

# おうちの はなし

240

## 吹抜けのある家 ——空間を贅沢にする吹抜け

- 天井が高い家
- 吹抜けの魅力
- 吹抜けとエネルギー



一株の植物には固体意識はない。心もない。けれど生きていて、  
適度な水と光があれば死もない。時もない。ただ伸びる。  
やがていつかは見上げるほどに天を衝き、ずっとそこに在る。

### 『おやつ』

午後3時になると、その籠はスルスルと天井から降りてきました。籠の中にはお菓子がいっぱい。「お昼をちゃんと残さず食べた子は好きなのを一つ取っていいよ〜。」祖母はいつもそういいました。

お昼ご飯の前に、さんざん、「ご飯をちゃんと残さず食べた子には3時のおやつがあるからね〜。」といわれて、従兄弟同士競ってちゃんと食べて、きれいに平らげたお茶碗を祖母の方に、「ほらっ！食べたよ！」と見せ、褒めてもらっていました。

午後から遊びに夢中になっていても、祖母がいつもの柱のそばに立つと、みんな転がるようにそばに行くと、天井を見上げます。

梁に吊っていた籠でしたが、私たちには天井から降りてくる憧れの籠でした。

さつまいもや、栗を蒸したのもありました。ハイカラなチョコレートナッツもありました。

そしてそれを食べているときは、みんな笑顔で、祖母も笑顔でした。

そういえばおやつを食べながら叱られたり、子どもを叱ったことってないですね。

おやつには、なんか不思議な力がありますね♪



**ママ** は インテリアコーディネーター  
一般社団法人 日本インテリアアテンダント協会 理事長 小川千賀子

### 秀才が育つ家？

少し古い記述ですが、アメリカのあるエリート高校でのベテラン女性教師による、体験発表会があったそうです。

その発表は、当時のアメリカでも大きな反響を呼び、アメリカ国内の人材に、独創性が失われつつあることを危惧したといえます。まだまだ、人の多様性が問われる前の話ですが、逆に今だからこそ気になる話だと思います。

それは、彼女が教えてきた秀才たちが、見事に2分されるという発表でした。

その2種の秀才の一方は、なんでも平均してできる生徒です。性格も偏りがなく、まさに安心できる良い子なのでしょうが、そのかわりに独創性が乏しく、行動力に欠けています。

もう一方の秀才は、成績も課目により大きく違いがあり、得意とする課目では他の誰よりも優れています。そして興味の向くものには、高い行動力で突っ走ります。しかし残念ながら、とても従順とはいえません。あえていえば、秀才というよりも天才といった方がわかりやすいかもしれません。

さらに、彼女はこの秀才たちの卒業後の成長する姿まで、追いかけて調査をしています。社会に出ても、前者の秀才よりも後者の天才の方が、たとえ失



**空間を贅沢にする吹抜け** 今やスマホ1つあれば、なんでも知ることができます。家づくりの情報も、魅惑的なインテリアを調べれば、PinterestやHouzzなどで数えきれないほどの事例を見ることができます。そんなインテリア写真に良く見かけるのが「吹抜け」です。吹抜けがあると、なぜかとても贅沢な空間になっている気がします。そんな吹き抜けの効能と魅力と扱い方について、ちょっとウェブだけではたどり着かない話題をお届けいたします。

敗をしたとしても、自分としての生きがいのある仕事を見つけ、楽しく生きているというのです。

さまざまな偉人の伝記を読んでも、いかにも現実でありそうな話です。今、多様性を求めるようになった日本でも、当時のアメリカが危惧したような危機感があるのではないのでしょうか。

さらに、話はここで終わりません。この2種類の秀才たちが育ってきた環境にも、共通点があるというのです。

学校ではどちらも同じ環境下にいますから、違いが見える環境といえそれぞれが家庭環境です。両親の職業や貧富の差、あるいは家庭での家族関係など広く考えられますが、この発表で

