

まずは全体像をつかむ

自分で間取りづくりに挑戦してみましょう。プランニングには、考える手順としてのコツがあります。ここでは代表的な2つの手法をご紹介します。

①ゾーンから考える

②スペースから考える

プランニングは、単純に部屋を並べれば良いというものでもありません。できれば建物全体のイメージを先につくっておいてからプランニングをした方が着実に進みます。

建築家でも、全体のイメージをつかむ事から始めるのは変わりません。時には具体的なプランニングを始める前に、外観やインテリアのイメージを描くことも多々あります。プロの建築家だからこそ、完成した時の空間を頭の中でイメージすることができるのです。

上記の2つの手法はどちらも、全体イメージをつかむことになります。

図表①間取りのヒント

半間	一間	一間半
洗面・洗濯機置場 洗面台・物入・階段踊場	トイレ・洗面脱衣 押入・床の間	玄関段
浴室・洗面台	浴室(大) 相階段(踊場一畳)	小間・WIC
一間半	二間	二間
書斎・茶室・客間 子ども部屋	個室・客間・和室	個室・客間・和室

①ゾーンから考える

例えば、次のような要望を並べても、具体的な間取りをつくることはできません。

ちょっと大きめのリビングと家族が集まれるようなダイニングが欲しい。水まわりは動線を考えて使いやすく。主寝室の他には、子どもの数だけ子供部屋が欲しい。それと、できれば和室も欲しいのだけど…。

こうした要望を例えば建築家が聞いても迷うことでしょう。プランニングの大きなポイントは、それぞれの部屋がどの様につながっているかです。そのため、簡単な図を描いて大まかな空間のつながりを検討します。これを“ゾーン”とい

住まいの中にある大きなゾーンとは、例えばパブリックゾーンとプライベートゾーンです。一般的な家は1階にパブリックゾーンを、2階にプライベートゾーンを設けているゾーニングです。景色や日当りを求めて、休日の屋間に過ごす時間が長いパブリックゾーンを、2階につくろうと考えるだけで間取りは全く違うものになります。

また、くつろぐ空間としてのリビングゾーンと、使う空間としてのユーティリティゾーンの取り方で間取りは変わります。中間的な空間になりがちなキッチン、明確にリビングゾーンに取り込むだけで新しい家になります。

同じように親のゾーンと子どものゾーンをどの様にするのか、ゲストゾーンをどの様にするのか検討すると、全体のイメージが見えてくるようになります。

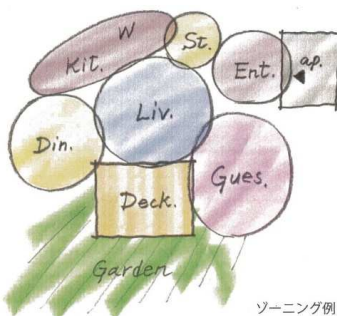
このゾーニングをもとにして、グリッドペーパーに部屋を足しながらプランニングをしてゆきます。

②スペースから考える

現実のプランニングでは、敷地の大きさや予算などに限りもあります。また法律的な制限がかかることもあります。

そこで敷地や予算に合わせて、適度なスペースを先に確保してから、間仕切りを自由に考えることでプランニングを進めることもできます。

プランニングを始めるには、用意したグリッドペーパーに、



ゾーニング例

自分でつくるキニナルマドリ プランニングに挑戦!

最初に外周壁と柱の位置だけを配置します。法律や構造を考えれば、プロである建設会社にアドバイスをもらって決める方がより安心です。あとは自由に仕切りを変えながらプランニングを進めます。

例えば、リフォームではスペースから考えるのが、最も基本的なプランニングの手法です。また、どうしてもスペースが足りなければ、増築リフォームのように空間を増やすこともできます。

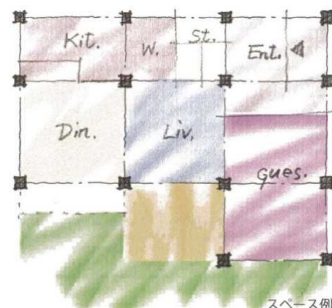
スペースからプランニングする時の間仕切りのコツは、しっかりと壁ではなく障子を立てているように考えておくことです。例えば日本の古民家では、障子や襖、衝立などで間仕切りされていました。これにより、住まいながらアジャストしてゆくこともできるようになります。同様に可動式の収納を作ることによって間仕切りすることも良い方法です。

