



## tasty room

ひとりよりもふたりで食べる方が楽しいのはなぜだろう？それは、ふたりでの食事が「心の味覚」を刺激するからだ。

一緒に食事をする相手やその場の雰囲気は食事の体験に大きな影響を与える。食事は単なる栄養補給以上のもので、人と共有することで得られる心理的な満足感や幸福感を感じることができる。

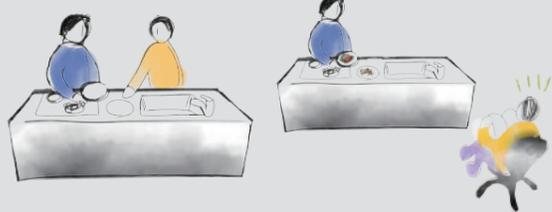
心の深いところから感じる喜びや幸せ、それこそが「心の味覚」の本質だ。食卓を囲む時間は、日常の中で特別なひとときとなり、心の豊かさを広げてくれる。食事が中心にある暮らしは、ふたりの人生をより豊かにしてくれる。

新潟大学工学部工学科建築学プログラム 内許 博翔 / 小野 翼

### 01. ふたりでの食事はおいしい

ふたり暮らしでは次の2パターンが考えられる。

ふたりでつくる      ひとりでつくる



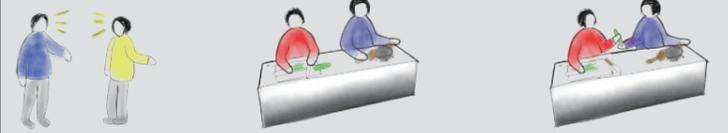
食事のためのプロセスにおけるふたり暮らしでの体験は食事時の雰囲気に直結し、ふたりのコミュニケーションの促進やその質の向上につながる。このできごとにより「心の味覚」が刺激され、ふたりでの食事をよりおいしく感じることができる。

### 02. 食事のためのプロセスにおけるふたり暮らしの体験

02-1. ふたりがつくることによる体験

会話が起る      役割を果たす      身体距離が縮まる

今日は何つくる？味見してみよう！      ほくは包丁で切るよ      じゃあわたしはフライパンで炒める！      ねぎ取ってありがとう！      はい、どうぞ



ふたりで料理を作る際の「協力」の体験

あなたの味噌汁おいしいよ！      君の煮物もね！



02-2. ひとりがつくることによる体験

目に入ってくる      聞こえてくる      匂いがしてくる

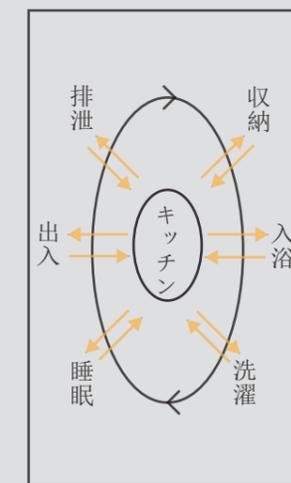
ブリがある      野菜を切ってる音がする      醤油と砂糖の良い香りがする



