

吉村靜子

第二學年兒童用

高等小學
理科
家事教科書

文部省

K140.52
1
2

第二學年兒童用

高等小學
理科
家事教科書

文部省



目 録

一 割烹心得	一	十三 飲食物	一四
二 野菜の切り方	二	十四 献立	一五
三 野菜の煮方	三	十五 食物の貯藏	一五
四 味噌汁の作り方	五	十六 飲料水	一六
五 飯の炊き方、澄汁の作り方	六	十七 嬰兒の取扱	一七
六 魚の拵へ方及び煮方	六	十八 哺乳、嬰兒の飲食物	一八
七 魚の焼き方	七	十九 小兒の衣類	二一
八 牛肉の調理	九	二十 小兒の疾病	二一
九 酢の物の作り方	九	二十一 小兒の躰け方	二三
十 鶏卵の調理	一〇	二十二 一家の經濟	二五
十一 漬物の漬け方	一一	二十三 善良なる家庭	三一
十二 病人の食物	一三		

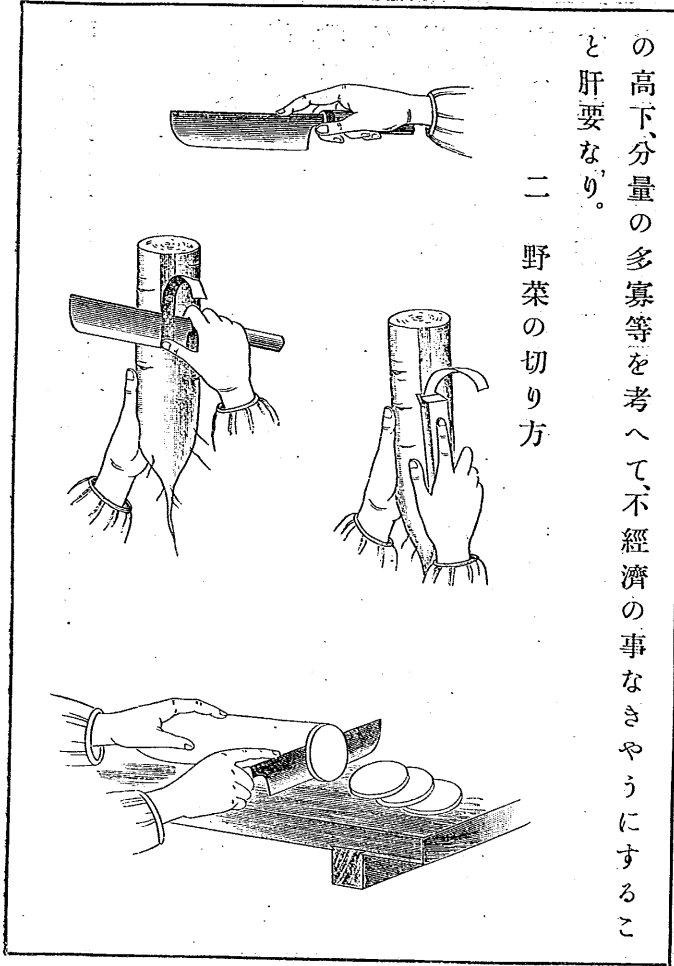
高等小學 理科 家事教科書 第二學年兒童用

一 割烹心得

割烹をなすには、先づ身仕度をよくし、仕事の順序を考へ、材料器具を都合よく取揃へ置くべし。手順の前後をあやまりて、無益に時を費し、又は味を損ずるが如きことあるべからず。又常に清潔の點に注意し、材料器具の清潔を保つは勿論、豫め髮の亂れを整へ、手先を清めて後調理にかかるべし。器具はそれぞれ置場を定めて整頓し置き、食品を取扱ふにも、亦よく注意して亂雑ならざるやうにすべし。食品其の他炭薪等に至るまで、聊のものも無益に棄つることなきやう心掛け、之を買入るるには、よく品物のよしあし、直段

