

设计尺寸 住宅的 解剖书

现代住宅空间尺度与细部设计全攻略

How to design height
of space in a residence?

「日」建筑知识编辑部 编 周颖琪 译

上海科学技术出版社

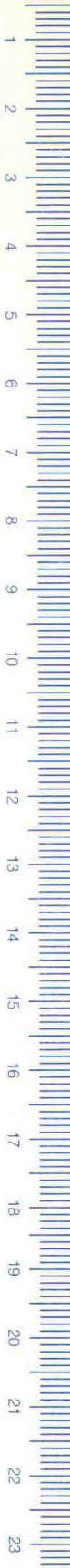
建筑设计系列③

「日」建筑知识编辑部 编 周颖琪 译

住宅的 设计尺寸解剖书

现代住宅空间尺度与细部设计全攻略

上海科学技术出版社



图书在版编目(CIP)数据

住宅的设计尺寸解剖书 / [日] 建筑知识编辑部编;
周颖琪译. —上海: 上海科学技术出版社, 2015.9

(建筑设计系列)

ISBN 978-7-5478-2686-7

I. ①住… II. ①日… ②周… III. ①住宅-室内装
饰设计 IV. ①TU241

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第129959号

JYUTAKU NO TAKASA SUNPO KOURYAKU MANUAL

© X-Knowledge Co., Ltd. 2013

Originally published in Japan in 2013 by X-Knowledge Co., Ltd.

Chinese (in simplified character only) translation rights arranged with
X-Knowledge Co., Ltd.

住宅的设计尺寸解剖书

[日] 建筑知识编辑部 编 周颖琪 译

上海世纪出版股份有限公司 出版
上海科学技术出版社

(上海钦州南路71号 邮政编码200235)

上海世纪出版股份有限公司发行中心发行
200001 上海福建中路193号 www.ewen.co

苏州望电印刷有限公司印刷

开本 787×1092 1/16 印张 11.5

字数 320千字

2015年9月第1版 2015年9月第1次印刷

ISBN 978-7-5478-2686-7/TU·210

定价: 58.00元

本书如有缺页、错装或损坏等严重质量问题, 请向工厂联系调换

美观、舒适的住宅设计/ 高度尺寸攻略篇

LDK

- 008** LDK（起居室/餐厅/厨房）的高度尺寸攻略篇
- 012** 能看到北侧公园风景的连窗，窗高 850 mm
- 014** 天花板高 2100 mm、挑高屋顶高 4120 mm 的宽裕空间
- 016** 将餐厅窗户提高 985 mm，制造悬浮感
- 018** 天花板、地板挖出 700 mm，创造不一样的起居室
- 020** 厨房工作台不只有 800 mm 和 850 mm 两种高度
- 022** 200 mm 厚的二楼地板，制造轻快的天花板印象
- 024** 连廊开口处增高 440 mm，形成室内走廊
- 026** 高 800 mm 的挡墙制造挑高天花板的开放感
- 028** 6000 mm × 2800 mm 的大窗户突出剖面结构
- 030** 地板提高 450 mm，创造有悬空感的落地窗
- 032** 水平方向的挑高天花板，5850 mm × 10800 mm 的大空间
- 034** 厨房台面和餐厅桌椅高度设计 720 mm
- 036** 人造斜坡庭院，580 mm 的垂壁向下引导视线

玄关

- 040** 玄关的高度尺寸攻略篇
- 042** 高 750 mm 的地窗，增加明暗对比
- 044** 门槛稍微高出 350 mm，方便人弯腰坐下
- 046** 400 mm 地基高度差制造门前通道的视角变化
- 047** 高 600 mm 的地窗，柔光照亮玄关地面

楼梯

- 048 楼梯的高度尺寸攻略篇
- 050 楼梯平台上的长廊空间，天花板高 4050 mm
- 052 挑高天花板高 7600 mm，和书房相连
- 054 利用 207 mm 高的踏步和楼梯板宽度制造楼梯休息处
- 055 和起居室互动的楼梯长凳设计，坐面高 340 mm
- 056 高 2350 mm 节省空间兼具收纳和桌子功能的跃层设计
- 058 楼梯途中的小书房设计，入口高 1300 mm