は、育った家そのものの違いに要因があるというのです。

秀才タイプの育った家は、機能的に作られた現代の家で育ち、天才タイプは古くさい昔からの家に育ったという違いがあったのです。たとえばマンションや貸家などの集合住宅で育つか、民家などの古い家で育っているかというような違いでしょうか。

育った家が子ども達に与える影響が大きいということで、考えさせられる発表ですが、残念ながら秀才タイプの家と天才タイプの家の差がどのように違うのかという内容はありません。

想像できるのは、たしかに古い家には子ども達の想像力をかき立てるような空間がたくさんあるように感じます。明るくてきっちり分けられた単純な部屋よりも、視線が届かない場所や暗い場所も不規則にあって、その奥にいる精霊を想像して子ども達の空想力は鍛えられるのです。

確かに映画やドラマの中で見かける欧米の古い家の天井は高いのが普通です。その高い天井を見上げて、空想して子ども達は成長してゆきます。アメリカでは、あえて古い家を選んで暮らしている人がいて、古い家の価値が高いというの納得ができます。

この女性教師の発表から、「天井が高いと、大物が育つ」という、言葉も聞かれるようになりました。

## 天井高の格式

天井が高いことには、他にも面白い話があります。日本の大学の古い校舎の天井高にも、差があるというのです。第一学府の東京大学の天井は高いのですが、学府が下るほど天井高は低くなると教えてくれました。

これも「天井が高いと・・・」と語りたくなりますが、その実は単純なことでした。最初の潤沢な予算で建てられた東京大学は天井が高くて良かったのですが、予算が限られると、真っ先に天井の高さが下げられたのが原因です。

中層から高層になるほど、階高が高くなると、それが重なって総額予算に大きく響きます。他愛のないことですが、現実にも働いている先生方の意識の奥には残されているのです。

また、日本の伝統建築でも天井の高さは格式を表しています。たとえば古民家を見学しても、最も上座の座敷の天井には格子が組まれて一段高くなっています。折上げ格天井となれば、さらに格が上がります。天井が高いことはそれだけで、格式が高く贅沢なことなのです。



## 吹抜の魅力

洋の東西を問わず、古建築に高い天井が見られたのは、単純に階高を高くして建てられていたことにあります。それだけ長い柱を数多く用意する必要もあって建築費もかかります。

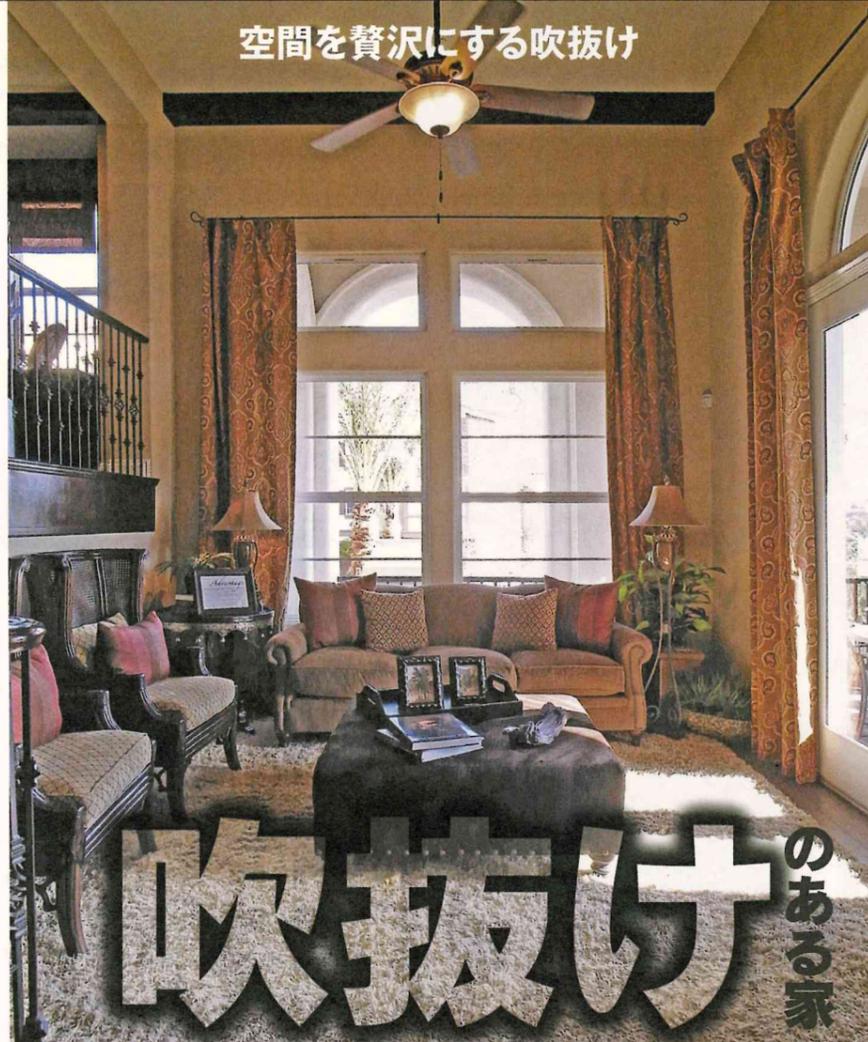
そこで一般的な家では階高を上げずに、一部の2階の床を抜いて、吹抜けとすることで高い天井にすることができます。吹抜けの言葉の原義です。

