

開き不良

開き不良

きのこを入れて煮、再び煮立つた時火を弱くして、別にくすを四十立方センチの水で溶き、少しづつ加へて静かに混ぜます。

碗に菊花豆腐を盛り付け、前記くす掛け汁をしづかに注ぎ入れます。
これにしやうがをおろして用ひれば風味を増します。

ハ 里芋・いか・南瓜の盛り合はせ

材料 里芋 一二〇グラム

いか 二〇〇グラム

南瓜 二〇〇グラム

塩・醤油 適宜

里芋は洗つて皮の汚い部分だけを取り、適宜の大きさに切ります。次に南瓜も洗つて里芋より大きく切り、種子をとりまします。鍋に里芋と南瓜を入れ、材料の三分の一ぐらゐの水を加へて火に掛け、軟かになつた時、塩と醤油で味をつけます。

いかは下ごしらへをして、皮付きの方に、縦横に布目形に切り目を入れます。鍋に前記のいかを入れ、塩を加へて火に掛け、煮立つた時かき混ぜていかを取り上げ、汁を煮詰め、再びいかを入ねて、全體に火の通るまでかき混ぜます。

器に前記三品を配合よく盛り合はせ、上に青いゆずの皮を松葉形などに切つて添へます。

問 いかを煮る時、水を入れないのはなぜですか。また一旦取り上げて汁を煮詰めるのは何のためですか。

ニ 香の物

昭和二十一年四月廿三日 翻刻印刷
昭和二十一年六月三十日 翻刻印刷
【昭和二十一年四月廿三日 翻刻印刷】

高等科家事 第二學期第二分冊
定價金 參拾五錢

著作權所有 發行所 文 部 省

東京都小石川區久堅町一〇八番地

翻刻發行 日本書籍株式會社

代表者 大 橋 光 吉

東京都小石川區久堅町一〇八番地
印刷所 日本書籍株式會社

Approved by Ministry
of Education
(Date Apr. 23, 1945)

發行所 日本書籍株式會社

東京都小石川區久堅町一〇八番地

適當な野菜を選んで刻み漬を作つてごらん下さい。
ホ 寄せいも

材料 さつまいも 四〇〇グラム

塩 適宜

さつまいもは洗つて適宜の大きさに切つて蒸します。蒸し上つたものは皮をとつて潰します。それに塩を加へて味をつけ、辨當箱のやうなものにぬれ布巾を敷いてこれを詰め、四方から布巾で包むやうにして形を整へ、おし石をしておきます。固まつたら取り出して適宜に切ります。

