

平成25年10月発行

生活デザイン設計室 株式会社 サンク

情報誌

# くらしのスタジオ

<http://www.cinq-sd.co.jp>

朝晩は、肌寒い季節になってきました。  
8月に、くらしのスタジオを使って一日フェア  
トレードを開催し、つながりの輪が様々な形の広  
がりをみせてくれています。  
建築設計事務所の看板は、路面に面していても  
足を踏み入れるには「ちよつととまどいがち」と  
の声、敷居を低くするために住まいのことならど  
んなことでも相談していただけるよう毎週土曜日  
に”住まいカフェ“をオープンしています。



東日本の大震災からまもなく2年半が経過しています。

今年の日本は、竜巻、台風と自然災害が多発し、自然の脅威に驚かされています。

2020年、東京オリンピックの開催も決まり、次への目標へ向かっていく中、大震災の存在を風化させてはいけない思いを強くしています。

2013

秋号(季刊)

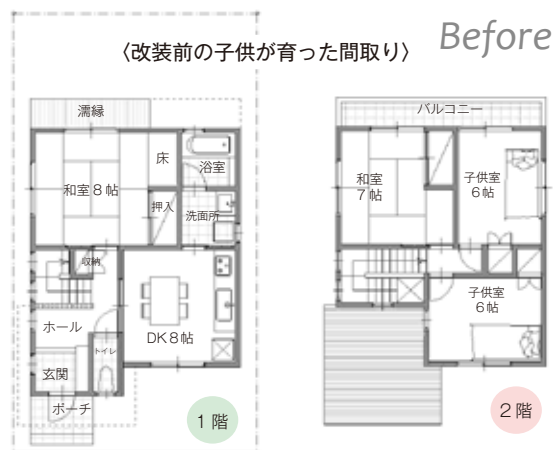
Vol.8

## 住まいカフェでのご相談から 「心地よい暮らしを実現するには」

### ●ご相談「リフォームか建替えか、迷います」

現在、築35年の戸建てに夫婦2人で住まい。二人のお子さんは結婚して独立。お子さんたちは近くにお住まいで週末には孫を連れて遊びにくるそうです。ほぼ同時期に建てた近隣の家は、2世帯住宅や賃貸併用住宅などに建て替えはじめ、我が家は？と。あと20年は夫婦でこの家に暮らすとなると、設備も新しくしてリフォームしないといけなしいし・・・だったら建替え？ 相続のことも考えなければいけない？と迷われているそうです。

築30年以上の戸建てに住んでいる方の多くは、同様の悩みを抱えているような気がします。設備を一新するリフォームになると500万円～？新築だったら坪40万円～として1200万円～？。建替えかリフォームか。家にいる時間が長くなるシニア世代にとっては、最重要課題です。どちらが良いかは最終的にはご家族で決めることとなりますが、こうしたご相談と一緒に考えていけるのが女性の設計事務所の良さだと自負しています。



●●●●●●●●●● 実例：シニア世代のリフォーム ●●●●●●●●●●  
間取りを変え、ちょっと増築、暮らし方を変える

【data】敷地 35坪

築35年、建坪27坪の木造2階建

1階 和室8畳(茶の間)・DK(8畳)・浴室・洗面

2階 洋室6畳(子ども室)×2・和室7畳(夫婦の寝室)

