



## 良質な火の気で土の氣強める 照明で気分の切り替え

インテリアに良質な「火」の氣を取り入れるために活用したいのが、照明です。空間に何を求め、どう過ごしたいか。それを踏まえて照明の色や形を選ぶことで、生活の質も高まります。インテリアコーディネーターの上原牧子さんに、照明の取り入れ方をアドバイスしてもらいました。

照明は、人の体のサイクルや空間での過ごし方に合わせて色合いを変えると、気持ちの切り替えにも役立ちます。例えば、朝から昼にかけては体が伸びやかで、活動的になっているので白っぽい色を。やるぞ！という気分にさせてくれます。逆に夕方は休息モードになるので、オレンジ系だとリラックスできます。最近は間接照明のように見せる器具やスピーカー付きなどもあり、いろいろ楽しめます。

◆リビング・ダイニング 家族が集って食事をしたり、遊びや会話を楽しむリビングダイニングは、シーンに合わせて光の強さや色合いを調整できる「調光・調色タイプ」の照明がお勧めです。ダイニングテーブルの上にペンダントライトがあると、空間に光のリズムが生まれオシャレに見えます＝右上写真。オレンジ色の光は料理をおいしく見せるだけでなく、食欲増進効果もあります。



◆寝室 寝室の照明で大事にしたいのは、リラックスでき眠りにつきやすいこと。柔らかな間接照明が向いています。ダウンライトなら、目に直接光が当たらないよう足元側の天井に取り付けて。既存住宅でも取り入れやすいテーブルランプは、本を読んだり、夜間の移動に便利＝右下写真。手元で調節できる照明としては、壁付けで、首が伸びて左右に動かせるタイプがお勧めです。



写真提供/ムーブプランニング、協力/沖縄第一不動産㈱



うえはら まきこ / ㈱ムーブプランニング専務取締役。インテリアコーディネーター、ライティングコーディネーター。http://move-planning.com

## 琉球風水で見る2016年 二黒土星・土台築き安定

2016年は「二黒土星」の年。家庭運、愛情運、結婚運、子宝運などをつかさどり、家庭や人間関係に調和をもたらす性質を持ちます。土の氣を活性化することで、二黒土星の良い運を効果的に得ることができます。

よこかわ・あきこ  
／東京都出身。マリ  
ンサファイア合同会  
社代表。琉球風水師、  
アロマ空間デザイナ  
ー。和来龍氏に師事し、琉球風水を  
学ぶ。講師や新築住宅などの風水鑑  
定を行っている。  
ホームページ <http://aromarine.jp>



# 「土」の氣を強め家庭円満

2016年をつかさどる二黒土星。栄養分をたつぷり含み、生命を優しく育む「大地」。そして、大きな愛ですべてを受け入れ、包み込む「母親」を象徴しています。二黒土星は、土台を築いて安定させる。これまで築いてきたものに磨きをかけて。着実な発展をもたらす。

そして、生命を生み出す、根源的な力を持っています。床やイス、照明を意識風水理論の一つである五行説では、この世のすべてのものを木火土金水に分類します。五行それぞれのエレメントには、相性の善しあしがあります。二黒土星は、五行では「土」の氣を持ちます。「土」と相性が良いのは「土」と「火」です。「土」の氣は、同じ「土」の氣によって活性化されます。そして「火」の氣は、「土」の氣を強めます。「火」は、燃えつきると灰になり、「土」を生み出す関係にあるからです。

また、二黒土星は家庭に調和をもたらす星。2016年の住宅の中では特に、家族と過ごすリビングやダイニング、寝室などを安心・安全で、快適な環境に整えることを心掛けます。この氣は低い所に宿るため、床のお掃除や座る環境に意識を向けましょう。「火」の氣に属す物では、照明に注目。照明は、悪い氣の解消にも良い氣の活性化にも役立ちます。相性の良い「土」と「火」の氣を意識して、暮らしに取り入れたり、整えたりすることで、二黒土星の持つ良い運気を効果的に得ることができます。

## 土の氣を活性化する 空間に安定感を

素材/陶磁器や漆喰(しっくい)色/ベージュ、茶色などのアースカラー  
形/四角や球体

### 床 ベースを整える

物をじゃませず、拭き掃除で氣をクリアに。ソファやベッドの下もすっきりと清潔に保ちましょう。床に敷くマットも、上質で感触の良いものを取り入れましょう。

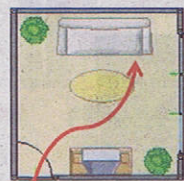
### 座る場所

安心でくつろげる空間づくり

家族だんらんの時間を大切にできるよう、穏やかで安定した気持ちになる家具の配置に。風水の四神相応の考え方でソファやイスを配置すると、守られているような安心感が生まれます＝右イラスト。柔らかみのある感触や自然素材を取り入れると、程よい陰の氣が気持ちりをリラックスさせてくれます。

資料提供/横川明子

### 好ましい配置例



背後に入り口がなく、背中が安定している。扉を向き、入り口からの氣の流れがゆるやか。来る人が見えて安心。