(冬) 雑煮 なます 照りごまめ 煮豆

イ 雑煮

材料 餅 八きれ

焼き豆腐 八〇グラム

菜 一〇〇グラム

煮出し汁 六〇〇立方センチ

里芋 二〇〇グラム

塩・醤油 適宜

里芋・菜・焼き豆腐は洗つて適宜に切ります。鍋に煮出し汁と里芋とを入れて煮、塩と醤油を加へ、里芋が殆ど煮えてから、菜と焼き豆腐とを入れて、菜が軟くなるまで煮ます。

餅は両面を焼き、前のすまし汁の中に入れてざつと煮ます。

雑煮に味噌汁を用ひる地方もあります。また餅は焼かずに用ひることもあります。

ロ なます

材料 大根 二〇〇グラム

にんじん 四〇グラム

ごまめ 八グラム

塩 五グラム

酢 四〇立方センチ

大根とにんじんをせん切りにし、酢・塩などを入れて味をつけます。ごまめは煎つて頭をとり、裂いて混ぜます。

問 とつた頭はどう利用しますか。

ハ 照りごまめ

材料 ごまめ 五〇グラム

醤油 三〇立方センチ

ごまめは焦さないやうに注意して煎ります。醤油を鍋に入れて火に掛け、煮立つた時前のごまめを入れて混ぜ汁のなくなるまで煎りつけます。

ニ 煮豆

材料 黒豆 八〇グラム

醤油 二〇立方センチ

黒豆は洗つて、その容積の二倍ぐらゐの水に一夜浸しておきます。その浸し水で煮て、軟かくなつた時醤油を入れて煮ます。

豆は醤油を加へてから長く煮詰めれば硬くなり、ざつと煮てその汁に浸しておけば軟くなるものです。

五 非常時の食物

震災・火災・風水害等非常の場合には、食糧難を來たすものですから、豫め家庭に於いてその用意をしておくべきであります。それには保存に耐へ、携帯に便利で、食べる時に火を用ひないですみ、且つまた栄養に富んだ食物を貯へておくのがよいのです。

實習

(一) 煎り米 小麥粉の固焼きパン てつくわ味噌

イ 煎り米

材料 米 一〇〇グラム

米は普通に洗ひ、ざるに上げ、水をきつて乾かして煎ります。

ロ 小麥粉の固焼きパン

材料 小麥粉 一五〇グラム

水 一〇〇立方センチ

塩 二グラム

さなぎ粉 三〇グラム ごま 適宜

水に塩・さなぎ粉を入れて、次に小麥粉を加へてねり、二つに分けてまないたの上に取り、三ミリメートルぐらゐの厚さにのばします。

フライ鍋に油を引き、熱して材料を入れ、弱火で兩面を焼き適當に切ります。

これをよく乾かして、湿らないやうに保存します。

小麥粉に雜粉を入れて作ることもあります。この場合、雜粉の分量は小麥粉の凡そ三分の一までに止めます。

水の分量は、雜粉の種類と使用量とによつて加減します。

ハ てつくわ味噌

材料 大豆 五〇グラム

ごぼう 五〇グラム

味噌 一五〇グラム

水 適宜

油 二〇立方センチ

大豆は洗つて煎り、ごぼうは小口から薄く切つておきます。次に鍋に油を入れて熱し、これにごぼうと豆を入れていり、水を入れて暫く煮て後、味噌を入れてねり上げます。

(二) せんべい 振り掛け

イ せんべい

材料 しん粉 一〇〇グラム

水 粉の目方の八割

醤油 適宜

しん粉に定量の水を入れてこね、適宜の形にして蒸します。蒸せたら取り出して再びこね、三ミリメートルぐらゐの厚さにのばし、好みの形に切つて日光に乾かします。焦げ目がつくまで焼き、次に手早く兩面に醤油を塗り、これをざつと焼いて、湿りの來ないやうに保存します。

ロ 振り掛け

材料 きな粉 三〇グラム

魚粉 三〇グラム

ごま 三〇グラム

青海苔 五グラム

塩 適量

きな粉に魚粉と切りごまを混ぜ、次に青海苔をあぶつて細かにもんで加へます。それに煎つた塩を加へて味をつけます。

問 平時あまり用ひられないもので、食べられるものには、どんなものがありますか、また、どんなにして食べますか。

六 炊き出し

地震・火事などにあつた多勢の人に食事を給する場合は、多くは炊事場や器具の設備もなく、時には野外に竈を急造して炊くこともあります。随つて、あまり時間や手数をかけずに支度ができ、且つ食べやすく作ることが必要です。

炊き出しは多勢の人が一緒にする仕事ですから、互に協力し、巧みに手分けをすることが大切です。また火急の場合、短時間でするのでから、日頃から練習と共に臨機の工夫が必要です。

實習

(一) 握り飯(五十人分)

