

重
復

師範家政

本科用卷一

文
部
省

文部調査課
印刷課
贈

第一
綴



K450.5

1

目次

序説 家政科の意義	一
第一篇 主婦の任務	五
第二章 家政の使命	五
第三章 家庭生活の刷新	六
第四章 主婦の生活	二
第五章 主婦の生活	三
第六章 主婦の生活	三
第七章 主婦の生活	三
第八章 主婦の生活	三
第九章 主婦の生活	三
第十章 主婦の生活	三
第十一章 主婦の生活	三
第十二章 主婦の生活	三
第十三章 主婦の生活	三
第十四章 主婦の生活	三
第十五章 主婦の生活	三
第十六章 主婦の生活	三
第十七章 主婦の生活	三
第十八章 主婦の生活	三
第十九章 主婦の生活	三
第二十章 主婦の生活	三
第二十一章 主婦の生活	三
第二十二章 主婦の生活	三
第二十三章 主婦の生活	三
第二十四章 主婦の生活	三
第二十五章 主婦の生活	三
第二十六章 主婦の生活	三
第二十七章 主婦の生活	三
第二十八章 主婦の生活	三
第二十九章 主婦の生活	三
第三十章 主婦の生活	三
第三十一章 主婦の生活	三
第三十二章 主婦の生活	三
第三十三章 主婦の生活	三
第三十四章 主婦の生活	三
第三十五章 主婦の生活	三
第三十六章 主婦の生活	三
第三十七章 主婦の生活	三
第三十八章 主婦の生活	三
第三十九章 主婦の生活	三
第四十章 主婦の生活	三
第四十一章 主婦の生活	三
第四十二章 主婦の生活	三
第四十三章 主婦の生活	三
第四十四章 主婦の生活	三
第四十五章 主婦の生活	三
第四十六章 主婦の生活	三
第四十七章 主婦の生活	三
第四十八章 主婦の生活	三
第四十九章 主婦の生活	三
第五十章 主婦の生活	三
第五十一章 主婦の生活	三
第五十二章 主婦の生活	三
第五十三章 主婦の生活	三
第五十四章 主婦の生活	三
第五十五章 主婦の生活	三
第五十六章 主婦の生活	三
第五十七章 主婦の生活	三
第五十八章 主婦の生活	三
第五十九章 主婦の生活	三
第六十章 主婦の生活	三
第六十一章 主婦の生活	三
第六十二章 主婦の生活	三
第六十三章 主婦の生活	三
第六十四章 主婦の生活	三
第六十五章 主婦の生活	三
第六十六章 主婦の生活	三
第六十七章 主婦の生活	三
第六十八章 主婦の生活	三
第六十九章 主婦の生活	三
第七十章 主婦の生活	三
第七十一章 主婦の生活	三
第七十二章 主婦の生活	三
第七十三章 主婦の生活	三
第七十四章 主婦の生活	三
第七十五章 主婦の生活	三
第七十六章 主婦の生活	三
第七十七章 主婦の生活	三
第七十八章 主婦の生活	三
第七十九章 主婦の生活	三
第八十章 主婦の生活	三
第八十一章 主婦の生活	三
第八十二章 主婦の生活	三
第八十三章 主婦の生活	三
第八十四章 主婦の生活	三
第八十五章 主婦の生活	三
第八十六章 主婦の生活	三
第八十七章 主婦の生活	三
第八十八章 主婦の生活	三
第八十九章 主婦の生活	三
第九十章 主婦の生活	三
第九十一章 主婦の生活	三
第九十二章 主婦の生活	三
第九十三章 主婦の生活	三
第九十四章 主婦の生活	三
第九十五章 主婦の生活	三
第九十六章 主婦の生活	三
第九十七章 主婦の生活	三
第九十八章 主婦の生活	三
第九十九章 主婦の生活	三
第一百章 主婦の生活	三

第四章 経済的設備	三
第五章 室内の装備	元
第六章 住宅の維持保存	元
第一節 掃除と修繕	元
第二節 防蟻と防虫	元
第七章 災害防止	元
第八章 燃料	元
第一節 生活と燃料	元
第二節 燃料の経済的考察	元



