

すこやか★便り

No.7

2025年1月10日
発行

発行所

(一財)MOA健康科学センター 〒108-0074 東京都港区高輪4-8-10
TEL 03(5421)7030 FAX 03(6450)2430 <http://www.mhs.or.jp>

人のこころとからだをケアする花の力

東京療院におけるフラワーセラピーに 関する事例紹介

東京療院^{※1}において、当財団は2022年から(一社)MOAインターナショナルのカウンセラーのチームと連携してフラワーセラピーの研究を行っています。その研究成果が、令和6年8月27日から28日に帝塚山大学(奈良市)で開催された日本応用心理学会第90回大会で報告されました。この研究で、協力いただいた田中千枝子カウンセラーは東京療院でフラワーセラピーを30年以上にわたり、実施しておられます。今回は、そこで行われているフラワーセラピーについてお尋ねしたいと思います。



田中 千枝子 カウンセラー

一般社団法人MOAインターナショナル
略歴: 宇都宮大学教育学部卒業後、(医)清和会 鹿沼病院(精神科)に、心理士として勤務。その後、成城診療所を経て、(医)玉川会高輪クリニック、(一社)MOAインターナショナルに勤務。(一財)MOA健康科学センター倫理審査委員も兼務。

※1 東京療院: 日本統合医療学会の医療モデルと社会モデルの認定施設
<https://tokyoryoin.net/>

東京療院
QRコード▶



2022年より、当財団と共同研究を行っていただき、誠に有難うございます。東京療院で行われているフラワーセラピーは大変ユニークで、効果的なケアと感じております。田中カウンセラーはどのようなきっかけでフラワーセラピーを行うようになったのでしょうか？



田中カウンセラー

私は1991年に成城診療所ができた時に、カウンセラーとして働き始めました。その時にMOA光輪花クラブ^{※2}のいけ花を体験し、一輪の花を一本一本よく見て生け、その花が生けた途端にもものすごく輝いたっていう感覚を持ちました。じっと見ているうちに、やっぱり花が人に語りかけるというか、人の癒しになるんじゃないかなと思いました。



成城診療所に来る前は精神科の病院でカウンセラーをやっていましたが、そこではお花とかはやってなかったので、花の力に感動し、お花による癒しの力を、フラワーセラピーとして応用できるのではないかと思い、プログラムを作り始めました。

30年前にはすでに今のフラワーセラピーの基礎が出来上がったのですね。当時のフラワーセラピーで印象に残っている事例はありますか？





田中カウンセラー

ある不登校の親子がフラワーセラピーに来られました(事例1)。その子は小学校のころは非常に明るくてスポーツマンで人気もありました。中学校に入るとなぜか学校に行けなくなったそうです。それで、診療所に受診され、医師の指示のもと、患者さんとご両親の3名でフラワーセラピーを体験されました。その親子が2杯ずつ花を生け、それを配置し、集合花を鑑賞する段階になった時、お子さんは最初はやらなかったのに、ご両親が集合花を配置した途端に、親御さんの生け花の間に、お子さんがスーと自分の花を置きました。その時直観的に何かあるなと思いました。なんでお母さんとお父さんの花の間に入れたのか？



その後、どうされたのでしょうか？



インタビュアー



田中カウンセラー

その時、その子のお母さんが何かを気付かれ、カウンセリングを受けたいと言われ、お話を聞くことになりました。すると、ご主人やお子さんに対する不満を持っておられました。フラワーセラピーで、ご主人や子供さんの花を見て、お母さんが思い込んでいた花と違っていると気付かれ、自分の色眼鏡で二人を見ていたんだと反省されました。



私が変われば変わるかなと思うようになったら、ご主人も話されるようになったそうです。お子さんは、夫婦喧嘩をするとスーとその場を離れるという事があって、親はしっかりと協力して家を守らないといけないと思うようになられたそうです。その後、お母さんがご主人やお子さんに対する見方を変えるようになり、お子さんは学校に通えるようになったそうです。

フラワーセラピーは、個人々々をケアするお花だと思っていましたが、家族で行う事もできるんですね。



インタビュアー



田中カウンセラー

この事例を通して、家族の生け花を見ることによって、花に反映された家族の思いを知り、自分の心を振り返り、行動変容が起こる。フラワーセラピーはファミリーセラピーの要素をもっていると学び、今行っているフラワーセラピーのスタイルとなりました。



