

<https://www.100.com.tw/article/751>
<https://www.100.com.tw/article/5940>
<https://www.searchome.net/article.aspx?id=65525>

- 廚房動線規劃：順手是最高指導原則
 - 核心原則：符合「冰 → 洗 → 切 → 煮」的流程
 - 水槽應在中間，左側是冰箱或備料區，右側為爐台最順手。
 - 此「直線式流程」尤其適用於一字型廚房（文章二重點）。
 - 三角動線（冰箱、爐具、水槽形成等邊三角形）則是 U型或L型廚房的經典設計
 - 注意事項：
 - 切勿將爐具與水槽貼太近，至少預留 80–90cm 為備料空間（文章一＋二皆強調）。
 - 若有 中島可做延伸動線使用，減少來回操作疲勞（文章二與三皆提到中島加值性）。
- 檯面尺寸配置：長度、深度與高度需量身打造
 - 檯面長度：
 - 建議整體檯面長度介於 240–360cm，過短不敷使用、過長動線會累（文章一與二皆述及）。
 - 備料區建議 80cm 以上（文章一具體指出）。
 - 檯面高度：
 - 依「身高 ÷ 2 + 5cm」計算最理想（文章三），常見為 82–88cm。
 - 若多人共用，取折衷值或區域化高低差是進階作法。
 - 吊櫃尺寸：
 - 建議深度 30–35cm，與檯面距離 60–70cm（文章一與三均詳列）。
 - 若太高造成使用困難，太低易撞頭或遮蔽視線。
- 水槽設計：大、深、有分工才順手
 - 尺寸建議：
 - 單槽：建議寬度 60–80cm，深度 20cm 左右。
 - 雙槽：更適合大量烹調與多人共用（文章三強調功能分工性）。
 - 功能與配置：
 - 水槽應配合左 / 右撇子設計左右擺放順序。
 - 避免水槽太靠牆或邊角，預留兩側空間作為置物或瀝水區。
- 爐具與抽油煙機配置：安全與效率兼顧
 - 爐具尺寸
 - 通常選擇 70–80cm寬度爐具（文章二指出）。
 - 爐具與牆面距離至少 40cm，避免油煙噴濺牆面或遮住風口。
 - 抽油煙機安裝要點：
 - 頂吸型：距爐面 65–75cm。
 - 側吸型：距爐面 35–45cm（文章一與三皆有標準說明）。
 - 管線盡量「短直不繞彎」，排煙效果最佳。
- 通道與櫃門空間：行走、開門都要預留
 - 廚房通道寬度：
 - 單人操作：90cm。
 - 雙人並行或搭配中島操作：110–120cm（三篇皆指出，文章一特別詳述）。
 - 中島周邊動線：
 - 中島兩側應預留 90–120cm 距離以便操作與行走。
 - 若空間不足，縮小中島寬度至 60–80cm 亦可達成輔助功能（文章一與二均有詳細說明）。
- 收納設計：不只要裝得下，更要好拿好收
 - 下櫃：
 - 選擇 抽屜式設計比傳統門片更實用。
 - 可搭配 轉角五金、抽拉式盤架、滑軌拉籃 等配件提升取用效率（文章三有具體建議）。
 - 吊櫃：
 - 不宜設計得太高，可搭配升降五金或層板收納。
 - 吊櫃主要放置使用頻率較低的物品，避免雜亂。
- 電器與插座配置：預留才不會亂拉線
 - 插座配置重點：
 - 每個電器（微波爐、電鍋、IH爐、咖啡機等）預留一組插座。
 - 插座位置要避開水源、火源、易滴水區。
 - 電器櫃建議預留散熱空間，深度至少 45–50cm（文章一、三皆提及）。
 - 電路配置：
 - 高功率電器（IH爐、烤箱、洗碗機）應有獨立迴路（文章三強調安全性）。

- 若設**中島電器**，插座需預藏於櫃體或地板，**避免裸露線材**。
- **照明與通風：操作明亮，氣味清爽**
 - 照明設計：
 - 主燈＋**檯面燈**是基本搭配，補足陰影處。
 - 若有吊櫃，可加裝**層板燈**、**感應燈**等輔助光源（文章三詳細提到各類機能燈的好處）。
 - 通風設計：
 - 除了抽油煙機，若無窗應加裝**排風扇或熱交換系統**。
 - 烹飪時避免氣味滯留，有助維持廚房乾爽與衛生。
- 一個好廚房，是動線、尺寸與機能的整合作品
 - 合理的操作流程
 - 順手的檯面與設備配置
 - 考慮家人共用的動線與空間餘裕
 - **預留未來電器升級的彈性**