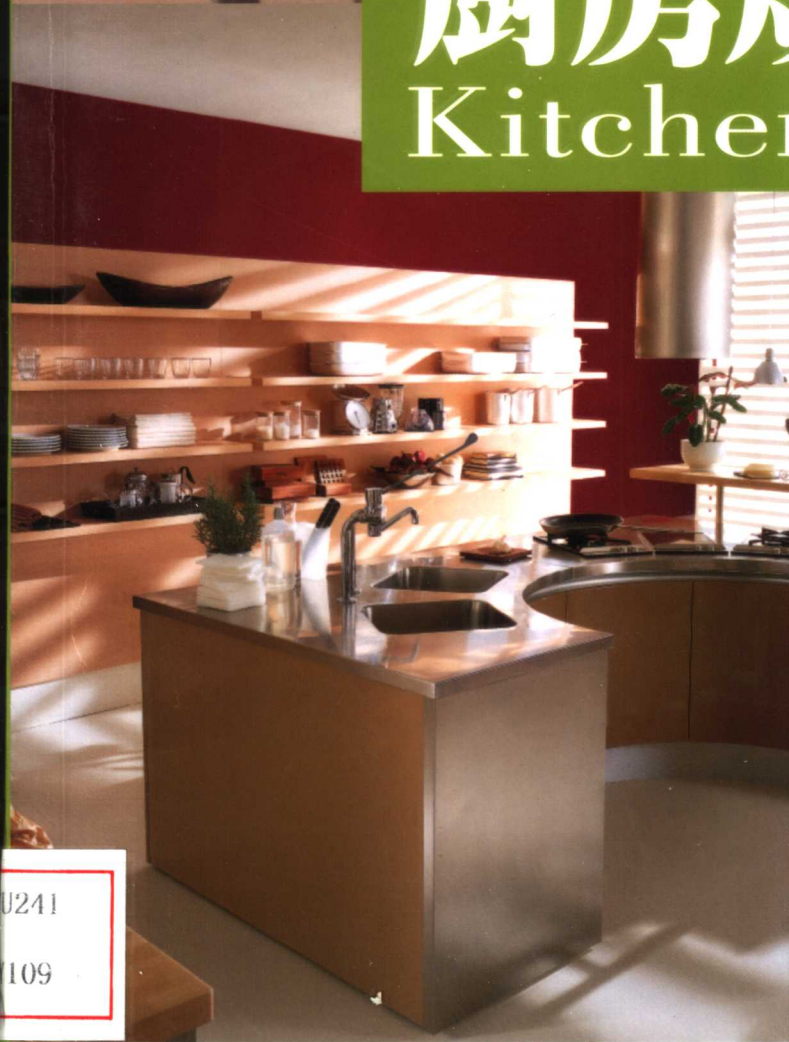




打造实用 方便 安全 创意的厨房空间

厨房规划书

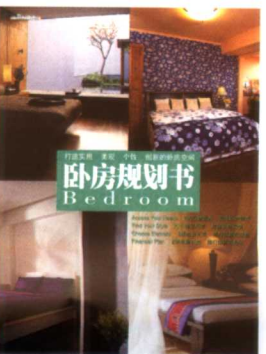
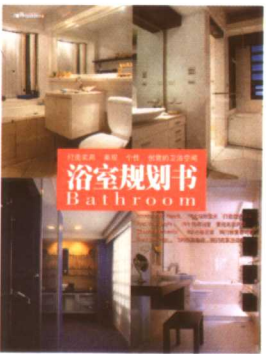
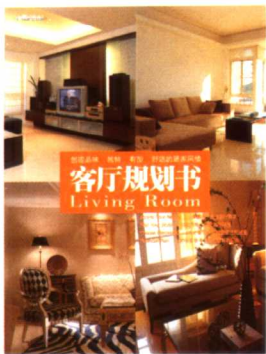
Kitchen Room



Access Your Needs 5大重点 界定厨房需求
Find Your Style 5型10色随你变 找到最对味的厨房
Choose Elements 11项必备元素 精挑细选配成套
Financial Plan 2款预算必修 精打细算有一套