同じ面積の空間でも、吹抜けがあるだけで広さを感じます。面積ではなく空気の量で広さや豊かさを感じているのではないかと思えるほどです。

外から見ていた印象が変わるほど、家の中に入って見て大きな空間が現れると、おしゃれな空間に出会ったと感じるものです。部屋の空間が広がれば音の響きも変わり、雑談をして過ごしても違う時間になります。吹抜けのある空間には、他にはない魅力があるのです。

この吹き抜けですが、考えてみれば戸建住宅だからこそ味わえる空間の贅沢です。マンションや貸家で吹抜けのある空間に住むことは、よほど限られた物件でなければできません。庭づくりと同じ、戸建住宅だからこそ楽しめる豊かさです。

2階の床を抜くとすれば、平屋の家ではできないと考えるかもしれませんが、でも、屋根勾配に合わせて小屋裏空間を利用すれば、むしろ平屋の方が楽に吹抜けをつくる事ができます。



## 吹抜の光と風

吹抜けがあることの魅力には、なによりも部屋が明るくなるのが上げられます。吹抜け部に高窓があればなおさらです。高さが違えば視線が交錯することもないので開放して、しっかり光を取りこむことができます。そして光を取り込めば、温かい家にもなります。

光と同じように、風も良く通り抜けてくれます。風上と風下の開口部の高さを変えることで、風は自然と部屋中を巡って抜けてゆきます。

さらに天井面に勾配があると、空気の温度差で部屋の中に穏やかな空気の流れを生み出すことができます。動力を使わないパッシブなエコハウスでは、よく使われている手法です。吹抜けがあるからこそできる、光と風にあふれた家になります。

## 吹抜の不便

反面、デメリットも考えておかななくてはなりません。それを教えてくれるのは、家は「夏をむねとすべし」と徒然草に書いた兼好法師です。



「家の作りやうは、夏をむねとすべし」と書いた筆も乾かぬうちに、「天井の高きは、冬寒く燈暗し」と綴り、どうやら寒い家を嫌がっているのです。

夏向きの家であれば、まさに天井を高くすれば涼しい家になると思われるのに、暗くて寒いとは、これまでに魅力として書いてきたこととは正反対です。

もっとも社寺建築には天井があっても、民家ではまだ天井は珍しい時代で、天井が無いと寒く暗いと解釈できないことありません。



また、何よりも照明や断熱気密の考えられなかった時代のことで、現代の断熱性と気密性を確保できていれば、徒然草に書かれているような心配は解消されているといえます。

そればかりか、寒冷地住宅で普及し始めているような家全体の空調をコントロールする仕組みの中では、吹き抜けがあることは、空気を家全体に回す意味でも有効になります。階段部の吹き抜けだけでは、上下階の空気の流通が不十分なのです。