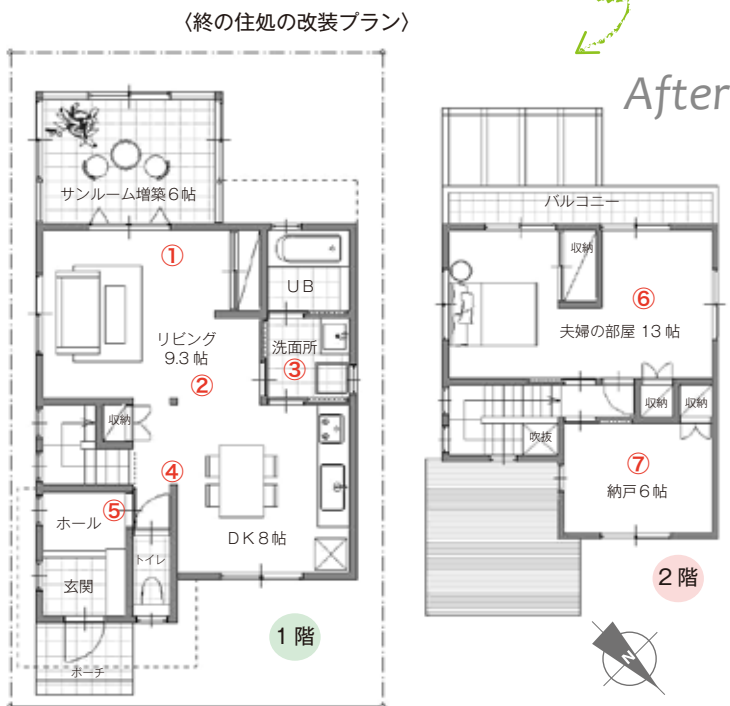
【間取り変更のポイント】

#### 1階

- ①和室をやめて洋室のリビングに。リビングにつながるサンルームを増築。子どもたちが集まったときにもゆとりが感じられる。
- ②DKと和室の壁を撤去し、つながりの感じられるLDKに。
- ③リビングから直接入れる水廻り（洗面室・浴室）は、将来リビングが寝室にかわったときに便利。
- ④DKの壁を一部撤去し、廊下をなくした空間に。
- ⑤ホールの入口に扉を設置。トイレに行く時にもリビングとの温度差が少なくなっている。

#### 2階

- ⑥和室から洋室のワンルームにした夫婦の部屋。押し入れを残したことで夫婦それぞれの個室としても利用できる。
- ⑦一室は思い切って納戸として使用。



イベントのご案内です



女性の設計事務所の参加型リノベ講座 自分らしいリノベーション（住まいの改装）を学ぶ

日時：10月25日（金）  
14:00～16:00

テーマ：「住まいの壁」 壁の素材と演出で印象が変わるリビングルーム

場所：サンク

～壁についての知識とオリジナルの額縁を作るワークショップ

参加費：500円（茶菓子付き）

# 住まいの哲学

今回はお子さんも独立され、信州のご実家を建て替え自然あふれる生活と、今までの都会の生活とを行き来しながら暮らしを楽しんでいるUさんご夫妻です。

## 第八回 「家族の成長と共に 変化する家」

数えてみると、今の住居で暮らす様になって30年経っています。

その前に3年余り暮らしていたマンションは、駅から急な坂道を下がって上がって15分歩き、おまけに幹線道路沿いで明け方など大型車両の騒音もあつて、居住条件が今一つ。決断した住み替え先は、南側には戸建ての住宅地で日照も確保でき、何よりも駅に近く大型スーパーが並びに有りました。4LDKと部屋数も多くこれから大きくなる息子の部屋も確保できるということで、願ったり適ったりの住まいでした。2戸目になると知恵がつき、購入時にも注文等を加えました。子供用のベッドも手作りし、息子が独立するまで使用していました。

暮らしているうちに、様々な水に関するトラブルに悩まされることに加え、間取りにも不満があり、何とかしたい時に、「女性だけの設計事務所」のリフォームに関する本を見付けたのです。台所や洗面所などの使いにくさは、余り家事をしない男性が設

計しているのではないかと、と常々話していたので、早速サンクさんに連絡を取りました。20年余り前の事です。

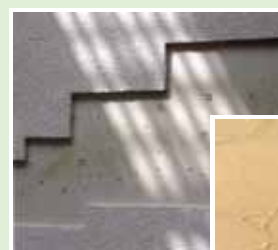
水廻りの問題解決が大きな理由でしたが、お互いの気配が感じられるような間取りにしたいということもあり、何回もプランを練った上で、風呂場以外の全面改装に踏み切りました。子供部屋に行くにも書斎に行くにも必ずLDKを通る、といったようにLDKを中心に部屋を配置し、台所は2人一緒に使えるよう2ウェイにするなどの工夫をお願いしました。木を用いたシンプルな仕上がりで、新規購入の様な気分での生活が出来る様になりました。「水廻りの全面的移動」は珍しいリフォームということで、テレビの取材を受けたりして、何となく恥ぢずかしかつた思い出が有ります。

そして築30年、リフォーム後20年の今年、管理組合による専有部分の配水管更新を機に、小さな手直しを考えました。これから夫婦2人がのんびりと暮らすため、何がしたいか、何が必要かを考え、息子の部屋に手を加えることにしました。PCスペースの確保、趣味の登山の為に収集した地図がのびのび広げられる長く長いテーブルの設置、壁に本棚を固定、というものです。自作の棚も残しており、これからの追い追い整備してゆく楽しみに取っておこうかと思っています。

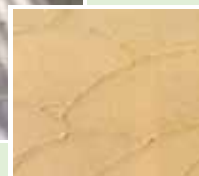
夫婦2人とも転勤がなかったので、一つ所にじっくり住みつき、色々手を加えながら生活する楽しみがあった事を、幸せに思っている昨今です。