和室

- 060 和室的高度尺寸攻略篇
- 062 地板高度提高 150 mm，强调不同房间的区分
- 064 高 1050 mm 的地窗和外廊连接

卧室

- 068 卧室的高度尺寸攻略篇
- 070 天花板高 2100 mm，扫出窗连接内外空间
- 072 斜面天花板最低高度，1700 mm 的安心感

浴室·洗手间

- 074 浴室·洗手间的高度尺寸攻略篇
- 076 15 坪大小的家，开放浴室的挑高天花板高 3650 mm
- 078 打造孩子也方便使用的洗脸台，280 mm 高的镜子是关键
- 080 可以欣赏风景的嵌入窗，上端高 1060 mm

专栏

- 025 二楼室内走廊要注意防雨
- 031 利用防雨窗外走廊 105 mm 的高度差连接内外空间
- 038 150 mm 的天花板高度浮动范围
- 057 陡楼梯保证宽踏步的秘诀
- 066 和室门楣高 5.8 尺（1757 mm）
- 077 月光般的浴室照明照亮水面
- 081 洗脸台和浴室地板高度一致

同级别的整体室内设计方法

- 084 大型电视内置式墙面收纳
- 086 今后我们说的“整体设计”是指什么
- 088 活用空间的电视角
- 089 嵌在厨房台面内部的电视
- 090 消除细节存在感的玻璃架和收纳柜
- 092 和厨房台面一体的桌子、装饰架
- 094 活用柱梁架构的墙面收纳
- 096 利用两层挑高天花板的构造柱制作墙面书架
- 098 和开口处线条对齐的墙面收纳
- 099 开放式厨房的背面收纳及装饰窗
- 100 连接起居室和餐厅的收纳家具
- 102 和窗台一体化的柜台和长凳
- 104 地板、桌子、收纳柜一体化，使用同种材料
- 106 活用原本房间布局的角落沙发
- 108 配有衣柜和书房的箱体
- 110 浴室内外的连续照明
- 111 醒目的细长灯光
- 112 光线照进纵向连接上下层的四角小窗
- 114 夜间可充当间接照明的顶灯
- 116 照亮墙壁和天花板，让空间更宽敞
- 118 构造体外露的美观照明效果
- 120 区别使用纵向和横向的间接照明
- 121 百叶窗照明
- 122 隐藏垂直百叶窗的窗框
- 123 避开构造梁的掘入式百叶窗盒
- 124 在横长连续窗上安装百叶窗盒，增加空间深度
- 125 利用挂墙收纳百叶窗
- 127 安装在大窗户上的卷式遮光帘
- 128 利用灯泡特性！LED 攻略术
- 132 照明计划的 TPO
- 134 家具设计的“线条控制”

- 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33
- 136 安装在家具内部的照明
 - 138 提供空间全体照明的方法
 - 140 巧妙利用空间形状的特征

必读!

室内设计的最新基础知识

- 146 只要4页就能讲清楚的超基础木材讲座
- 150 住宅家具,从镶板开始
- 152 图解!把适当的材料用在适当的场所
- 154 最新!家具五金完全指南
- 162 必读!接合部精华知识
- 166 给家具留出适当的缝隙
- 170 配线的隐藏方法
- 177 正确的家具涂装方式对装饰效果至关重要

专栏

- 085 掌握超薄电视的尺寸和安装位置
- 091 彩色玻璃在家具上的活用
- 107 利用榻榻米打造可动家具
- 113 将硬质聚氯乙烯图钉板当作室内装潢的武器
- 117 玻璃基材制造魔法灯光
- 126 交工前遭遇杉木损坏!神奇的修补技术
- 142 前所未闻的家具设计配色技巧
- 145 你可能不知道的图案和线条基本规则
- 172 前所未有的室内设计——利用住宅构造与室内装潢融合的建筑
- 176 室内装饰的新尝试

