間取りや設備を工夫して 楽しく安全な子育てライフ

元気な子どもを育てる住まい

子育てファミリーが心地よく暮らせて、元気な子どもが育つ家とはどんなものなのかを考えてみましょう。間取りや設備を工夫して家族の絆を育む家づくりのポイントを紹介します。

子育てにやさしい住まいチェックポイント

『ママ目線のヒントがいっぱい!! 元気な子どもが育つ家』に掲載の「ママにやさしい住まいと環境の評価基準2009年版」項目から一部を紹介

- □ 常に家族の気配が感じられる間取りで、リビングを通らないと子ども部屋に行けない
- □ リビングルームは十分な彩光があり、子どもが遊んで過ごせる広さで、収納スペースを備えている
- □ キッチンからリビング・ダイニングが見渡せ、調理スペースの前が子どもの通り道になっていない
- □ 環境に配慮された建材を用い、フルフラット設計で、フローリング仕上げである
- □ トイレ・浴室・洗面室が近く、浴室と洗面室には窓がある
- □ 電気のスイッチは低め、コンセントは高めの位置にある

子育てにやさしい住まいづくり

子育てファミリーが暮らすには、どんな家が理想的なのでしょうか。

今どきの子育て事情の実態や子育てを取り巻く社会環境の変化を研究し、さまざまな子育て応援事業を展開する「ミキハウス子育て総研」では「子育てにやさしい住まいと環境」認定事業を2006年から手掛けています。『元気な子どもが育つ家』の著者でもある同社代表取締役社長の藤田洋さんにお話を伺いました。

住まいの安心・安全は第一のキーワード

藤田さんは「家族のコミュニケーションや絆を育む上で、住まいの役割は大変大きいものです。子どもと向き合う時間の長いママの目線で、間取りや設備などをチェックしてみてください」と話しています。

まず第一に確認したいのは、住まいの安心・安全面。自分で身を守ることができないハイハイやよちよち歩きの時期には、ちょっと目を離したすきに、ヒヤッとする場面が。

テーブルの角で頭をぶつけたり、ベッドから落ちたり、ドアや窓に指をはさんだり、異物を飲み込んでしまったり。

大切な子どもが自宅の中でけがをしたり、事故に遭うような事態は避けたいものです。あらかじめ住まいの間取りや設備の点で事故防止が考慮されていれば、未然に防ぐことができます。

例えば造り付け家具の角がとがっていないこと、コンセントに感電防止が施してあること、キッチンに幼児が入ってこられないよう、スライド式ゲートを付けることなどが挙げられます。

Interview

ミキハウス子育て総研　代表取締役社長
藤田　洋さん Hiroshi Fujita

2006年から日本初の民間企業による「子育てにやさしい住まいと環境」認定事業をスタート。全国のマンションや戸建て住宅を独自のきめ細かな審査基準で認定しています。また、子育て応援サイトや子育てファミリー向け情報誌「Happy-Note」の発行や教育事業「ミキハウスキッズパル」も展開。藤沢小田急にも教室があります。
http://www.happy-note.com/

ママがストレスをためない空間に

次に考えたいのは、育児で忙しいママがストレスをためない空間になっていること。

乳幼児を抱えるママたちは食事の世話、排せつの後始末などに追われています。自我が芽生えて行動範囲が広くなると、よりしっかりと子どもに向き合い、しつけをして、生活習慣づくりをしていく大事な時期に。ストレスを感じがちな毎日、住居空間のひと工夫でストレス軽減につながることもあります。また、家族の健康、親子のふれあい、子どもの情操教育などが考慮された住まいであり、さらに子どもの成長に応じて暮らしを変化させられる間取りであることも大事です。

LDKが家族コミュニケーションの要

子どもが遊ぶ様子に気を配りながら食事づくり、同時進行で洗濯やお風呂の支度。忙しいママのコントロールタワー的な機能を持つキッチン周りは、家族コミュニケーションの要です。

藤田さんが勧めるのは、対面式キッチン（図1）。リビングルームで遊ぶ子どもが視野に入る利点があります。

「キッチンの中でも冷蔵庫の位置は安全面からキッチンの奥ではなく、リビング側の入り口付近に設置することをお勧めします。食材を取り出す手間はどちらでも同じですが、人が交錯しにくいのでストレス軽減に。スライドゲートの設置で、調理中のママに子どもが近づくことも避けられます」