の高下、分量の多寡等を考へて、不經濟の事なきやうにするこ
と肝要なり。

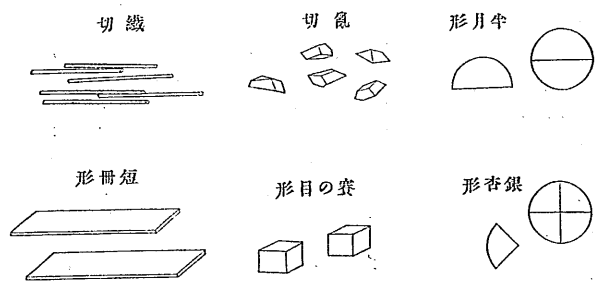
二 野菜の切り方



庖丁を持つには、右の手の小指と無名指とにて柄を握り、他の三指は自由に動くやうにすべし。
大根にんじんの類を切るには、先づ皮剥^は又は庖丁にて皮を剥き、俎の上に載せて、左の手にて之を支へ、輪切、半月形、銀杏形、亂切、賽の目形、織切、短冊形等、適宜の形に切るべし。

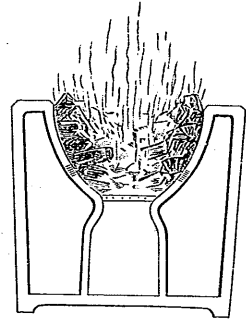
三 野菜の煮方

七輪に火を起すには、火種を真中におき、其のまはりに炭を積むを可とす。其の積み方は、中の方を低くし、次第に外



側の高くなるやうにすべし。

煮物に用ふる鯉節は、薄く大きく削るべし。新に用ふる鯉節は、



よく洗ひて布巾にて丁寧ていねいに拭ひたる後、逆目さかめにならぬやうに削るべし。野菜は、其の種類によりて、或は燻燻でたる後に味をつけ、或は初より味をつけて煮るべし。野菜を燻燻づるには、鍋の湯の煮え立つを待ちて之を入るをよしとす。菜さいさやいんげんさやゑんどうなどのときは色のかはるを防ぐ爲め、鍋の蓋を取りおくべし。

燻燻でたる野菜に味をつくるには、其の容積かさの八分程の湯と湯の容積の五分の一程の砂糖とを加へて蓋をなして煮るべし。

次に鯉節を入れ、次に砂糖と同じ容積の醤油を入れ、略汁のなくなる迄煮つめて、鍋をおろす時に醤油を極少し入れて、よくまぜ合すべし。燻燻でずして初より味をつくるものは、之を覆ふ程に湯を加へて煮るべし。此の場合に用ふる砂糖及び醤油の割合は、前より稍、少くすべし。

四 味噌汁の作り方

味噌汁を作るには、先づ適量の味噌を搗鉢すりばちに入れ、十分にすりたる後、水を少しづつ幾度にも加へてすりませ、適當の濃さとなりたるとき、味噌漉みそくにて鍋の中に漉し入れ、火にかくべし。かくて其の煮え立ちたるたぎるとき、汁の實を入れ、其のよく煮えたるたぎとき、鯉節を入れるべし。

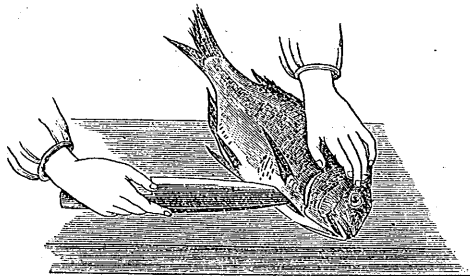
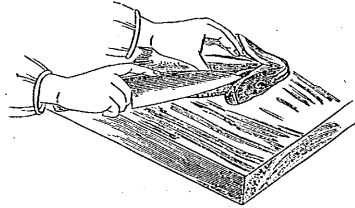
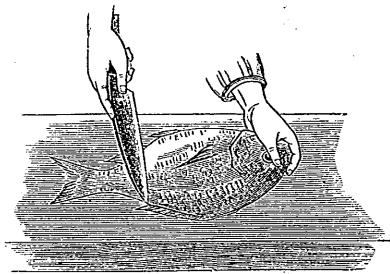
五 飯の炊き方、澄汁の作り方

飯を炊くには、磨きあげて水を切り置きたる米を釜に入れ、米一升到付凡そ一升二合の割合に水を加へて煮るべし。火は釜底全體に行渡り中途にて火勢の衰へざるやう注意すべし。さてふき上りたる後五六分間にして火を去り、又十分間位を経て釜をおろし、暫時にして飯を飯櫃に移すべし。釜には飯粒の残らざるやう丁寧に取り、後之に水を入れ置くを可とす。澄汁を作るには、鍋に水を入れて火にかけ、其の煮え立ちたるとき汁の實を入れ、其のよく煮えたる後、鯉節を入れ、二三分間の後、鹽と醤油とを少し加へて味をつくべし。

