

# 失敗しないための 水まわりのリフォーム編②

株式会社福德住建 代表取締役社長

**金森 亮旦**

皆様、こんにちは。福德住建代表の金森でございます。住まい新聞もおかげさまで3回目を迎えることができました。ご愛読頂いている皆様、ありがとうございます。さて、今回は水回りリフォーム編の第2弾です。水まわりのリフォームは今までの不便や使いにくさが解消でき、生活が大幅に改善します。今回はキッチンに関するです。家族で楽しく食事ができるかどうか。キッチンのリフォームはもっとも大事だと考えてます。



## 腰痛にならないキッチン

キッチンというと衛生面やシンクの大きさなどにばかり気が行ってしまいがちですが、実は一番使いやすいのは腰にやさしいキッチンです。最近のキッチンカウンターは5センチ刻みで高さを選ぶことができます。一般的に腰に負担が一番少ないのは身長2分の1に5センチから10センチを足した高さだと言われています。一般的なキッチンは80センチから85センチくらいですが、これは身長が150〜155センチの方には使いやすい高さです。最近では身長80センチでは低いと感じるでしょう。身長170センチの場合は90センチがちょうど良いでしょう。また、厳密にするのであれば、肘の高さから15センチ引いた高さのキッチンをオススメします。なおスリッパの底の高さも考慮しましょう。腰痛持ちの方にはキッチンで使えるイスや、イスに座って使えるキッチンカウンター（足が入るもの）もありませんので検討ください。

## ゴミに困らないキッチン

キッチンのレイアウトを決める上で、意外と忘れがちなのがゴミ箱を置く場所です。最近では生ゴミを処理する機械をシンクの下に埋め込んであるものもありますが、そういう機械を付けたとしても分別して捨てられるゴミ箱を置く場所をかならず気にしましょう。シンクからなるべく近い距離にゴミ箱を置ける場所を作ると、野菜を包んでいたビニールや肉が入っていたトレイなど、濡れたものを捨てる際に床が汚れません。ほとんどのショールームはゴミ箱が置いてない状態で見えていますので、住んでみて「ゴミ箱が置けない。通路に置くしかななくて邪魔」など、後から失敗に気付くケースがあります。

## 賞味期限切れが わかりやすいキッチン

最近のキッチンは収納の量を重視している傾向にあり、あちこちに収納スペースがいっぱい設けられています。食品庫として引き出し式の大きな収納棚や、上の方から降りてくるタイプの収納棚など大量の調理道具や食材を収納できます。でも便利な反面、奥の方に仕舞われていていたら賞味期限をとくに過ぎていた、ということも。収納量ばかりにとらわれて、取り出しやすさ、目につきやすさを気にしないキッチンは、「大量の無駄を生み出すキッチン」です。収納量を稼ぎながら、扉を開ければ食材が一目で見渡せる、言わばキッチンスタジアムのような食材庫が理想的です。無駄をなくし、さらには食材を見渡せることで、レシピブックというのをオススメします。

## 風通しが良く清潔な キッチン

窓が大きく明るいキッチンというと聞こえは良いですが、あまり日光が入り込みすぎるとすぐに食材が腐ってしまいます。冷蔵庫に入れない



くて良い野菜も、キッチンが暑すぎて冷蔵庫に入れざるを得なくなってしまう、結果電気代が高くなってしまふことも。南向きや西向きのキッチンには、窓に日よけを付けたり、風通しを良くしたりと、衛生面にも気を配ったリフォームを心がけましょう。

また意外と陥りがちなのが、キッチンカウンターに無垢の木を使ってしまふこと。無垢板のキッチンはお洒落ですが、手入れをしないと使っているうちにカビが生えてきたり、腐ってきたり。毎日使うところには、腐りにくい素材を使いましょう。

## シンクのサイズと 調理スペース

シンクが大きいと便利かな、と大きいシンクを採用されるのは良いですが、狭いキッチンだとその分調理スペースが狭くなってしまい、結果としてシンクにプレートを渡して作業スペースにしたりします。折角の大きいシンクが意味のないものになってしまう上、不安定なシンクの上での調理となりストレスに繋がります。調理スペースとのバランスを考えてシンクを選びましょう。

さて、今回はキッチンのリフォームに関してワンポイントを紹介しました。キッチンのリフォームは要望も多いけど、予想以上にお金がかかる場所です。有名メーカーのシステムキッチンを入れればそれだけで自動車を買えるほどのコストが掛かります。シンクの場所を変更すると付随する水道管・配水管の移動などかなりのコストが掛かります。でも意外とちょっとしたリフォームだけで使いやすさや快適さがグッと上がるものなんです。お金を掛けるだけでなく、賢くリフォームするためのノウハウが当社にはありますので、ぜひお気軽にご相談ください。