## 吹抜けとエネルギー

しかし、家全体の空気を温めたり冷やしたりすることには、相応のエネルギー量を必要とすることも間違いありません。空気というのは閉じ込めれば断熱材として使われるほど、熱を伝えるにくい物質です。

天井が高く吹抜けがある家は、コントロールするべき、その空気量が多くなっています。そのため省エネ住宅のエネルギー消費量を考える時には、吹

抜けを考慮する必要があります。

エネルギー消費量は、基本的には住居の面積に比例するものとして計算されます。この時、吹抜け部の面積算定方法が特別に定められているのです。

その基準は、天井高4.2mです。

これよりも高い天井の吹抜けは、エネルギーの消費面積を2層分と見なしで算定します。それだけエネルギー消費量があるとされるのです。

4.2mといえば、通常の居室の天井高さが2.4m程度なので、床-天井の厚さも合わせて、2階の床を抜いた吹抜けであれば超えてしまいます。

もちろん、消費量を算定するために法律的に定められた数値ですから、数値だけにとらわれるものではありません。それでも、余分なエネルギー消費をすることは、地球環境に敏感な時代にはふさわしくないと考えます。

## 吹抜のデザイン

また、視覚的にも天井は高過ぎてはいけません。一般的な住宅の吹抜け空間は、それほど大きくもなく、2階の天井まで届く吹抜けでは、通常の視覚の範囲に天井が入らず、見上げるようになってしまいます。それは決して、安心できる空間として相応しいとも思えません。吹抜けではなく、間が抜けてしまった空間になりかねません。

デザインという側面で見ても、4.2m程度以下の天井高さにしておくことは、じつは大事なポイントになりそうです。それは意外と設計上のテクニックを必要とすることで、これを上手にこなせるか否かが住宅デザイナーとしての実力を見極めるポイントにもなります。



天井が高い欧米の建築は、そのまま明治維新期から大戦までの間に日本でも建てられた洋館にも共通しています。奇しくも、これらの洋館の吹抜けと思われる天井高さは、まさにこの基準に沿った天井高です。省エネに合う吹抜けのデザインにも、歴史と文化に大きなヒントがあるということです。

この家で育ち新しい歴史をつくる子ども達のためにも、吹抜けのある家に住みたいものです。

ミニナルマドリ



吹抜けのある家

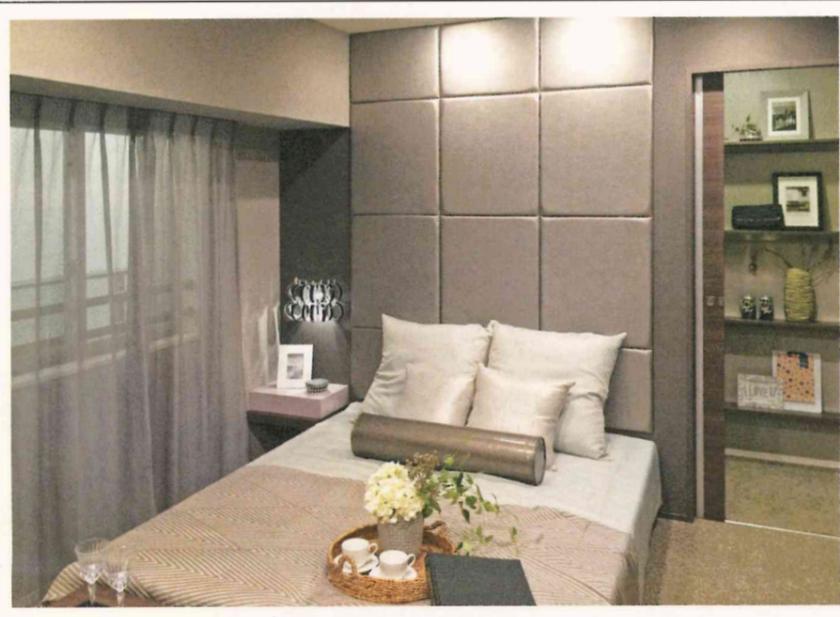
20畳の大きめのLDKの上に、10畳分の吹き抜けがある。2階プライベートルームとの広さのバランスはとりやすくなる。外観は総2階にすると、吹抜けの高さはどうするか。4mほどの吹抜けにして、主寝室の小さな階段を半階分あげると、小屋裏空間を活用しながらベッドルームを想像することができる。

