

桜蔭会埼玉支部 2025年度総会講演会

「楽しく、生き生きと暮らす」

—ライフステージに合わせた家づくり—

加部設計一級建築士事務所

加部千賀子

1) 家に求めること

楽しく、生き生きと暮らせること。

2) 家づくり（プランニング）について

○人生のライフステージによって変わる。

ライフステージとは、人生を節目で区切った生活環境の段階の事。

家づくりでは、大雑把に3つに分けられる。

- ・ 子供が親と同じ空間で暮らす・・・乳幼児の頃
- ・ 子供が個室を求める・・・小中学生、高校・大学、成人・社会人
- ・ 親・夫婦・シングルが中年以降・・・中年期、高齢期／定年後・80才以降

○家族の成長変化に対応できる家であること。

3) ライフステージと住まいの関係

ライフステージ（家族構成、年代）によって、住まいに求める事は少しずつ異なるが、

家づくり（プランニング）の基本は同じ。

- ・ **家族の成長変化に対応できる家であること。**
- ・ **皆が集まるLDKは、庭や周りの緑、光・風を積極的に取り込む。**
- ・ **家族の気配を感じるよう、LDの周りに水場(洗面脱衣所・浴室・トイレ)を張り付け、主寝室や個室を配置すること。**
- ・ キッチン&家族室を中心とし、見通しの良いつくりにする。
- ・ 家事動線の効率化を図る（キッチンと水場の関係）。
- ・ 防災を意識・・・地震対策、豪雨対策、2方向避難、防災用品のストック、近所付き合い等々。

参照：冊子『自然災害に備えて 住まいづくりの勘どころ』（UIFA JAPON）-C章

4) 実例で説明/スライド



1、吹き抜けとキッチンは、家の芯

共働き夫婦、小学生+幼児

西東京市/新築



2、見渡せるキッチン&家族室と吹き抜け

共働き夫婦 30 代前後+幼児
横浜市/新築



3、吹き抜けと階段が繋ぐ

共働き夫婦+子供小学生 2 人
小金井市/新築



4、光豊かな 2 階ワンフロアに 3 世代が暮らす

祖父母 80 代+母 50 代+子供大学生
江戸川区/新築



5、暮らしも住まいも自然流に 木と土と紙の家

夫婦 50 代
練馬区/新築



6、仕事からの解放、野菜づくりを存分に 生活を 1 階ワンフロアで完結

夫婦 60 才代後半
埼玉県/戸建て リフォーム (鉄筋コンクリート造)



7、これまでの動線を生かし、終の棲家を

母 85 才+長男夫婦 50 代
武蔵野市/建替え