ストッキング，キッチン排水溝ネットなど
・輪ゴム・・・４本，小さめ
・芝の種子・・・西洋芝の種子が年中発芽しやすい
・接着剤・・・水に強いタイプ
・フェルト・・・目，口，眉を作る
・はさみ・・・布が切れるもの
・水苔（土）・・・ホームセンターなどで購入
・スプーン・・・１本
・紐・・・（水吸い上げ用）・・・１本
・その他・・・木の実，枝，マスキングテープ（入れ物の装飾用）

第３表．作成手順．

①水苔に水を含ませる（ビニール袋の中でよく揉み乾燥している部分がないようにして丸めておく）
②ネットを容器に被せ，芝の種子を中央に置き，指で優しく全体に広げる
③水を含ませた水苔を②の上に乗せ，押し込む
④水苔の中央にスプーンの柄で穴を広げ水を吸う為の紐を押し込む
⑤紐とネットを持ち小さい輪ゴムで止める（不要なネットを切る）
⑥ネットをつまみ，鼻，耳などをつくり，輪ゴムで根元を止める
⑦目，口などのパーツを接着剤でつける
⑧容器に装飾をする（胴体部分）

り，会話のきっかけになった。さらに，名前をつける際，戦友のことを思い出す会話があった。また，自宅に持ち帰った芝人形を玄関に置いて「ただいま」と挨拶をする，写真を撮る，デイケアに来る際，人に見せる場面があった。

リハビリ病院では，病室への土の持ち込みは禁止されているが，水苔を使用した芝人形は許可された。コロナ陽性者が個室隔離中に芝人形を提供してもらうことで，立位で行える屋内での軽作業として水やりを日課として行い，芝の成長を見ることは精神的なケアや訪室するスタッフとの会話にもつながった。また，リハビリを拒否していた患者の注意をひくことにも利用され，患者の作りたいという意欲向上につながった。さらに無機質な病室で緑の命を育て，成長を見ることが医療従事者とのコミュニケーションツールとなり，双方にとって回復への希望を感じさせることにつながったケースもあった。

以上のように，実践前にメンバーが抱いていた「高齢者には幼稚ではないか」，「細かい工程が多く作るのは難しそう，できないのではないか」という不安や心配は覆る結果となった。対象者からは想像以上の効果や反応が見られた。その理由としては，芝人形には，たくさんのアレンジ（めがね，三つ編み，動物など）があること，芝が髪の毛のようになり伸びることから日々の表情の変化が見られること，人型や動物型のため愛着が持てること，土のかわりに水苔を使用することで衛生的であること，作成した後は長期で楽しめること，そして，容器の中で，植物を種子から育てる楽しみがあったことがあげられる。いわば，時間と共に変化する植物（命）を身近に感じられることは，さまざまな場面に適し，園芸プログラムとして取り入れやすいことが特徴であると考えた。

園芸療法の領域は医療や福祉分野をはじめ多様であり，近年ますます拡がりをみせている。今回の実践はまさにその多様性に即したもので，芝人形は幅広い対象者に適応可能なプログラムであることが示されたと言える。また，個々の実践での工夫をメンバー間で共有することが，対象者のできることや楽しめることを増やすことにつながることも示された。今回の報告がさらに多くの場所で対象者の笑顔のために役立つことを願う。

おわりに

今回の活動については，メンバーの一人が「芝人形」の作成や管理に精通していたため，他のメンバーが指導や相談を求めやすかった。活動している地域に園芸療法士がほとんどいない環境にあるメンバーにとっても，中四国ブロックという場が安心感を与え，新しい取り組みに挑戦しやすくした。今後も，広い視点で園芸療法を捉え，共有し，地域ブロック活動を継続していきたい。

引用文献

園芸療法未来会議　中国・四国ブロック．2021. 日本園芸療法学会誌 13（別）：33-34.

高松農業高校. 2018（更新年）. 園芸科学科. 2023.12.11.（調べた日付）．https://www.takano.okayama-c.ed.jp/gakka/h/engeifukushi/siba/seihin/index.htm

Therapeutic Horticulture Activity Database. 2024（更新年）．TH activity plan - grass seed heads. 2024.2.4.（調べた日付）．https://hort.ifas.ufl.edu/media/hortifasufledu/therapeutic-horticulture-activities-database/pdfs/Grass-Seed-Heads.pdf

山本俊光・原　千明 . 2018. 園芸療法実習シラバス変更による効果の検証および園芸療法における芝人形・押し花絵の特性．甲子園短期大学紀要 36: 1-10.

横田優子・豊田正博 . 2023. 淡路式農作業分析を用いた園芸療法における創造活動の作業難易度分析．人植関係学誌 . 23（別）: 26-27.

全国花育活動推進協議会．2022（更新年）．花育　花育副読本・読本．2023.11.11.（調べた日付）．http://www.hanaiku.gr.jp/document/readingBook.html