プランニングでの心配事

本当に自由にプランニングできるのは、ゾーンから進めることですが、それぞれの手法によってデメリットもあります。

例えば、ゾーンからプランニングを進めると、比較的複雑な間取りとなりがちです。壁や屋根の形状も複雑となり、耐震性や施工性が悪くなることも考えられます。また、構造的な心配は現代の解析力と技術力を活用すれば、不可能はないといえます。しかし、詳細の構造検討を必要とするような設計の家が良い家とは考えにくいものです。

同じように施工の技術もしつ



スペース例

かり進化していますが、長く使うことを考えると、複雑な設計には利点は少ないものです。できる限り単純な形に収まるようプランニングしてください。

一方、スペースからのプランニングでは、構造や施工性についての心配は少なくなります。特に柱の配置まで先に定めることができればなおさらです。コスト面でもスペースから考える方が、有利になることが多いようです。但しプランニングでは自由な発想にも制約が感じられます。しかし、将来のリフォームを含めて合理的なプランニングを進めることができます。

プランニングのポイント

敷地が広くて自由に広げられる平屋のような建物では、ゾーンによるプランニングが向き、敷地が狭くて階数が多い建物ではスペース確保から進めるプランニングが向いています。どちらの手法でも、色々とプランニングの可能性を考えている時は楽しいものです。

プランニングを進める上での一番のポイントは、階段ではないでしょうか。階段の取り方で、下階の使い方や、上階の部屋の割り方などが必然的に決まってしまう。

階段部分は床がないこともあって、構造的にも注意が必要な場所です。自由に発想するためには、階段を昇降のための家具と考えて配置すると新しいプランニングができるかもしれません。

また、各スペースにちょっとした広さを確保しておくだけでも使い勝手が変わります。

最後のプランニングのポイントは、新しい家で自分がやりたい事をしっかりと整理しておくことです。何をやりたいかが決まれば、広くする部屋や中心になる部屋が決まります。これらを活用して自分流のプランニングに挑戦してみてください。

すまい文化の栞

屋根が住まいの始まり



『古事記』の大国主の国譲りのくだりでは、「新巢」と書かれて新居を意味します。さらに「御巢」は宮殿です。人の住まいも動物の巣と、言葉の上ではあまり変わらないように思えます。

では、動物の巣と人の住まいの境はどこにあるのでしょうか。

動物によっても巣を作るものと作らないものがあります。

さらにさまざまな動物が、それぞれ固有の巣を作ります。穴を掘って潜り込むものや、枝葉を集めて下に敷くもの、そしてビーバーのように立派に囲い込

むもの。

人間に近いといわれるゴリラは、毎晩眠るために木の上に寝床を作ります。しかし一度作った寝床を何日も使うことはないそうです。

その寝床がどれだけ快適なものか、ムツゴロウで有名な畑正憲先生は自分で実際に寝て体感しています。このような寝床という意味で、巣の原点は床にあって、穴を掘る巣も、囲っている巣も、床が延びてできあがったものだと考えることができます。

人間も同じように、おそらく床から巣作りを始めたことでしょう。しかし人は能力が高く、単純な巣以上に地域の環境に適合する居住環境をつくり上げました。

そのポイントが屋根を架けたことではないでしょうか。屋根を架けるという行為は、ひとつの単純な作業ではなく、柱を建てるにしても梁を架けるにしても、次の工程を理解していないとできないことです。ですから巣と住まいとの違いは、人間が屋根を架けたことにあると考え

てもよいと思います。

考えてみれば、家に関わる漢字の部首に「かんむり」があるのも、その説を支持しているような気がしてきます。

ちなみに前述のゴリラは、屋根にふさわしい立派な毛を、背中に持っているそうです。人の肌には他の動物とは違い毛が少ないのは、家を建てたからでしょうか。あるいは、毛が少なくなったから、家を建てるようになったのでしょうか。

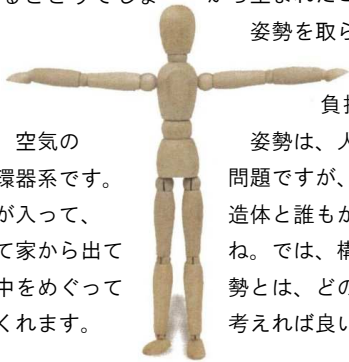
Health & Sustainability

姿勢の良い家

人の身体には消化器系と循環器系の経路があります。それを住宅に例えてみるとどうでしょうか。

例えば、住宅の上下水道が

消化器系であり、空気の換気が住宅の循環器系です。水道は新しい水が入って、汚れた水となって家から出てゆき、空気は家中をめぐって酸素を供給してくれます。



同じように、人の姿勢を住宅で考えてみるのも面白いかもしれません。動物ではあまり姿勢の問題を聞くことはありませんが、人の場合は姿勢の良し悪しで深く健康に関わりがあります。腰痛や肩こりの本当の原因も、人間が直立二足歩行をしたことから生まれたことです。正しい

