



Sight

Hearing

Smell

Touch

Taste



てん



五感のデザインワークブック

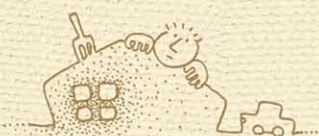
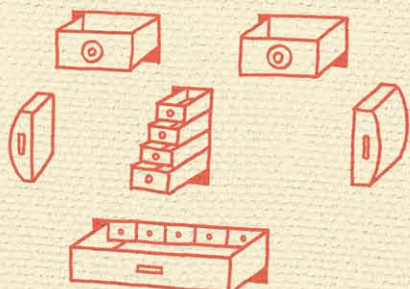
「感じる」をカタチにする

横山 稔



楽しくてカンタン！

五感を刺激する12の演習が
あなたのデザイン感覚を
呼び覚まします。



彰国社

ル・コルビュジェの手は、その思考のように、
常に探求する手であった。

ものを知り、ものをつかむために、
ものを握りしめる手。

手は知識と存在の源泉である。

by アンドレ・ヴォジャンスキー
アンドレ・ヴォジャンスキー著、白井秀和 訳
『ル・コルビュジェの手』中央公論美術出版、2006



はじめに

危険と隣り合わせだからこそ 気づけた「五感」

このワークブックのもととなる「五感のデザイン」のきっかけは、1990年代初頭にニューヨークで過ごした大学院時代にさかのぼります。この時の私は、アメリカのインテリアデザインを肌で感じようとしてニッポンから来た、平和ボケした留学生でした。ところが、授業初日のガイダンスで行われたセルフディフェンス：護身術の実演に、大きなショックを受けました。大学院があったのはブルックリンで、私の住んでいたニューヨーク市内からは地下鉄で通えますが、その地下鉄がとても危険だという大学側の説明だったのです。もし人気のないホームから暴漢に線路へ引きずり降ろされたら？ 銃の音が聞こえたら？ ……。

今までこわい目に遭ったことのない私にとっては、アクション映画のワンシーンのように感じましたが、実際に通学してみると、似た場面に出くわすこともあり、どうしたら安全に過ごせるか悩んでしまいました。そんな時に意識したのが「五感：視覚、聴覚、嗅覚、味覚、触覚」です。周りの環境音に耳を澄ませ、異常な匂いに敏感になり、危険な気配を全身で感じる……今の安全になったニューヨークからは想像もつきませんが、当時はDNAに織り込まれている五感センサーを最大限に活用しないと、サバイバルできないと感じました。日本では常時耳に付けていたヘッドフォンステレオもはずし、つねに全身の五感センサーをオンにして生活していました。

この習慣は、安全で素敵なレストランに入ってもオフにはならず、日本に居た時には感じることもなかった、空間を五感で感じるきっかけになったのです。それからは、居心地の良い場所にいるとすべての五感が幸福感に浸れることに気づきました。逆もまたしかりです。このニューヨークでの体験がきっかけとなり、大学院卒業後に助教授として赴任したアリゾナ州立大学で、「五感のデザイン：Five Senses of Design」と題して、音からイメージしたものを創造するインテリアデザインの授業をスタートしたのです。

平和で便利な環境に 慣れきってしまった私たち



アメリカから帰国して何年もたちますが、気がつけば日本の都市部では人口密度が上昇するとともに、ランダムに雑草の茫々と生えた自由に出入りできる自然な空き地がなくなり、都市では、目・耳・口・鼻・手足の感性すべてをフルに駆使して生きる場面は少なくなってきました。都市の人工的な建築は、多くがツルツとしてピカピカの素材で埋め尽くされ、視覚的な刺激の強い看板やファサード、大きな声でコマースを流すスピーカーの音、車の騒音などでマスキングされています。多くの人が耳をイヤフォンで覆い、うつむき加減に携帯電話の文字情報に一喜一憂し、片手にはコンビニで買った、ビニールのパッケージ食品を手を歩いています。雨でも舗道にはぬかるみがなく、平衡感覚を意識せずとも平穩に移動でき、住宅やオフィスのインテリアデザインは高气密・高断熱で、外の気配や季節感を感じる事が少ないのではないのでしょうか。またリアルな素材も少なく、大抵仕上げはフェイクの木や石。こういった自然を感じる事のほとんどない人工的な都市は、利便性と引き換えに、五感の刺激にも乏しい環境になってしまいました。空調のきいた、遮音された高層ビルのオフィスに一日中いると、天候の変化や外の気配すら感じることはありません。

