

# indoor green style vol.2

インドアグリーンをデザインする。

3 designers,  
3 styles

GREEN WISE [グリーン・ワイス]

IDÉE [イデー]

SHIZEN [シゼン]

グリーンとのマッチングで見せる。

Product for Green

花を楽しめるグリーン。

インドアで楽しむ花ガイド

管理方法付き全掲載グリーンリスト。

[植物リスト]

et

# 植物に秘められたパワー。

大林修一／プラネット代表

生命感のあふれる観葉植物を飾った部屋は明るい雰囲気になり、そこに居るだけでなぜかほっとした、落ち着いた気分になります。疲れが癒され、元気になっていくのを感じます。緑は安心・安定の色、緑の植物は生理的・心理的な鎮静効果を持っています。これは、古代から、木々の緑に守られて生きてきた人の、心の奥に刷り込まれたことに由来するもの。緑の植物とともにいるのが、人は一番心がやすらぐのです。いわゆるシックハウス症候群は、室内の建材や壁紙、家具などに含まれるホルムアルデヒドやベンゼン、トリクロロエチレンなどの有機化学物質が揮発し、室内の空気を汚染しているのが原因です。この空気中の汚染物質を、植物は吸収分解して除去する力を持っています。また、植物は空気中の湿度を感知して、葉からクリーンな水分を放出する自然の加湿器の役割をしてくれます。空気中の二酸化炭素を吸収して新鮮な酸素を放出してくれるのも植物です。

開口部が広く取られた開放的なアトリウム空間は植物にとっても理想的な空間。  
このグリーンは観葉植物を使いながら花やにおい、実が楽しめる日本の雑木林のような植栽となっている。



## 植物の不思議な力。

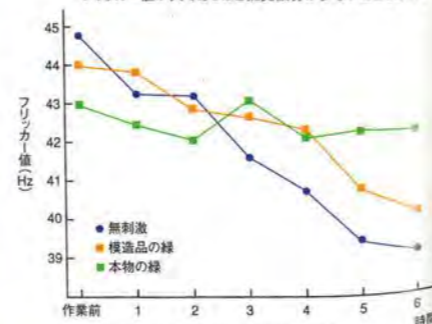
植物には「神秘」としかいいようのない不思議な力があります。私たちの健康と地球環境の改善に役立つからです。

## 植物が生命の源。

植物は太陽や雨、風などの自然の恵みを受けて、二酸化炭素と水を原料に光合成を行い、自ら養分をつくりだし、酸素を放出しています。動物はその植物を食べ、酸素を吸って二酸化炭素を排出します。すなわち、空気中の酸素をつくりだすのも植物、食物をつくりだすのも植物。植物が生命の源なのです。さらに、私たちの生活にとっては、葉も植物から、建築資材や布、紙なども多くは植物からつくられています。私たちは植物の恩恵を受けて生活しているのです。

あるデータによると、人が1日に必要な酸素の量は約0.9kg、排出する二酸化炭素は約1.1kg。一人分の酸素量をまかなうには、30~40㎡の植物に覆われた面積が必要だそうです。

表1: 緑によるテクノストレス緩和の効果を検証した実験  
(東京農業大学・近藤三雄教授)  
フリッカー値が大であるほど視覚疲労が少ないことを示す。



測定方法 計6時間のVDT作業の間に1時間ごと5分間ずつ視覚刺激を提示した実験のフリッカー値の変動



植物に秘められたパワー。

アトリウムガーデンを俯瞰する。奥のカフェは木々に囲まれ、まるで森の中のカフェのよう。



## 植物は五感を刺激する。

### ●視覚を通じて刺激する。

植物に囲まれると、脳波の精神の安定状況を示すα波が増え、血圧が低くなり、皮膚の電気抵抗が少なくなり、心拍数が減少する、という研究データが発表されています。実際に、窓の外に緑が見える病室の患者は、不定愁訴が少なく、痛み止めの投薬も少なく済み、回復が早かったというデータもあります。

また、パソコン社会の中で視覚は疲労しています。これらを軽減する効果が植物にはあるのです。(表1参照)これは植物の持つ鎮静・高揚作用が視覚を通して人を刺激し、精神的・肉体的疲労の回復を促進してくれるからです。

### ●香りをもたらす効用。

ラベンダーの香りは鎮静効果が高く、寝室に置くと安眠効果があります。一方、バラやジャスミンの香りには高揚作用があり、なぜか心が弾みます。森の中を歩くと感じるさわやかな香りは、木々が発散しているフィトンチッドと呼ばれる揮発性物質の香り。人の脳に作用して精神を安定させ、ストレスを解消します。

### ●植物に触れる。

植物は自然が刻む、ゆったりとしたリズムの中で生活しています。そして私たちが植物を身近に育て、植物に寄り添った時、植物は自然のリズムを共有させてくれ、そのリズムが私たちに癒してくれるのです。これがガーデニングの効用です。種子まきや挿し木をしてみましょう。芽が出てくるとわくわくします。日々生長する姿は日頃忘れていた感動を思い出させてくれます。植物に水や肥料をやり、命を育むことから責任感や生きがいが生まれます。

