

筑巢记

把生活慢慢修正成喜欢的样子

岩崎朋子 著
徐凯蒂 译



[巢巢]

生活亦然。

次佳时机是现在，

是 20 年前，

种一棵树的最佳时机



筑巢记

（日）
岩崎朋子 著
徐凯蒂 译

图书在版编目 (CIP) 数据

筑巢记：把生活慢慢修正成喜欢的样子 / (日) 岩崎朋子著；徐凯蒂译. -- 北京：九州出版社，2016.3
ISBN 978-7-5108-4310-5

I. ①筑… II. ①岩… ②徐… III. ①散文集—日本—现代 IV. ①I313.65

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第067311号
中国版权保护中心外国图书合同登记号：01-2016-0450

CHIISANA SU WO TSUKURU YOUNI KURASU KOTO
BY TOMOKO IWASAKI

Copyright © 2015 TOMOKO IWASAKI

Original Japanese edition published by SB Creative Corp.

All rights reserved

Chinese (in simplified character only) translation copyright © 2016 by Sunbook Culture & Art Co., Ltd.

Chinese (in simplified character only) translation rights arranged with SB Creative Corp, Tokyo through Bardon-Chinese Media Agency, Taipei.

筑巢记：把生活慢慢修正成喜欢的样子

作者 (日) 岩崎朋子 著 徐凯蒂 译
出版发行 九州出版社
地址 北京市西城区阜外大街甲 35 号 (100037)
发行电话 (010) 68992190/3/5/6
网址 www.jiuzhoupress.com
电子信箱 jiuzhou@jiuzhoupress.com
印刷 北京美图印务有限公司
开本 880 毫米 × 1230 毫米 32 开
印张 5
字数 100 千字
版次 2016 年 6 月第 1 版
印次 2016 年 6 月第 1 次印刷
书号 ISBN 978-7-5108-4310-5
定价 36.00 元

前言

每一天，我们都在装点着自己的生活

每一天，若能吃到好吃的食物，我们会发自内心地微笑。

每一晚，若能酣然入梦，我们会觉得很幸福。

这些非常简单的事情，有时却会因为身心状况不佳而变得困难起来。

直到最近，我才掌握了一点点保持身心平衡的诀窍。

这是我为了过上健康的生活，而做的一点点个人尝试。

当然，这很不容易，也需要时间。

我花了8年的时间，慢慢明白自己想做什么，然后着手把爱好变成了工作。先是辞去公司的工作，然后一边打工一边学习需

要的技能，到最后能够很好地经营一家杂货店兼家具店——“巢巢”。

财务自由后，我独自买了一间有 42 年历史的老房子，然后把这间昭和住宅风格的公寓装修成我喜欢的样子。

回首过往，每一天，我们都在装点着自己的生活，慢慢把生活修正成自己喜欢的样子。

若是此书能为各位读者找到自己喜欢的生活方式，起到些许微薄作用的话，我将欣喜非常！



目录

○ Part 1

筑巢手记 如何让老房子重现生机

要买就买100分的房子·····	002
装修的技术·····	004
如何让老物件焕发活力·····	008
设计一个适合自己的厨房·····	013
自制的洗脸台·····	019
如何挑选配件·····	024

能用100年的篮子·····	030
亚麻寝具是一生之物·····	037
设计师杰德瑞斯·····	041
优美地悬挂·····	044
恰到好处的开放感·····	049
起居室的画廊·····	055
实木家具的韵味·····	058
厨房收纳·····	061
玄关收纳·····	067
衣物收纳·····	071
让米饭更美味的小工序·····	077
假日里的幸福瞬间·····	083
如何制作梅干和味噌·····	085



时间管理	092
空间管理	095
放着钢琴的杂货店	102
亲近绿色	106
把爱好变成工作	110
家具店实习	112
邂逅拉脱维亚	114
准备开店	118
去拉脱维亚淘货	125
语言问题	129
享受自身的转变	133
婴儿的笑容	135
与人交往的快乐	137
父亲的生意经	139
分享是向上的阶梯	141
后记 最大的奢侈与幸运	145



