



図272 農作業によるストレス軽減実証テストの結果

注：1) NPO法人ユメソダテが主催する「人を育てる畑コース」第1期生の6名（知的・発達障がいを抱えている方）を対象に、プログラムの開始前と畑での農作業を終えた後に採取した唾液を分析した結果である。

2) プログラムは体操、座学、農作業から構成されており、αアミラーゼは座学終了後にも分析している。

資料：以下のテスト結果から作成。

順天堂大学大学院 緩和医療学研究室、NPO法人ユメソダテ、都城三股農福連携協議会
「農作業によるストレス軽減テスト」（2023年3月16日（木）実施、ノウフクマガジン#68より）
<https://noufuku.jp/magazine/post-20230518/>

出典：フード・マイレージ資料室 <https://food-mileage.jp/>