

# 45 感性を育む暮らし

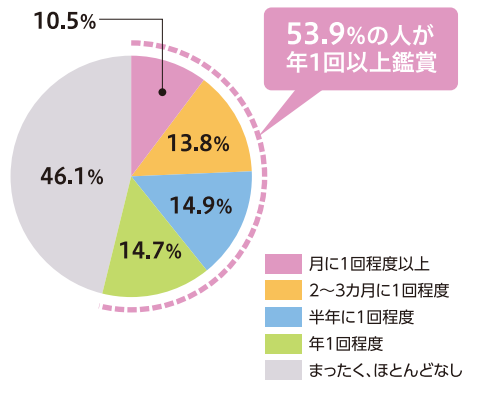
「好き」を起点に、  
豊かな感性を育む。

「豊かな感性」と聞くと、特別なセンスや限られた人が持つ表現力などをイメージしがちです。でも「感性」そのものは誰もが持つ、物事を感じる力。ひとつの物事からどれほど多くのことを感じ取れるか。それが豊かさの違いになると言えるでしょう。感性を豊かに育むには、五感に刺激を与えてくれるものを身近に備え、感じ取る力を養うことが大切。新たなチャレンジも素敵ですが、家族や自分の「好き」をもっと住まいに取り込むことから始めても良いのではないのでしょうか。今回は、住生活研究所のこれまでの取り組みをもとに、感性を豊かに育むヒントをご紹介します。



■文化芸術の鑑賞頻度

\*文化に関する世論調査報告書(文化庁/平成31年)



もっと気軽に身近に  
アートを楽しもう。

有名アーティストの巡回展やアートフェア、お気に入りの作家の展覧会…。気になるイベントをチェックして、美術館などに出掛けられる方も多いのではないのでしょうか。文化庁のコロナ禍前の調査(平成31年)によると、文化芸術を年間1回以上鑑賞する人は53.9%に上り、その中でトップが美術系のジャンルと報告されています。

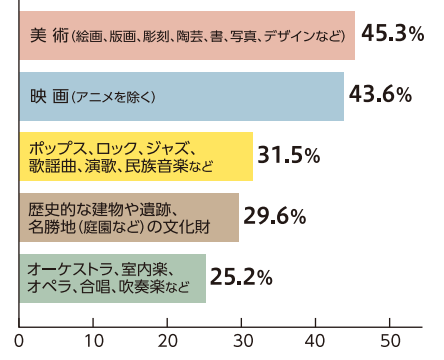
そんな美術への関心が高い日本人ですが、自宅にアートを飾るとなると、思いのほか消極的とも言われます。素直に「好き」と感じるアートをもっと身近な存在にすることも感性を育む第一歩になりそうです。

最近ではカフェやショップなどでもアートに出会う機会が増え、「素敵だな、良いな」と感じている人も多いのでは? その「感じる」ということを、わが家の日常に持ち込むことがポイントです。

たとえば、お気に入りのポスターや写真、旅先で買った小物やポストカードなどを気軽にディスプレイすることからスタート。イ

■鑑賞した文化芸術のジャンル  
(上位5項目)

\*文化に関する世論調査報告書(文化庁/平成31年)



ンテリアにも変化が生まれて心が刺激を受け、季節や気分に合わせて飾るもの・飾り方などを工夫していく。そんな暮らし方を重ねることが、感性を豊かに育んでいくことにつながります。

飾り方を工夫する。  
それも感性を育む栄養に。

季節や気分に合わせてアートを入れ替えるのが理想ですが、複数のアートを所有するのはハードルも高く、作品によっては保管場所の確保なども大変になります。

そこでおすすめなのが、飾り方を工夫すること。アートの見え方を変えることで、新鮮なシーンを生み出すことができ、感性の刺激にもつながります。様々な飾り方のアイデアをご紹介します。

【配置や置き方を変える】

壁に掛けていたアートフレームを、床置きにしたり、キャビネットの上に並べてみたり。同じアートでも飾る背景や見る視線を変えると、これまでと違った感覚で楽しむことができます。



組み合わせる小物をシックにまとめ、アートの色が引き立つように。



目線が低くなって見え方に変化が生まれる床置きスタイル。

【花や小物を組み合わせる】

アートに花を添えて、季節ごとに違った表情を楽しむのもおすすめです。同系色で馴

【照明を工夫する】

照明によってもアートの見え方は大きく違ってきます。コントラストの強いスポットライトなどを活かすとギャラリィ感が高まり、柔らかな光のスタンドなら暮らしに溶け込む感じに。昼と夜でアートの表情の違いを生み出すこともできます。



壁面に近いシャープなダウンライトで、アートのある壁面を象徴的に演出。ギャラリィのような雰囲気仕上げています。

【ウォールシェルフを活かす】

気軽に飾れて変化をつけやすいのがウォールシェルフです。小ぶりのアートやオブジェの合間に、旅先で入手した物やグリーンなどを加えれば、わが家ならではのギャラリィコーナーが創り出せます。



アートの見え方・魅せ方の工夫は、自分らしい空間と暮らしの演出術でもあり、その表現力を養うことにつながります。

最近ではアートを定額レンタルできるサービスも充実してきています。ぜひわが家でもアートの身近に触れて、感性を刺激する暮らしにチャレンジしてみませんか。



ウォールシェルフ全体が、わが家の魅せるアートに。

### 音楽のある暮らしで耳から感性を刺激する。

アートが主に視覚を刺激するアイテムと考えれば、聴覚を刺激する音楽も感性を育む大切な要素と言えるでしょう。

最近ではインターネットを通して音楽ソースなどが入手しやすくなり、スマートフォン

また、育てる喜びがあるのも特徴。水やりをしたり、日当たりの良い窓辺に移したり手を掛けることで健やかに育っていく様子がリアルに触れることが感性の育みにつながります。