このようなガーデニングの効用を治療に取り入れたのが、園芸療法です。心と体のリハビリに、老化防止に効果があります。



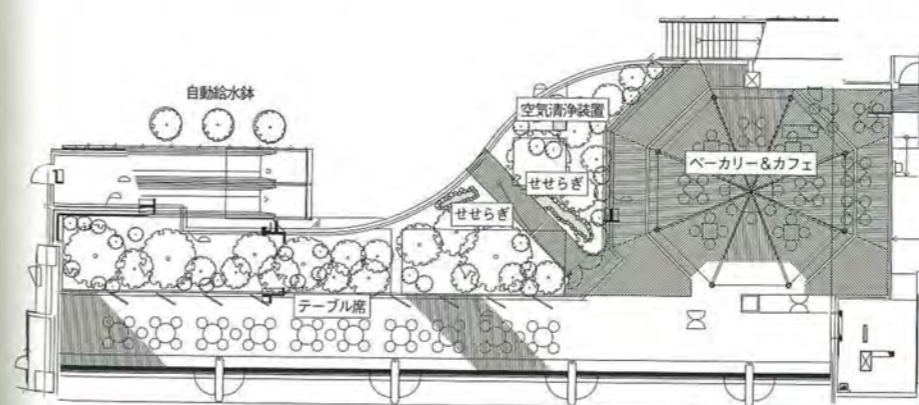
デンソー社員クラブ ディースクエア アトリウムガーデン

車の電装大手メーカー・デンソーの社員クラブにあるアトリウムガーデンである。アトリウムガーデンというトロピカルなイメージになりがちだが、ここでの植栽は、ベンジャミナやシマトネリコなど葉が細かく柔らかいイメージの樹木や、ゲッキツ、ジャボチカバナなど花やにおい、実が楽しめる品種を取り入れ、観葉植物でありながら日本の雑木林に近いイメージをつくりだしている。

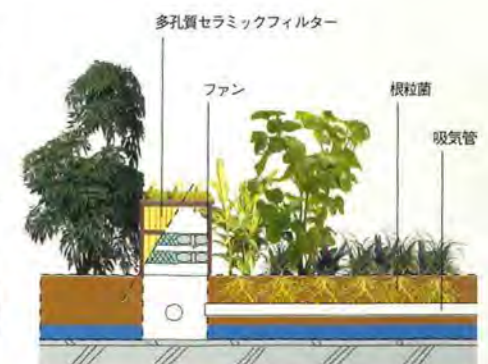
ここではハイドラカルチャーで植物が生育されている。自動給水システムを使用し、水循環ポンプとエアポンプの設置により、酸素を多く含んだ水が、常に植栽槽底面を循環している。その水をポンプ循環させるという簡単なくみでせせらぎをつくりだしている。さらに、植物の根の空気浄化効果を高めるためにファンで根に空気を送り込み、浄化した空気をフィルターを通して新鮮な空気を放出する空気浄化システムが取り付けられている。せせらぎの流れる音や、植物や発泡煉石により浄化された新鮮な空気、このアトリウムガーデンを訪れる人々は、心地よい時間を過ごすことができる。

植栽計画・施工/プラネット 設計・施工/竹中工務店 所在地/愛知・刈谷

この植物はハイドラカルチャーで生育され、自動給水システムで管理される。さらに水循環ポンプとエアポンプの設置で新鮮な空気と水が植栽槽の底面を流れ、その水の循環システムの一部としてせせらぎが設けられている(写真左上)。さらに植物の根で浄化された空気を送り出す空気浄化装置も設置されている(写真右下)。写真左下は植栽越しにカフェの客席を見たシーン。



アトリウムガーデンPLAN



空気浄化装置システム図



ガラスの瓶にセットした、かわいらしい花を咲かせるウリカワが溶岩ポットに植え込まれている。



## テーブルで楽しむ ビオトープ。

【溶岩ポット&チタングリット (バイオガーデン ミニ)】  
日本ナチュロック

光触媒の作用で水質が保たれる。

ビオトープの概念を室内に取り込んだ卓上ビオトープ。水槽とはひと味違う小さな水辺の景色が楽しめる。直径20cm〜30cmの器にグリーンを植え込んだ天然の溶岩で出来たポットと小石とチタングリットを入れる。水を張り、浮き草を浮かべ、メダカなどの小さな淡水魚を数匹入れれば完成だ。手軽にセットできる点と、鉢底に入れるチタングリット (光触媒) がにおいや病気、藻の発生を抑え、室内でのビオトープを可能にしている。器や植え込むグリーンを変えれば、さまざまなインテリアに対応するこの小さなビオトープは、私たちに新しい癒しのシーンを提供してくれる。

●溶岩ポット&チタングリット (バイオガーデンミニ) 定価: 溶岩ポット100×150×100/550円 小石&チタングリット1,200円 なお、美濃焼の器の付いたセットもある (溶岩ポット、小石&チタングリット込みで) 4,500円

●問い合わせ先: 日本ナチュロック (03)3589-3333

●協力: グリーンデザイン/SHIZEN 撮影協力/SHIZEN CAFE

## インテリアの オアシス。

【オアシス・テーブル】プラネット

アクリル製のテーブルに一工夫。脚の中にグリーンを入れれば、まったく違った風景がそこから広がる。400角のアクリルケースの中は、植えられたグリーンに合わせた適度な温度と湿度が保たれるテラリウムのようなスペース。そこに観葉植物やサボテンなどをデザインすれば、テーブル越しに見るインテリアが全く違ったものになる。生育方法は、ハイドロカルチャーなので手入れがしやすく、温度や湿度の調整のために3cm程度の穴が各面に開いており、アクリルが曇ってしまう心配もない。ちょっとした工夫がインテリアのオアシスとなる、そんなテーブルである。

●オアシス・テーブル: 透明アクリル110 400×400×900 ハイドロボールに植え込まれたグリーンはオーダー可能。定価: 要問い合わせ

●問い合わせ先: プラネット (03)5469-0590

●撮影協力/プラネットマーケット



400角のアクリルケース内にグリーンが植え込まれ天板が載せられた「オアシス・テーブル」。



各面に3cmの穴が開けられており、そこで湿度、温度が調節される。