六 魚の拵へ方及び煮方

魚を拵ふるには、先づ鱗を取り、次に鰓腸を取り、水にて洗ふべし。

し。之を煮るには、煮え立ちたる煮汁の中に入れて煮るべし。

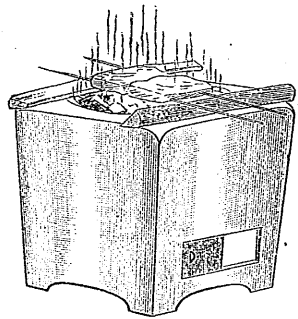


頭付の魚は、頭を左にし、腹を手前にして皿に盛るべし。

七 魚の焼き方

魚を鹽焼にするには、之を皿にならべて、鹽を一様にふりかけ、

次に裏返して同様にふりかけ、凡そ三十分間の後、水にて鹽を流し去り、火にかくるとき再び鹽を少しふるべし。



之を焼くには、七輪に火をよく起し、適宜の臺を置きて、串にさしたる魚を之にかけ、片面の焼けたるとき裏返し、串を廻してまた片面を焼き、俎の上におろして、魚の崩れざるやう串を抜取るべし。又金網にて焼くときは、先づ網を火にかけて、其の熱くなるを待ちて魚を載すべし。

八 牛肉の調理

牛肉を煮るには、先づ脂肪あぶらを鍋に入れ、其の略解くるを待ちて肉を入れ、肉の色の略變りたるとき豆腐葱等を入れ、次に砂糖を加へ、暫くして醬油を入れて煮上ぐべし。

又之を焼くには、二三時間味噌又は醬油に漬け置きたる後、二本又は三本の金串をさして焼くべし。

牛肉を切るには、其の纖維の短く斷ち切らるるやうにすべし。

九 酢の物の作り方

酢の物は、野菜又は魚類に二杯酢又は三杯酢をかけてつくり、或は之を胡麻酢味噌等にありてつくる。

野菜は大根、胡瓜、白瓜等を用ひ、細かに切り、鹽にて揉みたる後水氣を去り、暫時酢に浸し置き、軽く之をしぼり、器に盛りて

二杯酢又は三杯酢をかくべし。胡麻酢和酢味噌和にするときは、しほりたるものを器に盛る前に胡麻酢又は酢味噌の中に入れてまぜ合すべし。

魚類は鱒、比目魚等脂肪少き魚を選びて刺身のやうにつくり、鹽を少し加へたる酢に浸し置きて用ふべし。

二杯酢は酢と醬油とを合せてつくり、三杯酢はこれに砂糖を加へてつくる。

胡麻酢は炒りたる胡麻をすり、之に砂糖酢醬油を加へてつくり、酢味噌はすりたる味噌に砂糖と酢とを加へてつくる。

十 鶏卵の調理

鶏卵を焔づるには、煮え立ちたる湯に入れて、凡そ一分間の後器を火よりおろし、凡そ十五分間其の儘になしおくべし。但し

半熟にせんとするときは、凡そ五分間にて可なり。

炒り玉子玉子豆腐厚焼玉子等をつくるには、つくらんとする物の種類に随ひて、鶏卵にそれぞれ適量の煮出し醬油砂糖及び鹽を加へてよく掻き廻し、炒り玉子をつくるには、之を鍋に入れ、火にかけて掻き廻し、煮えきらぬうちに火よりおろし、よく炒りつくべし。玉子豆腐をつくるには、これを器に入れたる儘煮え立ちたる湯の中に入れて蒸すべし。又厚焼玉子をつくるには、油を引きたる玉子焼鍋に入れて焼くべし。