图书在版编目 (CIP) 数据

厨房规划书 / 颜至劭、林婷婷、洪永瑞、邱莉慧、Heather 编著
— 汕头: 汕头大学出版社, 2004. 6

ISBN 7-81036-742-0

(装修与设计书系)

I. 厨... II. 颜... III. 厨房-室内设计 IV. TU241
中国版本图书馆CIP数据核字(2004)第007795号

企划主编: 邱莉慧

编辑撰稿: 颜至劭、林婷婷、洪永瑞、邱莉慧、Heather

封面设计: JOE

美术编辑: JOE

封面图片提供: 义崴德、西华

摄影: 游宏祥、张世平、李志刚

本书由台湾麦浩斯资讯股份有限公司授权, 在中国独家出版中文简体字版本。
非经书面同意, 不得以任何形式任意重制、转载。

厨房规划书

编者: 颜至劭、林婷婷、洪永瑞、邱莉慧、Heather

责任编辑: 胡开祥 李资渝

封面设计: 郭 炜

责任技编: 姚健燕

出版发行: 汕头大学出版社

广东省汕头市汕头大学内 邮编 515063

电话: 0754-2903126 0754-2904596

印刷: 深圳普加彩印务有限公司

邮购通讯: 广州市天河北路177号祥龙花园祥龙阁2202室

电话: 020-85250482 邮编 510075

开本: 890 × 1168 1/16

印张: 7

字数: 50千字

版次: 2004年6月第1版

印次: 2004年6月第1次印刷

印数: 10000册

定价: 39.80元

ISBN7-81036-742-0/TU · 59

版权所有, 翻版必究

如发现印装质量问题, 请与承印厂联系退换

TU241

Y109

TU241

Y109

厨房

Kitchen Design

规划书





图例提供 / 西华

缘起



图片提供 / 西华

快乐上厨房 洗手做羹汤

食物，除了满足温饱以外，还有着让人幸福的力量，为家人准备食物时的心情，总也是一种生活里的温柔感受。

以往总说：“君子远庖厨”，厨房总是婆婆妈妈辛苦的地方，油烟不少、便利性不足，有的是空间设计让做菜流程不顺畅，还有的是没有依据使用者的身高作人体工学的设计；太多的机能设计不足，让做菜的活动被称为“下”厨房！然而，在家开伙是家中成员情感凝聚的一大重要活动，现代人开伙少除了忙碌以外，还有更多的原因是——厨房不好用，觉得不舒服。

完美厨房如何办到，其实不难！先画一个理想的愿景，切合你的空间条件，找出你要的机能条件，算计一下可花的成本，再参考专家的建议，过来人的经验，仔细选择你要的设备，不要人云亦云，规划一个“好用”比“好看”重要的厨房！

如果，食物的准备过程也是一种居家生活的享受，那该有多好！



厨房规划书

Kitchen Design

002 出版缘起

Access Your Needs

5大重点 界定厨房需求

- 008 5大机能 打造厨房千万风情
- 014 12大原则 建构理想厨房蓝图
- 020 5种格局 厨房也是百变女郎
- 025 填表测定厨房需求
- 026 简单8招 求得厨房好生态

Find Your Style

5型10色随你变 找到最对味的厨房

- 030 简单·实用·休闲 一字型厨房的半开放性作法
- 036 掌握黄金动线优势 L型厨房
- 040 兼具厨房与工作室的机能 复合式双边二字型厨房
- 044 料理、烹调东西军 大面积厨房工作区分割论
- 048 把欧美厨房典型搬进我家 令人欣羡的中岛型厨房
- 052 10个色彩游戏 点亮厨房空间

CONTENTS

Choose Elements

11 项必备元素 精挑细选配成套

- 068 万全实用的工作平台 厨具台面
- 072 厨具的外在美 门板
- 076 肚大能容各式厨房家具 抽屉
- 080 厨具的内在收纳功臣 层板
- 082 厨具的开关控制总管 五金配件
- 086 厨房的洗涤设备 水槽
- 088 造就美食的水源地 龙头
- 090 寻找安全与美观平衡 厨房地材
- 094 为厨房打开另一扇窗 美景壁上观
- 097 亮不亮有关系 厨房灯光美学
- 100 大大好用的方便机器 家电