1F 17.8坪  
2F 13.3坪  
TOTAL 31.0坪



シックと柔らかさの調和

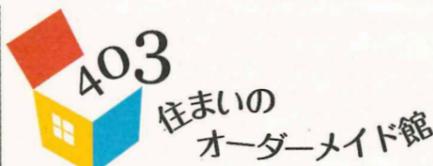
シックな色味のクロスや家具の中に、淡い色のファブリックを加えることで、落ち着きとともに、柔らかな印象を持たせた空間になります。



ベッドルーム

ベッド	FIS/トリノ セミシングル	サイドテーブル	デザインクラブオリジナル
ベッドヘッド	デザインクラブオリジナル	壁面一部カラーガラス	NSGインテリア/GS6
ピロー	MANAS/カレイド114	ブラケットライト	ルミナベッラ/ECOS ブラケットBK
ボルスター	O&L/Lyceum F6280-06	レース	サンゲツ/AC6450
クッション	ZINC/Z316-01	カーペット	サンゲツ/サンシャリオ HL-2
ベッドカバー	MANAS/カレイド114	アクセントクロス	サンゲツ/SG-5361
フットカバー	FEDE/RC148-02		

www.sumarepi.jp/ すまレピ 検索



ソファ&デスク「ISLAND」

「お部屋の真ん中に、みんなが集える、くつろげる空間を」をコンセプトにつくられたのが「ISLAND-アイランド」。ソファとクッションとデスクで構成されています。

長方形のシンプルなソファがアイランドを創り出します。中には立体網目状構造体マットレスを使用して、適度な反発が沈み込みを押えて、しっかりと体を支え、立ち上がりも楽にできます。

クッションは背もたれ部両サイドの角度を変えてあり、もたれかかって寛いだり、腰かけるサポートとして使い

分けます。突板・無垢材を贅沢に使用したデスクは両サイドから気軽に使えるサイズで読書、仕事、食事など様々な使い方に対応します。

生活スタイルにあわせて、自由に組み合わせるソファ&デスク。座りながら、寝ころびながら、腰かけながら、みんなで会話を楽しめます。



Meuble・Literie・IKASAS

ひとに教えたいくなる チョットいい話

置き型背クッションは座面のどこでも自由に設置でき、体格問わずベストポジションでお座りいただけるため、一人で足を伸ばして寛いだり、家族みんなで団欒のひと時を過ごすのにぴったりと好評です。

●価格: ¥160,820(税込) (スリムソファ) ~ ●¥80,850(税込) (120デスク) ~  
●403掲載商品: G-0423\_016

www.order403.com/



吹抜けのエビデンス

目の前にあるウィルスや病気に対する薬学の世界のエビデンスは、何万という実証データを必要とし、さらに的確な分析もあって成り立ちます。一方、「病は気から」といい、人間の場合は感情で効果が出る場合もあります。

たとえば「笑い」によって癒されるといわれていますが、エビデンスとしては

不確かとしかいいようがありません。でも、感覚的には正しいとも思えます。

似たように家のカタチが、人の心理にもさまざまな影響を与えて健康にも関連していると考えても、エビデンスは得られませんが、どこか感じられるところがあります。

たとえば、今号の吹抜けで得られる開放感や豊かさは、普通のライフスタイルとどのように関係しているのでしょうか。こんな曖昧な関係を垣間見られる調査データがあります。518家族の「生活ありよう」を調査したものです。エビデンスというには少なすぎま

すが、なんとなく感覚は見えてきます。

データでは、518家族の約1割である55家族が吹抜けのある家に住んでいます。吹抜けのない残りの463家族の暮らしと比較して、明らかに差異のある部分を書き出してみます。