十一 漬物の漬け方

鹽漬

菜白瓜等を鹽漬にするには、漬物桶の底に鹽をふりて菜又は白瓜をならべ、一かは毎に鹽をふりかけ、皆漬け終りたるとき、

壓蓋をなし、壓石を載せ置くべし。

茄子は、水、鹽各、一升の割合にてつくりたる鹽水を煮立て、其の十分冷えたる後之に漬け込むべし。

大根のきざみ漬は、大根を薄く短冊形に切り、細かく刻みたる少しの葉と共に桶に入れ、鹽をまぜ軽く壓石をなし置くべし、
糠味噌漬

糠味噌漬をつくるには、篩にかけたる糠に一旦煮立ててさましたる鹽水を加へ、よく掻きまぜて之に大根、茄子、胡瓜等を漬け込むべし、鹽水は糠一斗に付水、鹽各、五升の割合にてつくるを可とす。

糠味噌は、漬物の出入の度毎に必ずよく全體を掻きまぜ、上を平らにならし置くべし。

十二 病人の食物

粥をつくるには、米に凡そ三倍の水と少しの鹽とを加へて火にかけて煮え立ちたるときよく掻きまぜ、火を弱くして煮るべし。

粥汁は、米に凡そ五倍の水を加へて火にかけて煮え立ちたるときよく掻きまぜ、火を弱くして煮器に取りて後鹽にて味をつくべし。

葛湯は、葛粉又は片栗粉に凡そ二倍の砂糖を加へ、水を少し加へて解き、之によく煮え立てる湯を注ぎつつ、よく透きとほるまで掻き廻すべし。

ソツプは、程よく碎きたる鶏の骨と細かに切りたる牛肉とを鍋に入れ、水と鹽とを加へ、強き火にて煮立て、上に浮きたる滓

を去り、細かに刻みたるに、にんじん、葱等を入れ、弱き火にて煮詰
め、布にて漉すべし。

十三 飲食物

食品には、米、麥、豆類、野菜類の如き植物性のものあり。又肉類、鶏
卵の如き動物性のものあり。人體の營養に缺くべからざる蛋
白質、脂肪、炭水化物、灰分等は、是等の食品によりて供給せらる。
而して、是等の食品は、各其の成分を異にせるが故に、吾等は適
當に之を交へ用ひて、身體の健康を保つに必要なる滋養分を
取らざるべからず。

鹽、砂糖、味噌、醬油、酢等は、食品に味をつくるに用ふるものにし
て、亦缺くべからざるものなり。

茶、珈琲、山椒、蕃椒、山葵、胡椒の類は、滋養の効なきものなれども、

之を好む者にありては、消化を助くる益あり、但し多く用ふる
ことを避くべし。

十四 献立

献立をつくるには、適當の滋養分を取るを主とすべきこと勿
論なれども、又費用の多寡、人人の嗜好等を考へ、習慣、季節場合
等を斟酌して之に應ずるやうにすべし。

十五 食物の貯藏

魚類、鳥獸肉を貯ふるには、冷し置くか、又は鹽、醬油、味噌等に漬
け置くべし。又煮たるものは煮かへし置くべし。

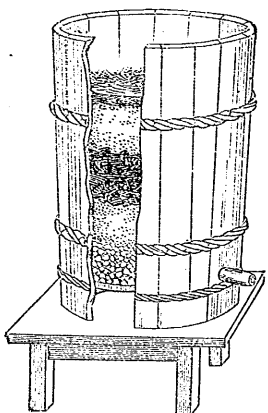
鶏卵は、籾殻又は小豆の中に埋め置くべし。冷したる石灰水の
中に入れ置くも可なり。

飯は、夏期にありては、飯櫃に簞蓋をなして風通しよき處に置

くか、又は笊に入れて吊し置くべし。
穀類は、其の入れ物に濕氣の入らざるやうにすべし。經節は風
通しよき處に置き、時時日光に曝すべし。茶、乾海苔は罐に入れ
て蓋を堅くなし置くべし。

十六 飲料水

水の良否は衛生上に大なる關係あるものなれば、飲料水には
特に注意せざるべからず。
飲料水としては清澄透明
にして色なく臭なきもの
を適當とす。若し斯の如く
よき水を得難き場合には
煮立て或は濾して用ふべ



し。又飲料水には、必ず蓋をなして、塵埃などの入らざるやうに
すべし。

十七 嬰兒の取扱

嬰兒は、其の身體極めて軟弱なるものなれば、其の取扱は特に
注意せざるべからず。之を抱くには安らかに仰臥せしむるや
うにし、寢させるには仰臥の外、側臥をもなさしめて時時臥位
を換ふるをよしとす。