このような人工的で安全な現代社会の中で生活していると、どんどん自然との関わりや接点である五感が鈍化してしまいます。極端に言えば、古代からDNAに組み込まれた、生きるために必要だった五感の感覚さえも薄れ、感じる事の少ない退化の方向へ進んでしまうように感じます。



日本は五感文化



スキル以上に 必要な感覚

かつて日本人は、生活空間に彩りをそえる四季の変化とともに暮らしてきました。豊かで工夫に満ちた美しい伝統的な日本の建築空間では、季節に合った建具を入れ替え、風をインテリアに招き入れたり、縁側で家族とスイカを食べたり、雨音のリズムを楽しんだり、積極的に身体と空間、外界との関わりを求めてきました。言葉を換えれば、五感、つまり全身で感じながら生活することが、普通のありようでした。日本の文化は、五感の文化でもあったのです。

デザインの分野には、建築やインテリア以外にさまざまな職種があります。空間演出、グラフィックデザイン、プロダクトデザイン、パッケージデザイン、ファッションデザイン、舞台デザインなど。それらデザインに関わるすべての人に求められる資質は、まずカタチやカラー、素材についての知識や経験、コンピュータで絵を具体的に描くといったスキルです。しかし、それ以前に共通して目指すものは、人の幸せを生活や産業、文化の関係の中で創出するという理念です。幸せとは、全身で、五感で人間が感じるものであって、単に頭の中だけで考えるものではありません。五感が喜ぶ空間や、モノ・コトのデザインを提供する立場のデザイナー、それを目指すあなたは、五感やその周辺の気配に、人一倍気を配る必要があるでしょう。

そういった背景をふまえ、このワークブックでは、とくに空間や身体との対話や、周辺環境や自然との接点を、五感を使った

演習を通して意識してみようと思います。身体感覚、五感やそれに伴う気配について再発見するための演習メニューを用意しました。これらは、アリゾナ州立大学で

行った授業「五感のデザイン」から発展したカタチで行った、武蔵野美術大学短期大学部、静岡文化芸術大学、文化学園大学での五感に関する空間演習課題をもとに作成しています。

「感じる」をカタチにするための、五感を生かした空間デザイン力をつける方法や習慣を、このワークブックで一緒に取り組んでいきましょう。ここで養った五感のデザイン感覚や感性が、あなたにとって新たなデザインの方向性を探る時の、揺るぎない羅針盤（直観力）となることを願っています。



