

Ⅲ トピックス：社会的処方としてのガーデニング

はじめに

英国では2018年1月に孤独担当相が任命され、社会的孤独にある人々の救済に乗り出している。近年、薬で治す臨床的治療に加え非臨床的ケア、いわゆる社会的処方（social prescribing）と呼ばれる対応策が効果を発揮し、国民保健サービス（NHS）の財政負担軽減に役立っている。

コミュニティやボランティアが提供する社会的処方のサービスにはさまざまなものが含まれ、本稿ではこの中でガーデニングの役割を紹介する。

孤独への対応

英国赤十字社（British Red Cross）とCo-op（世界最大の消費者協同組合の1つ）の調査¹⁾によると、英国成人の18%は、常にあるいはしばしば孤独を感じているという（図10）。これは英国の成人のおおむね5人に1人（900万人）に相当する。

Jo Cox 委員会の報告書「行動を起こす私たちの呼びかけ」（2017年12月）に呼応して、2018年1月、政府は社会的処方を手段の1つとする孤独に対応する国家戦略を策定した。さらに、英国赤十字社とCo-opは50以上のサービス提供者やコ

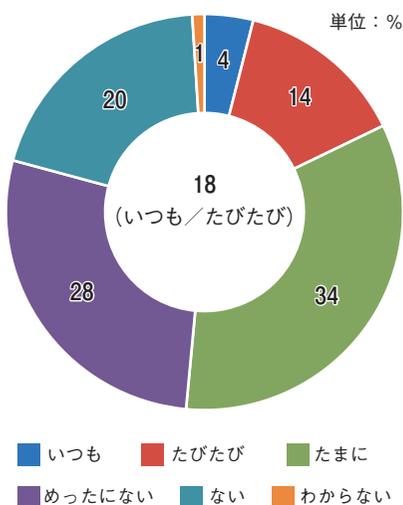


図10 孤独を感じる頻度

ミSSIONナーからの助言や勧告をまとめた「孤独や社会的孤立と取り組むコミュニティ連携」（2018年9月）と題する報告書を公表した²⁾。

社会的処方とは

かかりつけ医（一般家庭医）やNHSスタッフに係る一次医療での負担が年々増大し、それらを軽減する対策が課題となっている。

社会的処方がかかりつけ医、看護師、健康・ケア専門家がさまざまな地域的、非臨床的サービスをコミュニティの人々に照会するという対応策である³⁾。人の健康は主に社会的、経済的、環境的要因により支配されるものであることから、社会的処方 は心身一体的アプローチにより人々のニーズに対処しようとするものである。社会的処方のスキームにはさまざまな活動、例えば、ボランティア活動、アート活動、グループ学習、ガーデニング、友達づくり、料理、健康な食事アドバイス、各種スポーツなどが含まれ、通常はボランティアグループやコミュニティ部門の組織により提供される（図11）。

かかりつけ医が患者にさまざまな支援サービスを照会する際に、リンクワーカーと呼ばれる人材が介在する。一次医療ネットワークの中に位置付けられるリンクワーカーは患者と共に各自の事情に合ったプランをつくり、患者を地元のグループや支援サービスにつなげる役割を担う。リンクワーカーへの照会依頼は地元の広範な機関、すな



図11 社会的処方：心身一体的方法をもとに人々のニーズに対処する

かかりつけ医やヘルスケア専門家はさまざまな地域的、非臨床的サービスをリンクワーカーないしコネクターの支援により人々に紹介することができる。

出典：Public Health England（2019）：Guidance Social prescribing: applying All Our Health, <https://www.gov.uk/government/publications/social-prescribing-applying-all-our-health/social-prescribing-applying-all-our-health>

わち、一般診療、地方自治体、薬局、多くの専門分野チーム、退院チーム、コメディカル職員、消防隊、警察、職業安定所、社会的介護サービス、住宅協会、ボランティア、社会事業や社会的企業（VCSE）組織などから寄せられる。