材料 米 七キログラム

塩 七〇グラム

問 (い) 多量の御飯を炊く時には、湯炊きにするのがよいのはなぜでしょうか。

(ろ) 火加減やむらし方はどうしますか。

(は) 御飯の出来ばえはどうですか、結果について、その理由をお考へなさい。

握り飯には塩を附けるのが普通ですが、ごま塩や梅干を用ひることもあります。

問 (い) 握り飯を作るにはどんな準備が必要ですか。

(ろ) 握り飯を手早く作る方法を工夫してごらんなさい。

(は) 塩はどんな方法で附けたらよいでしょうか。

(に) 握り飯の出来上りはどんなのがよいでしょうか。

(二) ねり味噌

材料 味噌 一キログラム

ごま 一〇〇グラム

ごまを煎り、すつて味噌を加へ、よくすり合はせて鍋に取り、これに水を適當に入れて中火でねり上げます。

第二 衛生・看護

一 病氣の症状と手當

すべて病氣は手おくれにならないやうに、早く手當をすることが大切です。ところが自分では病氣に気づかない場合もあるものですから、家族に少しでも變つた様子はないか、ふだん氣をつけるやうに心掛けませう。

病氣の初めに見られる症状はさまざまで、病氣によつてはつきりわかるものと、わかりにくいものがあります。また症状はそれ／＼の病氣によつて凡そきまつてゐますが、同じ病氣の時に必ず同じ症状が見られるとは限らず、また同じ症状が違つた病氣に現れることもあり、症状だけで病氣を見分けることはできません。それで、何か症状を見つけたら、その症状についてのさし當りの手當をして、その後の様子を見守り、醫師を迎へるかどうかをきめるべきです。家庭で病氣の判断をして、直ちに用ひなれない内服薬などを用ひることは危険です。

家庭で日常見られるわかりやすい症状は、次のやうなものです。

氣分がすぐれない、顔色がわるい。

元氣がない、からだがだるい、疲れやすい、食欲がない。

熱が出る、寒けがする。咳が出る。

呼吸數或は脈搏數が増す。

からだのどこかが痛む、頭痛がする。

腹痛がある、吐きけがある、嘔吐がある。

下痢がある、便秘する。尿の色が變る、排尿の回數が變る。

手・足・顔などにむくみが出る。

目まひがする、意識を失ふ。

ひきつける。

これらの症状には、一時のもので、暫くしてなほるものもありますが、時には重い病氣の初めであることもあります。また症状が急に來ることもあり、長い間にだん／＼に現れて來ることもあります。

からだのどこか疲れやすいとかいふ症状は、初めは知らずにゐることが多いでせう。また微熱が出たり、體重が僅かづつ減少するやうな症状も、長く續いてから氣づかれるものです。すべて病氣の初めの症状は、ふだん丈夫な人ほど不注意であることが多いものです。かやうに長い間に來る症状は、多くは重い病氣の場合に見られるもので、できるだけ早く手當をすることが大切です。結核もこのやうな症状で始ることが多いのです。

成人では、氣分がすぐれないとか元氣がないことなどは自分でわかりますが、子供では、顔色や様子が何となく變つて見えるのに、本人は遊びに夢中であることがよくあります。

熱はいろ／＼な病氣に見られますが、殊に細菌で起る病氣には必ず現れます。しかし、その他の症状と併せて考へなければ、熱だけでは病氣はわかりません。熱と咳があれば呼吸器の病氣、また熱と腹痛や下痢があれば消

化器の病氣であることが多いのです。何か症状の現れた場合には、先づ検温器で體温を測り、熱のある病人は寝かせて氷嚢か水枕をし、寒けがあるならばからだを温かくし、湯たんぽを入れてやるがよいのです。からだに痛みがある時は、その場所と痛み方をつきり知らなければなりません。

問 (い) 水枕に水や氷塊を入れる時に空氣が入ると、病人は枕の工合がよくないといひます。どうすれば空氣はいりませんか、實物について試みなさい。

(ろ) 湯たんぽがない場合は、どんな物を代用することができますか。

嘔吐や下痢は、直ちに止めるよりも十分出させます。吐いたものや下痢便は、よく見てしらべておきます。どんな症状の病人でも最近二、三日の食欲と便通とは必ず聞いて、便秘があれば灌腸するがよいのです。殊に子供の病氣の場合には、灌腸すれば、便の性質がわかり、病氣が胃腸に關係があるかどうかを知ることができます。くしゃみ・咳・呼吸困難などは、呼吸器の病氣に關係のある症状であります。殊に子供の場合には咽頭の病氣であることが多いのです。茶さじで舌の奥をおさへつけば咽頭が見られます。咽頭や扁桃腺が赤くなつて腫れるか、白い斑點などが見られることがあります。

