

家政小學

小林義則編輯

二

K410.5

B 19

2430



小林義則編輯

正家

網物圖書館東京

類 經濟  
屬 三  
冊 廿七  
函

支那の書

小學

全三冊

文學社刊行

明治十五年九月十五日納付 小林義則

正家政小學卷之二

小林義則編輯

賓客接待の事

○凡そ接待の道或は廣狹の別ありと雖共、人間  
と交るる者なり、故に賓客の來訪

せし時之を接待する所以の大要を、左に説き

示すべし。

○人と交るるに其心を眞實にして、其言語動作を  
温敬ふし、其顔色を柔和よして、何事をも、短氣  
粗忽の振舞ひなきを、專要とす。然る時を自から

校家文、學、卷之三

衆人の信愛を得て、終始幸福を得ること多かるべし、若し之ふ反して、輕薄不敬の舉動をなす、詐偽の言を吐く時ハ、覺つて人の憎怨を受けて、平生相親しき間も、遂よえ不和を生じて、其身の害となる事少からざるなり、

○己れより、年齢或は格式等の上なる者ふ、訪れし時は、必ず自身と之を、玄關或を入口より迎へて、座敷に請延すべし、又己れより下なる者ふも、時の都合より、家内の者をして、之を座敷へ延かしむるも、妨げなしと雖共、總て來訪の

賓客ハ、己れと面會談話するを悦んで來れる者なれど、己れも悦んで不急の家事を差し、舍きて、快く對談すべし、又賓客の歸る時、尚ほ他客あれば、自身よ之を送らず、家人ふ命じて、玄關或を入口迄送らしむべしと雖共、其歸る客尊長よりして、留る者少賤者なれど、留客よ挨拶し、其坐を立ちて、歸客を送り、復席して、又留客に謝し、元の如くは應接すべし、

○衆客一時は訪ひ來る時、亦前條の法より由りて、坐敷に延き、各人々に少しづ、談話をし、

唯其中の一人と、長談をべからば、若し一客とのみ談話する時、其相手なき者も不快の心を懐くべけれハなり、

○總て談話する時を務めて人の氣に障らぬ様物靜かにすべし、又人の我よ對して語る時を、縱令ひ我の聞らざる事なり共、慎みて之を聽くべし、人の咄しの未だ畢らざる中、吾より事を言ひ出して、其咄しを中切るは、失禮の大なるものなれを、必ず其言葉の畢るを待つべし、

○口を禍の門なりと、古人の誠められし如く、言語を慎まざるより、禍を招く者、其例少からざれば、常は誹謗は渉る言は勿論、其他も總て言語を鮮くして、實行を勵むを肝要とす、特は事よ慣れざる若き者に於ては、最も再思熟慮して、言談すべし、

○人を招ぎたる時、其人若し吾が招がざる者を伴ひて來らば、此客は格別な禮敬を加へて、歡容を盡すべし、總て賓客來りし時は、先づ喜悅の状を示して、之を待遇すべし、雖共亦過

重し接待すべからず又家道不相當の饗應せんことて、夫れが為め小雜鬧ざわめざわめをなすが如きは尤も宜しからざるなり、

○人を饗せんと欲せば、手早く物静かよ、之を辨して、其煩勞はんらうの状を、客よ見せしめざるべし、總て賓客ひんきゃくは、飲食物の珍きよりは、家人の待遇の善きを悦ぶものなり、然るよ、若し之を饗せんことて、賓客をば、只獨客座敷どくくわざに坐せしめて、家人は、専ら其飲食物の事よのみ奔走し、臺所杯の躁さおかしく忙がはしきは、其客に對して、無禮の

甚ざりきものなり、

○人を引合するるとき、其際雙方の了簡を篤と聞たる上よすべし、其故は、其人々、元は心安きも、或は不和を生じて絶交ぜつかうし、或は他の嫌疑けんぎ等小て、交接するを好まざる者あり、又或事故じこよて、對面を欲せざる者あればなり、而して、座上よて、少長貴賤の客よ對面を紹介せうかいする小は、先づ、少者と賤者の氏名を、長者ちやうと貴者きやうよ告げ、然る後、長貴者の氏名を、少賤者よ告るべし、