ほかにもキッチンの防火対策、掃除のしやすさ、収納の充実なども注目したい要素です。

図1

「遊ばせたい」と「片付けたい」両立の工夫は収納にあり

独立した客間を用意することが少なくなった昨今、リビングルームは子どもたちの遊び場であり、急な来客にも対応する空間です。のびのびと遊ばせたいですが、不意のお客さまの際に、おもちゃが散らかったままでは失礼なことに。藤田さんによれば「対面式キッチンカウンターの下にさっと片付く収納を設ければ、子どもたちの片づけ習慣も身につきます。また、子どもの手の届かない150㌢ぐらいの高さに飾り棚を作り、大人のインテリアとして楽しめば、リビングに子どもの世界と大人の世界のメリハリが生まれます」と。

気密性の高い住宅のドアに注意

リビングルームのドアが子どもの事故を引き起こすこともあるそうです。

「最近の気密性の高い住宅では玄関や窓の開閉で気圧が変化し、リビングのドアが勢いよくバタンと閉まってしまうことがあります。オートクローザーなどが設置され、指や足をはさみそうになっても逃れる余地のある機能をお勧めします」と藤田さん。

まったく向こうが見えないドアでは大人同士でも開け閉めの際、危険です。一部が透明か半透明のもので、万が一のときにも飛び散らない素材を。ほかの部屋のドアも基本的には同じ考え方で、引き戸には引き残しやソフトクローズ機能付きを選ぶとよいとのことです。

洗面所やバスルームの危険防止対策

洗面所やバスルームは、清潔に気持ちよく使いたいスペースですが、子どもたちにとってはいたずらしたくなる、楽しい場所。子育てファミリーが注意したい点がたくさんあります。

藤田さんは「浴室床を滑りにくくすること。また、熱いお湯が通るカランがむき出しになっていると子どもが触ってやけどの危険があるので、埋め込み式か、やけど防止カバーのついているものが安心です。一番怖いのは、お子さんが、水を張ったお風呂に誤って転落してしまうこと。ハイハイ中の赤ちゃんからよちよち歩きの1歳前後は行動範囲が一挙に広がり、大人が思いもよらないことをしてしまうのです。頭から浴槽につっこんだら命にかかわります。こうした危険防止には、浴室ドアの高い位置にチャイルドロックをつけることをお勧めします」

ほかにも便利な機能として、浴室コールを付けると、子どもとパパが入浴していて、子どもを先に出すタイミングをママに簡単に知らせることができます。

また、洗面所に子どものパジャマなどの収納を作れば、一人で着替えさせるしつけに役立ちます。

トイレに一工夫

「平均的なおむつはずしの時期は、一昔前よりも遅く、2歳半から3歳ぐらいになり、トイレトレーニングには4～6か月かかっています。子どもと一緒に入れるトイレなら幅1㍍、奥行1・5㍍ぐらいあるといいですね。この大きさなら将来車いすでも使えます。トイレの形状は、手洗いボウルや洗浄スイッチがトイレ本体と別になっていると、子どもがいたずらしにくく、ママのストレスも軽減されます。また、子どもが少し大きくなって一人でトイレに入って中からカギをかけてしまうことがあります。外側から大人が開けられる構造なら安心ですね。もちろん、掃除や手入れがしやすいことは、トイレ選びの基本です」

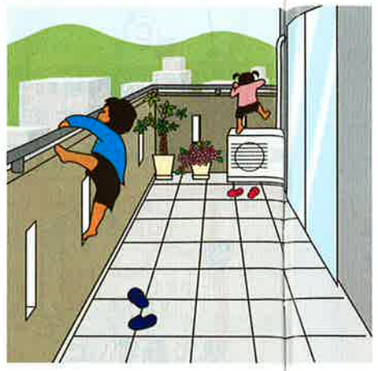

図2

図3

バルコニーの転落防止

子どもが誤ってバルコニーから転落しないために、気をつけることは？

藤田さんは「手すりの高さは120㌢以上を確保し、足がかりになるスリットデザインの壁を避けること、踏み台になるようなもの（室外機など）の置き場に十分注意することです。ハイハイ中の子どもが勝手にバルコニーに出ないように、バルコニー側の窓の150㌢以上のところに補助鍵をつけるなどの工夫をしてください」とアドバイス（図2、3）。

階段の場所に配慮を

藤田さんが勧めるのは、リビングイン階段。

「戸建の場合、階段の位置は家族コミュニケーションが良好かどうかの決め手です。特に子ども部屋が2階のケースでは、玄関から子ども部屋に直行できるような位置では、子どもが自室に閉じこもりがちになったり、親は子どもが何をしているか、どこに行ったか分からない事態にもなりかねません。家族の目線が集まるリビングルームを通らないと自室に行けない間取りが、自然と日常的な家族コミュニケーションを習慣化させます」