師範家政 本科用 卷一

序説 家政科の意義

○家政科の地位とその任務 師範学校の各教科及び科目は、それぞれの任務を分擔しつつ相俟つて師範教育の目的を全うするものである。中でも家政科の主とするところは、家庭に於ける實務を習得せしめ、主婦に須要な徳性を涵養し、教育者たるの資質鍊成を目的とするものであつて、女子教育の中核たるべき獨自の地位を占めてゐる。

そもそも家政の運営は、女子の天職とするところであるから、女子教育にあつては、女子の天職であり本領である家政に重點を置かなければならない。師範学校女子部生徒たる者は、よろしく家政科の學習に努め、家政の擔當者としての實力を養ひ、以て女子としての天職を全うせんことを期すべきである。

師範学校の教科は、大體男女生徒に共通であるが、そのうち男生徒の實業科に對して、女生徒には家政科がある。家政科は主として女子によつて研究さるべきもので、國民學校・青年學校に於ける家

政に關する教育の指導は、師範學校女子部の教育に課せられた特有の重大任務である。わが國の家庭生活に於いては、生活一般に互つて今日なほひだな點があつて、育兒・保健の方面にも、修養・娛樂の方面にも改善を要すべきところが少なくない。時代の轉換進展に對應して生活の刷新を圖り、眞に充實した家生活を營むことは、實に刻下の急務であつて、教育に於ける家政科の地位はますます重きを加へるのである。

家政科に於いては、家政運営の目標を正しくうちたて、家庭に於ける生活一般に互つての實務を習得し、これに慣熟して自在にこれを應用し得るに至らなければならない。これがためには家政の諸領域を綜合的に考へ、その一體的關聯に留意するとともに、觀察と實習とを重んじ、實地の體驗に即して研究と工夫を進むべきである。なほ實務の修練を通して主婦として須要な徳性を養ふとともに、家政教育に對する見識を高め技術を修めて、これが指導者としての資質を磨かなければならない。家政科に於いては、家政の技能を習得すると同時に、勤勞・綿密・忍耐・溫雅・清潔・整頓・節約等主婦に大切な徳性を養ひ、女子教育者としての資質を修練しなければならない。

②家政科の内容 家政科の内容は、家政運営の全領域にわたつてゐて頗る複雑である。されば學習及び研究の便宜上から、これを數科目に分つて各學年に配當してゐる。

家政科は、これを家政科家政・家政科育兒保健・家政科被服・家政科農藝の四科目に分つ。家政科家政は、まづ家政科全體の意義を明らかにして主婦の任務、住居及び燃料、家庭經濟について授け、家政科育兒保健は、食物・家庭衛生・育兒について授け、家政科被服は、生活と被服、被服材料、被服の裁縫・編物及び整理等について授け、家政科農藝は、作物・園藝・養畜・養蚕・農産加工等について授ける。

③家政科の學習 家政科は女子教育の中核たるべき教科であるから、その學習には特に力をそそぐ必要がある。即ちまづみづから學ばうとする熱意に燃えて、進んで知識を求め技能を磨くといふ積極的な學習態度が大切である。學んだところをわが家に活用するには如何にすべきか、これを郷土の現實に適用するならばどうなるかなど常に實際に即して考ふべきである。また實物を觀察し、實地・實物について習得し、その修練を積んで技術に習熟し、實際生活への應用・工夫に努めねばならない。かくしてこそもののづから研究・工夫の態度が生まれ、盡きせぬ興味も湧いてくるのである。

なほ家政科の各科目はこれを別々のものと見ず、常に一體のものとして學習することが大切である。即ち家政科の各科目が一體のものであることに注意するとともに、他教科との關聯にもよく留意しなければならぬ。

また家政科の學習にあつては、あらゆる方面から郷土の家庭生活を研究し、その刷新向上に努める精神を養ふとともに、國民學校に於ける藝能科の家事・裁縫及び青年學校に於ける家庭科の精神を究め、その教育の要諦を會得することに努むべきである。

