

今回はリビングを取り上げます。

台所、風呂、寝室、トイレ、普通、部屋はそれぞれ役割が決まっているのに対し、リビングは多目的な空間です。一昔前は、茶の間と客間が別々の間取りが主流でしたが、家族形態や生活様式の変化、さらには土地の高騰などにより、「居間（リビング）」として色々な機能を果たすようになってきました。食事や接客のほかにも、団らんの場であり、自分の時間を持つ場であり、伴侶動物と過ごす空間であることもあります。そして、寝ている間を除けば、自宅で一番長い時間を過ごす場所だと思います。ですから、まず求められるのは、居心地が良いことです。夏涼しく、冬暖かく、通風や採光も充分なら申し分ありません。あとは座りやすい椅子とテーブルがあれば、しぜんと人の集まる部屋になるはずです。

バリアフリーの観点から言えば、やはり快適な温度・湿度が保たれることが大切です。空間が広く冷暖房が効きにくい場合は、窓ガラスを二重サッシなど断熱効果のあるものにするとかなり違います。冬の暖房時に湿気を補い湿度を保つことは、ウィルス感染を防ぐために重要です。

次に、床が滑りにくいこと。廊下や隣室との敷居に段差がないこと。じゅうたんを敷く場合は動いたりめくれたりしないことが挙げられます。高齢者は、ちょっと転んだだけでも骨折しやすく、骨折から寝たきりになるケースがあるので、細心の注意が必要です。

最近フローリングの家が増えましたが、じゅうたんやスリッパが転倒の原因になることも多いので、足もとから暖めるなら床暖房がおすすめです。ランニングコストは多少高めですが、空気も汚れず、頭寒足熱の理にかなっています。フローリングの上に張り込むタイプのものなら、リフォームも簡単にできます。



転倒時の衝撃吸収に配慮した床材と床暖房

また、リビングに和の空間が欲しいという方には、一角を一段高くして畳コーナーにする方法があります。床から40センチ位の高さに、3～4畳ほどの畳コーナーをつくれば、いつでもゴロツと横になれます。この高さは、椅子やトイレ、ベット、車いす等の座面とほぼ同じなので使い勝手が良く、下の部分は収納スペースとして活用することもできます。



畳の小上がり和室

「居間・寝室・水回り」住宅内での生活は、主にこの3点をめぐることの繰り返しです。長い間快適に暮らすためには、これらの配置や動線を良く考えないといけません。また、子供や高齢者、持病のある家族等がいる場合、なにげなく様子を感じ取ったり、目配りできるような造りになっていれば、体調の変化に早めに気づいてあげることが可能で、それはお互いの安心感にもつながります。

リビングはその家の中心であり、そこに住まう人たちの幼少期から高齢期に至るまで、重要なコミュニティスペースであると言えるでしょう。考えられたリビングは、それだけでさまざまなリスクの軽減に役立っているのです。