ひきつけは子供に多い症状で、子供によつてはひきつけを起しやすい子供があります。ひきつけは必ずしも重い病氣の症状ではありませんが、日頃ひきつけたことのない子供がひきつけた時は、注意しなければなりません。子供がひきつけたならば、静かに寝かせて灌腸します。

多くの病氣は季節と關係がありますから、先づ季節を考へて判断をすることも、病氣を知る助けになります。

醫師を迎へたならば、症状をくはしく正確に、またありのまゝに順序よく告げるやうにします。

二 家庭看護

看護に當つては、病苦への温かい思ひやりから、病人に逆らはず、物靜かにふるまふやうに心掛くべきです。更に病氣についての手當の方法と看護の途を十分心得てゐて、病人が安心して委せてくれるまでになりたいものです。

病室の換氣はどんな病人にも大切ですが、殊に肺炎・肺結核のやうな呼吸器の病人には、忘れてはならないことです。冬季、呼吸器の病人の病室の温度を高く保たせたいために、室を密閉してたくさんの炭火を焚くやうなことがまだ行なはれてゐますが、全く誤りです。炭火は病室へ運ぶ前によくおこして、有毒なガスが出なくなるやうにします。病人の身體の保温は大切ですが、病室の保温は強ひて必要はありません。病室の温度は低くても、換氣して室内の空氣を清めることの方が大切であります。からだの保温には、毛布・衣類または湯たんぽを用ひます。すべて病室に多人數集めることは嚴に避け、病室で多數の見舞客が雜談してゐるやうなことがないやうにします。病室は努めて清潔に保ち、病人の目を樂しませ、心を安靜にするために、盆栽・草花・繪などを用ひるのもよいことでもあります。

問 (い) 病室に多人數集るのは、なぜいけませんか。

(ろ) 病人を見舞ふ時の注意を考へてごらん下さい。

病人の寝まきは、木綿の單物のゆるやかなものが最も適當です。すべて病人の衣類・蒲團・敷布・枕おほひなどは、清潔なものと取り換へたり、日光にさらすやうに努めます。

病人のからだは健康な時よりも不潔になりやすいものですから、清潔に保つやうにしなければなりません。

重症の病人が長い間寝てゐる場合注意すべきことは、床ずれを防ぐことです。床ずれはからだの一部が體重で長い間續けて壓迫されて、その部分の血液の循環と栄養とが害されるために起るもので、特に後頭・肩・肘・腰・下肢などによく起ります。床ずれは一度起るとなほりにくいものですから、毎日起りやすい場所をしらべて清潔にし、いつも乾燥してゐるやうにして豫防することが肝要です。時々病人の位置を變へるのもよいことです。もし皮膚に赤みが出来てゐたら、床ずれの初期ですから、冷水または溫湯に等分のアルコールを加へたものを布片に浸して、その部分を拭ふか、カンフルチンキまたは醋酸水（醋酸一、水二）を塗布するかします。

どんな病人についても、先づ體溫と呼吸數と脈搏數とを測らなければなりません。體溫は健康の時とは殆ど一定して三十六度から三十七度の間に在ります。一日の間にも多少の差があつて、午前は低く午後は高いものです。健康な人でも一日の最高が三十七度以上ある人があります。随つて體溫だけで病氣をきめることはできません。

體溫を測るには、普通には腋の下で行なつてゐます。體溫を測る時刻と回數とは、病氣によつて異なりますが、すべて記録しておくのがよいのです。熱について注意すべきことは、熱の高低と病氣の輕重とは必ずしも關係がないといふことで、熱が低いからといつて安心してはなりません。