總じて家政の學習は、現狀勢の下、あらゆる物資を活用して不自由を克服し、困難を突破して、よい家庭生活をうち立てることが要諦である。師範學校女子部生徒たる者は、まさにこの意氣と心構へを以て、家政科の各科目を學習すべきである。

第一篇、主婦の任務

第一章 家政の使命

家政の範圍は廣く、その内容は多岐に亘つてゐるが、家政は常にはつきりした目標と方針のもとに營まらるべきである。家政の使命は、およそ人と物との二方面から考へられる。即ち強壯にして優秀な子女を多數育成し、また家族の榮養・休息・修養・娛樂等について配慮し、明日の勤勞に備へて、より大なる活動力を養ふことは、即ち人の面からする家政の使命の一つである。それには、生産に必要な精神的・肉體的資質を増強する必要がある。まづ身體の面では、育児・榮養の問題、休息・過勞防止・家庭衛生等の問題があり、衣食住も家庭經濟も、一面からするとすべて健康保持の條件として考察せらるべきである。次に精神の面では、家庭に於ける教育・娛樂・修養の問題があり、衣食住も家庭經濟もまた、すべて精神向上の條件として工夫するべきである。かくして心身共に健全な子女を育成し、常に家族の健康と修養とに心がけて、一家が元氣に能率的にそれぞれ職分奉公のできるやう、日々の活動力を養つてゆくべきである。

また物の面から家は家族の健康と子弟の教育とを主眼として、あくまで簡素質實な生活様式を建設

し、速かに衣食住の全般にわたつて生活の刷新を工夫し、むだを排して物資の節約に努めなければならぬ。即ちあらゆる生活物資については徹底した活用を工夫し、また代用資財の活用方法を考案し、しかも家族の健康と子弟の教育とを全うしなければならない。

かやうに人と物とを最も聰明に活用して、如何なる困苦缺乏にも耐へてゆくだけの精神力を養はなければならぬ。今こそ家が、その傳統的精神力を發揮してその本領を示すべき秋である。自分さへよければとか、自分の家さへよければとかいふやうな個人主義的考へ方は絶対に許されないのである。要するに今日の家政は、簡素質實な生活を営み、優良なる子女を多數育成し、家族の保健に留意し、てますますその活動力を養ひ、生活の全般をできるだけ合理化し、能率化し、且つ經濟化することが大切である。

第二章 家庭生活の刷新

◎刷新の眼目 時局の進展にかんがみ、今日の家庭生活には工夫刷新を加ふべき點が極めて多い。

明治以來洋風の家庭觀が流入すると、家庭に洋風の生活様式が廣く採り入れられて、生活の内容が豊富になり、技術もまた大いに進歩したものの、和洋兩式の雜然さが家庭及び家政を著しく複雑化した。われわれは新しい構想に基づいて家政の根本的再編成を急がなければならない。

家庭生活の刷新については、大體二つの方面から考へられる。一つはその精神的方面であり、他はその技術的方面である。よそそ生活を刷新するには、まづ家庭生活を如何なる精神で運営すべきかといふ家政運営の正しい目標と方針とを堅持することが必要である。ついで、この目標をめざし、その方針に即して、衣食住や育児保健や家庭教育についての技術を工夫し、さらに家政全體の綜合的運営についての技術を工夫することが必要である。しかし、精神的方面と技術的方面とは本來不離の關係にあつて、兩者は一體として進むべきものである。

◎精神的方面よりする刷新 精神的方面からはわが家の歴史を知り、傳統を省み、その現在と將來とを考へて一家こぞつて生活の改善に努め、健全にして明朗な家庭生活を建設すべきである。

なほわが國の家には、諸外國のそれとは全く異なる特質があるのはいふまでもないが、同じ日本の家であつても家によつてそれぞれ異なる生活の調子や流儀などがある。わが國ではこれを家風とよんでゐる。家風にはその家の歴史と精神が傳つてゐる。古來わが國民は家風を重んじ、これによつて祖先の遺風を繼ぐとともに子孫を眞剣に教育してきたのである。もとより家風は固定したものではないから、場合によつては時代の推移に適應せしめる必要が起ることもあり、子孫の努力如何によつては更に輝かしいものになすこともできる。よき家風はすたはせることのないやう、日々これが更新と發