フラワーセラピーは、具体的にどのように進めるのでしょうか？



インタビュアー



田中カウンセラー

フラワーセラピーの手順で重要なことは、患者さんと保護者が2杯ずつ生けていただき、それら4杯の生け花を患者さんと保護者の各々が、いいと思ったところに配置して鑑賞し、感想を述べ合うことです。お花を生ける際も、自分がきれいと思う花を一輪選んで、気に入った花器に、きれいなところを正面にして生けていただくようにしています。気を付けているところは、患者さんが先に生けて、保護者が後の順で、花を生け、集合花の配置を行います。





田中カウンセラー

細かい、手順については下表を参照にしてください。

🌸 フラワーセラピーの手順

1	初回時は、フラワーセラピーの説明を行い、了解を得てから実施する。 2回目以降は、開始前に、前回以降の変化等を聞かせて頂く。
2	毎回、開始前に健康アンケート(簡易な心身の状況チェック、ニコニコマーク)に記入して頂く。 ただし、患者の状態によって、記入できない場合は保護者のみが記入する。
3	花を選んでいける。下記のすべての行為を患者が先で、保護者の順に行う。 a) “きれいと思う花”を一輪選び、きれいなところを見つけて頂く(1分間) b) 花器を選んで、きれいなところを(正面にして)いけて頂く c) 再度、きれいと思ったところをじっくり見て(“愛でる”)頂く(2分間) d) いけたお花の感想を述べて頂く e) お互いのお花を鑑賞し、感想を述べて頂く
4	3の「花を選んでいける」を再度行う。
5	4杯のお花を、患者の方から集合花にして頂き、鑑賞し、感想を述べて頂く。 次に保護者の方が行き、同様に感想を述べて頂く。
6	終了後に、開始前と同様に健康アンケートに記入して頂く。 この間に、実施者は、集合花と4杯の花を写真に記録する。



患者さんと保護者が2杯ずつお花を生け、集合花にして鑑賞するスタイルは、患者さんと保護者の内面性や関係性が見えてきそうで、興味深いスタイルですね。そこで、今までにフラワーセラピーでどのような事例がありましたか？



インタビュー



田中カウンセラー

生後間もなくから重い癲癇を発症し、後に知的障害とも診断された患者さんの事例を紹介します(事例2)。お母さんは、お子さんが世間から偏見視されないようにと、言動を逐一干渉して育てられました。お子さんが成人になっても自らの意志決定や行動ができない事に焦っておられ、「障害者には、心の奥にあると言う魂の向上を許されないのでしょうか」と相談に來られました。



親子がフラワーセラピーを体験された様子はいかがでしたか？



インタビュー



田中カウンセラー

始めてみると、お母さんの思惑とは裏腹に、指示待ちは一瞬で、セラピーの行程通りに、自らの意志で選び、いけることができました。継続していくうちに、花と花瓶のセンスの良さ等を発揮するようになり、毎回それを見ているお母さんも、干渉する言葉から、承認や賞賛する言葉に変わっていきました。そして、将来が見えず不安な思いで見えていたお子さんは、グループホームのお話を頂くと、自ら希望して入居されました。それによって、お母さんは、偏見は世間ではなく自らの中にあつたことに気づかれ、今まで、息子さんの自立の芽を摘んできたことに気づかれ、反省されました。

2019年に患者が配置した集合花



2023年に患者が配置した集合花



フラワーセラピーによって、お子さんの良いところが引き出され、保護者がお子さんを自らの偏見で見えていたことを反省され、意識が変わっていかれたことは大きいですね。また、家庭ではどのようなことをされていたのでしょうか？



インタビュー



田中カウンセラー

家庭でも、花を絶やさないようにして、自然食を食べ、セルフケアとして岡田式浄化療法^{※2}もお子さんに継続して施術されたそうです。10年間フラワーセラピーに通い続けた結果として、当初のお母さんの不安は消失し、お子さんには社会的支援を受けつつ自立する力があることを認め、一人で生きていけることを確信されました。そこで、フラワーセラピーは終了となりました。