## サンクの 暮らしのアドバイス

### 住まいの壁にとりいれたい左官



左官 2種のデザイン壁



珪藻土 金ゴテ仕上げ

近年、性能の良さが見直されている左官。左官に親しむためのワークショップで、泥団子教室というものも開催されています。

これは、文字どおり、ピカピカの泥団子を作るのですが、色も様々で光沢も綺麗です。子どもの頃作ったどろだんごとは一味違い、左官の漆喰磨き壁のやり方を模したものです。

左官には和室のジユラクをはじめ、漆喰や珪藻土、洋風のスタッコなど様々な種類があります。その手法にも、職人ならではの伝統的なものもあればDIYできるものもあります。

DIYで壁の雰囲気を変えてみたいなら左官の珪藻土壁にチャレンジしてみてもどうでしょう。DIY商品として普及している材料ですし、仕上がりガラフになっても、それがあじとなるのが左官の良さです。

左官は吸湿性もあり性能の面でも優れ、独特の風合いが楽しめます。

日本の住宅に古来より使われてきた左官。住まいの壁に取り入れてみてはいかがですか。

# 素敵な 8回 生き方



わくわく創造アトリエ 品川大井プレイルーム  
小島 武 さん

大手の広告代理店を思い切って退職。子どものための創造教育に生涯をかける決意をかためた生き方は新しい男の生き方の始まりかもしれません。育メンパパはいまや当たり前。自分の子育てを通して、未来の子ども達のためにアトリエを開いた小島さんの生き方の紹介です。

**私**が「子どもたちに生きる」ことを決断した大きなきっかけは、2歳だった長女に「難病」の疑いがあるとされたことです。それは、外見に出る病気でした。検査の結果、幸いにもその病気ではなかったのですが、その時の辛い体験が「親は子どもに何を残せるのか」という問いに向かい合うトリガーになりました。

外見が醜くなる中で、娘は生きていくのだろうか？自ら命を絶ってしまうのではないかと？外見が醜くなるうとも「生きていく力」になるものとは何か？私がたどり着いた答えは、シンプルなものでした。一つは、「好きなこと・楽しいこと」。二つは、「外見を気にしない本当の友達」。それらはシンプルなものです。現在の子どもたちの生活環境にそれらを求めたときに、私は樂觀的にはなれませんでした。他者を肯定できず、自殺にまで追い込む「いじめ」。好きなことを伸ばすことなく、自発性・自主性を奪う「詰め込み教育」。そんな問題意識を自分勝手に抱き始め、何もしない状態が苦しくなってきました。

そんな状態で悶々としている中で、和久洋三先生の『子どもの目が輝くとき』という本に出合ったのでした。和久先生が提唱する『創造共育法』に、心を揺さぶられました。好きなことを存分にさせることが、その子の天分を開かせる唯一の道であること。すべてのものにはつながりがあり、無駄なものなど一つもないこと。そして、子どもたちが人との違いを超えて、自分の個性を存分に発揮できる創造活動を行うことで、自己と他者への肯定感を育

むことができること。私が子どもたちに残してあげたいと漠然と願っていた「生きる力」が見事に整理され、長年に渡り『わくわく創造アトリエ』にて実践されていることが書いてありました。その後、感動・感激した私にもう迷いはありませんでした。19年お世話になった広告会社を退職。和久先生に師事し、たくさんの方々のおかげさまで「わくわく創造アトリエ品川大井プレイルーム」を開設、丸一年が過ぎようとしています。創造活動を通して「子どもたちに生きる」という思いを胸に、子どもたちに生かされている日々を、私は送っています。



わくわく創造アトリエ 品川大井プレイルーム  
電話：03-3766-2350  
HP：wakuwaku-ikiruchikara.com

体験参加を随時お受けしています♪

皆さまのご感想、投稿をお待ちしています！



生活デザイン設計室 株式会社 サンク 一級建築士事務所

営業時間 / am.9:30~pm7:00 定休日 / 日・祝日

Cinqはフランス語で「5」。私たちは、1984年に女性5人で設立した建築設計、インテリアデザイン事務所です。

## 【仕事内容】

- ・住まいの新築・建て替え ・インテリアコーディネート
- ・戸建て、マンションのリフォーム ・住まいのグリーンインテリア

〒164-0011  
東京都中野区中央5-40-18 キャピトル丸山1階  
Tel / 03-3383-5039 Fax / 03-3384-3462  
E-Mail / info@cinq-sd.co.jp HP / www.cinq-sd.co.jp

お問い合わせはフリーダイヤルで **0120-72-5039**

●ギャラリースペースをお貸しします！  
サンクのくらしのスタジオの壁面をギャラリースペースとしてお使いになりませんか？  
詳細は、お電話、メールにてお尋ねください。

●毎週土曜日に“住まいカフェ”を開催  
家のことを色々と考えてみませんか？  
地域の住まいの相談役をお受けしています。  
相談したい方、事前に予約をしていただくとありがたいです。