○贈答往復ぞうたふわふくは、亦禮の一端よて、交際上よ大切な

る者なれば、文書及び物品の遺贈報酬共、毎  
我より、かれに後れて、疎遠ならざる様、注意  
すべし、然る時は、縦令、天涯各所、分離して、久  
しく相違ざるとも、同郷比隣、小在るが如く、其  
交誼を全し得べきなり、

火災を遁るゝ心得

○世人云ふ、偶然ゴウゼン小して火災を蒙ると、然れ共、多  
くは偶然ゴウゼンあらびして、平生諸事、小懶惰なる  
より起るものと、以故、小各自常、注意せば、火  
災の難は、少なかるべし、抑、火災起りて、狼狽す

るは、其起らざる初め、謹慎小して、安全なる  
よ、若かざるなり、因りて、左に、平常注意すべき  
大要を掲ぐ、

○將マシ棄んとする熱灰、及び消したての炭を、桶  
等に盛りて、之を室中、置くは、危険の事、一  
て、往々、之れより、火を發する事、あれば、能々注  
意して、熱灰を、家を離れたる土間、置き、消した  
ての炭ハ、之を消壺ケツに收むべし、

○毎夜、寢ネ就く時、必ず、消火壺、及び火鉢等を、檢  
して、火災の患、作らざる様、小とべし、又、燈火を

點トて、寢よ就く時、之を障子或は紙屑等の如き、火早き物よ、遠ざけて置くべし、又附木、早附木等を、點燈の爲め、不用るし、時、其、焚残り、を、能く消滅すべし、

○瓦斯燈の火光ハ必ず吹き滅す事勿れ、之を滅熄するには、其火口を塞ぎて、氣道を遮斷すべし、然れ共、猶ほ其瓦斯遁れ散トて、臭氣甚敷時、速かよ、家室の戸口よある、瓦斯管の龍の口を塞ぎ、室の窓戸を開きて、空氣を流通せしむべし、若し過ちて、瓦斯の遁散し、る室内よ、火燭

を携へ來れむ、其火忽ち其瓦斯よ移りて、満室皆火となるべし、是れ最も、注意すべき事なり、○石油燈の燈を熄す時ハ、螺旋を反して、心の燃部を半分程よ短かめて、火屋の下側より、氣を鋭くして吹熄すべし、決して、火屋の上口より、吹消すべからず、蓋し、其火石油よ移りて、猛火を發すること、あれはなり、

○洋燈の破裂等、ふて、石油よ、火の附きたる時は、蒲團或は毛布の類を以て、之を覆へば、容易に、熄滅すべし、然れ共、動かし難き、物品杯の間、

油火洩れて蒲團等を覆ひ難き時、灰汁を注ぐを最良法とす。決して水を注ぐべからば、若し過ちて水を注ぐ時、火勢相激し、且つ其火は流れて四方に延焼する故、常は心懸けざるべからざるなり。

○夜中、近火の報を聞きて、驚き起きしる時、先づ心を静めて、家内の處置を為すべし。

○衣服、火の移りし時、如何なる景況にても、必ず騒動すべからば、其心を静めて、先づ手近にある毛氈蒲團風呂敷の類を取り、密に其身

體に纏ふべし。若し其近傍に此等の品なく、且つ助くべき人も居合ざる時、其衣服を緊く身は纏ひ、床板又ハ畳の上に横臥して、輾轉すべし。此の若くは能く其機に應じて、法を行はむ。火焰速かば、熄滅して、大害をなすに至らざるものなり。

○凡そ油を煮るは、若し其中へ火の移りたる時、之を熄滅するは、冷油を灌入するを良しとす。然るは之に水を注げば、相激して沸騰し、之が爲めは火傷し、或は其火他に移りて、火災と



なるの恐れありとす

○人家稠密（ちゆうみつ）にして屢々火難ある地（我東京の如き所）於ては堅固なる土藏を築きて其不虞（ふぐ）は備ふべし然れども家産（かさん）は貧富の同トからざるあり地は廣狭の異なるありて各自皆斯くの如くする事能（あた）たざれば大切なる品物を豫て携（も）帶運搬（たいうんぱん）は便なる様小作りて非常の節は狼狽（もろ）せざる様小するを肝要とす

