



疲れ、溜め込んでいませんか？

一層、ストレス社会に拍車がかかっている…



日々の暮らし中で、
少しずつストレスや疲れを軽減できる場所が必要

疲れから回復する方法・・・休養

休

労働や活動などによって生じた心身の疲労を、休んだり眠ったりすることで解消して
元の活力を持った状態に戻し、健康な状態を保つこと

養

適度な運動や趣味の活動などで心身をリフレッシュし、明日に向かっての英気を養うこと

リラックスして過ごす



睡眠

ゆっくりする

マッサージ



入浴

アクティブに過ごす



飲食

趣味・スポーツ

出かける



人と会って話す

以前のように出かけられない 人と会いにくい 外に出ないため体力が低下

オンライン化が進んだことによる自宅でのプライベートと仕事の区別

新型コロナウイルス感染症流行後・・・

生活の質が低下している

concept

日頃の買い物や仕事帰りによりみちできるような
人々の生活圏内に「居場所」をつくることで、
自分だけの居心地いい場所・人を見つけられる！

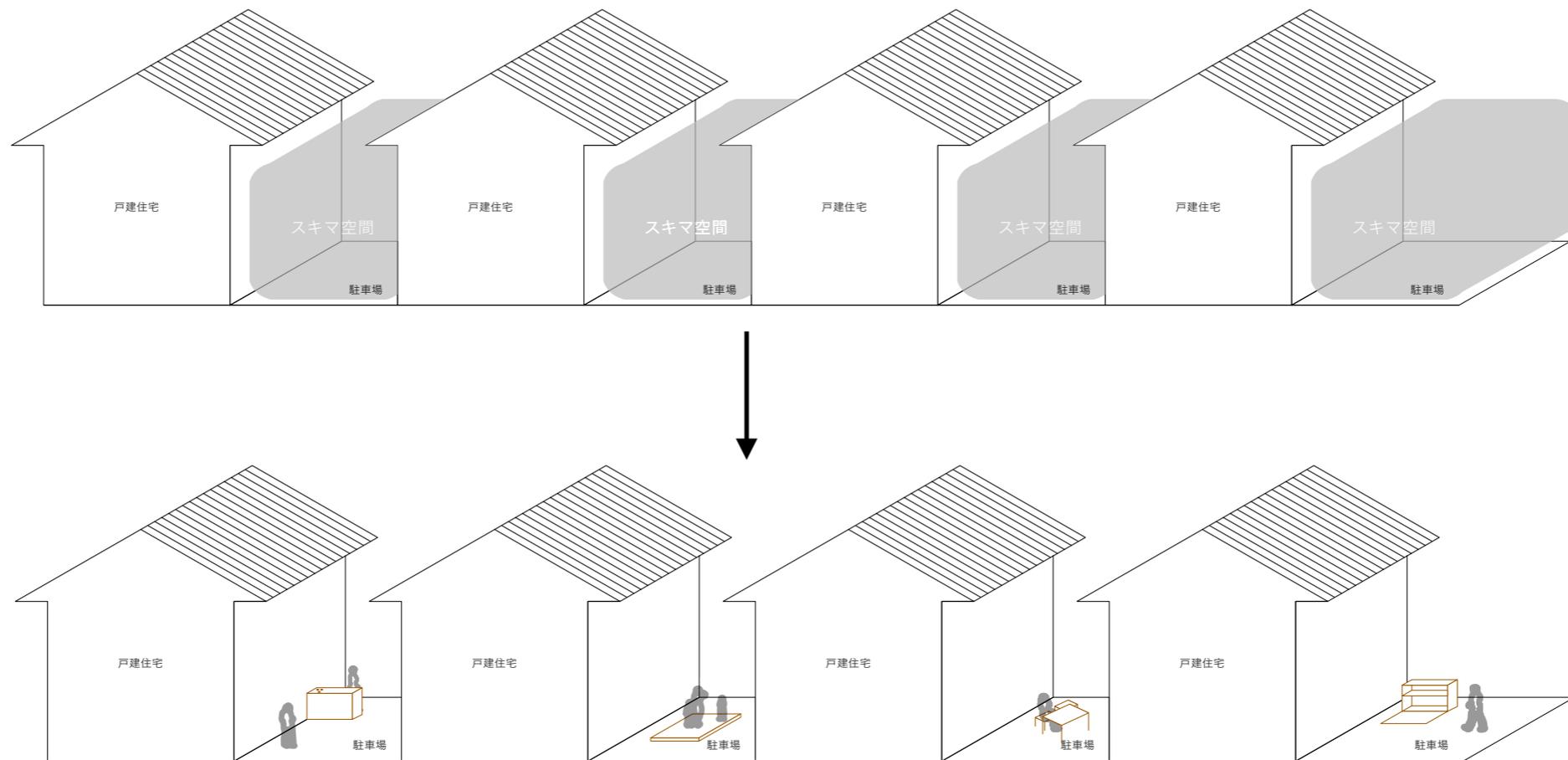
「居場所」をつくるためのスペース探し：スキマ空間

都市部の住宅が広がる生活圏内に潜んでいて、現状で上手く活用されていない「スキマ空間」が3つ見つかった

	空間の所有	どのように活用するか：仕組み
①戸建て住宅 駐車場	個人	1.家主が企画する場合 2.外部が企画する場合 3.利用者が企画する場合
②歩道	公共	歩道の幅を変えることによって 「留まる」ことも可能にする
③商店街の 2階部分	店舗	1階の既存店舗との関係性で メリットがあるようにする