※2 エネルギー療法の一種。 <https://moainternational.or.jp/main/c-1>

フラワーセラピーを通して、保護者がお子さんの個性を認め、お子さんは親から自立していった貴重な事例ですね。このような事例はほかに多くあるのですか？



インタビュー



田中カウンセラー

認知症の方がフラワーセラピーを受けると話し方や行動が変化するという事例(事例3:ご家族の声で紹介)があります。また、自閉症、統合失調症等の患者さんとその保護者の関係性が良好になるという事例もあります。



長年にわたって東京療院で多くの患者さんとその保護者を見続けられ、大変なご苦労や喜びがあったと思います。そこまで続けられた思いはどこから来ているのですか？



インタビュー



田中カウンセラー

精神疾患や精神障害を持たれた患者さんのご家族から、患者さんのみならずご家族までもが社会から受ける心無い言動や偏見への心痛(スピリチュアルペイン)を聞かせて頂く度に、苦痛が無く、楽しく、ご家族まるごと変わっていける方法はないだろうかと模索しておりました。先の不登校の事例の患者さんから、それがフラワーセラピーであると気づかせて頂きました。多様性が叫ばれるようになり、障害の有無に関わらず、誰もが個性特長を生かしつつ共存していける社会が来ることが望めます。カウンセリングは言語を解さない人や内省ができない人には不向きであります。しかし、老若男女誰にでも手軽に生けることができるのがフラワーセラピーであり、生けた花はその人の心を反映していると思います。花の力、自然の力には見えない力があり、その力が人をケアしていくことをモチベーションに、フラワーセラピーを続けていきたいと思えます。



30年に渡り、患者さんとその保護者をフラワーセラピーでケアされてこれ、その一端を紹介していただき、誠にありがとうございました。



インタビュー



フラワーセラピーについて詳しく知りたい方は、右記の連絡先にお問い合わせください。

東京療院 新館
カウンセリング



03-3280-1861

事例3のご家族の声

当初認知症の事を全く理解しておらず、病院で診断を受けてもどうしてよいのかわからずにいました。それに母に目立った変化はあまり感じられなかったため、深刻には考えていませんでした。時間が経つにつれ、物忘れが増えてきて、二人で出かけても、私と出かけていることを忘れて一人で帰宅したりと、目が離せなくなってきました。私もお世話をしている中で段々と不安や苛立ちが増えていきました。

そのような中で、実際フラワーセラピーを始めてみると、母の花を生けた後の感想を聞く度に、“本当に認知症なのかな？”と疑うような話し方や動きとなるので、驚くばかりでした。母の気分がすぐれない時や体調がおもわしくない時でも、花を一杯生け、二杯目を生け終わる頃には気分が良くなり、話し方も流暢で、昔の話をしたり、動きも機敏になり、姿勢までも良くなり、血圧も下がるなど色々な変化を見せられました。また、生けた後の花に対する母の感想を聞いていて、花から色々と感じたり教わったり、生きる力(元気)をもらったりしているんだなと思いました。このことは、一輪の花とはいえ、そういう力が花にはあるということ、母を通して私に教えているのだと思いました。



2019年に患者が配置した集合花



2022年に患者が配置した集合花

田中さんの活動を見続けられた 医師からのコメント

医療法人財団玉川会新高輪クリニック 片村 宏 院長

田中さんのコメントの事例2の親子さんは私が外来で10年近く拝見させた頂いた方です。子供の将来を考え、親としてもっと良くなってほしいと思うのは当然で、診察室での会話では障害を持つ子をなんとか人並みにしたいと思うがゆえの苛立ちが感じられ、当初はお子さんは緊張して口をはさむことはできず、お母さんがお話をすることで診察時間の大半が費やされてました。数年前にお母さんが脳梗塞になって原因のわからないふらつきに悩まされ一向に改善しない状態が続きました。

お母さんは落ち込んでいましたが、もう頑張れないと悟った時に力が抜け、執着が減ったのでしょうか。あたかも心の揺れが体の揺れに移っていくにつれ、親子の関係は変化を見せるようになりました。

お母さんはお子さんの中にあるやさしさや気遣いについて語るようになり、お母さんの隣でお子さんはその語りをしっかりと受け止めているようでした。

ビクトール・フランクルは次元的存在論の中で『人間は一見「～に過ぎない」存在のように見えるが、それ以上のものであり、最初に投影した低い次元に留まっている限り、統一した人間像を得る見込みはありません。』と述べています。お花の力がお二人の霊性や事実の捉え方の次元をあげ、統一した人間観に到ったものと思われま。