○家屋は火の移りて樓上より遁れ出んとする時樓梯は火移り或は既小焼落ちて遁れ出る

の方向を失ふ事あり斯る時を天窓（てんそう）より出て隣家へ移るか又は窓より遁れ出るの外更（さら）は方便なかるべし故小平生其便小供する仕掛の梯を設けざるべからず儲て窓より地上へ下る（くだ）るは綱梯（なうはし）を簡便とす又結目（むすめ）ある綱を居室に備ふるも以て危急の用は應ずべし

○家内は火災の起りて其烟氣（けんき）既に室中は充滿したる時直立して歩行すれば（煙死するの恐れあり故）匍（は）伏（ふ）して行くを宜しとす（何となれば）烟氣は上へ昇り清氣は下へ沈みて流通す

るを以てなり、

○礬砂又は「サルアンモニヤ」或は「ホスハート」アンモニヤの溶液にて調へたる棉及び麻の織物は、火の付きたる體が少く觸るとも、之は、火の移る事なかるべし、故に、火邊にて事を爲す者、之を用ゐる時は、不慮の危害を遠ざかるべし、又「明礬」及び「海鹽」等の溶液も、之と同トき功ありとす、而して之を製するの法は、左のみ難き事、非ずして、乃ち服を濯き洗ふ時、其濯き終りの水は、明礬又は「サルアンモニヤ」等一

「オンス」より半「オンス」迄を加つて濯ぐべきなり、

### 衣服の事

○凡そ衣服の料、木綿絹麻布及び毛織の四種ありて、時氣の寒暖より、各其功を異ふし、何れも、入用の物なれ共、元來衣服を身體を蔽ひて、之より生ずる温氣を適宜に保存する爲めの物なれば、先づ其清潔にして、能く皮膚の蒸氣を發散し、體の健康に適すべき物を第一として、外見華美の虚飾を次とすべし、如何に其外見美

麗なりとも、或は脂垢の着たる者ハ體の氣孔を塞きて、病を醸すの根元となる恐あり、故ハ平生の衣服を折々洗ふも、妨げなき様にして、其價ひを稍高くとも、總て地合よく、丈夫向きなるを撰むべし、又染形等の片面なるは、其價ひ廉あり共、之を洗へば薄ぎて變り易く、黒染藍又天鷲鷲染杯を、安直に染めさせれば、必ずラウハ杯と云ふ物を用ひて、地合を弱むる故、却て損なりと知るべし、

○衣服の料、麻布を暑に宜しく、毛織は冬に宜しく、

絹と木綿は其製裁方より、四季共々用うべし、而して木綿は其外見華美ならずと雖ども、其價ひ廉にして、屢々水に浸すも、格別其地合を損する事なく、絹布は輕くして美麗なれ共、其價ひ貴くして、之を平常の服に製する時は、其保ち方、木綿より及むば、最も綿線細太織等も、其價ひ廉にして、其保ち方亦木綿と齊しく、中人の服より適宜の者たるべし、唯美麗にして價ひの廉きを欲し、近頃織出せる、質縮緬杯を買ふ時を、忽ち破損する事、恰も紙製の衣服小均

一く、僅か一二ヶ月も着る時を、又用うべからざるに至る、不經濟の甚た敷き者なり、

○人に老少男女の別ありて、必しも相同ふする能えざれ共、其子女兄弟姉妹等を成たけ、其染色縞形等の、一樣なる品を着るを、徳用とす、何となれば、其衣類、傷損したる時を、其所を切り捨て、他の丈夫なる所と合せて、之を仕立てる時、無傷よして、可ありの物を、製するを得れ共、同品に非らざれば、其便なく、一度切れたる時を、之を仕立て替るも、他のものと綴り寄とな

る故、下着の料と爲す、小過ぎざればなり、

### 飲食物の事

○食物の良なるは、肉類穀類菜蔬よて、就中肉類は、滋養分多くして、消化し易く、且つ血液となる者多く、五穀類は、澱粉を含む事多けれ共、其滋養分と、消化し易きとは、肉類不譲り、菜蔬は、消化し良からざれ共、亦血中の諸生分を補ひて、血質を清淡ならむる功ありとす、而して、其緑色の菜葉及び諸菜根の中よて、人參等も、消化よくして、其滋養分も、穀物小同いとす、抑

