

## 1. 研究目的

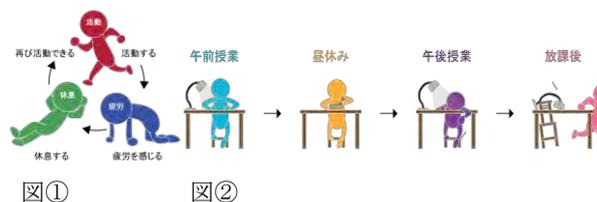
これまで過ごしてきた学校空間の中で、人の居る姿をあまり見ることがなく、使用率の少ない空間があることを疑問に思ってきた。そこで、このような空間のあり方を改善することをテーマとして選んだ。

この問題を解決するために、あまり使われていない空間に何らかの利用価値がうまれるような設定をすることで使用率を上げ、有効に活用できるようにすることが本研究の目的である。

## 2. 調査内容(事前調査)

学校の一日のサイクルを調査して、その中で起きている問題を見出す。それを今回の空間活用提案で解決することを図った。

人間本来の生活サイクル(図①)とは、活動を行い、それによって疲労を感じ、疲労回復のための休息をとるというサイクルである。また、休息方法は外の空気を吸いに行く、コーヒーを飲む、会話を楽しむ、食事を摂るなどのことが考えられる。



学校のサイクルは図②のようにになっている。昼休みは学校サイクルの中で、自由に過ごすことができるため、この時間に休息をとることができる。しかし昼休みは昼食も含まれるため、設けられた時間全てを休息にあてることはできない。多くの学生は昼休みに食堂へ向かい食事を済ませ、そこで休憩時間をとっている。しかし、休息は不十分に思える。

昼休みの休息を困難にしている原因を次の項目に整理した。

- ・昼食をとるための空間が、教室か食堂の二択のみ
- ・教室ごとに食堂まで向かう時間と距離に差がある
- ・多くの学生が食堂を利用することで混雑する

## 3. コンセプトおよびアイデア展開

研究目的で提示した使用率の低い場所を利用し、そこに食堂と同様に過ごせるようなモノを配置することで、新たな空間を提供する。このような空間が増えることで、食堂混雑の緩和と、昼休みの休息がとりやすくなる。よって、使用率が少なく曖昧だった

空間にこのような価値が生まれることで、機械的な生活空間だった学校内でも、人間本来のサイクル『活動→疲労→休息のサイクル』(図①)を送りやすい環境になることが期待できる。

## 4. 最終提案(作品)

提案場所は、屋外(中庭、サレジアンホール周辺)を設置箇所とした。屋外は、条件の良い日では日当たりも良く、外に出ることは疲労回復が見込まれる。しかし、そこにとどまるきっかけとなるものがないため、使用率が少ないと考えられる。そこで、外に置いてあっても違和感の無いように、ウッドテーブルとベンチを制作し、公園や広場の一面のような空間を設置した。(写真1, 2, 3)



写真1



写真2



写真3

渡り廊下に設置し検証を行った。何もない場合は立ちどまる人影がない場所だが、設置して様子を見たところ、通りがかる学生は写真4, 5のように興味を示し使用する様子が見られた。



写真4



写真5

## 5. 今後の発展

この研究内容が元となり、学生自身が学校空間を改善していく活動のきっかけとなることを期待する。

## 文献

- 休憩時間にリフレッシュするための12の方法【瓦版】  
<http://w-kawara.jp/workadvice/stress-builds-up/refresh-method-12/>  
「動くこと」、「休むこと」から考える健康 -活動と休息のバランス (第1回目) 看護学科 新村 洋未  
<http://www.spu.ac.jp/nocms/strawberry0008/20web/20-8-1.pdf>  
休憩をとる！ - シティリビング  
<http://city.living.jp/kyoto2/tokusyuu1/100922/index.html>  
集中力.net TOP 人間の集中力の限界  
<http://comesmile.net/cons/05.html>