Financial Plan

2 种预算必修 精打细算有一套

- 106 工料价格比一比 厨房规划有门道
 - 108 8 千元有找到 3 万豪华配备
- 厨房预算攻略



图片提供 / 西华



Access your Needs

5大重点 界定厨房需求

对许多人来说，厨房就好比是家中的一条生活命脉，是家中成员每天都会进出使用的场所。既然厨房之于日常生活起居有其不可取代的重要性，那么您是否曾经想过自己需要一个什么样的厨房空间呢？建议您不妨从以下5大步骤着手，就可以勾勒出心目中理想厨房的蓝图，打造出带有个人风格的厨房空间。

- 008 5大机能 打造厨房千万风情
- 014 12大原则 建构理想厨房蓝图
- 020 5种格局 厨房也是百变女郎
- 025 填表测定厨房需求
- 026 简单8招 求得厨房好生态

5大机能 打造厨房千万风情

厨房，或许坐落在家中不起眼的地方，但它在家庭中却扮演着相当重要的角色。



1 摄影 游宏祥



2 图片提供 / 雅登国际



3 图片提供 / 当代厨房

除了基本的洗涤、调理、烹煮、储藏等必要机能，厨房也是一家人联络感情的地方，甚至是SOHO族的工作场所，无处不展现出她百变女郎的万种风情。

机能1 洗涤功能

不论是一切料理的开端，或是料理的结束，都少不了洗涤的步骤，因此“洗涤区”可说是整个料理过程中的重头戏之一。摆脱早期传统家庭中磁砖式的简易洗涤槽，现在的洗涤槽除了有单、双槽不同的选择性外，材质的变化性更是多样化，从不锈钢、珐琅到仿花岗石的材质都有；水龙头也不再屈居于小配角的地位，造型与功能已不可同日而语。预算、空间足够的，洗碗机、滤水系统还可以请到家中厨房来作客。

- 1 厨房在居家生活中占有重要位置，不止掌管了家中成员的味觉，活动其中的同时，也凝聚了家庭的向心力。
- 2 水槽的选择应以家庭人口数与饮食习惯为考量，人口数多或使用锅具尺寸较大者，宜应挑选大型且深度较深的水槽。
- 3 洗涤是厨房作业中最重要的工作，与食物和餐具及备餐环境的清洁休戚相关，对家人的健康有莫大的影响力。

■规划重点

- 洗涤区的设置应尽可能以最靠近冰箱的位置为宜，减少往返走动的时间与不便。
- 为减缓洗涤动作造成肩部与腰背的酸痛不适，水槽台面应比台面略高，使其底部的高度与标准台面高度相近，让使用者在清洗东西时不必弯腰驼背。
- 水槽的大小，应取决于使用习惯与家庭人口多寡，人口多、使用器皿多或锅具较大者，就应选择尺寸较大且深的单水槽或双水槽。
- 就省水立场来看，使用洗碗机其实要比在水龙头底下冲洗锅碗瓢盆省水，预算、空间足够者不妨加装。