姿勢を取らなければ、いろいろなところで負担がかかるのです。

姿勢は、人の骨格と筋肉の問題ですが、これを住宅の構造体と誰もが想像できますよね。では、構造体の正しい姿勢とは、どのようなことだと考えれば良いでしょうか。

通常の木造住宅では柱や梁が、まさに人の骨格にあたります。一番大事な背骨は、大黒柱のイメージでしょうか。そして、その骨格に筋肉がついていなければ、地震などの外からの力に耐えることができなくて、倒壊する可能性が出てきます。骨格や筋肉は、住宅が生存するためにも大事なものです。その上で、姿勢が良い家というのは骨格や筋肉が、しっかりと所定の位置にあって崩れていないことです。例えば、大黒柱は家の真ん中にあります。そして1階から屋根の棟まで力の流れが通っています。

それだけのイメージでも、背筋が伸びて姿勢の正しい家のイメージが湧いてきます。

現代のように大黒柱のない家でも、1階と2階でしっかり同じ場所に壁が載っているのが姿勢の良いイメージの家です。

ただ、現代の構造計算の技術は進み、たとえ姿勢が悪くても相応の強度が確保できます。でも、なんとなく素人が見ても危なっかしく見えるような家は、どんなに構造計算で確認できていても姿勢の悪い家です。素直な目で見て、姿勢の正しい家が良い家になるのです。

～編集後記～

立春を過ぎたとはいえ、寒い日が続いております。皆様いかがお過ごしでしょうか。

3/9は、サンキューで「ありがとうの日」です。3月は卒業や就職など新たな旅立ちシーズンです。4月から離れる友人や家族、職場の方に、また、なかなか感謝の気持ちを伝えられない方も、この日に感謝の気持ちを伝えられるといいですね。



クラシックで 優美なひとときを…

壁面はデザイン性とメンテナンス性を兼ね備えた大理石調タイルで重厚感のあるデザインとし、イタリア製のペンダントで優美さを表現しました。カラーは暖色系で、温かさを加えます。



たいしんしんだん 耐震診断

30年以内に巨大地震が起こる確率は70%以上。巨大地震は、いつ起きてもおかしくはありません。

※このような方は、耐震診断をご検討ください。

- 昭和56年以前に建てられた住宅に住んでいる方
- リフォームを考えている方
- リフォームや改修は10年以上したことがない方
- 過去に増改築された住宅に住んでいる方

有資格者による 耐震診断承ります

まず「家の弱点」を知ることが重要です。当社は耐震診断のプロ「耐震診断士」による現地調査・診断を実施しています。

～住まいは命を守るもの～ 「地震に強い家」は、わが家は「健康一番家」の最大の特徴です。

株式会社大成建託 0280-87-6177 茨城県猿島郡境町塚崎2542-1

健康いちばんや





株式会社 大成建託

☎ 0280-87-6177



「おうちのはなし」バックナンバーは弊社ホームページでご覧いただけます。

健康いちばんや



ホームページ <https://www.fp-taisei.co.jp>



旬を食べよう！

行楽のお弁当や行事食にもぴったり

太巻きずし

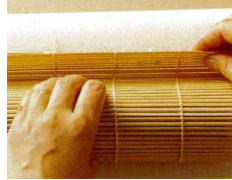


～ 材料（2人分） ～

- ・米・・・・・・・・180ccカップで2カップ
- A { 酢・・・・・・・・大さじ3
- 砂糖・・・・・・・・大さじ2
- 塩・・・・・・・・小さじ1/2
- ・干しいたけ・・・・6枚
- ・かんぴょう・・・・15cmx8本
 - 塩・・・・・・・・少量
 - だし・・・・・・・・1カップ
 - 砂糖、しょうゆ 各大さじ3
 - みりん・・・・大さじ2
- ・卵・・・・・・・・1個
 - 砂糖・・・・・・・・小さじ1
 - サラダ油・・・・少量
- ・きゅうり・・・・縦1/2本
- ・三つ葉・・・・1束
- ・焼きのり・・・・2枚
- ・えびでんぶ・・・・大さじ4 (飾り)
- 甘酢しょうが等・・・・適宜