眼は、塵埃を受けざるやう、又烈しき光線に當らざるやう注意
し、朝夕之を拭ひて清潔を保つべし。

口は、哺乳の前後及び入浴のときに、よく舌上顎齒齦等を拭ひ
清めて乳滓の口中に残らざるやうにすべし。

生後百日以内にありては、なるべく冷かなる空氣に觸れしめ

ざるやうにすべし。
 なるべく毎日入浴せしむべし。浴後は、濕りの残らざるやう十分に身體を拭ふこと肝要なり。身體各部の凹める處には亞鉛華澱粉等をつけて糜爛を防ぐべし。
 便通に異状あらば直ちに醫師の診察を乞ふべし。又便秘したる時は直ちに灌腸を行ふを可とす。便通によりて汚れたる襁褓は速かに取換ふべし。

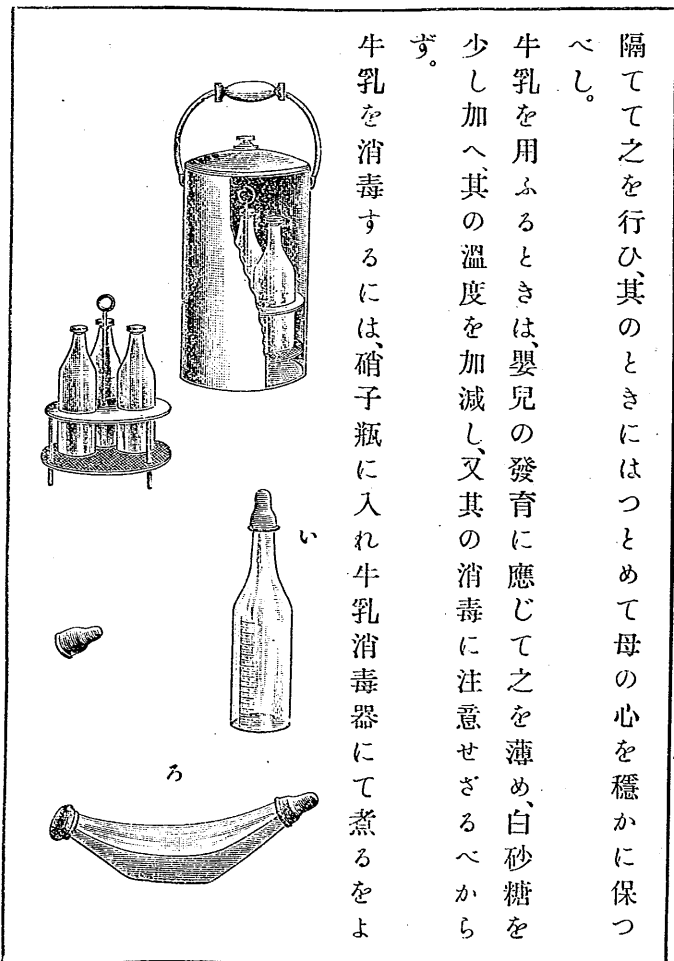
十八 哺乳、嬰兒の飲食物

哺乳には母乳を用ふるを最も適當とす。故に母乳の質よろしからざるか、又は其の量の不足なるときの外は、乳母を雇ひ又は牛乳を用ふるなどの事をなすべからず。
 哺乳は生後二ヶ月位までは凡そ二時間、以後は凡そ三時間を

隔てて之を行ひ、其のときにはつとめて母の心を穩かに保つべし。

牛乳を用ふるときは、嬰兒の發育に應じて之を薄め、白砂糖を少し加へ、其の溫度を加減し、又其の消毒に注意せざるべからず。

牛乳を消毒するには、硝子瓶に入れ牛乳消毒器にて煮るをよ



しとす。消毒の後は器より取出したる硝子瓶に護謨の哺み口をつけて其の儘用ふるを可とす。哺乳器は用ひたる後熱湯にて丁寧に洗ふべし。

哺乳をやめて普通の食物に移らしむるには、乳齒の初めてはゆる頃より粥汁、葛湯等を哺乳の間に交へ用ひ、生後一ケ年より一ケ年半の間に於て全く離乳せしむべし。

離乳の後は、初めに牛乳、玉子、粥等を與へ、次第に軟き米飯、魚肉、消化し易き野菜等を用ひ、生後二ケ年を過ぎたる頃より、大人と略、同様なる食事をなさしむべし。

食事は時を定めて與ふべし。濫りに間食をなさしむべからず。食事をなさしむるには、食物をよく嚼み碎きて嚙み下さしむべし。忙しく飲食せしむべからず。又過食せしむべからず。