我邦人の常食を、元來、五穀を主として、菜蔬と魚肉を併食す、蓋し、其温暖の氣候より適當せし物よて、且つ其價ひも廉なれば、今内外を斟酌するに固より、此を捨て彼を取るは宜しき所よ非ざるなり、而して、夏を淡泊の物を食ひ冬を脂滋の物を用ふるを、最も體の健全に宜しとせば、各家道の貧富と、時氣の寒暖に應じ、時々、厚味なる鳥獸の肉類をも調へ、其健康を、未ご病まざるに保護して、醫藥の料に代ふるも、亦自家經濟の一道と謂ふべし、

○茶酒菓子烟草を、舊來の習慣よて、一般に服用すれ共、其質を論する時を、茶は少く用うれば、人の精神を鼓舞し、且つ盛んならむるの功あれとも、刺戟の質あれむ、其熱きものを過量よ用うる時を、亦害となるべし、酒は多く飲む時は、血中に毒を遺して、遂に顛狂不治の病を作すべし、少く飲む時を、神氣を養ひ、血行を旺盛にする功なきよあらずと雖共、醉餘身の檢束を弛ふるの恐あれむ、女子婦人に於ては、成べくも用ひざるを宜しとす、又菓子の甘

味を口は適すれ共敢て身を養ふべきものお  
非ざるなり若し少く食すれば害をなさば  
と雖共糖製の物を多く食すれど胃腸の働き  
を弱くして血の流利を衰へしめ小兒は存りて  
を脾胃大人は於てを眼病等を醸すべし烟草  
も少く喫すれば鎮<sup>おん</sup>經<sup>けい</sup>濟<sup>けい</sup>とあり且つ時の徒  
然を慰め鬱氣を散するの功ありと雖共到底  
體を養ふ物ならず若し多く喫すれど咳<sup>せき</sup>  
を發し又胃の力を弱くする事著しと云ふ

○右の如く適宜は用うれば皆多少の功なきよ

非ざれば其度を過ごす時を却て其身の害と  
なるべし且つ朝夕は用うる所を年月の末は  
合計すれど其費ゆる所亦少ふからざるなり  
故に之を嗜好する者も亦生理は考へ經濟に  
徴<sup>おん</sup>して其度を節制すべし

○水は人の日常は欠くべからざる要物なれば  
必ず純清<sup>じゆんせい</sup>のものを撰むべし若し家用は供す  
る水を流川及び池沼等より引く時を終始心  
を用ひて不良物の混入を檢すべし且つ夏候  
を動物植物の質混合して汚穢<sup>おんじ</sup>多き故に殊更

注意すべし、水を清くする法は、水質が因りて一様ならん、即ち左より其法數個を示すべし、

一 大氣は露出し置くべし、然る時を、水質軟かふして、且つ淨清となるものなり、又大桶は水を盛りて、高所に置き、之は管を設けて、低處の器中へ注下するを宜しとす、

二 新よ焚きたる、木炭は灑ぎ或を震蕩して、之を軟かよそれバ、動物植物等の汚穢を除きて、其水純良となるべし、

三 水二升五合餘即西洋のの内へ硫酸十五滴よ

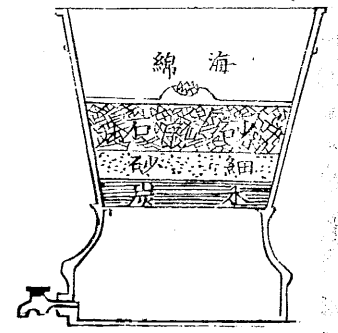
り、二十滴迄を投ずれば清淨となるべし、

三 腐敗を治するに、水を充分盛りたる大桶へ明礬粉一ヲンスを溶解して加へ、之を震蕩すれば、一二時間にして、其汚穢を盡く沈み去るなり、

四 濁水を純清にするの方を、水甕の内へ外皮を去りたる薑四五塊を入れ置くべし、然る時を、水中の汚物を盡く甕底に沈みて、他は純清の水となるあり、

五 水を漉すの法を、底小細小の孔穴ありて、尖り

たる陶器の中、海綿ウメカを置き、其上、清潔なる小圓石を器内四分の一は充つる程を入れ、之を常々水を入れたる桶中に掛くるなり、但し此水漉の底と桶の底との間へ、二三寸の間隙を残し、水漉の上部を桶の頂より少し高く置き、置て、此機關を用ふる時、水濁ハ桶底に残り、純水のみを海綿と圓石とを經過して、水漉の上面に上るへ、因りて、之を水溜り汲み入れ、用は供するなり、但し、其圓石と海綿と、時々清浄すべし、