はじめに……P3

デザインの源は [五感] を意識し、行動することから始まる。……P8

五感のデザイン表現には、
太く、柔らかく、濃い画材を使いましょう。……P10

👉 ウォーミングアップエクササイズ……P11



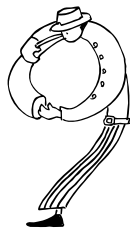
過去の空間体験を
思い出してみよう。

五感の空間履歴書……P12



耳で空間のイメージを
描いてみよう。

聴想空間……P42



味と空間の関係を
探ってみよう。

味想空間……P62



身体を使って物を測ろう。

五感メジャー……P20

👉 ウォーミングアップエクササイズ……P29

👉 ウォーミングアップエクササイズ……P29

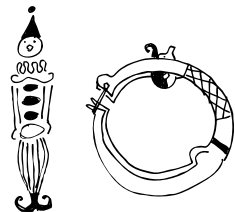


音楽のリズムを感じるままに
描いてみよう。

音想空間……P46

👉 ウォーミングアップエクササイズ……P51

👉 ウォーミングアップエクササイズ……P51



相手に口で空間イメージを
伝えてみよう。

口伝空間……P68



空間とのファーストコンタクトを
意識してみよう。

身体・空間関係性スケッチ……P30



指先の記憶を呼び覚
ましてみよう。

触覚 (砂絵) スケッチ……P34

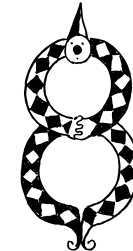
👉 ウォーミングアップエクササイズ……P41

👉 ウォーミングアップエクササイズ……P41



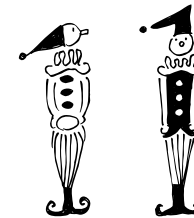
読書でデザインの
想像力を磨こう。

読想空間……P52



香りから連想する
色のイメージ空間。

香色空間……P56

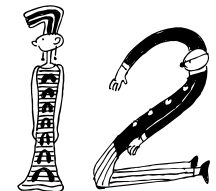


身体で記憶するデザインのカタチ。

アーキヨガ……P74

👉 ウォーミングアップエクササイズ……P79

👉 ウォーミングアップエクササイズ……P79



日々の気づきで
感性の扉を開こう。

五感のデザイン日記……P80

👉 ウォーミングアップエクササイズ……P90

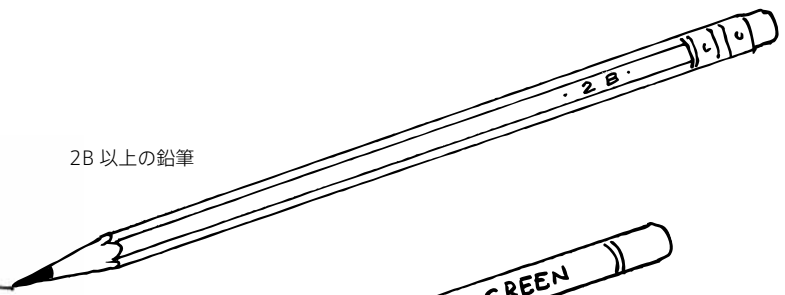
おわりに……P91

五感のデザイン表現には、太く、柔らかく、濃い画材を使いましょう。

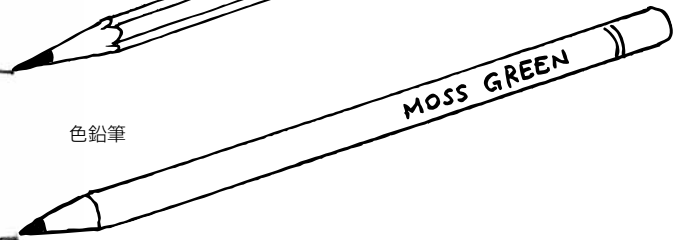
このワークブックでは、五感を刺激する演習が用意されています。五感のイメージを表現する画材には、濃く描いたり薄く描いたり、1本の線の中に太い線や細い線を描き分けたり、抑揚や緩急などをつけて表現することが求められます。それには、小さな文字や製図を緻密に書いたりする、細いシャープペンシルや硬いエンピツなどは不向きです。太く、柔らかく、濃い画材で自由におおらかに五感を表現しましょう。