十九 小兒の衣類

嬰兒の衣服は軟かにして通氣よきものを用ひ、袖は潤袖とし、附紐を結ぶには、胸をかたく締めざるやう注意すべし。

襦袢は、生後半年位までは裏返して著せ、屢洗濯して常に清潔ならしむべし。

嬰兒には、大人よりも稍厚く著すべし。軀幹手足を普く被ひて體温を失はしめざるやう注意すべし。

歩行し得る頃に至らば、衣服に腰揚をなし、袖を筒袖にして運動に便ならしむべし。

襪は數多くつくりおき、汚れたるものは直ちに取換へ、常に清潔にして乾きたるものを當ておくやうにすべし。

二十 小兒の疾病

哺乳兒が乳を吐き緑便を通ずることあらば、これ消化不良に罹りたるものなれば、直ちに哺乳の度數及び分量を減ずべし。若し容態重きときは、一時哺乳を止むべし。

感冒は他の病のもととなるものなれば、嬰兒は特に注意して常に之を暖かならしめ、感冒に罹らしめざるやうにすべし。

肺炎に罹りたるときは、醫師の指圖に従ひて體温を検し、蒸氣吸入を行ひ、溫濕布を用ふる等、其の手當を怠るべからず。

實扶垚里亞に罹るときは、咽頭又は喉頭に灰白色の膜を生ず。之に罹りたる疑あらば直ちに醫師の診斷を受け、血清療法の時機を失はざるやうにすべし。

麻疹に罹りたるときは、空氣の流通よき室に置き流動物を與へ、常に褥中にあらしむべし。寒氣に觸れしむべからず。

痘瘡を豫防するため、出生より翌年六月に至る間、及び數へ年十歳の時に種痘をなすべし。小兒種痘に感染せば、其の經過中は特に衛生に注意し、身體を健康ならしむべし。

二十一 小兒の躰け方

食事の前に小兒の手を洗ひ身なりを整へて後膳に向はしめ、食事中は姿勢をくづし、膳の上を汚し、喧しく物言ひ騒ぐなど、不行儀のことなからしむるやう注意すべし。又なるべく種種の食物に慣れしめて、食品に好悪なきやうに躰くべし。

衣服につきては、清潔質素を尙ぶ習慣を得しめんことを努め、其の汚れ或は綻びたるときは直ちに之に手を加へて、放縱の悪習に陥らしめざるやうにすべし。

屢盥嗽沐浴せしめて身體の清潔を保たしむべし。

寢起食事等の時刻を定め、之を違へざるやうにして、規律を正しくする習慣を養ひ、玩具其の他の使用品を自ら整頓せしめて自治の習慣を得しめ、家事の手助をなさしめ、學業を勵ましめて、勤勞を尙ふ良習を養はしむること肝要なり。

父母長者の命を守り、之に對する言語動作を丁寧にし、すべて人に對して正直篤實を旨とするやう躡くべし。

玩具及び遊戲に關しては、小兒の年齢、智力の發達等に應じて材料種類を選び、適當なる指導を加へて、娛樂の間に徳性を養ひ、智能を啓き、健康をすすめんことを努むべし。

何事につけても、父母自ら實行して其の模範を示すことは、最も有効なる方法なれば、常につとめて小兒の手本となるべき行をなし、又事に當り時に應じ、適當なる教訓を施して、良好な

る感化を與へんことを努むべし。

二十二 一家の經濟

一家の經濟は、先づ豫算を立てて収入と支出との調和を圖ること肝要なり。又豫算を立つる際には、収入中の一部を割きて之を貯蓄し、尙常に注意して萬事に節約を加へ、餘あれば亦必ず之を貯蓄すべし。

買物をなすには、物品の良否を見分けて價の適否を考ふべし。濫りに價の廉なるを望むべからず。掛にて買ふことはなるべく之を避くべし。廉價なりとて必要ならざる品を買ふべからず。又贅澤品を買ふべからず。