Part 1

筑巢手记
如何让老房子重现生机

要买就买 100 分的房子

当我还在家具店工作的时候，曾经因为一个年轻女同事购买了一所公寓而大吃一惊。据她所说，因为想要在世田谷能住上一所一室的公寓，她找到了一间房价与 15 年房租差不多的房子，而且，房屋的面积还是原来的一倍。

选择租房度日，还是买一所不动产，真是一个令人头疼的问题。这两者各有优缺点。实际上，我更喜欢在家中享受自己设计的木质家具（特别是客厅里的餐桌）。所以，为追求房子宽敞，我决定买一所半旧的公寓。我觉得，买一所古旧而有韵味的公寓，再加上符合自己口味的翻修，应该是一件不错的事情。

实际上我最终买下的公寓，可以算得上是一个相当有年头的古董级老房（已经建成有 42 年了），价格也就是买地的价格再加上建筑价格，建筑物本身基本没有什么附加的价格。当然买下这种老房子，也是有各种风险的。首先，价格是不是合适就比较难判断，所以第一要紧的就是找一个信得过的中介。再有，还要好好训练自己的直觉，掌握一些书中介绍的关于购买老房的知识。

找寻这件事，结果不是 0 分就是 100 分。在碰到心仪的房子之前，我们可能看了十来所预算以内的公寓，但每个都是 0 分。而当看到心

仪公寓的瞬间，心里一下子就会产生“就是它”的想法。对于我来说，这个房子就是100分满分了。它的外观颇有住宅风格，虽然连电梯都没有，但在它的占地面积之内，种植着好几棵高达五层楼的老樱树，这一点是让我最动心的。感觉这所房子周围环绕着令人愉悦的氛围。此外，这所公寓一次也没被人翻修过，这一点也很不错，我可以毫无顾忌地放手去进行自己想要的翻修了。



几棵樱树几乎要将这座建筑物包围，它们都是高达五层的大树。到了花季，站在楼梯的平台上向下望去，地面简直有如樱花织成的绒毯。

装修的技术

为了把昭和住宅风格的公寓房间变成我喜欢的样子，我研究了具体方案后直接把工程拜托给了木工师傅。因为没有相熟的工匠，我就让买公寓时中介找来的房地产商介绍了一个。这些房地产商总会认识一些常为他们做公寓修缮工作的工匠，这种长期的合作交往就是比什么都更令人信赖的证明。所以，我的这项工程，应该也可以安心地交给他来做。

装修，首先要从让对方提出报价开始。先要在房屋的平面图上标注出自己想要做的变更，平面图的版面不那么干净整洁也没有关系，标注得简单易懂，能够清楚地向工匠传达自己的希望才是关键。在这个时候，最重要的就是要把所有的要求都告诉工匠，若是工程进行之后再更改样式或追加工程项目的话，就会让双方都不愉快了。同时，还要在和工匠商量研究的基础上，让他拿出报价、工期和交付的条件，如果双方都认可就可以签订合同了，工程也就要开始进行了。