今日の晩ごはんはぶり大根かな？      やっぱぶり大根だ！おいしいね      ありがとう！



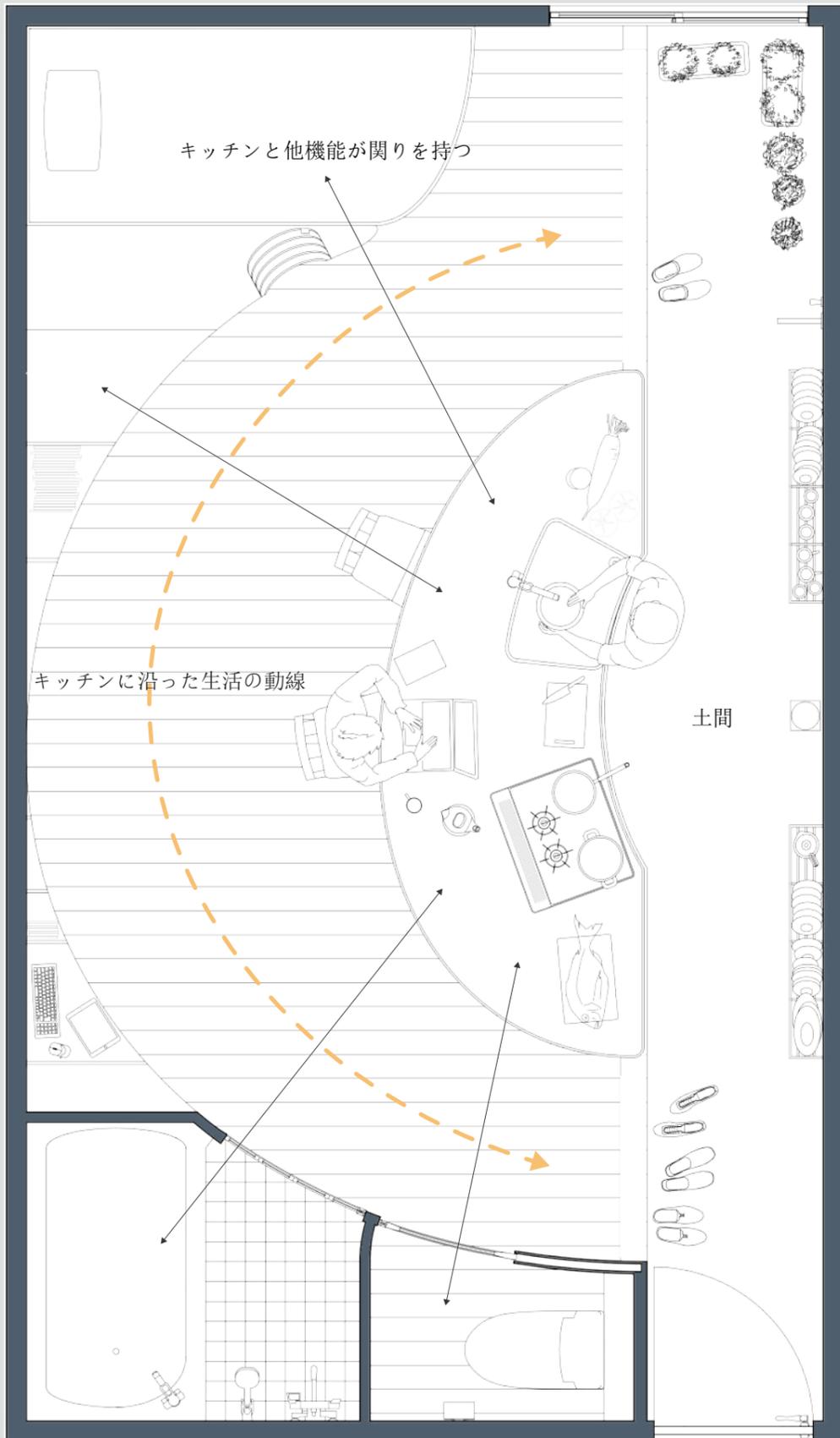
### 03. 「体験」を向上させるために



ワンルームにおいて同居人が料理をしていれば、ほとんどの場所ですべての感覚を感じる（三感）だろう。しかし、その刺激から料理を意識したり、完成形を想像したりすることは少ないと思う。そこで、**キッチン**を起点とし、**またそこに帰帰する生活**を提案する。キッチンを中心とした動線は、キッチンと入浴や排泄といった必要不可欠な生活行為を緩やかにつなぐ。同居人が料理をしていれば、そこに意識が向きやすくなり、刺激された三感が料理への興味を引き立てることになる。

#### 04. キッチンを中心とし、またそこに回帰する生活

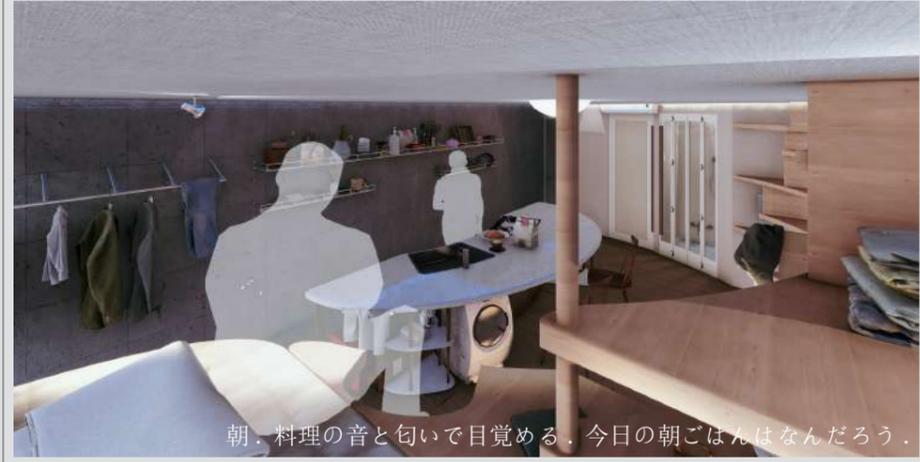
キッチンを中心とし、それを取り囲むように生活に必要な機能を配置した。キッチンには料理器具の他に、水回り等で必要な物が収容できる。これにより例えば、起床後、ベッド近くの洗濯機に寝巻を入れ、後ろの棚で着替え、キッチンに沿ってトイレに向かい、再びキッチンに辿り着く。朝食後、背後の棚から本を取り出し、またキッチンに座りそこで読書する。同居人が料理をしていれば、無意識に料理への興味が湧くだろう。土間ではプランターで野菜を育て、それを料理に用いればふたりでの豊かな食事体験になる。また、土間では魚を捌く等の水を使う作業がしやすかったり、地産の野菜を買ってきて、そのまま土を落とすことができたりと、ふたりでの料理が充実したものとなる。



0 0.5 1 2m

平面図 S=1:30

#### 05. ふたりで織り成す豊かな食事体験



朝、料理の音と匂いで目覚める。今日の朝ごはんはなんだろう。



朝食後、土間で野菜が収穫できた。今日の昼食に使えるかもしれない。



昼時、昼食がもうすぐ出来上がりそうである。パソコンは背後の棚に収納し、準備をしよう。キッチンと棚での生活行為が結びつく。



夕方、入浴中にキッチンが見える。晩ごはんが楽しみになる。



キッチンから立ちトイレに向かう。キッチンに沿った暮らし。

忙しい日常が続く。  
スマホや仕事は私たちの食事の質を低下させ、近年の単身者世帯の増加は孤食を助長させる。

食事は生きるための手段なのか、はたまた目的なのか。  
私たちはだれかと食卓を囲む楽しさを忘れつつあるのではないだろうか。

この提案を通じて今一度見つめ直してもらいたいと切に願う。