执笔者档案

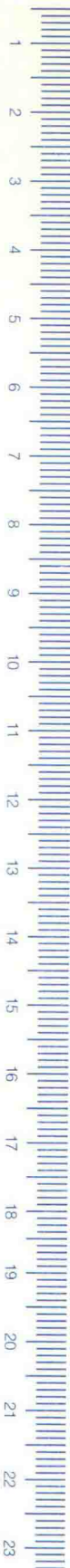
建筑设计系列③

〔日〕建筑知识编辑部 编 周颖琪 译

住宅的 设计尺寸解剖书

现代住宅空间尺度与细部设计全攻略

上海科学技术出版社



美观、舒适的住宅设计/ 高度尺寸攻略篇

LDK

- 008** LDK (起居室/餐厅/厨房) 的高度尺寸攻略篇
- 012** 能看到北侧公园风景的连窗, 窗高 850 mm
- 014** 天花板高 2100 mm、挑高屋顶高 4120 mm 的宽裕空间
- 016** 将餐厅窗户提高 985 mm, 制造悬浮感
- 018** 天花板、地板挖出 700 mm, 创造不一样的起居室
- 020** 厨房工作台不只有 800 mm 和 850 mm 两种高度
- 022** 200 mm 厚的二楼地板, 制造轻快的天花板印象
- 024** 连廊开口处增高 440 mm, 形成室内走廊
- 026** 高 800 mm 的挡墙制造挑高天花板的开放感
- 028** 6000 mm × 2800 mm 的大窗户突出剖面结构
- 030** 地板提高 450 mm, 创造有悬空感的落地窗
- 032** 水平方向的挑高天花板, 5850 mm × 10800 mm 的大空间
- 034** 厨房台面和餐厅桌椅高度设计 720 mm
- 036** 人造斜坡庭院, 580 mm 的垂壁向下引导视线

玄关

- 040** 玄关的高度尺寸攻略篇
- 042** 高 750 mm 的地窗, 增加明暗对比
- 044** 门槛稍微高出 350 mm, 方便人弯腰坐下
- 046** 400 mm 地基高度差制造门前通道的视角变化
- 047** 高 600 mm 的地窗, 柔光照亮玄关地面

楼梯

- 048 楼梯的高度尺寸攻略篇
- 050 楼梯平台上的长廊空间，天花板高 4050 mm
- 052 挑高天花板高 7600 mm，和书房相连
- 054 利用 207 mm 高的踏步和楼梯板宽度制造楼梯休息处
- 055 和起居室互动的楼梯长凳设计，坐面高 340 mm
- 056 高 2350 mm 节省空间兼具收纳和桌子功能的跃层设计
- 058 楼梯途中的小书房设计，入口高 1300 mm

和室

- 060 和室的高度尺寸攻略篇
- 062 地板高度提高 150 mm，强调不同房间的区分
- 064 高 1050 mm 的地窗和外廊连接

卧室

- 068 卧室的高度尺寸攻略篇
- 070 天花板高 2100 mm，扫出窗连接内外空间
- 072 斜面天花板最低高度，1700 mm 的安心感

浴室·洗手间

- 074 浴室·洗手间的高度尺寸攻略篇
- 076 15 坪大小的家，开放浴室的挑高天花板高 3650 mm
- 078 打造孩子也方便使用的洗脸台，280 mm 高的镜子是关键
- 080 可以欣赏风景的嵌入窗，上端高 1060 mm

专栏

- 025 二楼室内走廊要注意防雨
- 031 利用防雨窗外走廊 105 mm 的高度差连接内外空间
- 038 150 mm 的天花板高度浮动范围
- 057 陡楼梯保证宽踏步的秘诀
- 066 和室门楣高 5.8 尺 (1757 mm)
- 077 月光般的浴室照明照亮水面
- 081 洗脸台和浴室地板高度一致

同级别的整体室内设计方法

- 084 大型电视内置式墙面收纳
- 086 今后我们说的“整体设计”是指什么
- 088 活用空间的电视角
- 089 嵌在厨房台面内部的电视
- 090 消除细节存在感的玻璃架和收纳柜
- 092 和厨房台面一体的桌子、装饰架
- 094 活用柱梁架构的墙面收纳
- 096 利用两层挑高天花板的构造柱制作墙面书架
- 098 和开口处线条对齐的墙面收纳
- 099 开放式厨房的背面收纳及装饰窗
- 100 连接起居室和餐厅的收纳家具
- 102 和窗台一体化的柜台和长凳
- 104 地板、桌子、收纳柜一体化，使用同种材料
- 106 活用原本房间布局的角落沙发
- 108 配有衣柜和书房的箱体
- 110 浴室内外的连续照明
- 111 醒目的细长灯光
- 112 光线照进纵向连接上下层的四角小窗
- 114 夜间可充当间接照明的顶灯
- 116 照亮墙壁和天花板，让空间更宽敞
- 118 构造体外露的美观照明效果
- 120 区别使用纵向和横向的间接照明
- 121 百叶窗照明
- 122 隐藏垂直百叶窗的窗框
- 123 避开构造梁的掘入式百叶窗盒
- 124 在横长连续窗上安装百叶窗盒，增加空间深度
- 125 利用挂墙收纳百叶窗
- 127 安装在大窗户上的卷式遮光帘
- 128 利用灯泡特性！LED 攻略术
- 132 照明计划的 TPO
- 134 家具设计的“线条控制”

- 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33
- 136 安装在家具内部的照明
 - 138 提供空间全体照明的方法
 - 140 巧妙利用空间形状的特征

必读!