NHS は2019年1月に公表した長期計画⁴⁾の中で、5年以内に250万人以上の人たちが社会的処方⁵⁾の恩恵を得られるようにすることを明らかにしている。1,000人を超える訓練された社会的処方⁶⁾のリンクワーカーが2020/21年末までに配置され、その時までには90万人を超える人たちが社会的処方⁷⁾スキームに照会されることを意図して、2023/24年までにさらに人数を増やすこととしている。

ガーデニングの力

ウェールズの首都カーディフの慈善団体 Grow Cardiff⁵⁾（カーディフを育てようの意、2015年設立）は、ガーデニングの処方により患者の心身の健康と満足できる生活状態に何らかの改善が見られるかどうかを解明するため、カーディフ南西部クラスター（人口2万5千~10万人の地理的地域）のかかりつけ医の一団と提携し、2つのガーデン区画（Ely と Canton）において18か月間にわたりガーデニングプロジェクトを実施した。地区内にある11の診療所のかかりつけ医と NHS スタッフは患者に Grow Cardiff を照会する。患者は、水やり、除草、収穫といった新鮮な植物を育てることから、創作アート、工芸、高い花壇づくり、池掘りなどあらゆる活動を体験する。

活動の前後の調査から、参加者数が少なく限定的な分析結果とはいえ、参加者は満足できる生活状態の向上について、リラックスして、将来の生活を有益に、楽観的に感じるようになり、処方が介在した当初に比べずっと容易に物事を決断できるようになったと述べた。インタビューに答えた参加者は、身体的活動や果物・野菜の摂取が増えたことを指摘し、コミュニティガーデニングを通して社会的孤立を減らし、社会的つながりを改善する Grow Cardiff のアプローチを評価している。

ヘルスケアに対する需要は増加しつつあり、ウェールズにおける NHS へのコスト圧力は毎年上昇している。それ故、コミュニティガーデニングを通じた社会的処方⁸⁾は NHS にとって財源節約に貢献することを期待できる。

イギリス園芸療法協会（Thrive）は40年間にわたりガーデニングを療法的に用い、ガーデニングが人に良好な健康状態を取り戻すことに役立つ多くの方法と知識と経験を有する。健康の回復をめざす人たちはそのニーズやゴールに明確に一致する活動を園芸療法士とともに行う。セラピストの技能はその人が回復をめざす領域を経験することが可能となる、最もふさわしいガーデニング活動を特定することにある。Thrive は、NHS の社会的処方を世界的な園芸と健康の密接な一体化を達成することに向けた重要なステップとして位置付けている⁶⁾。

米国でも孤独に関する調査（2018年⁷⁾）から、しばしば孤独を感じる人が半数近く（46%）に上がることが示された。OECD の調査⁸⁾では、日本は「友人、同僚、その他の人」との交流が「全くない」あるいは「ほとんどない」と回答した人の割合が15.3%となり、OECD の加盟国20か国中最も高い割合を示した。

人口が減少し、都市が縮小する時代を迎え、人々に忍び寄る孤独や孤立の危機を乗り越える対応策として、ボランティアやコミュニティが提供する多様なサービスを活用する社会的処方⁹⁾は優れた解決方法であり、ガーデニングの役割は大きい。

参考文献

- 1) British Red Cross and Co-op (2016) : Trapped in a bubble An investigation into triggers for loneliness in the UK
- 2) British Red Cross and Co-op (2018) : Connecting communities to tackle loneliness and social isolation; Learning report
- 3) Public Health England (2019) : Guidance Social prescribing: applying All Our Health, <https://www.gov.uk/government/publications/social-prescribing-applying-all-our-health/social-prescribing-applying-all-our-health>
- 4) NHS (2019) : The NHS Long Term Plan
- 5) Nesta: Community gardening as a social prescribing tool <https://www.nesta.org.uk/feature/innovate-save-case-studies/grow-well-community-gardening-social-prescribing-tool/>
- 6) Thrive (2019) : Social prescribing takes welcome step forward <https://www.thrive.org.uk/news/news/social-prescribing-takes-step-forward-530.aspx>
- 7) Cigna (2018) : 2018 CIGNA U.S. LONELINESS INDEX
- 8) OECD (2005) : Society at a Glance 2005, Social Cohesion Indicators; CO2.1.Proportion of respondents who rarely or never spend time with friends, colleagues, or others in social groups