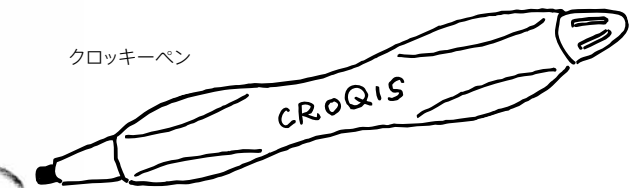
2B以上の鉛筆



色鉛筆



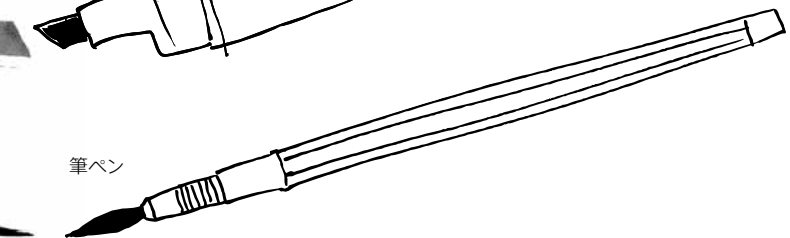
クロッキーペン



マーカー



筆ペン



ウォーミングアップ エクササイズ

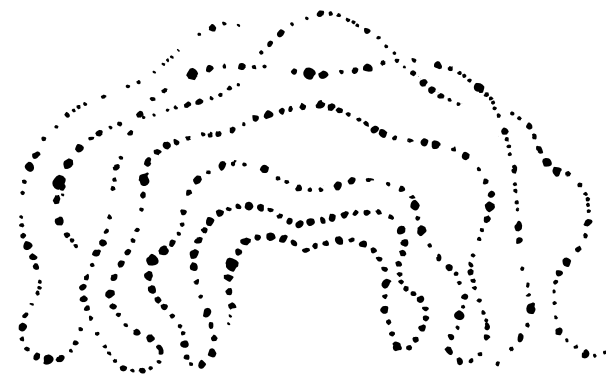
一人きりの空間で、呼吸に集中する。

空間の空はウツとも呼び、何も無い状態を示します。

各演習に取り組む前、あるいはクリエイティブな活動の前に、ゆったり座り、静かに目をつぶり呼吸を深く整え、ココロを重力から解放して遊ばせましょう。息を吐く時はとくに意識して、できるだけゆっくりと吐きます。

慣れてきたら、そのままの状態ですら3分～10分位まで少しずつ時間を延ばしてみてください。

何も無いまっさらな時間を体感し、準備を整えます。





演習

過去の空間体験を 思い出してみよう。

静かに目を閉じて、ゆっくり2、3度深呼吸しましょう。

あなたが思い出せる、一番古い空間のイメージはどんな場所ですか？
そこでは何に触れましたか？ 聞こえていた音は？

五感の記憶をたぐり寄せ、スケッチやキーワードを織り交ぜながら、
描いてみましょう。そして、その記憶について何を感じたか、五感を
フル回転させながら、文字で表現してみましょう。

感覚的なことを言語化するのは、自分を客観視し、
クリエイティブなデザイン制作に入る第一歩にも
なります。



書き込み例


思い出せる一番古い空間のイメージを
フレーム内に描いてみよう。

題名

基地ごっこ (隠れ家)

時期 6歳ぐらい

場所 押し入れの中

Memo  全体的な空間の雰囲気

基地の中にいたのは30分ぐらいだったかも
しれないが、感覚的には2時間も
3時間も入っていたような気がする。



空間の記憶を五感で表現しましょう。

その時の記憶にない感覚は、その状況においてふさわしいと思われる感覚をイメージしてみましょう。

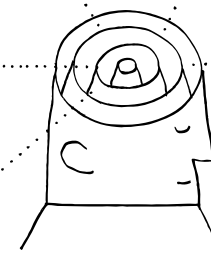
真っ暗い何も見えないが、ふと視
の隙間から光が見えていた。
Sight

触 押し入れの中の
カラカラした壁。
Touch

晩ご飯を用意する 聴
包丁とまな板の音。
Hearing

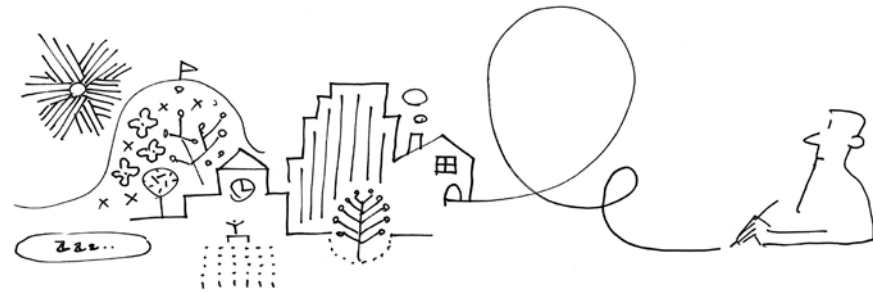
嗅 荷物が暗い場所に
ずとしまってあるからか、
少しカビくさい。
Smell

味
差し入れのみかん。
Taste



この演習でわかること

空間の記憶は、あなたのデザインの個性につながる。



過去にあなたが出会った空間の記憶をたどってみましょう。美しいと感動したりがっかりしたり、居心地が良かったり悪かったり、不思議に感じたりと、いくつも思い出せるのではないのでしょうか？ 記憶に残っている空間の多くは、概しておぼろげなものです。またそれは、頭よりむしろ感覚で直接カラダに記憶されている情報が多いものです。しかし、なぜあの空間が良かったのかとか、なぜ悪いと思ったのかとか、その根拠を意識的に考えることで、おぼろげな記憶に輪郭が見えてきます。その輪郭を明確にする方法として、ここでは五感で体験したことを描いてもらいました。