特に子どもたちにとっては自然の営みを感じる貴重な体験。物事を感じる力を養う糧にもなると言えるでしょう。

そしてインドアグリーンも、置き方飾り方の工夫がポイント。手軽にできる小さな鉢のディスプレイチェンジで、部屋の模様替え感覚で絵になる風景づくりにチャレンジしてみよう。

### 【数点をまとめてディスプレイ】

色んな場所に置いていた鉢をまとめて飾ると、1箇所の緑量がアップしてメリハリ感が向上。葉の色やカタチの違うものを持ち寄れば、組み合わせによる新鮮な表情が創り出せます。



テーブルトップに小さな森を創るイメージで。色やカタチの異なるグリーンを活かせば、多彩な表情が生み出せます。

で気軽に再生できることもあって、音楽はますます暮らしの身近な存在になってきています。

自分が「好き」と感じる音楽はもちろん、時に新しいジャンルに耳を傾けたり、家族それぞれが好みの新譜を持ち寄ってみたり。いつもと違った刺激で自身の感じ方を探ってみることも感性の幅を広げることにつながりそうです。

そして、音楽を気分よく楽しむには空間の工夫も大切です。特にキッチンで家事をしながら、ダイニングで食事をしながら、リビングでくつろぎながらというような「ながら聴き」スタイルの場合は、聴く場所が一定でないことへの配慮が肝心。空間全体に音楽が届く音環境を創るようにしましょう。



どこで過ごしていても音楽が耳に届く工夫を。



### 【縦方向を意識してディスプレイ】

床置きやカウンター上、脚付きの花台などを使って高低差に変化が生まれるように配置。緑のある風景にリズムが生まれ、立体感や奥行き感が違って見えてきます。

### 趣味を日常に。「好き」に囲まれて暮らす。

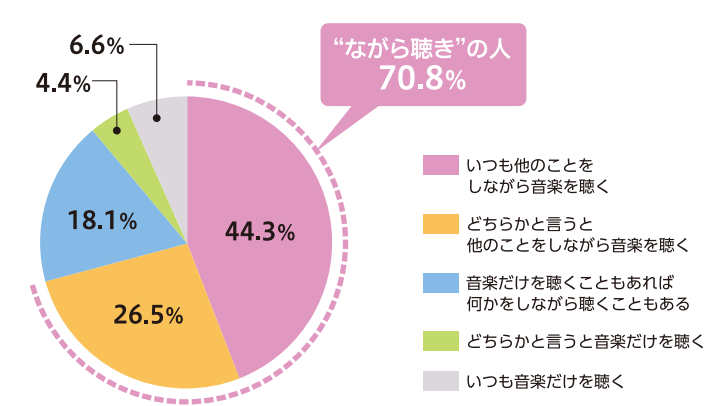
「アート」「音楽」「グリーン」といったテーマで感性を育むヒントを「紹介してきましたが、あなたの「好き」なことは含まれていましたか？ あらためて何が好きかを思い描くと、それは「趣味」に辿り着くのかもしれません。

「好き」を起点に感性を育むという提案は、普段の暮らしに趣味（好きなこと）を取り入れて、もっと積極的に日常を楽しむための提案でもあります。

暮らしの楽しみが豊かになれば、きっと色んなことを感じ取りやすくなり、興味や関心もぐんぐん広まっていくはず。それが感性を豊かに育む暮らしにつながると言えるでしょう。

だから、わが家の中に趣味を存分に反映

■音楽の楽しみ方 \*音楽のある暮らし調査/積水ハウス 住生活研究所(2019年)



具体的にはスピーカーをマルチに、部屋の上方から音が降ってくるように設けるのがおすすめ。空間全体が音楽に包み込まれる雰囲気になり、どこにいても心地よく耳が刺激されるようになります。

最近ではBluetoothスピーカーなどワイヤレスでつながるスピーカーが一般的になり、手間やコストに悩まず気軽に楽しめます。スピーカー自体も音質確保とコンパクト化が両立されており、空間にさりげなく馴染むデザインのものも多くなってきました。

オープン収納の棚の中にディスプレイ感覚で配置したり、部屋の隅々にさりげなくマルチに設置することも可能。リフォームなどを予定されているなら、照明器具にスピーカーを組み込まれたタイプを検討するのも有効です。



趣味の洋裁アイテムをあえてオープンに。個性あるインテリアとして完成させています。



魅せる収納を活かしたキッチン。趣味の料理アイテムを飾って、絵になる日常を。



アンティークのアウトドア用品をディスプレイし、趣味へのこだわりで満たした空間づくり。

### インドアグリーンで自然の営みを身近に感じる。

自然との触れ合いも感性を豊かに育む暮らしに欠かせません。庭や窓外の眺めで自然に親しむのに加えて、積極的に取り入れるのがインドアグリーンです。

インテリアのランクアップアイテムとして人気のインドアグリーンは、光の当たり方や風の揺らぎによって表情を変化させるのが魅力。そのナチュラルな雰囲気癒しをもたらしてくれるだけでなく、さりげなく感性を刺激してくれます。



ディスプレイしてみるのも素敵です。

「好き」なものに囲まれた暮らしは、日常にワクワク感を生み、物事を感じ取る力を養うことにつながります。

ぜひ「好き」を起点に豊かな感性を育む暮らしを始めてみませんか。