子ども部屋の可変性

「ばんびーの」読者アンケート（右）でも、「子どもが小さいうちは子ども部屋を与えず、リビングルームを中心に家族一緒に過ごしている」という人がほとんど。

本格的に勉強に取り組んだり、思春期を迎えるころには個室も必要になりますが、それまでは兄弟で大部屋を間仕切りせずに使わせるケースが多いようです。

「大規模なリフォームをすることなく、スライドドアや間仕切り壁で、将来独立感のある子ども部屋にできる仕組みが重要です。出入り口を2つ作り、電気回路を2系統にしたり、収納も2か所に分けておくなど、予め設計されていれば、現実的に可変性が高まります。気配が分かる子ども部屋という点では、半透明の素材を一部入れたドアや、鍵をつけないことも有効です」と藤田さんはアドバイスしています。

「最近はリビングインの子ども部屋という間取りも重視されています」とのことで、「ばんびーの」読者の声にも「リビングのすぐ横に子ども部屋があればいい」との意見がありました。

"変わる子育て事情"に注目 子育てストレスを軽減する住まいへ

長年、現代の子育て事情を研究してきた藤田さんたちが警告しているのは「子育て事情が大きな変化を遂げている」という事態。

「おむつの取れる時期が大幅に遅くなったり、おっぱいに関しても、かつては『断乳』という言葉が使われ1歳前後で終了するケースが多かったのですが、今は『卒乳』と言い、1歳半から2歳ぐらいまでおっぱいをあげているという調査結果があります。歩き始める時期は1歳前後と、さほど変化はありませんが、ベビーカーの利用は3歳ぐらいまでと、昔よりも長くなり、"赤ちゃん期"が長期化しています。アレルギーのある子どもが多いのも最近の傾向です」

さらにパソコンが当たり前になり、メールで何でもやりとりする今、面と向かって話をしてコミュニケーションを取る機会が減っています。

「今どきのママたちは生まれたときからスーパーやコンビニが発達して、インターネット情報で何でも手に入ると思い込みがちなので、より孤独に子育てをしてると感じる人が多いのではないでしょうか。増加する子育てへのストレスを軽減するために、『ママ目線で住まいづくりを考えること』が重要だと思います」と藤田さん。

お話を聞くと、ママたちが遠慮なく住まいづくりに参加し、自分が楽しく子育てできるように間取りや設備をチェックすることが大事と分かります。

これからマイホームをと考えている方はぜひ参考にしてください。

藤田洋さんの著書

ママ目線のヒントがいっぱい!!
元気な子どもが育つ家
（週刊住宅新聞社）
1575円（税込み）
ISBN 978-4-7848-2665-0

ばんびーの読者ママに聞きました！

〈湘南ばんびーの5号アンケート結果〉

Q ①子ども部屋を与えていますか？
②子育てしやすい住まいの条件は何ですか？

カッコ内はお子さんの年齢

①欲しいと言うまでリビングのオープンスペースを使います（3歳）

①小学2年生ぐらいで与える予定
②子どもが自室で何をしているか分かりやすいこと。騒音のない静かな住宅地（6歳）

②玄関の段差がほとんどないこと。風呂・トイレ・洗面所が広いこと。脱衣所、洗濯機、干す場所が同じ階にあること。収納の充実（1歳）

①2階に子ども部屋を用意していますが、まだ小さいので現在は使用せず、リビングで宿題をしています
②リビングを広くとり、子どもの様子が見えるように配慮しました。家事動線を考え、サニタリー関係をまとめました。気軽にお友達が訪ねてくるオープンな家にしたので、毎日のように子どもは友達を連れてきます（7・5歳）

①小学校に入学したら子ども部屋を作ります（6・2歳）

①今後与える予定
②いろいろな意味で風通しの良い住まい（3歳）

②家族団らんが自然とできる家。2階に子ども部屋を作るなら階段はリビングの中に（4・2歳）

①与えていません。子どもは欲しいと言っていますが、もう少し先まで家族団らんの場を残したい
②市民センターや遊びの施設が近くにあること（8・1歳）

①与えていません
②庭付き、和室がある、リビングが広い（7・5・3歳）

①ありますが、子どもはほとんどリビングにいて、子ども部屋は物置みたいになってます。将来はリビングの近くに子ども部屋を作りたい（6・3歳）

①与えたいが現実は厳しい
②収納しやすく、みんなが集まれる場所のある家。団らんも家族それぞれの時間も大切にできる家（3歳）

①与える予定です
②子どもはどんどん成長し、物も増えるので収納が充実していることがポイント（3歳）

①大きくなったら与えるつもり。プライベートが必要だから（5・1歳）

①今春一戸建てを購入。小さいうちは特に子ども部屋を与えずに1階で過ごし、いずれ自分の部屋を持ちたい時期になれば部屋を与えたい。散らかしたり、片付けたり、部屋を飾ったり、自由に個性を出すことができると思います
②日照条件がよければ毎日笑顔で生活できるはず（1歳半）