展とに努めるやうに心がけなければならない。

③技術的方面よりする刷新 次に技術方面について見れば、あらゆる家務をできるだけ有効・的確に處理することを主眼とし、家政全體をこの原則に則とつて合理化しなければならない。また家政のあらゆる領域に科學技術を活用することが必要である。生活の合理化といつても、それは主として生活の科學化に俟つものである。家政の任務については既に種々考察したが、その中心は生命及び活動力の創造にあるのであるから、家庭生活の技術的方面よりする刷新も、要するにかかる目標に向かつての生活の合理化にある。

家庭に於ける勞務は甚だ多く、身體的なものには、被服の調製・整理、食品の購入・調理、住居の清掃、家具の手入、病人の看護、老人・小兒の世話などがあり、精神的なものには、豫算を立てて生活の基準を定め、子女の教養に努め、家風の向上をはかり、祭祀や法要をなすことなどがある。しかるに、これまでの家政をみると、これらの家務を要領よく切盛りしてゆくといふ創意と工夫が十分でないうらみがあつた。これからはよりよき家政を建設してゆくといふ積極的工夫、即ち合理的・能率的且つ經濟的に目的を達成する方法を實際について計畫し工夫することが大切である。而して家には、それぞれ特殊の事情があり、性格があるものであるから、わが家に最も適した家政の進め方を工夫す

ることが肝要である。

そこで、これが刷新をはかるには、まづ家務の處理に計畫性をもたせる必要がある。即ち日常の仕事と計畫的にすることはもとより、一週・一ヶ月・一ヶ年等一定の期間にわたつて處理すべき仕事を適當に分配し、手落ちなく且つ時間と勞力の空費を防ぐためにそれぞれの行事を定め、一定の計畫を以て事に當るやうにする。また家庭内の仕事は、都市と農山漁村、主人の社會的地位、家族の數、住宅の廣さ、設備の状態等によつて決定せられるものであるから、それぞれ家によつてこれを家族の全員に配當し、男女・年齢等に應じて適材を適所に用ひ、仕事を分擔させるやうにする。かくて家庭生活は、秩序的となり、平和にしてしかも活氣ある楽しい生活ができるばかりでなく、家族各自もそれぞれ長所を發揮する機會が與へられて、互助の精神が養はれ、責任感を強めるよき訓練ともなる。かくすれば、またものづから家務處理の能率を高めることができ、主婦は家政に追ひまぐられるやうなこともなくすみ、却つて家政を御してゆくことができるやうになる。

次に家務の簡素化が必要である。今日に於いては、家政の地盤たる經濟の變化が著しいため、家務は生活の全般を通じてますます複雑になり、主婦の仕事はいよいよ多端になるばかりである。この難局を切抜けて家庭生活に課せられた使命を全うするには、この際どうしても家政を根本的に刷新し工夫するのほかはない。即ち物資・勞力・費用・時間等についてのむだを徹底的に排除すべきはもとよ

り、冠婚葬祭に不必要な費用を投じ、徒らに世間體にかかはつて空しき見えを張るが如き弊風は速かに一掃しなければならぬ。かうして衣食住の全體を簡素化して、勞力や時間の餘裕を生み出し、これを育児・保健・教育等の一層大切な方面に振り向けるやうにする。

なほ物資を愛護し、これを活用することに努めなければならない。わが國民には、古來物に感謝し、これを愛護する美風があり、わが國の家訓にして儉約を諷さないものはない。今こそ傳統の美風を生かして、あらゆる物資の節約に努めるとともにこれが活用をはかるべき秋である。

また家務の處理には、家族の協力を必要とする。家務はどこまでも主婦が中心となつて、これを處理すべきであることはいふまでもない。しかしこれまでは、一般に主婦一人にのみ家政の一切を委せる風があつたので、主婦はすべての家政を一身に引受けて晝夜を分たず立働き、過勞に陥るとか、讀書・修養の時間もなくて子女の相談相手もつとまらないとかいふやうなことも起りがちであつた。かくては到底家庭生活の刷新は期せられない。主婦が駄々として倦まず撓まず家事にいそしみ、われを忘れて老人や子女のために働くのは、まことに主婦としての崇高な美德であるが、かかる結果に陥らないやう、主婦は常に家務に對し家族が一致協力してゆくやうに配慮することが大切である。

