

7:00 起床。テレビでニュースを見る。CDのピアノ曲を聴きながら、トーストとコーヒーで朝食。会社役員の夫はしっかりご飯を食べる

8:00 パソコンで仕事のメールを確認。掃除、洗濯に夕食の下準備、植木の水やりなど、あわただしく家事をこなす



忙しいスケジュール管理はこの腕時計で。船旅で父が贈ってくれたもの

10:00 出社。秘書と打ち合わせの後、業界紙に寄稿する原稿を執筆

12:00 昼食。力を蓄えようと、オフィス近くの店でサイコロステーキ定食を食べる

13:00 定例会議。研究所スタッフと最近のリフォーム事例を分析。熱い議論が続く



お気に入りのCD。朝晩で聴く音楽は異なる

16:30 生活用品メーカー研究員が来社。異業種の人との情報交換は面白い。暮らしのトレンドを逆取材する

18:30 文化女子大で企業や研究者との共同研究会

21:00 スーパーで買い物を済ませ

22:30 翌週に講演するセミナーのための資料を整理

24:00 就寝

## 自由時在

西田 恭子さん

本当は自宅で猫か犬を飼いたいのだが、出張続きの毎日では、かなわない。そこで居間の隅で、観葉植物、ポトスの水栽培を楽しんでいる＝写真＝。黒い信楽焼の器の中にコップを置き、育てている。花台は台湾のアンティークショップで見つけたお気に入りだ。

### ペット代わりにポトスの水栽培



ポトス栽培のほかにも、最近「仕事以外で続けること」を増やしていきたい、と思っているそうだ。自宅の近くにある大学の生涯学習講座もその一つ。昨冬は、「ジャズの歴史」を、楽しみながら受講した。今年度は何に挑戦するか、いま思案中だ。

にした・きょうこ 1952年、東京生まれ。1級建築士。大手建設会社設計部を経て、86年三井ホームリモデリング社のリフォーム設計担当者に。2007年、同社の三井のリフ

ホーム住生活研究所の初代所長に就任。文化女子大非常勤講師(建築デザイン)。著書に「住まいをコンパクトに減築リフォームでゆうゆう快適生活」など。



社内の女性建築士ら約200人を束ねるリーダーでもある。「働き方のお手本にもなりたい」(東京・港区のモデルルームで)＝小浜賢撮影

## 朝晩 音楽で気分転換

子どもが独立した後、夫婦にふさわしいサイズに住宅を小さく作り替える入減築や、互いの生活を尊重して寝室を分ける入夫婦別寝。

分析し、時代に合った暮らし方を発信するのが役割です。斬新な切り口のレポートは、様々な場で注目されてきた。しかし、発表にこぎつけるまでには、研究スタッフと何度も議論を繰り返す。帰宅が連日深夜になる

こともある。研究成果を、講演や講座で広く発表するのも所長の仕事だ。昨年一年間の講演回数は約50回。「週末は地方に出張して講演」という日程も珍しくなく、秘書が「回数を減らしましょう」と心配するほどだった。

忙しい日々が続く中、高ぶり疲れた体を、静め癒やすには、「音楽が欠かせません」。子どもたちは独立して、今は夫と2人暮らし。帰宅して、夕食の準備がほぼ整った、居間のCDプレイヤーでジャズ音楽を流す。音量は控えめに。

3年前、父親と2人、大西洋の船旅をした。船内で毎晩演奏していたジャズバンドが気に入って、CDを買って帰った。「楽しかった旅の思い出がよみがえり、穏やかな気持ちになるのです」。スポーツをした後のすくすくたる運動のよさに、体をオフの気分にする。朝も音楽をかける。小気味よいリズムの「小犬のワルツ」など、決まってピアノ曲だ。音楽がウォーミングアップの役割を果たして、眠っていた体が次第に目覚めてくる。聴きながら、家事をこなし、スーツに着替える。東京ミッドタウンの高層ビルにある研究所へ。また所長の一日が始まる。(西村洋一)