上の圖は、水漉器械の最簡便の者なり、此器械は於て、水漉すべき所の水、最初、海綿を通る時、荒き汚穢を漉り去りて、然る後、砂石、細砂、木炭粉の層中を、漸次、水漉すべし、其口栓トウリスを捻れ、清水之より注射するなり、



雜題

○書物は、油の懸りたる時ハ、屋上の瓦にぬりたる漆灰を細末にまじりて、之を紙の裏表よりふりかけ置きて、一夜を経れば、其油脱去して、迹なきに至るべし、又滑石の粉を前法の如くして、一二夜を経るの後、刷りて掃ふも可なりとす。

○書損の文字を早く抜くには、木通の莖の切口に、水を付け、暫く字上を當て置きて、水の乾きたるときは、又前の如くに、二三回すれば、其莖

は墨を吸収して、白紙となる。又蔓荊子二匁、龍骨一匁、相子霜五分、定粉少許を細末にして、先づ水を文字の上を滴し、其上を右の粉をふりかけ置き、而して乾きたる後、小刷ひ去るべし、是法よてむ、太き文字とても、取れざることもなし、と雖共、只急ぐ時を、前の法方をを用うべし、又筆の管の後、水を付け、且つ白紙を小さく切り、て、字の裏表を當て、徐々、幾度もたくきて、當てたる紙の黒くなりたる時を、又他の白紙に換へて、數回斯くの如くすれば、略ぼ其文字の

見得ざる程小至れ共是方よ於ては少く紙色のしるむものなり

○煤氣たる唐紙の上よ他の紙を貼りて汚點の出るを防くよは煤氣たる紙の面へ生澁を布を宜くとす

○雨障子の如き水氣を受くる物よ紙を貼る時ち其紙離れ易き故其糊よ醋少許を入れて製すべし然る時は縦令濕氣を受くること其患なきものなり

○象牙よて造りたる器具の垢汚を除くにち輕

淨石の粉と水との埴粉にて洗ひ然る後其上に硝子板を蔽ひて太陽の照す所よ置く時ち其色元の如く潔白よ成るべし

○硯水の凍る時之を除くよち胡椒を碎きて入れ置くべし

○石盤の汚れたる時ち石鹼及び水を以て洗ひ摩擦して乾くすべし又堅炭厚朴炭よ水を濺ぎて磨く時ち愈用かて愈可なる小至るべし

○藁細工の品物を眞白よなさんよは清水よ硫

酸少許をませ、之を刷子はけお付けて洗ふべし、或は、其品を箱に入れ、其下は硫黄を焚きて、其烟氣は晒すを良しとす、新調しとる帽子等も、硫黄の氣あるを、即ち是なり、

○住所中の不潔なる氣及び百般の汚穢なる蒸發氣等を除き去るには、時々窓戸を開きて、清き空氣を流通せしむべし、又火を燃すと、空氣の流通を盛んよせしむる良法よて、入梅の時節等、濕氣深き時を、ソウジ草根を燻べて、之を掃ふべし、又硫黄を燃せば、空氣をし、て清良

ならしむるの功あり、

○惡臭の染みとる房室を、石灰よて塗るを宜しとす、又厠塵芥入等の不潔なる場所へ、時々石炭酸を灌ぐとき、其臭氣を防くと雖、ごも、若し、植樹等よ注ぎ掛る時を、忽ち枯る、故能く注意すべし、又誤りて之を飲む時を、劇毒げきどくあるを以て、最も心を用ゐるべし、

○蟻を小虫よて、他は害なきが如し、と雖共、或ハ、園庭の植物よ、アブラ虫を附けて、其生長を妨げ、或を度中きちゆうに入りて、糖菓とうくわは薄く時の如きは、

容易に除き難きものなり、今其蟻を滅絶する  
には、生石灰少許を、蟻の巢窟スズクに入れて、之は熱  
湯を注げば、能く鑿殺ウツコロスして、再び此に集り來る  
ことなし、