摄影/林立鹤 1

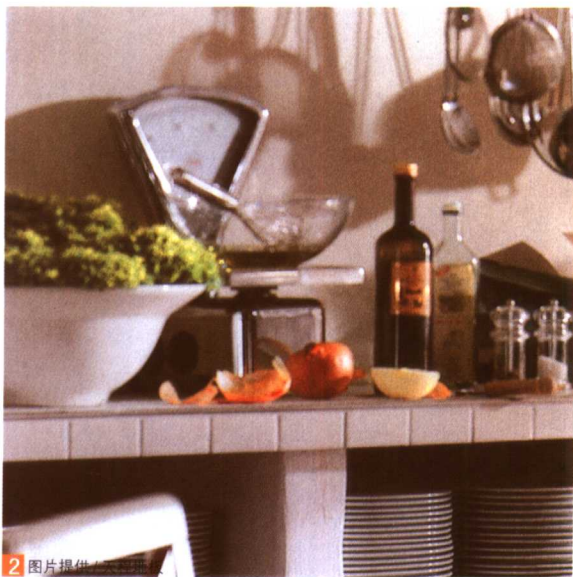
机能 2 调理功能

由于东方人的烹调习惯与西方不同，相当重视色香味，事前的调味、准备工夫繁琐，相对地在流理台面上处理的时间便较长，因此用以处理食物的流理台面，最好要够宽敞、深度要够，如果调理区的台面过于狭小局促，面对满台面的瓶瓶罐罐、小碗小碟，还要切切剁剁、调理搅拌，工作起来就会很不顺手。

■规划重点

- 理想的台面高度应以使用者身高作为参考依据，若以手肘距台面的高度来测度，15cm是最符合人体工学的高度，因为使用者在料理的过程中，手肘可以自然地垂放，自然不会造成手肘及肩膀紧绷的酸痛感。
- 为了让整个烹调的动线更为流畅，处理台面一般介于水槽区与炉具区之间，因此宽度至少要在40cm，若是能有80~100cm最佳，做起事来才能如行云流水般顺畅。
- 现代人生活忙碌，流理台面最好选择人造大理石或美耐板等材质，既耐潮、抗压、不受污渍影响

- 1.理想的台面高度应以使用者身高作为参考依据，若以手肘距台面的高度来测度，15cm是最符合人体工学的高度。
- 2.好的备餐环境可以让主妇在家料理食物的工作更轻松上手。



2 图片提供/林立鹤

且易清洁保养。至于近年因欧美“工业式厨房”的概念抬头，而在厨具业广为流行的不锈钢材质，也是可以考虑的材质。

机能3 烹煮功能

美味上桌，火候的掌握可是一门学问。厨房另一项重责大任可说是烹煮功能莫属，因此，所谓“工欲善其事，必先利其器”，炉具的选择与安排，不仅将会影响最后的成果，在社会脚步愈来愈快的今日，善用多功能炉具，还可以让您事半功倍。

■规划重点

●由于女性平均使用炉台的时间较长，因此为避免

悬着手臂烹饪，造成颈肩酸痛，炉台高度应比流理台面下降约12cm，让视线得以轻松俯视煮食，手肘在炒菜时也可以轻松垂放，不会长时间处于紧绷状态。

●炉具的选择取决于个人的饮食生活习惯，应先考虑本身是属于中式大火炒型的，或是西式微波简便型的，抑或大多数时间是以外食为主。

●为节省烹煮时间，不妨采购三口或四口炉具，以便同时炒菜、煮汤和炖煮食物。

●中国人讲究大火快炒，吸力超强、噪音系数低、清洗简便的抽油烟机绝对是值得投资的厨房家电用品。



图片提供/义威德 1



2 设计/嘉祥厨具 摄影/游宏祥

1. 好的炉具和排油烟系统，可以使厨房使用时的空气保持清新，提升人们做菜的欲望。

2. 为避免悬着手臂烹饪，炉具高度应低于台面，以减缓手肘与肩颈酸痛感。



图片提供 / 义岚德 1



图片提供 / 义岚德 1

2 图片提供 / 宜家家居



3 摄影 / 刘庆隆

1. 利用家电收纳柜将微波炉、烤箱等家电收纳其中，可避免视觉空间凌乱感。
2. 厨房里的工具、锅碗餐具、食材可不少，好的收纳规划也是重要的一环。
3. 外拉式网篮也是收纳时的好帮手，既可容纳各式对象，又能一目了然不会找不到。
4. 受到西方社会影响，厨房已不再只是充满油烟的地方，只要用点心，您也可以在厨房找到一个属于自己的角落。
5. 在台湾，厨房虽常隐身于不起眼的地方，却扮演着重要角色。每个人在决定改装厨房时，应先思考厨房之于您和家人的关系为何。