家政はすべて、精神的方面と物質的方面との二體化せられた活動であるから、精神を忘れて單なる科學化に奔ることは戒しむべきである。家の美風をますます發揮してゆくと同時に、あらゆるむだを

排して生活の能率化・合理化・科學化に努め、常にこの兩面に深く留意しなければならない。

第三章 隣保共助

◎隣保の美風 家庭生活の刷新は、更に隣保生活の刷新と關聯して考へなければならない。家庭生活は、向かう三軒兩隣を始めとして各家々と相結んで、互に助け合ひ、集團的に生活を全うするのである。遠くの親類よりも近くの他人といふ諺は、隣同志がどんなに力になり合ふものであるか、どんなに大切な關係にあるものであるかを教へてゐる。されば、一家の生活の刷新に努めるはもちろん、進んで隣同志の生活の刷新にも努めて、家の内外を通じてその實を擧げるやうにしなければならない。

◎隣保の組織とその任務 わが國には古くから隣保相助け相勵ます美風がある。江戸時代にあまねく行はれた五人組の制度の如きは、その最も著しい例である。五人組制度は、隣同志および五軒づつを組合せて一つの集團をつくり、納税や治安にも責任を分かち合ひ、吉凶とともにし慶弔を同じうするやうに仕組まれたものであつて、社會生活上極めて大きな役割を果たしたが、明治維新以來この制度は次第に影をひそめていつたのである。しかし、今日その傳統的地盤のもとに隣組・部落會・町内會等が活潑な活動を展開してゐるのであつて、これは隣保共助の美風を新時代に生かし、一家和合の精神を

隣保の生活にまで推しひろめようとするものである。

第四章 主婦の任務

○主婦の任務　すでに家政の使命を究めて家政運営の目標をうち立て、ついで家庭生活の改善と隣保共助の美風とを説いて家政運営の方法を考察したのであるが、かかる家政を擔當するのが主婦の任務である。即ち主婦はまづわが國の家の何たるかを辨へ、あらゆる方面から家庭生活の改善に努め、更に隣保相携へて家政を全うし、以てわが家の繁榮を圖らなければならない。

そもそも家政が整ふと否とは一家の盛衰に關するのみでなく、ひいては國の興亡にも關する。家強ければ國強しといはれる。主婦の任務はまことに重大である。主婦がこの重大な任務を果してゆけばこそ、子女は健全に成長することができ、國家は彌榮えに榮えるのである。由來、老人のため、子のため、黙々と働いて少しもこれを誇らうとしないところに日本の母の偉大さがある。わが國の限りなき發展は、この日本の母に負ふところが極めて多い。よろしく日本の母の偉大さを學び、溫良貞淑を旨とし、一家和樂の中心たるべき主婦の道を修練しなければならない。

○主婦の修養　主婦の任務はかやうに極めて重大であるから、これを全うするには捷ぎぬ修養が必要

である。即ち主婦となつた時には、家政を手際よく處理して時間の餘裕をつくり、常に修養を怠らないやうに心がくべきである。

主婦の修養としては、まづ母たり妻たるの道をよく心得て、これを日々の生活に具現してゆくことにある。大きな關係を見る眼と高い立場からする識見とは、これからの主婦には最も必要である。今日は生活の轉換期であつて事態の移り變りが極めて速いから、常に修養と研究に努めて、時勢の進歩に後れないやうにし、努力せねばならない。

また物事を合理的に計畫し工夫して、或は能率の向上を圖り、或は方法の考案に努め、たとへ少しづつでも日に日に改善を加へてゆくといふ態度を身につけなければならない。そのためには、熱意を以て研究的な態度で仕事に當り、常に家政に關する科學的知識を廣めることが大切である。かくてこそ、絶えず何物かを生み育くむ日々これ創造の生活が營まれるのである。