<作り方>

- ① 干しいたけは水でもとし軸を取る。かんぴょうは水でぬらして塩でもみ、水洗いしてひたひたの水と鍋に入れ、煮立ったら火を弱めて5分ほど下茹でする。鍋に水気を絞ったしいたけ、かんぴょうとだし、砂糖を入れ、煮立ったら弱火で5分煮、みりん、しょうゆを加えておとし蓋をして6～8分煮る。
- ② 卵は砂糖を混ぜ、油をなじませたフライパンに流し、薄焼き卵を作る。半分に切って端からくるくる巻いて棒状にする。
- ③ きゅうりはさらに縦2つに切り、バットにのせて塩を全体にまぶし10分ほどおいて水洗いして水気をふく。
- ④ 三つ葉は塩を加えた熱湯でさっと茹で、色が変わったら冷水に取って冷まし、水気を絞る。
- ⑤ 米は洗って普通に炊き、調味料Aを混ぜてずし飯を作る。巻きすののりを縦に置き、ずし飯の1/2を軽く握ってのせる。
- ⑥ 手前を1cm、向こう側を2cmほど残してずし飯を平らに広げる。
- ⑦ 中心に薄切りのしいたけ、かんぴょう、②③④でんぶの1/2量を重ねてのせる。
- ⑧ 両手の指で具が落ちないように押さえ、手前のご飯の端を向こうのご飯の端まで一気に巻き込むようにもっていく。
- ⑨ ご飯同士がくっついたら、一度ここで巻きすを手で丸く形作りながら押さえる。
- ⑩ 向こう側ののりの残った所に軽く水をつける。これでのりがくっつく。
- ⑪ 右手で巻きすの上を向こうにひっぱりながら、のり巻きをころがして形を整える。
- ⑫ 水でぬらした部分がくっついたら、両手で丸く押さえ、形をさらに整える。



⑬ 巻きすのまま両端を押さえ、はみ出したご飯を平らにして仕上げ、もう一本作る。

⑭ 切る時は1回ごとにぬらした布巾で包丁をふきながら切る。器に盛り、彩りを飾って出来上がり。

おがすい! のお母ちゃん 料理編



家づくり 庭づくり

芝生のメンテナンス

お庭が完成して2年も経過すると、芝生はだんだんと凸凹が目立ち、ウッドデッキは色褪せてきます。気持ちよく春を迎えるために、メンテナンスを行いましょ。春に向けてのメンテナンスとして、芝生の目土入れとウッドデッキの塗装をしてみましょう。

凸凹ができた芝生は、雨の降った後、低くなった箇所に水が溜まり、少し苔が生えています。そこで低くなった箇所を中心に、目土としてきれいな洗い砂を庭全体に撒き、整地し修繕します。さらにエアレーションの穴あ

けや施肥などのメンテナンスを行うと、美しさが保たれます。

ウッドデッキは塗料が落ち、色も褪せてきます。まだ木材はしっかりしていますが、そのまま放置しておくとも傷みが加速し、数年後

には腐ってしまう可能性があります。そこでウッドデッキ専用の防腐剤を2度塗りし養生をします。お庭全体の植物は、まだ芽も出ていないので少し寂しい時期ですが、春に向けてできる準備を行いましょ。

知っておこう! 芝生のメンテナンス

目土入れ

目土の目的は、主に表面に露出した茎の保護と根の生育範囲の拡大、芝生の凹凸の補正などです。行う際は枯葉をレーキでかいて取除き、エアレーションを同時にすると効果的です。市販のもの、病害虫もなく安心して使えます。



エアレーション

通気性や透水性を改善するために定期的に芝生に穴あけを行います。ローンスパイクなどを使って直径1cm深さ5～10cmの穴を5～10cm間隔であけます。よく踏む所を重点的に行います。穴をあけたら目土を入れて養生しましょ。



施肥

日本芝の場合、4～8月に月1回の施肥を行います。西洋芝の場合、3～6月と9～12月に月1回行います。化成肥料(N-P-K=10-10-10)であれば、1回につき20～30g/m²程度散布します。撒く時にムラができないように、少量ずつ均一に撒くのがポイントです。肥料が多すぎると育ちすぎて芝刈りが大変になるので、適度に均一になるようにしましょ。