机能 4 储藏功能

若依厨具本身的使用功能来看，所谓的“功能”基本上可区分为静态与动态两个部分，其中动态功能指的就是上述三大机能；静态的部分则是指厨具的收纳功能，由于它会直接影响可使用空间多寡以及视觉效果，因此储存的量、收纳的方式（种类），如果能经过详细的规划，即使是6平方米大的厨房也可以达到12平方米空间的使用效益。

■规划重点

- 东方人使用的烹调、盛装食物器皿远较西方复杂且

数量多，因此为了要能妥善收纳这些器皿，抽屉柜内的格层设计、橱柜的深度与宽度、取用方便性，是否能适合这些林林总总的餐具器皿，就显得相当重要。

● 为提高使用便利性，低柜内摆放的物品宜为重物或使用率较高者，较不常使用或重量轻的物品则应置于高柜。

● 为了避免厨房零乱的视觉效果，从地板延伸至天花板的高身柜，可以将烤箱、微波炉等电器一并收纳于其中，而且储藏量大，是个不错的选择。

● 如果空间较小，上柜应尽量往上延伸；空间大者，上柜高度不妨往下拉，让顶端与天花板产生“留白”的效果，减少视觉压迫感。

机能 5 情感联谊、工作区功能

受到西方社会的影响，厨房已不再只是烹调食物的场所，有时它还身兼客厅之外，第二个联络家人感情的场所。或是在便餐台、吧台区吃简易早餐、喝下午茶；或是妈妈正在煮饭时，孩子就在旁边的便餐台做功课，便于监督照顾。现代流行的SOHO族，厨房有时也是他们的第二间书房。

■规划重点

- 想要在厨房另辟一个工作区，先决条件厨房空间一定要够，如果是中岛型厨房，最好平时煮食时的油烟量要比较少。
- 管线问题也是左右中岛型开放式厨房的构成因素之一，过于复杂者应考虑避免使用此一方式，以免日后发生问题。
- 可折叠收纳式的便餐台，使用机动性高，是小空间制造工作台面的最佳选择。



4 图片提供 / 西华

5 图片提供 / 呈品



12大原则 建构理想厨房蓝图

1 设计 / 嘉祥厨具



每个人的心里都有一幅理想家园的蓝图，恋家的女人，更憧憬着能拥有一处设计美轮美奂又兼具多样功能的厨房。但考虑到现实主、客观条件的限制，又不禁会想：这样的理想蓝图真的能实现吗？其实只要您能掌握空间优势、并善加利用，其实小面积厨房也能大好用，大面积厨房也能塑造个人风格。

Case 1 面积7平方米内 抢救小面积厨房空间大作战

战略1：了解哪些是必需的

小面积厨房有其先天条件限制，过于贪心，只会把自家厨房弄得像间仓库一样。因此，首先要确认哪些东西是真正需要的，非把它规划在厨房里不可，才能减少不必要的空间浪费。如已尽可能把一定要放的对象才放进去，空间却仍不够用，那么就请做第二次、第三次、甚至第四次筛选、筛选、再筛选的动作，要有所失才能有所得。

战略2：让设备帮您说话

一般小面积厨房多是单身或两人小家庭使用，人口单纯，煮食习惯也倾向于简单，选购厨房设备时，迷你型的、多功能型的产品既可解决需求，又能把空间还给厨房，是此类厨房的最佳拍档。其它如在挑选厨房门板时，不妨多考虑上掀式、拉门式、卷帘式或折叠式的开关方式，减少空间浪费。

- 1.2 要想厨房面积不大但实用性强大，那就得动点脑筋设计，选择尺寸较小的厨具组，另外搭配的梦幻餐车，收起来可以融入厨具组合，打开来则可作任何机能的使用，很适合小面积空间。
3. 这种上掀式的门板，对于小面积的厨房来说，可以减少空间浪费。
4. 小面积厨房有其先天条件限制，因此，首先要确认哪些东西是真正需要的，非把它规划在厨房里不可，才能减少不必要的空间浪费。
- 5.6 再小的厨房也应该要有足够的备膳空间，如果厨房真的太小，不妨将厨房机能单纯界定为烹饪工作区，储藏的机能就往外移。



2 设计 / 嘉祥厨具



3 图片提供 / 丽舍