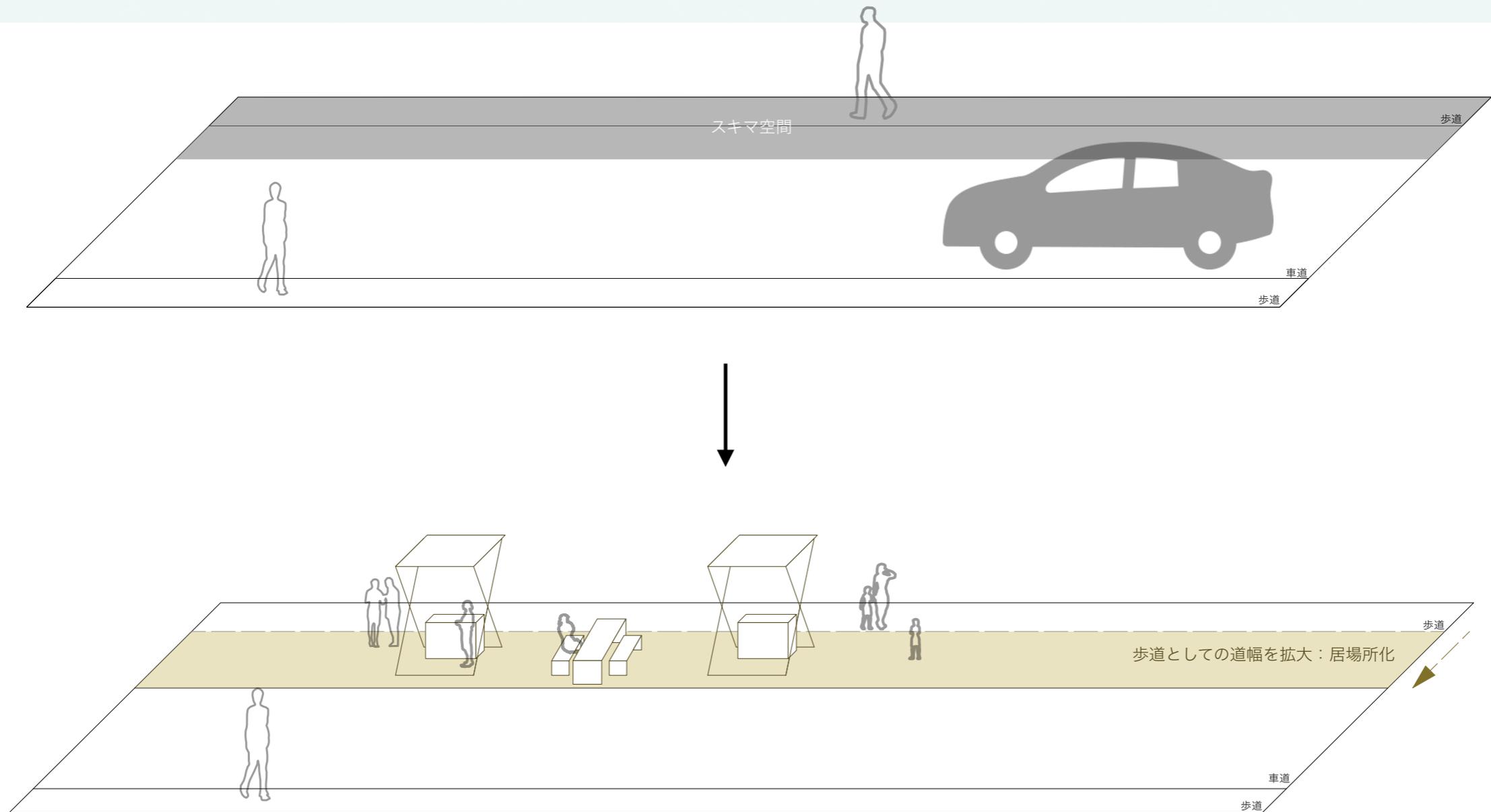
①戸建て住宅の駐車場

高齢化社会に拍車がかかる現代では、車を手放す高齢者も多いため戸建て住宅の駐車場は「スキマ空間」となる。



②歩道

交通のための役割が大きい道路も歩道部分を主役に道幅を拡大して展開すれば、居場所にすることができる。



③商店街の2階部分

商店街で1階部分は店舗として扱われているが、2階部分は活用されていない「スキマ空間」となっている。