脈搏數も體溫と同様に、人によつても、また一日の中でも差があります。健康な人では一分間に七十前後です

が、乳兒では百三十から百四十、三歳頃では百、十歳頃では八十から九十です。

問 (い) 溫度表を作り、めい／＼の體溫を朝食前と午後三時頃と夕食後と一日三四回測つて、それに記入なさい。午前と午後との體溫の差は何程ですか。

(ろ) 檢溫器のない場合に、熱のあることをどうして知りますか。

呼吸數も健康者では一定して一分間に十八前後、子供はそれより多いものです。病氣によつて呼吸數は増減します。呼吸數を測るには手を病人の胸の上に當ててします。

問 お互に脈搏數と呼吸數とを測り合つて、ごらんなさい。

病人の尿と便とについては、一日の回數と、毎回の量とに注意するのと、ふだんと變りがあるかないかを見届けておくのが肝要です。

熱のある病人で熱の下る時に發汗したり、また睡眠中に發汗することもあります。發汗した後は乾いた手拭で全身を拭ひ取り、肌着・敷布・枕おほひなどは換へた方がよいのです。

灌腸は、普通には便通を促すために藥を肛門から腸内に注入するのですが、また口から食物のとれない病人に、牛乳・卵黃・葡萄酒などの栄養品を腸内へ入れることもあります。

便通を促すための灌腸には、ガラス製の灌腸器にグリセリンと水とを等分に混ぜた液を二十乃至三十立方センチ用ひますが、成人の場合には、藥用石鹼五乃至十グラム或は藥用食塩三乃至四グラムを水三百乃至四百立方センチに溶かした液を、大形灌腸器で注入することもあります。

灌腸する時は、病人を仰臥または側臥させて行なひ、注入したら直ちに脱脂綿を肛門に當てて、數分間外から押してゐるのです。

吸入は呼吸器の病人に用ひます。蒸氣吸入は、煮立たせた湯の蒸氣と共に藥液を噴出させて病人に吸入させるのです。病人は坐らせておくのですが、場合によつては、仰臥位または側臥位で行なふこともあります。

吸入する時は病人の口だけ出して、その他の顔と頭の部分は手拭などでおほふのです。吸入薬としては百分の二の重曹またはそれに百分の一の割合にグリセリンを混ぜたものであつて、一回に吸入器の容器に二、三杯、一日三、四回行なひます。この他百分の一ぐらゐの食塩水か百分の二の硼酸水を用ひてもよいのです。

酸素吸入は呼吸困難の病人に用ひます。

罨法はからだの一部を温めまたは冷すために行なひます。濕氣のある罨法は、木綿布・手拭・フランネル布などを温湯または温めた藥液に浸し、これをしぼつてからだに當て、その上を油紙または防水布でおほひ、更にその上にフランネルまたは脱脂綿を當てて布片でからだに固定するのです。これを呼吸器の病人の胸部に行なふ場合には、二時間ぐらゐして濕布を取り去り、皮膚を乾布で十分拭ひます。日に三、四回に止め、一日中續けてくり返さない方がよいのです。安静を要する病人の場合には、靜かに行なはなければなりません。

乾燥罨法は、湯たんぽ・懷爐または燒砂などを布の袋に入れて行なひます。すべて罨法は、熱過ぎて火傷を起さないやうに注意すべきであります。

冷罨法は冷水または冷たい藥液を布片に浸したものをを用ひるか、または冷水或は氷の小さい塊を氷嚢に入れて

行なひます。冷罨法では凍傷を起すことがありますから注意を要します。

皮膚を刺戟するためにからし泥を用ひます。新しいからし粉でからし泥を作り、これを布片に二、三ミリメートルの厚さにのばして皮膚に當てるのです。からしを使用する時間は、からし粉の強さにもよりますが、十分間ぐらゐで皮膚がや、赤みを帶び、少し痛みを覺えたならばこれを取り去り、温湯に浸した手拭で皮膚に附いたからしを拭き取ります。からし粉が強いと、使用する時間が長過ぎるかと、水泡が出来ますから注意を要します。