なほ主婦の生活は、こまごまとした仕事の不斷の連續であるから、仕事を手順よく進める工夫と、細かなところにも注意の行届く細密さと、倦まず撓まず働く忍耐と、すつきりした整理整頓の習慣と、何事にも清潔を尙ぶ心がけなどが必要である。もとより育児・看護・調理及び裁縫などの技術に慣熟して、十分に技を磨くことを怠つてはならない。

主婦は一家和樂の中心であるから、常に元氣に明朗に生活し、溫かさなごやかさを家一ぱいに漂は

せ、趣味や慰安によつて生活の潤ひを醸し、家族に十分な休養をとらせ、明日は一層元氣に送り出すやう心すべきである。そのためには、主婦は自らも趣味を持ち休養をとつて、心のゆとりをもつやうに努めるとともに、家の趣味と娯樂とを工夫して一家團圓の喜びをともし、家庭を眞に家族の安息所たらしめなければならぬ。かかる家庭からこそ、また明日への旺盛な活力も湧き出るもので、主婦は常に温い、明朗な人柄を身につけるやうに心がけることが大切である。

第二篇 住居及び燃料

第一章 生活と住居

○風土と住居 われわれの生活が現在のやうな進歩發展を遂げるに至つた原因には、種々の條件が考へられるが、自然の環境もまた重要な條件の一つである。即ち山野河川の變化に富み、春夏秋冬の推移が明らかで、海幸・山幸の豊かなわが國の風土的條件は、生活のあらゆる面に影響を及ぼしてきたのである。わが國の住居にみられる特異性も、かかる風土的條件に由來するところが多いのはいふまでもない。あしなべてわが國の住居は、温和な氣候や秀麗な風光に對しては、できるだけこれを受け入れようとして開放的なものとなつてゐる。また暑熱の酷しい南國や、一年の大半が氷雪に閉ざされてゐる北國に於いては、防暑・防寒に特別の工夫をこらしてゐる。住居の建築材料には、主として木材が使用され、土臺には岩石が多く利用されてゐるが、これは國內に山岳が多く、至るところ樹木・岩石にめぐまれてゐるからである。かかる住居の特色が、衣食その他の部面に影響を及ぼし、精神や文化の昂揚發展に資してきたことも見逃してはならない。

◎国民性と住居 住居は、風土的條件による特色をもつとともに、国民性をよく反映し、不淨不潔を忌み、清淨潔白を尚び、自然に隨順し現實に適應しつつもそこによりよく生きんとする創造性の豊かな性情は、住居の上にもよく發揮されてゐる。即ち家屋の形や構造に、庭園の作り方に、また材料の選び方や取扱ひ方に、風土的條件を織り込みながらもこれに多分の国民性を表現してゐるのである。

わが國の住居は、いかめしい門扉を構へることが少く、各室間に嚴重な仕切りを設けず、開放的で互に連絡するのを立前とし、壁や扉に代つて獨特の襖や障子が用ひられてゐる。これは一面、高温多湿の夏期に適應せしめるためでもあるが、外國の生活と、わが國獨特の家の生活との相違によるものである。日常生活に於いては、家庭内に於いても或る程度の保秘性を必要とするとはいふまでもないが、わが國では、かかる場合その保秘性は、國民の徳義心、家族の嫉によつて保持されてゐるのが常で、紙一重といへども時には嚴として犯すべからざる障壁の役目を果してゐる。しかしこれとても一度撤去されると、各室は忽ち開放的となつて和氣藹々たる雰囲気は満たされ、また室を大きくも小さくも自在に活用し得るのである。

かやうに国民性は、住居に重要な特異性を與へるものであるから、国民性を度外視して健全な住居を考へることはできない。

第二章 生活の改善と住居

わが國は、わが固有の文化を中心としながら、外國の文化をも採り入れてこれを同化し、よく獨自の文化を發達させてきた。明治以來西洋文化の流入は、國民生活のあらゆる面に非常な影響を及ぼしたが、未だわが國獨自のものゝ渾然融合するまでには至らず、住居の面に於いても反省を加へ刷新を要すべき點が少くない。すなはち、わが國の住居様式がもつてゐる傳統的な特異性を一層發揮するに努めるとともに、住居の觀念そのものを再吟味し、簡素にして充實した生活を營み、次代の國民を健康に育て、家務を能率的に處理できるやうにするところに住居改善の主眼を置かなければならない。

