

暮らしを楽しく快適にするリフォームマガジン

DAIKEN
REFORM
MAGAZINE

ダイケンリフォームマガジン



床リフォームで“天然木の風合い”を味わう 癒されたいあなたに伝えたい、心の癒し方と銘木の美しさ

ワークスタイルの変革によりテレワークの普及が加速しています。

通勤などに時間や体力を使うことが減り、自宅で過ごす時間が増えたという方が多いのではないのでしょうか。

その一方で、なんとなく自宅に閉じこもりがちになることで、気分転換しづらくストレスがたまりやすく、運動不足も気になってきませんか。行楽地に行くとか、森林浴をするなどして癒されたいところですが、なかなか外に出られないという場合もあるでしょう。できれば、日常的に癒しを感じられる空間を自宅につくりたいものです。

そこで今回は、自宅を快適にするアイデアや、リフォームの方法についてご紹介します。

自宅でお手軽に癒しを得る方法



自宅にいてストレスや疲れを感じたとき、手軽にリラックスやリフレッシュできる方法はいろいろとあります。

まず、アロマオイル（精油）の香りで心身を癒すのはいかがでしょうか？

アロマオイルは植物から芳香成分を抽出したもので、その成分には自律神経を整える働きがあるとされています。どの植物から抽出したかで香りが異なり、目的や好みによって使い分けます。例えば、リラックスしたいときにはラベンダーやローズ、リフレッシュにはユーカリや柑橘系が良いようです。

好みのアロマオイルの香りをアロマキャンドルやディフューザーで室内に拡散させれば、すてきな癒し空間になります。とはいえ、アロマオイルは選び方や使い方を間違えると逆効果になることもあるので、必ずアロマテラピー専門店で相談のうえ、購入するようにしてください。

加えて、心や体を癒す効果があるとされるのが、環境音楽の一種であるヒーリングミュージックです。

クラシック音楽やアコースティック音楽をはじめ、小鳥のさえずり、川の流れなど自然の音を取り入れたものなど、ヒーリングミュージックもさまざまありますので、自分に合っ

たものを探してみましよう。

スマートフォンのアプリストアには多数のヒーリングミュージックが用意されていますので、一度チェックしてみてください。

五感のうち、嗅覚と聴覚が癒されたら、つぎにご紹介したいのが視覚に関係してくる観葉植物です。

フレッシュなグリーンは目にもやさしく、室内に観葉植物を置くことで、心身のストレスを緩和する作用があると言われています。

観葉植物には、人間の背丈くらいの大きさからテーブルや棚に置ける小ぶりなものまでサイズも品種もたくさんありますが、コンパクトなサイズでおさまるポトスやパキラが初心者にも育てやすいといわれています。ただし、室内環境などによって適した品種は異なるので、観葉植物を購入する際は販売店で相談してくださいね。

そして、部屋に観葉植物を配置するのに、花台となる家具や、アロマグッズを収納するチェストなど、お気に入りのものを揃えてみてはいかがでしょうか。

チェストなどには、スピーカーを配置してもお部屋との一体感を楽しむことができるでしょう。

自宅に癒しの空間をつくる！ こだわりたいのは「床」



自宅で癒しを得るためのアイテムをいくつかご紹介しましたが、いずれも「自然」が大事な要素になっています。

自宅の内装をリフォームするなら、天然素材を取り入れることで、リラックスしやすいナチュラルな空間を演出できます。そしてその場合、特にこだわりたいのが床材です。床は、内装のうち大きな面積を占めるのに加え、つねに体に触れている部分でもあるからです。

天然の木を材料にしたフローリング材を使うことで、お部屋のイメージと快適さがぐっと違ってきます。

素足で歩いたり、ごろんと横になったりしたとき、木の床の肌触りは心地よく感じられます。

そんなことから、床のリフォームの際におすすめしたいのが、DAIKENの天然木化粧床材『フォレスナチュラル』です。

『フォレスナチュラル』を使った床リフォームで毎日癒される！



フォレスナチュラル<シカモア>

天然木化粧床材とは、どのようなものか簡単に説明しておきましょう。

天然の木を材料にしたフローリング材は、無垢材と複合材に大きく分けられます。このうち、無垢材は丸太から板状に削り出したもの、複合材は基材となる合板などの表面に薄くスライスした天然木を貼り合わせたものになります。

『フォレスナチュラル』は、この複合材にあたり、木目が特に美しいとされるハードメイプルやチェリー、ウォールナットなどの銘木7種類を表面材に使用しています。





<アッシュ (ホワイトページ)>



<オーク (クリアブラウン)>



<バーチ源平 (クリア)>

無垢材はワックスがけなどこまめなお手入れが欠かせませんが、複合材の『フォレスナチュラル』は、特殊な塗装仕上げによりキズや汚れが付きにくく、ワックスがけも不要です。

表面は天然木が貼られていますので、銘木の風合いを楽しむことができ、お手入れもラクラクとなると、メリットを感じる方も多いでしょう。車イスも利用可能で、ホットカーペットにも対応しているなど、使い勝手の良さも魅力です。

このような天然素材の床材に合わせて家具や壁紙などをコーディネートし、観葉植物を置いたりすれば、ナチュラルな居心地の良いお部屋づくりができます。

日々の生活の中で癒しを感じられる、自然の木の風合いを活かした空間づくりには、DAIKENの床材『フォレスナチュラル』をおすすめいたします。

【DAIKEN リフォームマガジン 2020年7月号掲載】