よく「デザインに個性を出しなさい」と言われます。個性とは言い方を換えれば、自分がもっている感覚や感性でモノやコトをとらえるということです。必ずしも奇抜なモノをデザインすることが、個性的なデザインではありません。自分なりの物事のとらえ方、翻訳の仕方がつかめて、筋道を立ててそれを第三者に説明できることが、個性的なデザインの創出につながるのです。インテリアデザイナーの倉俣史郎さんの著書『未現像の風景』（住まいの図書館出版局、1991）には、こう記述されています。

西洋を空想し、建築家を夢想したこの空間の匂いも、音も、全ての形も、人々の声も、

草も樹もその記憶は微細をもって私の中に在る。しかし、記憶は想像と夢想のもとで変曲され増幅され、真実から遠くはなれ歪み捏造されているかもしれない。そしてその歪んだ捏造の産物もいつしか現実になってしまう。しかし、その嘘も、真実も、ともに自分が生きたものであり、自分自身のものであることに変わりはない。私にとって見た夢の体験も含めて記憶は無限の宇宙を構成してくれる。

倉俣さんは、過去に五感で体験したシーンを、未現像のフィルムになぞらえています。そのフィルムが夢をきっかけとして現像され、作品として数々の個性的で、叙情的なデザインに結実したのです。

この演習で、あなたの記憶に残る感覚を意識することによって、自分のイメージする空間像が少しはっきりしてきたと思います。あなたの感覚の源泉に触れることで、結果的に個性的なデザインを探すきっかけになるでしょう。

また空間は見るだけでなく、そこで行われるコトを五感で感じるものでもあります。言葉を換えれば、建築やインテリアをデザインすることは、目に見えるモノ、カタチをデザインするだけでなく、そこで行われる行為や、そこで感じるキモチや五感もデザインすることだといえます。

思い出せる一番古い空間のイメージをフレーム内に描いてみよう。

題名

Memo  全体的な空間の雰囲気

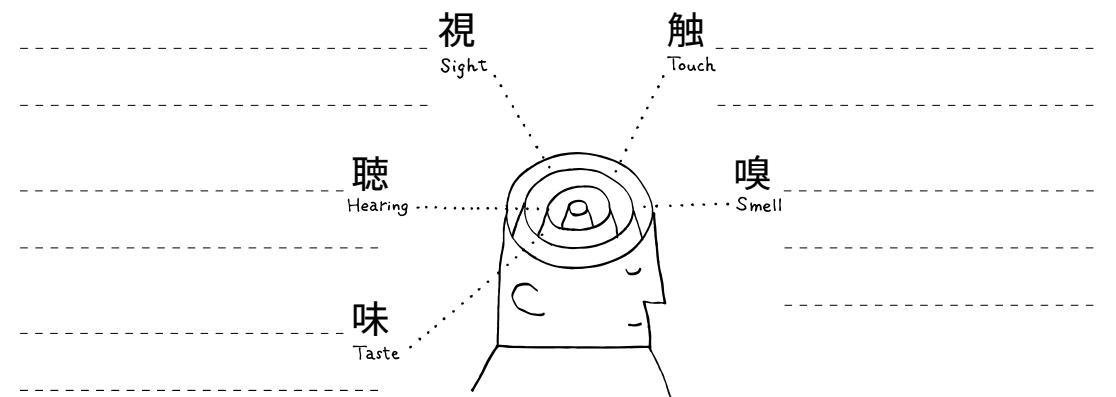
時期

場所



空間の記憶を五感で表現しましょう。

その時の記憶にない感覚は、その状況においてふさわしいと思われる感覚をイメージしてみましょう。





演習

身体を使って物を測ろう。

空間の大きさ、家具の大きさはどのように測りますか？

たぶん「メジャーで測る」という答えが一般的でしょう。クルクルと巻かれた薄い金属のメタルメジャーや、最新式の手の届かないところまでの距離も測れるレーザーメジャーなど、いろいろな道具が市販されていますが、じつはあなたの身体も、大きさを測るメジャーとなるのです。