帳簿を備へおき、一定の書式によりて収入と支出とを明瞭に記入すべし。

日 用 帳

大正五年		科目	摘要	計 差			
月	日			月十段額	月十段額	月十段額	月十段額
1	1	越高	前月よりの越高	3000			
		"	受入 本月分経費として	20000			
	2	被服	母用反物一反		2000		
	"	雜	郵便はがき十枚		150	2150	20850
	3	賄	魚		150	150	20700
	4	同上	油 揚		030		
	"	臨時	文吉へ年玉		200	230	20470
	6	教育	太郎學校用半紙五帖		175		
	"	同上	同 筆二本		100		
	"	臨時	板塀修繕費		500	775	19695
	7	器具	バケツ一箇		350		
	"	賄	砂糖		120	470	19225
	8	同上	菓子		200		
	"	同上	魚		120	320	18905
	9	雜	農業雜誌		150	150	18755
	10	賄	鯉 節		350	350	18405
	"	賣上	玉子十五箇賣上高	450			18855
	12	賄	薬 蕪		060		
	"	雜	小包郵便代		080		
	"	臨時	八幡宮鳥居修繕=付寄附		500	640	18215
			次 へ	23450		5235	18215

日 用 帳

大正五年		科目	摘要	計 差			
月	日			月十段額	月十段額	月十段額	月十段額
1			前より	23450		5235	18215
	14	賄	魚		185		
	"	同上	醤油		270	455	17760
一月計算							

注意一別に賄帳を用ふるときは日日の賄費を合計したるものを日用帳に記入し其の摘要欄に「賄帳の通り」と記し置くべし

計 算 一 覽 表 (大正五年)

月 別	科 目	入		支							出	出 金 合 計	差
		入 金 合 計	入 金	賄 費	被 服 費	諸 税	教 育 費	器 具 費	雜 費	臨 時 費			
一	月												
二	月												
三	月												
四	月												
五	月												
六	月												
七	月												
八	月												
九	月												
十	月												
十一	月												
十二	月												
年	計												

注意——収入の目は家家の状況により其の趣を異にするを以て本表には其の例を示さず

賄

大正五年
月 日

摘 要

1	3	魚	
	4	油	揚糖子
	7	砂	
	8	菓	
	"	魚	
	10	鯉	節
	12	蕪	蕪
	14	魚	
	"	醬	油

一月分賄費

二十三 善良なる家庭

主婦は、一家の衣食住に關する事より、老人の奉養、子女の教育、病人の看護、一家の經濟、親戚知人との交際に至るまで、皆よく其の道を心得、よろづに心を配りて遺漏なきやうにし、又一家和樂の中心となりて、平和にして愉快なる家庭をつくらんとを心掛くべし。

祖先より傳はりたる家風は、なるべく之を失はざらんことを努め、之を基礎として純良なる家風をつくり、一家相和して高潔なる生活を爲さんことを心掛くべし。

凡てに規律を立て、已むを得ざる場合の外は之を破らざるやうにし、たとへ些細の事なりとも亂雜にならざるやう注意すべし。

K140.52-1-2

老人は、特に其の衣食住等に注意してよく之を奉養し其の健康を保たしむると共に、又つとめて其の心を慰めんことを圖るべし。
一家の中心となりて善良なる家庭をつくるは實に女子の天職なり。女子たるものはよく家事に關する修養に努め、以て其の天職を完うせんことを心掛けざるべからず。

高等小學
理科
家事教科書
第二學年兒童用終

高等小學理科家事教科書
第二學年兒童用

定價金四錢

大正四年五月八日發行
大正四年五月十一日翻刻發行
大正四年五月十六日翻刻發行

著作權所有
著作兼發行
文部省

發行
東京市日本橋區新右衛門町拾七番地 5
日本書籍株式會社

代表者
大橋新太郎

印刷者
東京市日本橋區通一丁目拾九番地
大倉保五郎

印刷所
東京市京橋區新榮町五丁目七番地
大倉印刷所

大正四年五月二十日
文部省檢査濟

發賣所
東京市日本橋區新右衛門町十六番地
株式會社
國定教科書共同販賣所

120

1962. 5. 26 購入 文学堂