

照明が多すぎることはありません

明かりは、ものを見やすくして仕事や読書をするときの目の負担をやわらげるだけでなく、お部屋の雰囲気づくりにも大きな役割を果たします。照明の使い方しだいで、お部屋が居心地よく温かい雰囲気にも、味気ない雰囲気にもなるのです。「雰囲気」と一口に言っても、たとえばテーブルで家

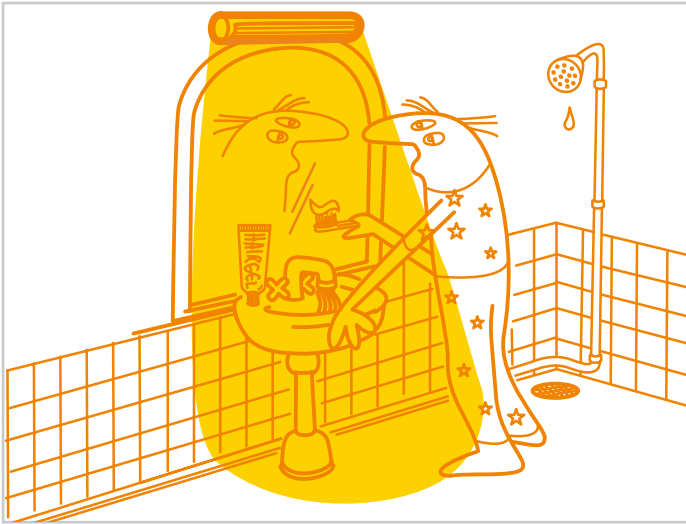
計簿をつけるときと、友達を招いてゆったり夕食を楽しむときとは、求められる雰囲気が違ってきます。作業向けの明るいライトから、くつろぎのためのやさしい明かりまで、状況に合わせてフレキシブルに対応できる照明プランが理想的です。



照明が「多すぎる」ことはありません

お部屋がいまひとつ冴えない雰囲気に感じられる場合は、たいていランプの数が少ないことが原因です。今のままでも明るさはじゅうぶんだからこれ以上ランプを増やすのはどうかな、と思うかもしれませんが、ランプの数を増やして、お部屋のところどころに光を当てられるようにすると、見慣れたインテリアがまったく新しい表情を見せて、個性ある空間に変わります。私たちが空

間、奥行き、形、質感などを体験するには、室内に光と影の両方が必要です。だから、さまざまなタイプの照明を、さまざまな高さに配置するのがおすすめ。たとえば、背の低いフロアランプの光で床面を際立たせる一方で、書棚照明を使って天井から床まで届くドラマチックな光のカーテンをつくり出すと、メリハリのある空間に仕上がります。



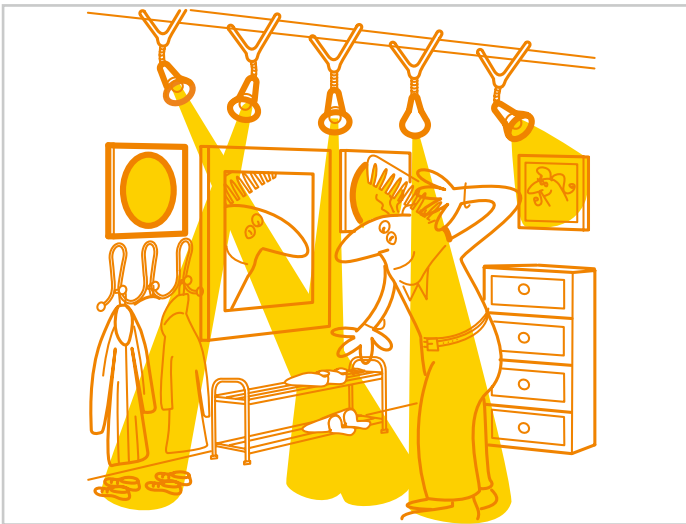
鏡よ鏡、この世でいちばん美しいのは……？

バスルームには、明かりが意外と多めに必要です。それも、早朝の寝ぼけまなこや、深夜の疲れた目にもやさしい、ソフトで温かみのある明かりが望ましいでしょう。またバスルームは、ひげ剃りやヘアスタイリング、お化粧、デンタルフロスでの歯のお手入れなど、美しく身だしなみを整えるための場所でもあるので、影のできにくい照明が役に立ちます。バスルーム内になるべく影をつくらないようにして、手元を見やすくするためには、バスルームミラーの両サイドにウォールランプを1つずつ取り付けて、さらにシーリングランプかシーリングスポットライトで部屋全体を明るくするのがおすすめです。



天井と壁をライトアップ

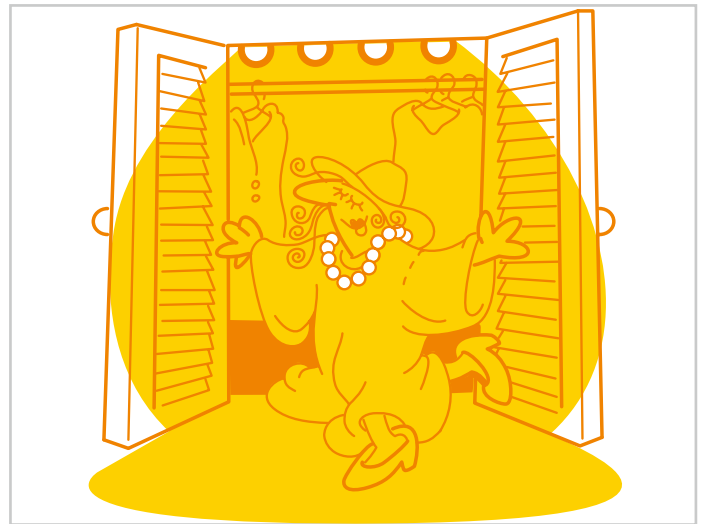
ペンダントランプ1つだけだと、周囲の壁が押し迫ってくるような感覚を覚えることがあります。スポットライトやアップライトで光を天井や壁に反射させれば、部屋がもっと広く感じられます。人の目には、暗いところよりも明るいところに引きつけられる性質があるので、壁に飾ってあるものに照明を当てればそのスポットがぐんと引き立ちます。さらに、暗がりになっている隅も照らし出せば、前よりも壁が広く感じられるようになります。



住まいの第一印象を決める玄関ホール

玄関が明るいとともに実用的です。コートかけ、シューズボックスなどに天井からスポットライトを当てると探しやすくなります。また鏡の両側にウォールランプをひとつずつ取り付けると顔の影をなくしてくれます。

玄関ホールの照明にタイマーを取り付ければ、休暇で留守にしているときにとても役に立ちます。帰宅する時間をあらかじめ設定しておけば温かい明かりがあなたを迎えてくれます。



ワードローブにもひと工夫

ワードローブの手前の天井にスポットライトがあれば、内側を照らすことができ、探し物が楽になります。中に取り付けできる照明もおすすめです。もっと簡単な方法は両面テープで簡単に取り付けられる電池式ランプを取り付けることです。こんな小さな工夫が、朝の忙しい時間のストレスを減らしてくれます。