○木虱カサガヒの、菊杯キキお付きたるを、除くよは、莨菪カサガヒの莖スチを煎  
じて、其水を之にお注ぐべし、

○油布アブリ蓋フタの布ヌメなりは、乾きたる床の上よのみ置  
くを要とべし、若し其床の畔ヘリ僅かの濕氣あれば、  
忽ち黴カビを發し、隨ひて、其品腐壞すべし、故よ、  
濕氣に近づかむべからず、又其黴を除去す

るよは、乾きたる布を以て、其乾く迄、緩かき  
擦すべし、然る時を、其摩擦する乾布、砂石及  
ひ細塵コホリの附かざる様、屢々之を振ふべし、若  
し否せずして、其儘に摩擦すれば、大ひよ布の  
光澤を損害すべきなり、又我邦の桐油カキアブも、濕氣  
あるをた、みて、収め置けば、相粘着カネアヒして、黴を  
生し、腐壞する故、梅雨の氣候の如き、濕氣深  
き砌りは、折々之を出だして、日向カハタに乾かすべし、

養生の事

○人の幸福は、身の健康なるより大ひなるは、お

其健康を保つよは所謂養生の法よ従ふべし、抑養生の法よ於ては空氣と飲食物の善惡を撰ふを第一とし、故よ常々清良の空氣を呼吸して、滋養多く且つ消化し易き物を飲食するを務むべし之よ次で要用なるは住家と衣服よして身體の運動と清潔も亦忽かせぬすべからざるものなり、因りて今之を左よ陳述す。

○人の呼吸する空氣を酸素と炭素とより成りたる物なり而して、最も呼吸よ要用なるを酸

素よして、其酸素を清良なる空氣の中よ多しといふ。

○日々飲食の品料及び分量を各地時氣の寒暖と體の強弱年の老幼及び作事の勞逸よよりて互よ同からされ共總て、冬は厚味の物を撰と夏は淡泊の品を撰み、且つ食餌と食餌との間を定めて、其身體壯健なる通常の人よ概五六時間を距つべし、又事よ勞力する者と小兒の如きは尋常の大人よよりも、度數を増すべしと雖共、亦能く注意して、其食時の間を亂す

べからば

○食事時間を亂せむ先きは食して半は消化せし物と今食して未だ全く消化せざる物と胃中に混合し其働き十分ならずして遂は病を發するものなり又心身を劇しく勞動せし前後は直きよ食事を爲べからず何となれば心身を劇しく勞動する時を血液ハ多く其部分又循環して消化の道具に不足し隨ひて其力少なければなり故に入浴の如きも食事より凡そ一時の後お於てすべし且つ寢お就くお

は少なくとも食後三時を隔つべし

○睡眠の中は恐るべき夢は驚く者の如きは概ね胃中の消化よからずして快き眠を得ざるが爲めなり抑飲食は元來體を養ふ所以の物あるを徒ら甘旨を嗜好して放飲過食し之か爲めよ却て其健康を害する者の如きは實は笑ふべく亦憐むべきの事ならずや故に今食欲を盛よして且つ其消化の力を増し身體を強壯よせんとせば其適宜の飲食物を適宜よ飲食し適宜の時間を以て清良の空氣中にお適

宜の運動を為すべし、

○平生適宜の運動を爲して、五體の肉を、一様小働か—むる時は血液の流通よくして、體力盛なる者なり、冬寒の時手足の冷るを患ひ酒を用ゐて、血の循環を速り小し、以て寒氣を防がんとする者あれ共若し、此等の人々をして、一個の職業よ勤勉せしめなば、忽ちよ其血液能く流通して常お手足の温なるれみならず、隨ひて、其身も健康となるべし、

○睡眠の間を、五官耳、目、鼻、口、及ひ皮膚の功用休止して、精

神を發動せしむる事なく、日中の勞費を補ひ、其神力及び體氣を復する事多しとす、故小人々、若し、睡眠足らざれば、精神疲勞し、身肢倦みて、欠伸する者なり、然るよ、尚ほ久しく眠らずして、神思を勞する事多ければ、疲氣彌増して、神力銳きよ過ぎ、些しの事よ驚き易く、五官も甚ぞ敏小して、物事目小觸と易く、耳鳴り四肢震へて、筋力弱り、身體瘦せて、其思ひ謀りし事を、遂くる能をざるあり、