室内设计的最新基础知识

- 146 只要4页就能讲清楚的超基础木材讲座
- 150 住宅家具,从镶板开始
- 152 图解!把适当的材料用在适当的场所
- 154 最新!家具五金完全指南
- 162 必读!接合部精华知识
- 166 给家具留出适当的缝隙
- 170 配线的隐藏方法
- 177 正确的家具涂装方式对装饰效果至关重要

专栏

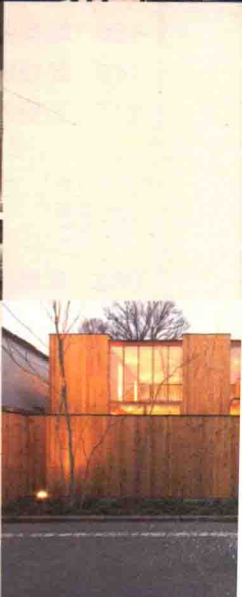
- 085 掌握超薄电视的尺寸和安装位置
- 091 彩色玻璃在家具上的活用
- 107 利用榻榻米打造可动家具
- 113 将硬质聚氯乙烯图钉板当作室内装潢的武器
- 117 玻璃基材制造魔法灯光
- 126 交工前遭遇杉木损坏!神奇的修补技术
- 142 前所未闻的家具设计配色技巧
- 145 你可能不知道的图案和线条基本规则
- 172 前所未有的室内设计——利用住宅构造与室内装潢融合的建筑
- 176 室内装饰的新尝试

执笔者档案



Chapter
1

美观、舒适的住宅设计 /
高度尺寸攻略篇





LDK (起居室、餐厅、厨房) 的高度尺寸攻略篇

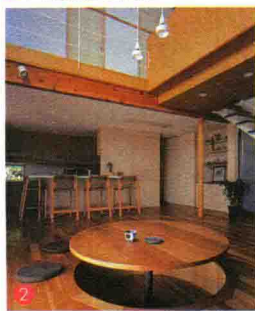
本间至

取材·文:冈村裕次
照片:富田治

1 水平天花板2300 mm



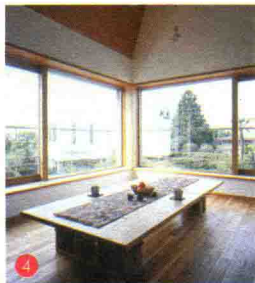
2 挑高天花板4640 mm



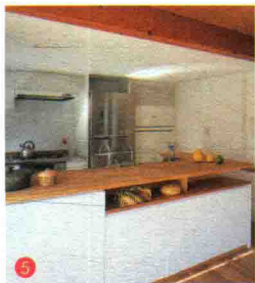
3 高天花板3000 mm



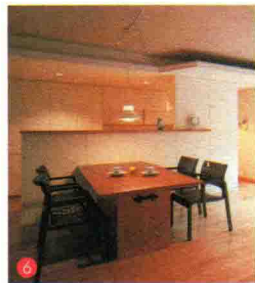
4 地板座起居室的腰墙300 mm



5 开放式厨房台面900 mm



6 半开放式厨房台面1200 mm



这些高度数据有什么依据?

根据《建筑标准法》规定,起居室的高度至少为2100 mm^①。除此之外,高度方面并没有太多规定。大部分设计师是以房间各个部位的高度为依据,一步步根据部件的功能、制品的规格、建筑材料的成品率、空间感、温热环境等复杂的重要因素进行设计的。由于每个人出身的工作室不同,因此各自都有用惯了的技术诀窍。

就拿我来说,我是按照这样的步骤进行高度设计的:先从平面设计开始着手,然后进一步进行高度设计(剖面),最后对照相关法规分析高度设计的可行性。但是,市中心的住宅设计一般都有严格规定,北侧斜线限制和高度地区限制都很严格,屋顶形状和层高都是固定的。

