



#39 おいしい365日

# 「おいしい笑顔」を わが家の真ん中に。

味つけの秘訣や今が旬の食材、家族の役割分担や盛り付ける食器…。  
「家族みんなで料理をすると色んな話が膨らんで、「おいしい」と感じる」が増える。  
新型コロナウイルスをきっかけに毎日の暮らし方が大きく変化するなか、  
「おうちごはん」の楽しさや大切さを再発見した人も多いのではないのでしょうか。  
積水ハウスは以前から「おいしい笑顔」を、わが家の真ん中に」という思いのもと、  
食シーンを豊かにする多彩な空間のアイデアや工夫を提案しています。  
今回は住生活研究所の調査・研究を交え、そのノウハウを「紹介しましょう」。

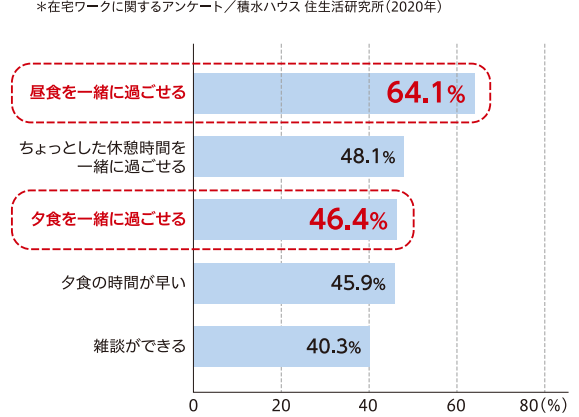
**あらためて気づく、  
ごく日常の幸せ。**

コロナ禍で広まった在宅ワークによって、家族みんなが自宅で過ごす時間がずいぶん増えました。この「おうち時間」の増加は、住まいの在り方や自分たちの暮らし方を見つめ直すきっかけにもなったのではないのでしょうか。

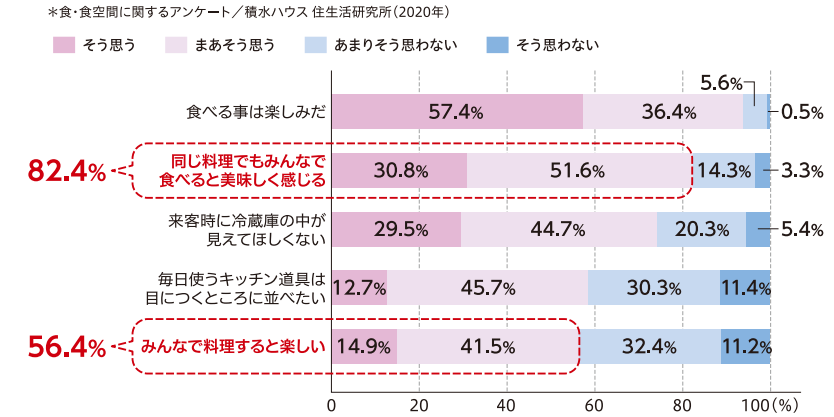
とくにふだんの食事については「毎日3食を作るのがたいへん」という声がある一方、「家族一緒に食事できる機会が増えて良かった」という声も少なくありません。実際に夫婦で在宅勤務をした人にアンケート調査を行なうと、「昼食や夕食を一緒に過ごすことが良い」という回答が上位にランクイン。「家族と一緒に食べる、わが家で食べる」という日常の生活シーンの幸せをあら



## ■在宅勤務をした時に良かったことは?



## ■あなたの食・食空間に関する価値観は?



また、シンクとコンロを別々のカウンターに設けたセパレートキッチンもおすすすめ。水を使う作業スペースと熱を使う作業スペースを分けることで、夫婦や親子で並行してキッチンワークが進めやすくなります。お父さんの煮込み料理とお母さんのサラダ

膨らんでくる場所を設けておくことです。たとえば最近人気のオープンタイプのキッチンなら、カウンターの奥行きに余裕を持たせたスペース確保が効果的。お母さんが調理をしている対面で子どもたちが盛り付けの準備をしたり、向かい合いながら材料を出し並べて一緒にお菓子づくりをするなど、カウンターを囲んでの分担作業、共同作業が行ないやすくなります。

家族一緒に料理を楽しむには、分担作業や共同作業をしやすくすることが大切。最大のポイントはキッチンまわりに作業のできるスペースを数カ所確保して(次頁「ちょいおき台」コラム参照)、家族それぞれが活躍できる場所を設けておくことです。

「外食も楽しいけど、おうちごはんも楽しい!」。近ごろ、そんな家族の思いが大きく膨らんできているようです。

お父さんが料理の腕をふるったり、親子でお菓子やパンづくりを楽しんだり、お気に入りの器で盛り付けにこだわったり…。「外食も楽しいけど、おうちごはんも楽しい!」。近ごろ、そんな家族の思いが大きく膨らんできているようです。

## みんなが活躍しやすい キッチンづくりを。



オープンキッチンではカウンターの奥行きに余裕を持たせて、対面作業スペースを確保することが大切。

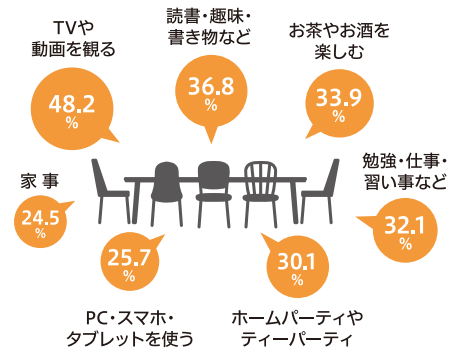


シンクとコンロを別カウンターにすることでスムーズな作業分担がしやすいセパレートキッチン。

づくりが同時進行する場合も、それぞれの持ち場でテキパキと作業できるのが魅力。「ひとり調理」の場合も、作業に合わせてスペースを使い分けられて便利です。

■ビッグテーブルダイニングでしたいこと  
(家族での食事以外)