○人々、物事は虚感せず、喜怒哀懼の情、妄りに起

らざるは其精神強くして物事よ動かされざればなり故よ豫トめ安眠の時間を定めて少なくとも毎夜六時間を必ず就寢すべし然りと雖共多く寝て業を爲す甚ど少なく精力安逸よ過くれむ才氣發動せず筋骨軟らぎ弱り其全體怠惰よ流れて機會小應ずること能を以却て諸種の病症を起すものなり

○眼は吾人の周圍よ於ける萬物の形狀大小及び其所在の遠近を辨知する者ふして人の幸福を保するよ於て最緊要とす而して身體よ於

ける他の道具と同トく既よ之を用ふる時を又隨ひて之を休めざるべからず若し眸を凝して久しく物を見る時は其視力必ず衰弱すべしと雖共若し又全く之を用ふる時を却て眼力の遲鈍を招く者ふり而して又強き光を視或は久しく暗室よありて急よ光明の處よ至り或は毎小斜小物を視る如きは眼の爲めよよろからずとす眼の保養を爲さんふは平生日毎小數回清水を以て之を洗ふべし又砂塵の如きもの若し誤ちて眼中よ入たる時は



直くよ明うるき所よ出て、柔りなる絹布の片ふて、之を掃ひ除くべし、總て細き工事を爲す者よ常よ素透目鏡を掛れば、大ひよ視力の疲れを防ぐ者なり、又近眼の人は凸の鏡を用ゐ、遠眼の人は凹の鏡を用ゐるを、良しとす。

○耳も亦、人身中よ於て甚だ大切の部分よて、能く物の音響を聽き、日々の歡樂を盡して、我終年の智識を開くことを得るものなり。

○耳の構造を種々の骨肉より成り立ちたる者よて、其音響を受け之を智覺せしむる者ハ鼓

膜あり、諸其鼓膜よ極めて烈き響を受くれば、或を破と裂るの恐あり、若し、又其鼓膜厚く變じ、或を其外面よ疔腫の積りたる等の時、或を他の事よて、内耳を存害せし時の如きは、皆聽官の遲鈍を致す原となるべし、故よ針の頭杯よて、耳竅の痒を搔く時は、其が爲め、火衝を患ること、屢々之ありとす、因りて、之等の事を、決して爲すべからし。

○鼻を物の香臭を能く辨へ知る所よして、其孔内よは、一圓よモコーウスといふ膜を被れり、

○鼻も口并小皮膚の如く、常小能く、之を養ふ時  
を甚だ鋭敏鋭敏に至ることあり、譬へば、亞米利加之土  
人の如きも、人體の臭氣を嗅きて、彼我の人種  
を容易に區別すといふ、而して、鼻の嗅覺嗅覺を鋭  
くせんにも、腦髓腦髓と嗅神經嗅神經を健にして、且つ鼻  
孔の「モコーウス」膜を滋潤滋潤せざるべからず、然  
るに、今之に反して、或も其膜を厚くし、又乾か  
す等の事を爲す時、嗅官嗅官の働きを減するも  
のなり、

○口も食味を能く辨知するの具にして、就中、舌

を其最とす、人の食味を辨ふるは、流動質の料  
を除くの外は、必ず齒にて碎き、唾液唾液を以て、稍  
く之を溶さるを得ず、故に、若し、乾きたる固  
形の食物を食ふ時、先づ唾液唾液を由りて之を溶  
かさざれば、決して、其味を辨知すること、能ハざ  
るなり、彼の田舎杯よて、麻を紡む者、動もすれ  
ば、唾を以て、麻糸を潤す故、線の衰弱を致  
し、食物を潤すに不足して、食物の消化を惡く  
くすることありといふ、

○齒の色は變り易うて、且つ衰へ易く、或ハ又

痛を生ずる等の人、其原を或は胃熱より起るか、或は他の事より起るかは、未だ詳かならざれども、假令天稟此惡性なる齒よても、幼穉は時より能く注意すれば、大抵を後來に衰敗を豫防し得るものなり、偕齒を清くするに、毎朝盥ひ嗽ぐ時、微温湯又を清水を以て、適宜の楊子磨粉を着け、齧を害せざる様、摩擦すべし、又食後には必ず齒の間は狭りたる物を除きて、且つ嗽ぎ、又寝る時も嗽ぐべし、然る時、齒痛と齧腫等の患少しして、能く齒牙を保

