



2017 **1** vol.74

### 今月の特集

# 「いただきます」の時間を豊かに 食卓を楽しむ 家づくり

家を建てるならこだわってみたいのが、  
ゆっくりと家族で食事の楽しめる空間づくりです。  
食卓のひとつをより豊かなものにするには、  
どのようなアイデアがあるのでしょうか。

#### 家族の過ごし方から考える、 キッチン・ダイニングの選び方

仕事で帰宅が遅くなったり、子どもは塾や習いごとがあったりと、現代では家族全員そろって食卓を囲む機会もつい少なくなりがち。だからこそ、皆の集まる時間は大切にしたいものです。家の中で家族の集まる場所にはリビングがありますが、一方のダイニングは食事を通じて家族を引き寄せる場所。美味しいひとときをより楽しく充実させるために、家づくりではどのようなことができるのでしょうか。

まずはキッチンから考えてみましょう。配膳から調理、食事から皿洗いまで家族みんなで行うご家庭なら、壁から独立したアイランド型もおすすめ。料理中も背を向けることがなく、開放感あるレイアウトで会話も弾みます。キッチンにはシンクやコンロを横一列に並べるI型、並行に並べるII型や、動線が短いL型などのバリエーションがあり、ダイニングとの位置関係は、調理に集中したいなら壁付型、調理中も家族との会話を図るなら対面型が良いでしょう。食材や食器が散らかりやすい手元やゴミ箱は隠れるようにしておく、インテリアの雰囲気も損なうこともありません。

ダイニングはテーブルによっても印象が変わります。丸型は会話がしやすくリビングとも連続性が保ちやすいこと、四角は無駄なスペースが少なく、席が定まりやすく食事以外にも思い思いに使用

しやすいことがメリット。キッチンカウンターのひとつとしてリビングを広く取ったり、兼用のリビングダイニングをゆったり設けるのもひとつの方法です。

#### 視線と動線に配慮して広々と、 自由な間取りで居心地良く

ダイニングでの食事のひとときに親密感を演出するなら、リビングよりも天井高を抑えるのもひとつの方法です。一見狭く感じるように思われますが、キッチン・リビングと緩やかに空間が繋がっていけば圧迫感もなく、視線や動線が抜けることで面積以上に広さを感じさせる効果があります。

また、部屋の明るさを控えめにして、ペンダントライトやスポットライトでダイニングテーブルを照らすのも落ち着いた雰囲気に。このように、天井高や照明の明暗で空間の雰囲気を考えるのは家づくりをレベルアップさせる第一歩です。「FPの家」は家全体が暖かいので、壁で仕切らずにゆったりと屋内空間をつくるのも得意分野です。

日常的には、食事がなくとも自然と家族が集まりたいような習慣づくりも大切。花を飾ったり、おやつを楽しむなどしながら、我が家ならではのダイニングの過ごし方を作り上げてみてはいかがでしょうか。



#### 壁紙・クロス

住宅のインテリアは壁の質感や色で大きく印象が変わります。壁紙はビニールシートに紙を裏打ちしたビニールクロスが主流。耐久性があり、汚れても水拭きができることや施工しやすくコストが比較的低いこと、表面の凹凸などバリエーションが豊富なことから多くの住宅で使われています。

自然素材の触感や風合いを求めるなら、紙クロスや織物クロスもおすすめです。紙クロスは輸入壁紙や和紙など種類も多く、豪華な雰囲気からシックな印象まで自在に選べます。織物クロスは生地が丈夫で高級感があるのが特徴。施工には熟練の職人技が必要なこと、汚れに弱いことに注意が必要ですが、こだわりの空間にはぴったりです。



#### ジュエリーケース

指輪やピアスなど、お気に入りのアクセサリは身につけていないときでもお部屋のアクセントにしてみても。まずは好みの紙や木の箱を用意。中のサイズに合わせて鉛筆やラップの芯にフェルトを巻きつけて一本ずつ並べていけば、DIYのおしゃれなジュエリーケースができて上がります。フェルトの間にアクセサリを収納していけば、机の上も華やかになりますね。

ネックレスなら、トランプやカードに切り込みを入れて取り付ければデザインが映える収納に。面積が増えるのでお出かけ前にも見つけやすく、絡まることもありません。木の枝に掛けたり、コルクボードを使うのもおすすめのアイデアです。

#### ¥ おカネの豆知識



#### 高額療養費制度

冬は寒い浴室やトイレで失神や心筋梗塞を引き起こすヒートショックにご用心。屋内の温度差の解消が大切ですが、万一多額の医療費がかかる場合は高額療養費制度を知っていると安心です。食事代や差額ベッド代を除き、年齢や所得に応じた自己負担限度額の超過分の払い戻しを受けることができます。

#### 暮らしのワンポイント



#### 七草

1月7日といえば春の七草。七草粥には無病息災を願い、お正月のおせち料理を食べ疲れた胃腸を休めるという意味もあります。

セリ、ナズナ、ゴギョウ、ハコベラ、ホトケノザ、スズナ(カブ)、スズシロ(大根)の7種類はそれぞれ栄養も豊富。冬の野菜不足を補うという点でも理にかなっていますね。

#### 教えて! Dr. 住まいる

#### 壁・柱の釘穴の補修



壁や柱に残ってしまった画鋸やフックの跡。白い壁紙の小さな穴には少量の木工用接着剤をつけ、ティッシュを爪楊枝で埋めれば目立ちません。木の柱の穴は爪楊枝を差し込み、余った部分をカットすれば近い色に。大きい穴は爪楊枝の代わりに割りばしの先を削って使いましょう。



おかげさまで、  
「FPの家」  
グループ誕生30周年