天井はあなたの身長は何倍くらいありそうですか？

部屋の奥行きは端から端まで何歩くらい？

机の幅は両手を広げたぐらいの幅？

身体寸法から推察して測る方法や、目で見当をつけて測る方法があります。

この演習では、身体全体を使って測ることから、総称して五感メジャーと呼ぶことにします。身体と建築・インテリアとの寸法関係を、つねに五感を意識しながら測っていきましょう。

書き込み例

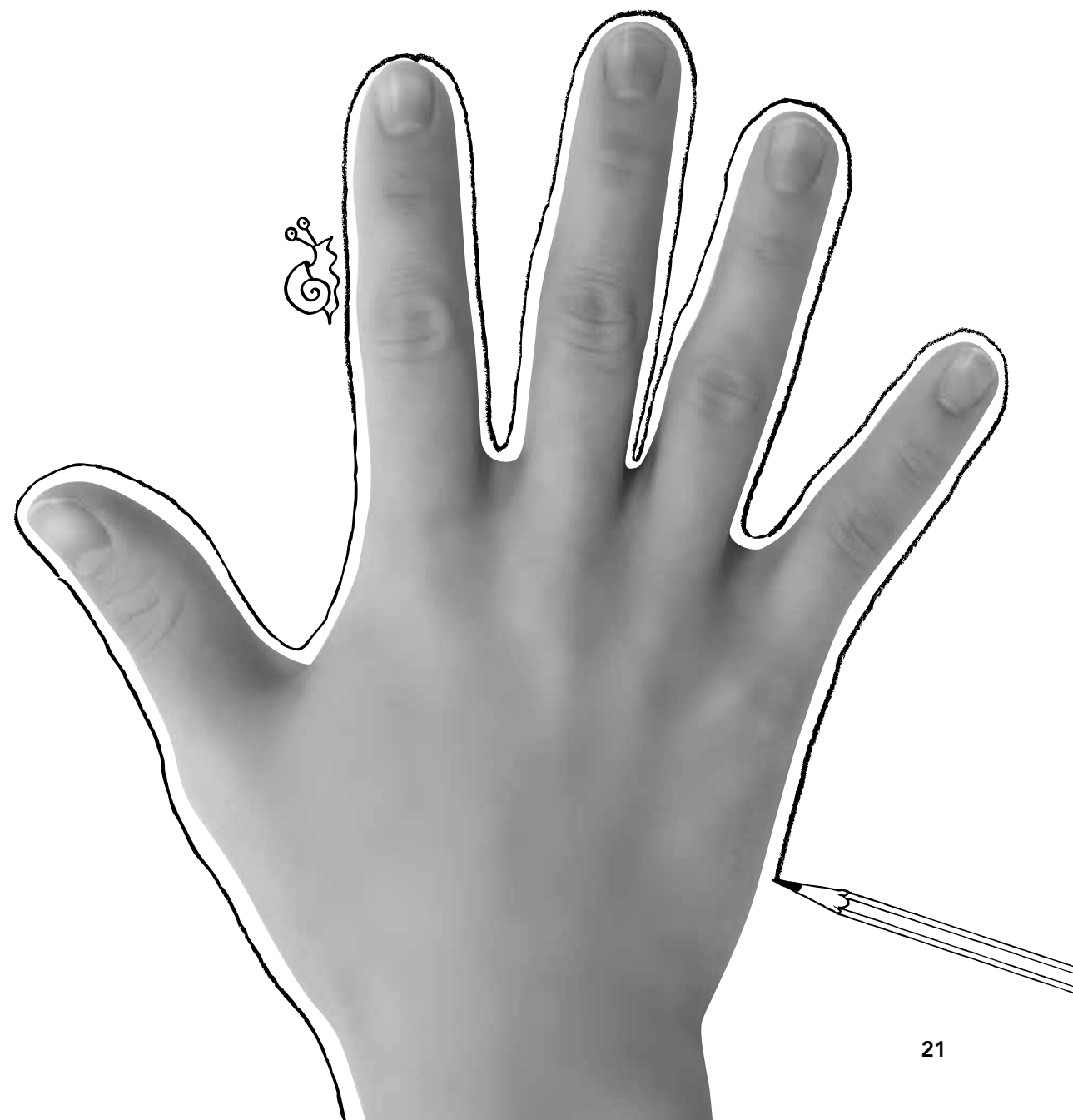
まずは手のカタチを感じてみよう。

身体スケールを考える前の、エクササイズです。

用意するのは、2B以上の鉛筆と手。右手と左手それぞれ、ゆっくりと手の輪郭に沿って鉛筆を動かしていきます。

時間は各1分ぐらい、ゆったりとかけられるといいですね。いつも共にしている自身の手の意外なカタチと、鉛筆の触れる感触を楽しみましょう。