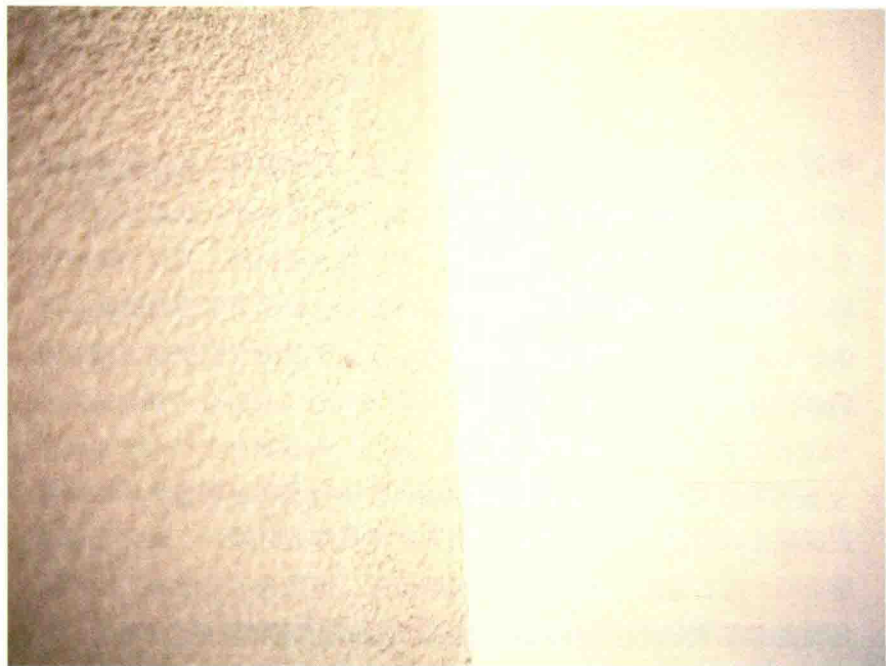
第一步，我拆掉了起居室和厨房之间的拉门，在几个连着的房间里铺了木地板。地板选用的是国产的丝柏木，因为要和地热协调配合，这种板材是我特意到网上寻找订购的。

选用国产丝柏木的理由有两个：一个是为了支持日本林业的发展，

稍微用一用国产的针叶木；另一个理由是，针叶木的木质比阔叶木更柔软，在这种木质的地板上行走可以减轻腰腿的负担。我选择的是产自木曾的丝柏，直接从“加藤木材产业”网上订购的。我让物流将这种板材运到了公寓现场，拜托工匠师傅帮我铺好。关于原料的购买方法，有必要事先向工匠确认。有时直接从工匠那里订货也是比较不错的办法。

墙壁和天花板我采用带点黄色的白色涂料来涂。涂料是直接喷涂在混凝土表面的。最近几年，人们在内部装修的时候，一般会先在墙壁上贴一层石膏板，在石膏板上再贴壁纸。但是为了节省施工费，而且我也实在不喜欢石膏板和壁纸，所以选择了直接喷涂的方法。

面向室外的东侧和南侧墙壁，我选用的是和涂料相同颜色的油漆。由于室内外的温度差，墙面上很容易结露，所以我选择了比涂料更耐潮湿的材料（INAX），即使到了严冬季节，墙面也不会冷冰冰的，质感相当不错。