房间和房间之间的区分,一般都是通过天花板和地板高度的变化,或采用不同的装修实现的。我一般都采取改变天花板高度的方式制造空间的变化。

比如LDK这种大空间,天花板高度最好有差别。落地窗千万不要和天花板一样高,要设置约150 mm高的垂壁。垂壁投在室内的影子也可以给人一种沉稳感,还能起到分隔天花板和外廊的作用,让两个高度不同的空间自然而然地连接在一起,令房间显得张弛有度。起居室的水平天花板至少高2250 mm,最高不要超过2400 mm。

另一方面,餐厅作为用餐和交谈的空间,天花板高度多为2100 mm。厨房高度则尽可能压低,如2100 mm或2050 mm。厨房作为集合多功能于一体的空间,压低其天花板高度,可以增加空间的密度。

① 日本《建筑标准法》实施令第21条规定“起居室高度不得低于2.1m”。

1 | 水平天花板 2300 mm

绫濑的家

吊灯：距地 1350 mm

餐厅里的吊灯能增加空间的稳重感、降低重心。吊灯高度距地 1350 mm (离桌面 670 mm)，人坐到餐桌前时，可以更清晰地看到彼此的脸。

起居室天花板：2300 mm

餐厅天花板：2100 mm

起居室和餐厅的天花板有 200 mm 的高度差，形成空间的自然分隔。天花板高度在两个空间重叠的位置发生变化 (从餐桌边缘到餐厅边界之间留出 250 mm 宽度)。如果餐桌边缘正上方的天花板高度突然变化，就会给人一种唐突的感觉。



开窗处下端：450 mm

窗口的高度和位置是由窗户周围其他要素 (的高度) 决定的。本例中，风景窗上端就和旁边纸拉窗的窗格一样高，而这又是由纸拉窗的高度和分格决定的。两边窗户的下端离地 450 mm，形成一条长线。

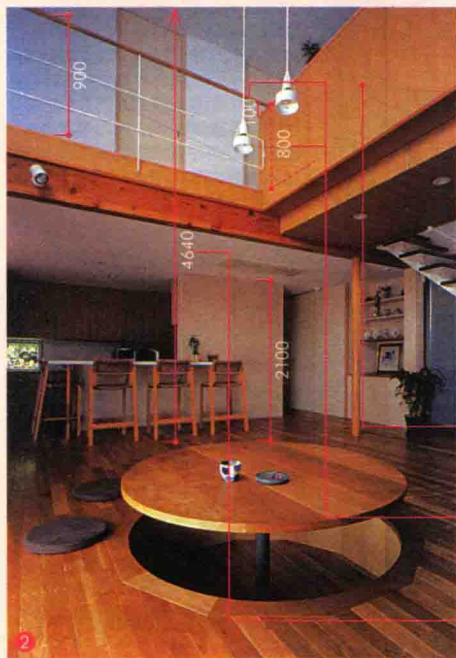
贴脚线：40 mm

本例中贴脚线高度为 40 mm。考虑到天花板高 2100 mm，而 60 mm 的贴脚线太高了。一般选用 40~50 mm 的贴脚线，既能满足贴脚线功能，又能合理配置尺寸比例。

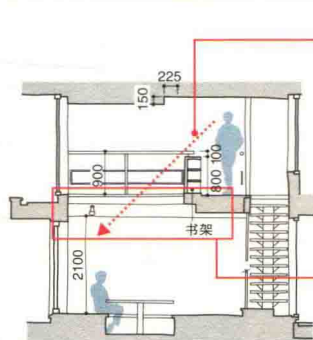
因为市中心用地面积紧张，所以 LDK 设在采光好的二楼。如果起居室和餐厅是一体化的，则可利用天花板的高度差，令起居室高 2300 mm、餐厅高 2100 mm，这 200 mm 的天花板高度差就能起到缓和空间分隔的作用。

2 | 挑高天花板 4640 mm

田园调布的家



剖面图 [S=1:150]