この手から生まれる、将来の無限のアイディアの可能性を想像しながら取り組んでください。



まずは手のカタチを感じてみよう。



e

f

g

h

L

f

i

f

R



身体がメジャーになる瞬間を感じよう。

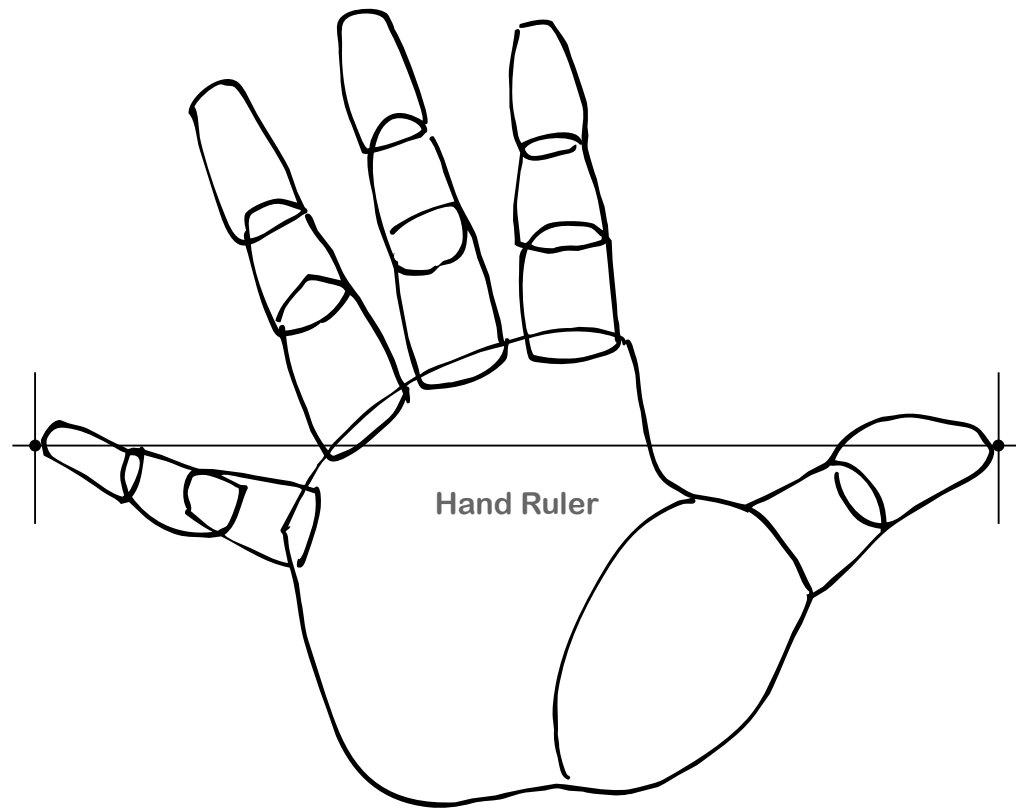
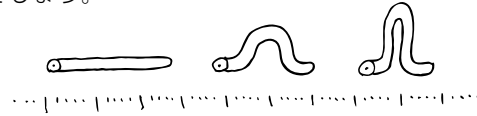
メタルメジャーを用意します。

寸法線が入っているイラストと同じポーズをとって各部の寸法を測り、書き込みシートに記入していきます。

身体の伸ばし方で寸法が変わってきますので、どれほど伸ばしたのか、感覚として記憶しておきます。一般に、伸ばせるだけ伸ばしたほうが測りやすいでしょう。

細かい寸法は 5mm 単位で測ります。

これで、身体メジャーができました。



親指と小指を思い切り伸ばした寸法