家庭では日常必要な藥品や醫療材料を常備しなければなりません。内服薬は診斷がきまつてから醫師の處方によつて服用するのが安全で、症状によつて直ちに内服薬を與へるのは危険です。

藥品 アルコール ヨードチンキ マーキエロクローム 過酸化水素水（オキシフル） 硼酸末 硼酸軟膏

ワセリン グリセリン アンモニヤ水 ひまし油 石炭酸或はホルマリン

醫療材料 繃帶 ガーゼ 油紙 木綿布 脱脂綿 三角巾 検温器 吸入器 灌腸器 氷嚢 氷枕 防水布 湯たんぽ

問 家庭に備へてある藥品と醫療材料とを調べて、それらの用途を示しなさい。

病人食

病人は運動が少いので、食物の量も少くてすむわけですが、たゞ消化しやすい食物を少量だけ與へさへすれば安心である、と考へるのは、誤りです。すべて病人食は、病氣の種類、輕重また季節によつてその量も種類も調理

開き不良

高等科家事 第二學年用(第四分冊)

高等科家事 第二學年用(第三分冊)

昭和二十一年四月二十三日 翻刻印刷
昭和二十一年五月 十日 翻刻發行
(昭和二十一年四月十三日文部省認可)

高等科家事 第二學年用(第三分冊)
定價 全參拾五錢

著作權所有 發行所 文 部 省

東京都王子區堀船町一丁目八五七番地
翻刻發行 東京書籍株式會社
兼印刷者
代表者 井上源之丞

東京都王子區堀船町一丁目八五七番地
印刷所 東京書籍株式會社

Approved by Ministry
of Education
(Date Apr. 23, 1946)

發行所 東京書籍株式會社
東京都王子區堀船町一丁目八五七番地

法も與へ方々さまざまであつて、どの病人にもきまつた食物といふものではありません。

病人食について必要なことは、先づ病人に力をつけ、一日も早く恢復させるに必要な量と種類とを考へること、次にはこれを消化しやすく、またおいしく調理して食欲をそゝるやう工夫をすることです。また食器を清潔にし、給仕は親切にし、かたはら病人の食欲に注意を怠つてはなりません。

消化器の病氣の場合には、食事は醫師によつて嚴重に指示されます。また栄養や食物に關係の深い病氣、例へば腎臓病・糖尿病などの病人には特別の食物が必要です。熱の長く續く病人には、熱による身體の損失を防ぐために、炭水化物に富む食物を十分與へるのがよいのです。

病人のための消化のよい栄養に富む食物の調理法は流動食と半流動食とがあります。家庭で調理される流動食は、重湯・くす湯・牛乳・重湯牛乳・野菜スープ・魚(鳥)(鰯)肉スープ・貝肉スープ・卵黃汁・果汁など、半流動食は、おまじり・かゆ・おじや・裏ごし野菜・半熟卵黃・かき卵黃・茶碗蒸し・卵豆腐などであります。

(一) かゆ

かゆには軟かいのも硬いものがあります。かゆは米の體積の三倍乃至五倍を用ひます。煮方は米と水とを鍋に入れて火に掛け、煮る時は火を強め、煮る後はとろ火で三十分間ぐらゐ煮ますが、この間煮汁が外にこぼれないやうに注意し、煮汁は米の體積の三倍乃至五倍を用ひます。煮方は米と水とを鍋に入れて火に掛け、煮る時は火を強め、煮る後はとろ火で三十分間ぐらゐ煮ますが、この間煮汁が外にこぼれないやうに注意し、煮汁は米の體積の三倍乃至五倍を用ひます。煮方は米と水とを鍋に入れて火に掛け、煮る時は火を強め、煮る後はとろ火で三十分間ぐらゐ煮ますが、この間煮汁が外にこぼれないやうに注意し、煮汁は米の體積の三倍乃至五倍を用ひます。

納本

