

『花活』のご案内

季節のお花でアレンジメントを
楽しんで認知機能の維持も期待
できます!!



生花に触れて、香いを楽しんだり、素手で触ってみましょう!!

流れ

「花活」で生活の中に花を取入れましょう!!

1. 10cm ほどのストローの長さに合わせて
バサミで茎や葉をカットします。
2. 色や形の違う花や草のバランスを考えなら、
挿し位置テンプレートを参考に、スポンジ
に挿します。
3. 花器を回して全体のバランスを調整します。
4. 作品を家に持って帰って飾りましょう。
5. 感想を書きます。

ポイント!!

誰でも簡単にアレンジメントが
作れるよう工夫しています!



・ひろしまね園芸福祉協会ではデイサービス他で長年の経験を通して培ったノウハウがあり、職員さんが講師を務められるようにトレーニングサービスを提供できます。

・これまでの各種データにより効果の確認をしています。

・花器、花代、講師代などの経費についてはご相談に応じます。

【連絡先】

ひろしまね園芸福祉協会 代表 小田原 裕紀

担当者：進藤 丈典

電話：0823-33-7173

Eメール：take2630@do7.enjoy.ne.jp

「花活」のいいところ

花の力はすごいです。
人は長い歴史の中で自然と共に生活してきました。そのため花や緑、山や川を見ると
脳が「安全な場所」と感じやすく、緊張がやわらぎます。

概要：2週間に一度フラワーアレンジメントを楽しんでいただきます。（竹原の集いでは8年間継続していて現在9年目に入っています）作品はご自宅や居室に持ち帰っていただき、花器は花活会場へご自分で持ってきています。このフラワーアレンジメントでは手指の運動や複数の花たちのバランスをとることで空間認識力が養われます。自宅に作品を飾ることで花の世話や家族との会話が生まれます。長く続けることで認知機能が維持されます。生の花と2週間に一度見て、触って、複数の生花の色や形を整えることで脳が刺激されます。

①：認知機能への刺激

- ・花材や手順に集中することで、注意力を健全にします
- ・配置や順序を決めることで、判断力を高めます
- ・手順や前回の経験を思い出すことで、記憶力を養います
- ・全体の形やバランスを把握することで、空間認識力を養います



②：手指機能の維持

・花を切る、長さを調整する、挿す、向きを整えるなどの細かな作業は、手指の巧緻性や目と手の協調運動を促します。これは日常生活動作（食事、着替え、筆記などの維持につながります。

③：感情面への良い影響

・花の色、香り、季節感は感覚を刺激し、気分を明るくしやすいです。作品が完成すると達成感や自己効力感（自分にもできた」という感覚）が得られます。認知症の方は失敗体験が増えやすいため、「できた」「綺麗だね」と認められる経験はとても大切です。

④：継続活動には社会的つながりの維持という意味もあります

・2週間に1回の定期活動は生活リズムを整え、人と会話や交流の機会になります。孤立は認知機能の低下リスクの要因の一つなので、仲間や指導者との交流は重要です。



⑤ 8年間継続していることの意味

単発ではなく長期間続けることで、

- ・生活の中の役割づくり
- ・習慣化による安心感
- ・季節の移り変わりを感じる機会

が積み重なっています。これは認知症ケアでいう「その人らしい生活の継続」に近い価値があります。