特に、◎の項目は、吹抜けがある家庭との差が倍増半減している項目です。また、データは新築の家族に対しての調査ですので、住んでいる人ではなく、吹抜けをつくって建てている人の傾向である可能性もあります。それでも、ちょっと前向きな生き方が見えるような気がしてきませんか？

- ◎ 本や雑誌を部屋の隅に積んでいない。
- 拭き掃除、掃き掃除をしている。
- ベッドメイキングは毎日行う。
- 衣服の収納にはあまり困っていない。
- 玄関の靴は全部、収納している。
- 床の間に掛け軸をかけている。
- 料理に応じて包丁を使い分けている。
- 家でも主人が机仕事をします。
- 書斎や仕事専用コーナーがある。
- ◎ 時々、宿泊客がある。

おうちのはなし

いつかは建てる、住みづくりのための、情報紙「おうちのはなし」

※発行内容は予告なく変わることがあります。



日本の住宅建設の担い手  
住みづくりの手順  
長期優良住宅制度  
建てるなら、やっぱり木の家の家歴書の価値  
洋風デザイン・和風デザイン  
建築費の内訳の見極め方  
住みづくりにかかる諸経費  
太陽光発電住宅特集  
家庭内事故と対策  
これからの住みと暮らし

住宅情報紙「おうちのはなし」を年間購読しませんか？

年間24回発行×単価120円+配送料100円  
年間5,280円(税別)  
毎月1日・15日頃、ご自宅にお届けいたします。

TEL 03-6272-6434  
FAX 03-6272-6449

〒102-0072 東京都千代田区飯田橋4-4-8 4F  
www.ouchi874.org/

一般社団法人 住まい文化研究会

リフォームに、新築に、  
住まいづくりのセカンドオピニオンをお届けします。

www.ouchi874.org/

発行人: 一般社団法人 住まい文化研究会

〒102-0072 東京都千代田区飯田橋4-4-8 4F

主筆 石川新治

# おうちの家計簿

住まいの資金と税金

こんにちは、  
**アール**です!  
L.R.コンサルティング株式会社  
代表取締役 吉川浩一

マイホームを計画されている方とお話をしていると、自分達の家を持つことに対する期待は当然なんです。それと同じかそれ以上にいろんな不安を抱えていらっしゃる方が多いです。

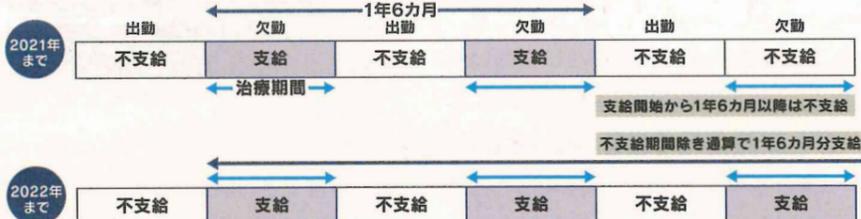
必ずといって良いくらい出てくるのがローン返済に対する不安です。これまで組んだ事もない何千万円というローン。本当に払っていきけるのだろうか? 主人にもしものことがあったらどうなるのだろうか? と。

死亡または高度障害者になった場合は団信(団体信用生命保険)で完済できるので、その後の支払いは必要なくなります。問題は病気で長期入院になった場合です。その時に頼りになるのが健康保険から支給される傷病手当。お給料は会社によっても異なりますが長期欠勤になると出なくなります。その

かわりに連続3日以上欠勤した場合に4日目からお給料の約3分の2が支給されるのが傷病手当です。しかもその期間がなんと最長1年6カ月もあります。よく3分の2で足りるのでしょうかと聞かれますが大丈夫です。なぜならご主人は入院して3食昼寝付きの生活。遊びにも飲みにも行けませんから生活費も安くなります。

その傷病手当の支給条件が下表のように改善されます。たとえばうつ病やガンの治療など一旦は改善して出勤できるようになったが、また再発して入院となった場合。これまではその病気を発症して初めて支給対象となった日から1年6カ月で打ち切りでしたが、2022年からは支給日の通算で1年6ヶ月まで受給できるので、より手厚い補償となります。