私たちはこの人はこうだろうという自分勝手なイメージを基に人に接しがちです。自分の見方と違った意外な姿に出会った時に互いの理解が進んだということなのでしょう。お母さんが思い描いていたイメージとは違うお花をお子さんが生けたという事実に気づくことで、花を通してこの視点の転換が起こったように感じます。お花の良いところを観ようとすることが自分の身に付き、相手の良いところを見ることにつながっていくのかもしれない。色眼鏡を外し、相手の良いところを観ようとすれば、そこに感謝すべき、愛すべき、よいところは立ち現われてくるのだと感じました。そのことを信じ田中さんは数多くの患者さん、親子さんに安心できる場を提供し、寄り添ってこられたのです。長年の取り組みに心より敬意を表したいと思います。



研究報告

タイトル

花を用いた心理療法で作成された 生け花画像の評価に関する検討-第2報-

発表者 内田誠也 博士(工学)当財団主任研究員
田中英明 博士(公衆衛生学)当財団研究員
本村明嘉 公認心理士(一社)MOAインターナショナル

日本応用心理学会第90回大会より

発表の内容

東京療院(統合医療認定施設)では、患者とその保護者に対してフラワーセラピーが長年行われている。本研究は、そのフラワーセラピーで撮影された花の写真画像を分析し、患者と保護者の心理状態との関連を調べることを目的とする。

分析方法として、集合花の花の位置関係を定量評価する方法と生けられた花の印象を評価する方法を開発した。患者とその保護者が2018年から2023年にかけて、5回のフラワーセラピーを体験した。その時の患者が配置した集合花を写真1から写真5に示す。写真1について、患者の花の位置と保護者の花の位置が近く、重なり合っているように配置されている。写真5について、患者の花の位置と保護者の花の位置が離れており、花が重なり合っていない。すべての集合花の距離分析結果を図1に示す。低値は患者-保護者間距離が短く、高値は距離が長いことを示す。2018年頃は距離が短く、年がたつにしたがって、距離が伸びている。フラワーセラピーの印象評価の推移を図2に示す。低値は花の印象が悪く、高値は印象が良いことを示す。2018年頃は花の印象があまり良くなく、年がたつにしたがって、印象が良くなってきている。花の距離は、患者が親から保護者下から自立しようという潜在的なこころの状態が反映されている可能性がある。また、心の状態が良くなると花の配置のバランスが良くなり、花の色づかいが明るくなり、印象評価が高くなったと考えられる。つまり、フラワーセラピーの集合花は患者や保護者の心の状態が表れている可能性があることが示唆された。

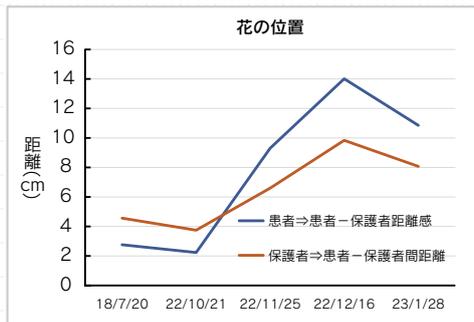


図1 患者-保護者間の距離の推移

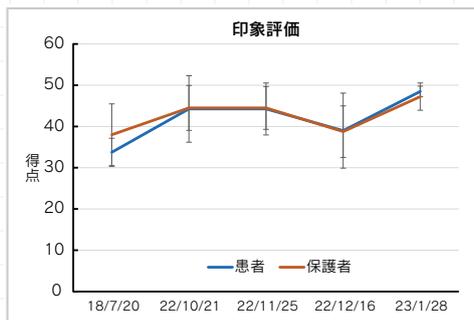


図2 印象評価の推移



写真1 2018年に患者が配置した集合花



写真2 2022年10月の集合花



写真3 2022年11月の集合花



写真4 2022年12月の集合花



写真5 2023年1月の集合花

鈴木理事長が 国際シンポジウムで発表

開催日

2024年7月4～5日

主催

タイ国衛生省・伝統医療代替医療局

発表者

鈴木清志 当財団理事長



タイトル

「日本における統合医療の具体的進展とMOA活動」



日本公衆衛生学会で 研究員が発表

開催日

2024年10月29日～31日

場所

札幌コンベンションセンター(札幌市)