二楼走廊可以看到一楼，上下两层的空间因此连接起来。

房梁下端和书架下端并没有对齐，强调各自的独立性。

起居室的各种不同要素，最后通过镶板统一包装。书架下端故意不和房梁下端对齐，是为了强调独立感。

扶手：900 mm，书架：800 mm

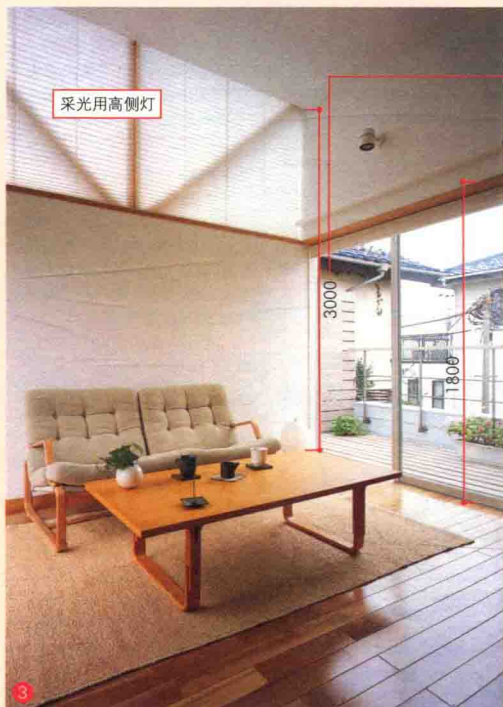
铁质扶手高 900 mm。扶手兼书架起桥梁作用，扶手比书架顶高出 100 mm 是为强调两者差异。考虑到书架的纵深，800 mm 的高度可以消除安全隐患。

挑高天花板：4640 mm

挑高天花板起到连接楼上楼下的重要作用。在二楼的走廊上可以看到一楼的起居室。为了制造温暖舒适的环境，一楼请务必安装地暖。

3 | 高天花板 3000 mm

小住宅

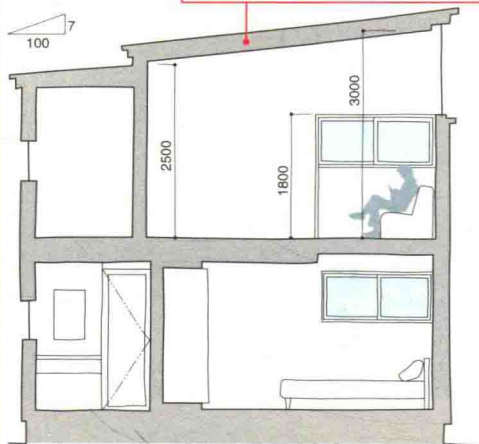


天花板: 3000 mm

要给人“好高”的感觉,天花板的高度限度为3500 mm。超过这个高度,无论是4000 mm还是4500 mm,除了高就是高,不会给人什么其他不同的感觉。本例综合房间斜度考虑,采用了3000 mm的高度。

剖面图 [S=1:100]

考虑到屋顶排水,金属屋顶斜面最大斜度为0.7寸^①。本例中的斜面屋顶就是按这个比例建造的,屋顶最低处2500 mm,最高处3000 mm。



二楼的LDK和斜面天花板制造出动态的高度(变化)。像本例中这样建筑面积受限的小住宅,可以利用纵高制造空间的开放感。



腰墙: 450 mm

上楼梯的过程中,人的视线会和上层地板平行,这时地板上的脏东西就会特别显眼。腰墙则能起到遮挡作用。如果不采用腰墙而是玻璃板,那就相当于没有遮挡物,人的目光还是会落到地板上。此外,腰墙还能起到防止冷气扩散到楼下的作用。

4 | 地板座起居室的腰墙高300 mm

櫻丘的家

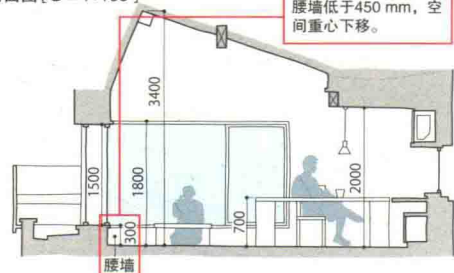


腰墙: 300 mm

起居室如果是地板座式,连着地板的扫出窗设计会给人一种不安定感。本例中,窗户下端有300 mm高的腰墙,人坐下来正好能被挡住腰,安心感就油然而生了。但是,如果腰墙太高,就会导致房间重心上移,因此腰墙高度要尽量低(约450 mm)。这样一来,就算天花板很高,空间重心也是靠下的,给人一种稳定感。

剖面图 [S=1:100]

腰墙低于450 mm,空间重心下移。



① “寸”为日本斜度的表示方式。0.7寸的斜度指相对于水平距离100个单位,高度为7个单位。