つべきなり、

○皮膚は總て、他物に觸れ能く、其粗密と冷熱等を知るよ、銳き指頭及口唇を最とす、もれなり、且つ皮膚の働きに由りて、其汗管及び氣孔より、無用の廢物を體外に漏し出すこと、一晝夜の間は八、凡そ二十号一号は我一厘七毛より三十号の多きに至るといふ、故に皮膚垢れて、氣孔等を閉塞するか、或は寒氣に冒されて、其蒸發を止むる時は、其廢物出る路を失ひて、再び血を混じり、體內に積り、遂に肺胃等の働きを妨げ、或は咳嗽及

ひ頭痛を起し、或は、飲食物を消化せずして、下痢を發すること多しとす。今、全身の皮膚に於て、常、其健かなる働きを保たしめんとするは、必ず、衣服浴湯日光空氣等の事は注意するを緊用とす。依りて又、其要を左に記るす。

○常、身體を洗ひ、皮膚を清潔にして、體の蒸氣を發散せしむる時、血液の循環自由を得て、風邪感冒カゼの患も、少なきものなり。然れ共、浴湯の熱きに過れば、表部を弛めて、皮膚の力を失ふ故、少々の寒さにも、忽ち感ず易く、又湯の

冷きに過るも、虚弱キヨクの人、適せざるなり。故、微温湯ヒコシヌルメに浴して、能く垢を洗ひ落し、直きに衣服を着て、再び發汗すべき程、運動すべし。又、寒候に、熱湯に浴して、后、單衣を着し、永く涼むは宜しからざるなり。總て、身體壯健にして、日々運動する者、毎日浴すべし。虚弱の人は、月に五六度浴すべく、甚だ疲れざる人を浴すべからざるなり。但し、浴湯の温度、通常の人に於ては、夏は七十度、冬は八十度位を適宜とす。

○又、爪を清潔にするに、石礮イソハと水とよて、能く



しからざるなり、若し、衣服も、雨露等を受けたる時を速かよ、之を脱き去り、乾きたる手拭よ、て、肌を摩り、其色の紅くなるよ、至らむべし、  
○又傳染病よ罹りし人を、見舞ひたる時は、我衣服へ、其病毒を含むことある故、速かよ、之を脱き去りて、之を洗ひ、且つ、其全身をも洗ひ清むべし、

○空氣は、只呼吸の用お供するのみならず、皮膚の働きを爲すよ、於ても、欠くべからざるものなり、何となれば、皮膚の汗並よ脂等の如きも、

多くは、空氣中よ蒸散するものよ、て、其空氣我皮膚と親しく相觸されば、斯の如き功用を爲し難ければなり、故よ、衣服よは氣孔の粗き品物を用ゐて、且つ、肌に密着せざらむるを、良とす、

○日光は、我地球よ、光を下して、視力の用を爲すのみならず、亦大ひよ、體の皮膚をも、強壯ならしむるものなり、故に、平生闇室よ住居して、能く、日光を受けざる人は、皮膚灰色と變りて、虚弱を現すものなり、蓋し、日光は、皮膚を強壯す

るのみならず尚ほ又血液は其徳を及ぼして全身の強壯を致すものなり故に學校の講堂及び商家の肆店其他臺所並に座敷の如きも亦能く常に空氣の流通をよくして日光を十分受くる様にするを最も肝要とす  
校 家政小學校卷之二終

明治十三年十月十一日版權免許  
同 十三年十月出版  
同 十五年四月廿五日校正再刻御届

出版 文學社

編者 池賀縣七族 小林義則

東京日本橋通三丁目 丸家善七	東京芝神田前 和泉屋市兵衛
大塚心齋橋通 丸家善蔵	同馬場 森屋治兵衛
西京寺町通 丸家善吉	横濱辨天通壹丁目 師岡屋伊兵衛
柳小堀 丸家善八	
横濱辨天通 師岡屋伊兵衛	
同壹丁目	