### 傷病手当金の支給期間算定の仕組み



## 家づくり 庭づくり

それはすべて芳香物質が心や身体に作用して起こることです。このように香りのさまざまなはたらきを効果的に用いるのが、アロマセラピーです。代替医療

### 日常のケアにアロマセラピーを

アロマセラピーは、芳香と療法を合わせた造語です。

植物から抽出された芳香物質である精油を用いて心と身体に与える効果を利用する癒しの方法です。花の香りを嗅いでやさしい気持ちになったり、オレンジの香り食欲がわいたり、ペパーミントの香り鼻がすっきりしたりする、そんな経験はありませんか?

のひとつとして注目を集めていて、その有用性は計りしれません。精油の香りが心の疲れを癒し、メンタルケアとして十分な活躍が期待できます。精神的ストレスや疲れが生じる現代病や終末期の緩和ケアに、近年では植物療法を取り入れた医療機関も見かけられるようになりました。

天然植物から抽出された精油には心身を整える効果があります。

これらの芳香成分は吸入などでは嗅覚を通して直接脳内へはたらき、感情

### 世界の家

#### World Habitat View vol.12

世界の家をストリートビューで眺めると、その国の住まい文化を想像することができます。

『安いニッポン』という本が話題になっていますが、給与も物価も上がらず、世界の価格から取り残された感がある日本ですが、住宅となるとこれまでも世界に比べて高いとされてきました。

単純に面積で比較しても、決してヨーロッパ諸国に劣っているわけでもありません。でも、航空写真で見ると、土地の広さはもちろんのこと、建物の大きさは歴然とした差があるように感じます。そうです、屋根の大きさが明白に違うのです。

ただ、ヨーロッパでは純粋な戸建て住宅は少なく、デタッチドハウスという数戸がくっついて建てられている家が多いのです。屋根が大きくても不思議はありません。煙突の数を数えると、暖炉の数がわかり戸数も推測できます。

アメリカの住宅も屋根が大きいので

すが、それは住宅の統計を見ても格段に面積が大きいので納得できます。同様にオーストラリアの航空写真を見ると、やはり大きな屋根が並んでいます。

そこで、ストリートに降り立ってみて風景を見ると、そこは違う住まい文化の世界でした。見渡す限り、平屋が並んでいるのです。日本で3階建てが頭を出しているような感覚で、2階建てが時折見えます。



オーストラリアでは「5thRoom」という屋根がかかっている室外空間もあります。紫外線の強い国ならではの空間です。

おそらく人類の歴史の中では、先に平屋の時代があったはずですが、でも、こんなに勾配の緩い平屋が並ぶのは、むしろ極めて近代的な風景ではないでしょうか。



や記憶に影響を与え、さらには大脳辺縁系、視床下部に伝わり、自律神経、ホルモンの調整にもはたらきかけます。

この精油は、植物の花、葉、果皮、樹皮などから天然の芳香物質を抽出したものです。主な抽出方法としては、水蒸気蒸留法や圧搾法(柑橘類の果皮など)が

用いられます。

低温低圧でじっくり压榨して時間をかけて抽出したコールドプレスでは、薬理成分も高く品質がよいとされます。もちろん天然成分100%であることが基本です。ご家庭で簡単にアロマを楽しんでいただける一例です。

- 芳香浴** 方法①: ティッシュやハンカチに精油を1滴垂らして吸入する  
方法②: アロマポットやディフューザーで、精油を室内に拡散させる  
方法③: バスソルトをつくり、入浴時に使用する
- 芳香吸入** 洗面器またはボウルに熱湯を入れ、精油を1~2滴入れ、その上からバスタオル等で覆い、吸入する
- トリートメント** キャリアオイルに精油を入れ、肌に塗布する



**Takasho**  
庭は五番目の部屋。  
**5th ROOM**

JPX 東証一部 (証券コード7590)



やすらぎのある空間づくり  
株式会社タカシヨー 和歌山県海南市南赤坂20-1 お客さまサービスセンター 0120-51-4128 **タカシヨー**