🍷 漆墙（左侧）和涂料墙（右侧）的效果对比。因为颜色相同，所以远看是看不出区别的，但从近处细看，就会发现质感迥异。



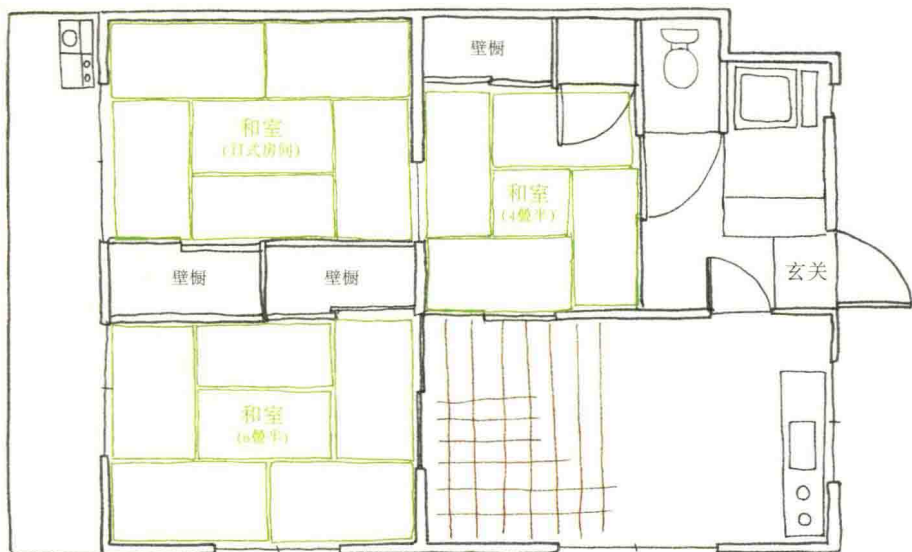
🍷 左上 / 装修之前的客厅是和室（日式房间）。

🍷 右上 / 装修前我在厨房里量取尺寸并设计了吊柜和灶台台面。

🍷 右下 / 装修中的样子，拆掉了地板并重新铺设管道。

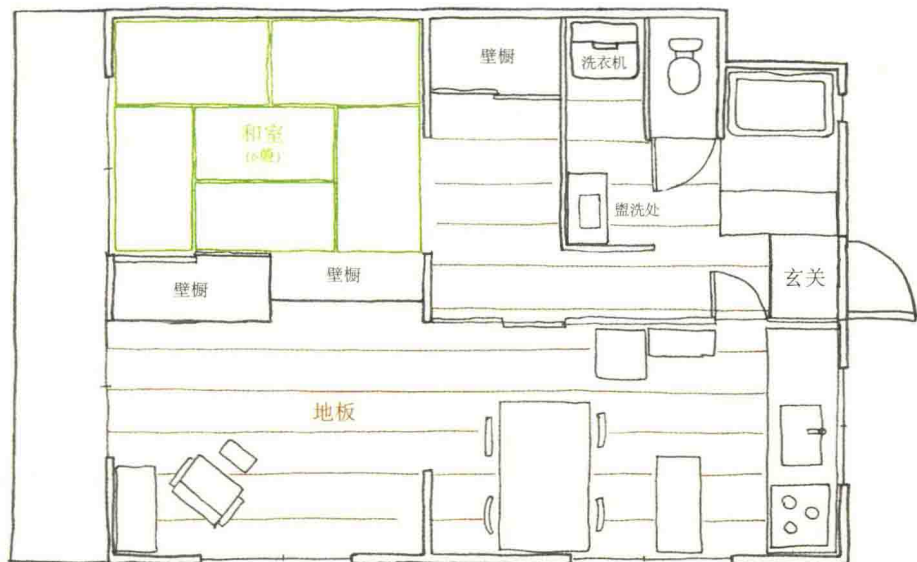
Before

因为和集中式住宅风格的设计，所以有三个房间都是和室。所有的房间都带有壁橱，阳台有放洗衣机的地方。



After

只有卧室我保持了和室的原貌，其他房间都换上了木地板，还在室内划分出了放置洗衣机的空间。



如何让老物件焕发活力

我所买下的这座公寓，是为解决昭和时代高速成长期住宅不足的问题而兴建的。与其说是公寓，倒不如称之为集中式住宅，内部装潢和现在的公寓有很大的区别。首先，它的墙壁是直接 在混凝土上进行涂装的，放在现在这简直就是难以想象的事情。其次，公寓里面的拉门和边框全都使用实木，也正因如此，这些使用了四十来年的老物件更见风韵。玄关里的照明设施也是建房当时的物件，给人一种复古怀旧的温馨感。玄关的门也还是原先用惯的那扇铁门，长时间的使用使它产生了一种丝绸般的绝妙质感（可惜的是后来因为大规模的修缮而换成了新的门）。

历久而愈见风韵的物件，我想让它们就这样继续保持魅力。我把门和昭和风的固定鞋柜进行了喷涂，之后继续使用。房屋隔断的玻璃拉门和壁橱的门槛边框，有一种难以形容的美感，所以我依旧让它们维持原状。

按照现在的装修技术，工匠已经完全能够把公寓的内部做得和新建筑一样了。现在社会上卖的翻修后的老房子，基本上都被装修成了新建筑风格。这所老房子却难得地在历经了岁月侵蚀后更见古韵，我要充分地去享受它。

这种想法还产生了一个意外的功效：虽然我替换了所有要用到水的设施（浴室、厕所、厨房），还加装了地热，但从整体来看，装修费用却出乎意料地便宜。我想，除了没有精装以外，直接把工程拜托给装修师傅以及自己当设计师兼现场监督，也是一个很重要的原因。