発表者

木村主任研究員

タイトル

障がい児の保護者における支援サービスの満足度と療育効果 通所型介護事業所における調査



日本応用心理学会 第90回大会で研究員が発表

開催日

2024年8月27日～28日

場所

帝塚山大学(奈良市)

※大会は台風のため中止



- 「介護・福祉共生型サービスの満足度、およびその実態についてー広島県の介護事業所における予備的調査」(発表者:木村主任研究員)
- 「大学生の心的外傷後成長に関連するライフスタイル因子について」(発表者:田中研究員)
- 「花を用いた心理療法で作成された生け花画像の評価に関する検討 第2報」(発表者:内田主任研究員)

タイ国衛生省との 協定書の調印

調印日

2024年10月18日

場所

タイ国衛生省

協定者

- ・タイ国衛生省タイ伝統医療代替医療局
- ・MOAインターナショナル
- ・MOA健康科学センター



お知らせ

Youtube 動画 健康科学チャンネル

自然農法や美術文化活動、岡田式浄化療法に関する科学的なセミナーを視聴できます。興味がある方は、下のQRコードを読み取ってください。



過去のニューレターの 閲覧や印刷

ニューレターすこやか便りNo.1からNo.6を閲覧および印刷ができます。興味がある方は、下のQRコードを読み取ってください。



健康チェックのスケジュール

東京療院では健康チェックを行っております。血管年齢(100円)、肩こり度(200円)、骨密度(300円)、自律神経ストレス度(500円)、脳機能年齢(無料)となっております。健康増進のためにお気軽にお立ち寄りください。スケジュールを知りたい方は、下のQRコードを読み取ってください。



◇◇◇ 「賛助会員」入会のご案内 ◇◇◇

年会費 (1口)
個人会員 5,000円
法人会員50,000円

●お申込み・お問合せ先

(一財)MOA健康科学センター 賛助会員事務局

TEL 0557(86)0663

FAX 0557(86)0665

賛助会員に関して詳しく知りたい方はホームページをご覧ください。



団体(法人)会員さまのご紹介 ここに記す法人の皆さまに、団体会員としてご賛同、ご協力をいただいております。

伊豆箱根鉄道株式会社

住所/〒411-0803
静岡県三島市大場300
TEL/055(977)1201



新栄運輸株式会社

住所/〒559-0026
大阪府大阪市住之江区平林北2-7-45-4
TEL/06(6685)7718



株式会社SANKEI

住所/〒063-0869
北海道札幌市西区八軒9条東4-1-20
TEL/011(709)7811



医療法人財団 玉川会

住所/〒108-0074
東京都港区高輪4-8-10
TEL/03(5421)7089



明成警備保障株式会社

住所/〒413-0011
静岡県熱海市田原本町9-1
TEL/0557(84)2405



株式会社エム・オー・イー商事

住所/〒413-0011
静岡県熱海市田原本町9-1
TEL/0557(84)2611



公益財団法人 岡田茂吉美術文化財団

住所/〒413-8511
静岡県熱海市桃山町26-2
TEL/0557(84)2511



医療法人社団 六翠会

住所/〒661-0043
兵庫県尼崎市武庫元町1-30-16
TEL/06(6431)6941



Ducks field

住所/〒567-0009
大阪府茨木市山手台7-1-8
TEL/072(649)1132

一般社団法人 MOA自然農法文化事業団

住所/〒410-2311
静岡県伊豆の国市浮橋1606-2
TEL/0558(79)0999



株式会社エム・オー・エーグリーン・サービス

住所/〒413-0011
静岡県熱海市田原本町9-1熱海第一ビル9階
TEL/0557(84)2055

医療法人財団 瑞泉会

住所/〒981-3135
宮城県仙台市泉区八乙女中央2丁目3-8 東北療院2階
TEL/022(739)8035

医療法人財団 愛和会

住所/〒564-0053
大阪府吹田市江の木町16-6 愛和会ビル2階
TEL/06(6388)0160



末広温泉

住所/〒547-0034
大阪府大阪市平野区背戸口2-1-19
TEL/06(6703)5356



エステイメイト株式会社

住所/〒047-017
北海道小樽市若松2-7-20
TEL/0134(25)8525

