

# “现在的家 看着心里舒服多了”

## 适老化改造后,厨房面积没大却更“能装”,定制橱柜让做菜更轻松

本期敲门:68岁何叔叔  
66岁王炎萍阿姨  
位置:上海市虹口区  
改造范围:厨房、卫生间  
改造费用:7.3万元  
家居亮点:井然有序的收纳理念

周到来敲门,走进沪上50+人家,感受他们的生活方式和各自眼中的家居美学!  
第二站,我们来到虹口区一户刚刚进行适老化改造的人家,男女主人都是60多岁,虽然最初改造是因为女主人王阿姨想要重新装修卫生间,但最终他们家改造亮点是厨房。

厨房主要是男主人何叔叔的“阵地”,把用了20多年的墙面、吊顶和橱柜全都换掉,虽然厨房还是和以前一样的大小、一样的U形布局,但明显亮堂许多,空间显得大了许多。此外,根据何叔叔的身高定制了高一些的85厘米橱柜,备菜、烧菜、洗碗不那么容易累;爱收纳的何叔叔还个性定制了3个大抽屉、8个小抽屉,让收纳更有条理。稍有些强迫症的何叔叔说,现在的家看着心里舒服多了。

### 两周时间完成厨房、卫生间改造

王炎萍家的房子还是1998年装修的,20多年过去了,原本精心装修的房子已经远远无法满足老两口的使用需求,甚至卫生间成为最大的安全隐患。王阿姨和何叔叔因为洗澡时打滑几次摔倒过。

王炎萍阿姨说:“年纪大了很怕摔跤,我想着非要重新装修不可了,再不改造,我和老公都要摔得瘫在床上。”

得知老婆想要改造卫生间,何叔叔立马提出了自己的要求——厨房也要改造。原来,何叔叔曾是部队炊事班班长,家中的厨房是他的“阵地”,在他看来,现在的厨房拥挤、杂乱,电器多了还容易跳闸,爱做饭、爱收纳的何叔叔对厨房很不满意。

“很多人都说,装修一次要脱一层皮,所以找到靠谱装修公司十分重要。”原来,王炎萍阿姨家之所以申请上海市适老化改造是看中他们的施工队伍靠谱。他们向居委会提出适老化改造的申请,在确定好改造方案、开工时间等一系列问题后,仅仅用了2周左右的时间,就完成了卫生间和厨房的改造。

改造之后,面积没变、格局没改,厨房却“变大了”。

### 为厨房空间扩容、用电扩容

何叔叔家厨房原本就是U形布局,算是厨房的最佳布局了,因此格局上没动。把墙面、吊顶和橱柜全部换掉,视觉上变得整洁、亮堂了许多。

原来,厨房白色吊顶、墙面上铺贴的暖白色碳纤维快装墙板,对于整个氛围的营造作用不小。就记者的采访经历,对于这一材料很多沪上老人并不熟悉,而此前在日本生活过一段时间的王阿姨却告诉记者“很眼熟”,“以前我住日本的时候,酒店、宾馆用的都是这种板材,有些人家也会用。”

当然,看上去“显大”是不够的,厨房的扩容往往在看不见的改造上。

管道重新排布,释放空间。原来,何叔叔家原本的柜子里有一段落水管,20年前装修时还在使用中,为了美观只能把管道包进橱柜,后来这段水管废弃不用了,纯粹只是占用空间,但改造的代价太大,就只能忍着。这次改造中,终于把早已弃置的落水管切除,橱柜的空间被大大释放。

负责这次施工的项目经理燕工告诉记者,废弃的管道占用空间,这也是他遇到的很多老房子适老化改造的通病之一。

重新布电线,厨房不再动不动就“断电”。容易跳闸是很多老房子里厨房的又一大“通病”,燕工说,这是因为老的装修中用的电线平方数以及接线方式无法满足人们家中越来越多的电器所导致。

何叔叔家的老厨房就是这个情况,一旦洗衣机开着,厨房用2个以上电器,就肯定会跳闸。

当初装修时,何叔叔家的厨房和卫生间是在同一路线上,以前没有那么多电器,跳闸的问题还不突出,现在用电多,跳闸是必然的事情。于是,在这次

的改造中,把厨房线路直接连接到入户电表。

此外,还把原本家中1平方的电线换成2.5平方的电线,何叔叔家厨房的跳闸问题,这下得到了彻底解决。

### 个性定制橱柜,更能装

由于何叔叔身高超过1.8米,常规的台面高度对于他来说很不友好,洗菜、切菜时需要一直弯腰,因此,这次厨房定制橱柜,把高度做成了85厘米,这样何叔叔就不用像以前一样,做饭一直弯着腰了。

燕工告诉记者,像何叔叔这样定制橱柜高度的厨房适老化改造需求挺多,甚至还有人家做出了高低台面。炒菜区台面低一些,台盆台面高一些,这样烧菜手臂不容易抬得累,洗菜洗完腰不容易弯得累。

抽屉个数和大小也能进行个性化定制,在前期沟通环节,对收纳颇有心得的何叔叔就提出,要做尽量多的抽屉。除了出菜区下面的3个大抽屉,何叔叔还提出做了8个小抽屉,方便分类收纳。

何叔叔家的吊柜比大多数人家做得更高,有1.97米,也是根据他的身高而定制的高度,保证他抬手能开柜门和取放物品。

当然,就算何叔叔这样的身高,记者看到他拿取吊柜上的东西还是有些吃力,燕工说,一些家庭在适老化改造中,厨房橱柜装了升降拉篮,方便拿取高处的物品,也是他们所推荐的适老化的用品。

### 收纳小技巧为新厨房加分

何叔叔曾经在部队的炊事班,所以很喜欢做饭,也对收纳稍微有些强迫症。

在全新改造后的厨房,何叔叔用上了自己的收纳技巧,让本就大大升级的厨房拥有更强收纳。

在地柜和吊柜之间,何叔叔自己安装了金属挂条,通过支架和玻璃搁板,形成了开放性的置物架。何叔叔把多年间买来的收纳盒叠放排列,上墙收纳,一目了然、取放很方便。

从这些餐盘的摆放可以看出何叔叔的强迫症,他说,他喜欢把这些都分类放好,“方形的和方形的放一起,圆的和圆的一起”。

当记者问道,为什么要做那么多小抽屉?何叔叔一一打开抽屉介绍里面放的不同类型的物品,他说,小的抽屉更利于归类。

何叔叔家中一些物品的摆放都是遵循着就近收纳的原则。所谓就近收纳,说明白点,就是在哪里使用就收在哪里。何叔叔说,他们家囤的所有洗衣液、拖把清洗剂等都放在浴室柜下面。

此外,灶台旁的橱柜特地留了一处空缺,用来摆放锅具。

何叔叔说:“以前的厨房柜子空间很小,再怎么有强迫症,东西多了还是乱七八糟。现在的厨房,看着心里舒服多了。”



改造后的厨房



改造前的厨房



收纳盒叠放排列,一目了然、取放方便



家里囤的洗衣液、拖把清洗剂等都放在浴室柜下面

晨报记者 吴琼 摄影报道

制图/潘文健