\*食・食空間に関するアンケート/ 株式会社生活研究所(2020年)



ビッグテーブルでダイニングを多目的活用。  
4人家族だからダイニングテーブルは4人掛けに。そんなチョイスが当然だと思っ  
ていませんか。確かに家族の食事だけなら4人  
掛けで充分ですが、ダイニングは思いのほか

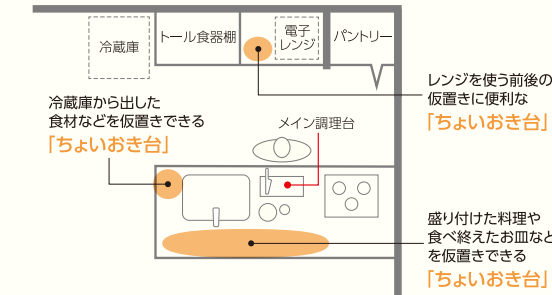


大きな窓に面して開放的にレイアウトしたキッチン、わが家の眺めの特等席にもなっています。

作業効率を高める「ちょいおき台」

下ごしらえや調理、盛り付けや後片付け…。異なる作業を同じ場所で処理しようとすると効率が悪くなりがち。複数の作業スペース「ちょいおき台」を確保すれば、家族での作業はもちろん、ひとりの場合もスムーズでストレスフリーなキッチンワークが実現します。

■「ちょいおき台」を設けたキッチンの例



セパレートキッチンの作業効率の良さは検証実験で実証済み。



スペースを使い分けやすいビッグテーブルなら、つながりを感じながら思い思いに過ごせます。



大きめのダイニングテーブルを配置して、カフェのような雰囲気づくりをするのも素敵です。

色々な使い方ができる便利な場所なんです。書きものをしたり、趣味を楽しんだり、子どもたちが勉強をしたり、近頃は在宅ワークの場にも…。多目的にダイニングを活用す

収納の工夫で作業性と美しさを両立。

こだわりの「おうちゴハン」も楽しいけれど、ふだんの食事の用意は手際よくこなせるのが理想です。キッチンの使い勝手はもちろん重要ですが、意外と収納の工夫がポイントになります。  
たとえば、ストック食材が見渡しやすいキッチンクロックや調理家電を出し並べておけるカップボード、食器を出し入れしやすい引き出し収納などがおすすめです。誰もが使いやすい収納によって、家族のお手伝いも日常の習慣になり、スムーズでストレスフリーなキッチンワークが実現します。  
また、キッチンクロックは雑多なものをまとめて目隠しできるので、オープンキッチンの美しさアップにも効果的。冷蔵庫もクロック内に納めてしまえば、LDKからも一層すっきりと整って見え、来客時も気兼ねなく開け閉めできます。



日常使いの食器は見渡ししやすい引き出し収納に。低い位置で開け閉めしやすく、子どもたちでも楽に出し入れできます。

眺めのいいキッチンをつくらう。

LDKがオープンにつながるプランが主流になるにつれ、キッチンのインテリア性が重要になってきています。今やキッチン自体をひとつの大きな家具として捉えても良いのではないのでしょうか。  
実際にくつろぎや食事を楽しみながら目に入るキッチンは、わが家らしくお洒落な雰囲気仕上げてほしいもの。床や壁などの色・質感との調和を考えて、空間全体をトータルにコーディネートする感覚が重要になります。



調理家電を使いやすく並べておけるカップボードがおすすめ。



食材ストック棚と冷蔵庫を両側に設けた「キッチンクロック」。キッチンがすっきりと美しく、使いやすくなります。

プラスαのスペースでわが家らしい食シーンを。  
食シーンは日常の中で大きな割合を占める家族のコミュニケーションや暮らしの豊かさを高める上で大きなカギを握っています。  
作る・食べるだけでなく、午後のティータイムや食後のお酒の楽しみなども含めて、キッチンやダイニングに限らず住まい全体にわが家らしいシーンを思い描くことが大切です。さて、あなたはどのような理想の食シーンをイメージされるでしょうか。



扉付きのカウンター収納を設ければ、細々としたモノもすっきりと片付けやすくなります。

るなら、「テーブルを少し大きめに」というのがポイント。ひとつのテーブルで家族が思い思いに過ごす。そんな集いの場となるダイニングも素敵ではないでしょうか。  
ただし、人が集まればいろいろなモノが集まって、散らかりやすいことに要注意。ビッグテーブルと一緒に収納にも配慮しておくことが肝心です。



キッチンに対面させたスタディコーナー。食事の準備をしながら子どもたちの勉強をサポート。



リビングの一角をバーコーナーにアレンジ。家飲みがぐんとグレードアップしそうです。



テラスやバルコニーで季節を感じながら、わが家でプチカフェ気分。



キッチンとリビングドアのをシックな仕上げで統一し、LDK全体に落ち着いた雰囲気を出しています。



キッチンをホワイト系でまとめながら、ダークなカップボードでリビングからの眺めを引き締めています。

また同時に、キッチンに立った時の眺めも大切なポイントです。お気に入りのアートの窓外の風景が眺められるなど、いつもここで心地よく過ごせる空間に仕上げましょう。