一般に住居の改善といつても、農村と都市とに於いておのづから趣を異にする點があるのは當然である。農村住居と都市住居との相異の一例をあげると、農村に於いては生産的勞働の一部が屋内作業の形で行はれることである。積雪の多い地方では、紐摺や脱穀も屋内で行はれ、農仕事も爐邊でなされるのであるから、住居もこれに適應した間取りや設備などを考慮して能率をあげるやうにすべきである。この場合、家族の修養・慰安についても心を配ることを忘れてはならない。また農村の住居のなかには、居間を犠牲にしてまでも冠婚葬祭のために稀にしか使用しない客間を比較的廣くつとめてゐるものが多いが、これらの點には改善の餘地が多い。もつともそこには、農村の醇風美俗も含まれて

ゐるのであるから、一概にこれが徹底的改廢を行はねばならぬといふ必要はないが、家族の保健に至大の關係をもつ居間についてはこれを重要視して、その間取りや設備などに關しては大いに考慮する必要がある。炊事場も、農村に於いてはとかく廣い面積を占めてゐる割合に非能率のところが多から、これらの點には合理的に改廢整理を加ふべきである。即ち面積は、家族や住居に相應した廣さを探り、採光・通風・換氣などの保健・衛生に關聯した設備には特に留意し、押入れや棚の配置にも細かい注意をそそぐべきで、これがただちに能率にも大きな影響を及ぼすことを忘れてはならない。

次に都市の住居について見るに、都市に於ける一般の住居は、農村のそれよりも敷地はもとより建坪も狭小なのが常であるから、できるだけ空間・空所を活用して能率的にも經濟的にも住みよくすることが肝要である。とかく都市生活は、自然の生活に遠ざかりがちなものであつて、保健上にも幾多の憂慮すべきものを包含してゐる。今日都市計畫や國土計畫を立てて都市生活を適正にし、都市の人口の疎散につとめてゐるのはこのためであつて、今や都市に於ける住居の改善については、都市そのものの根本的性格の認識を度外視しては考へられなくなつてゐるのである。なほ都市には、かつて所謂文化住宅と稱して徒らに洋風を模倣した整齊すべき住居の流行をみたことがあり、今日もなほその弊風が少くないが、これなどは住居の改善に對する態度として慎重を缺いた事例であつて、大いに反省を要する點である。居は氣を移すといはれるやうに、かかる住居では、そこに營まれる生活も自然

輕佻浮薄のものとなりがちであつて、次代の國家を背負ふ實質剛健な少國民を育て上げることが到底望み得べくもなう。

その居住の様式については深い考慮をはらひ、本來の特色を堅持しながらも、氣候・風土に應じて適切な生活様式をうちたて、一切の建設の基底となる住居の生活そのものからして不動のものたらしめる必要がある。

第三章 保健的設備

○採光と照明

一、採光 適當な照度は目の保健上肝要である。元來視神經の疲勞は、全面的に神經の疲勞を招來するものであつて、能率に影響し休養に支障を來たし易い。採光に當つては、まづ室内全體に光線を散してこれを均一にし、著しい明暗の差をつくらないやう、また日光の射入する時、これを調節して眩輝を起させないやうに注意せねばならない。

次に考ふべきことは、家の方位である。方位は、その土地の環境によつて異なるが、わが國では一般に南向・東南向が最もよく、次は東向である。北向は、一日中室内採光度の變化が少なくて均齊してゐる點はよいが、一方保健・衛生の見地からすると、採光度が最も低いから防暑を必要とする特殊

地方以外は一般に避けなくてはならない。また窓の大きさも採光に關係が深い。晝間の採光は南を主とし、北の窓は通風のために設けるのが一般である。すべて縁側を距てて射入する光線の室内に及ぼす照度は、割合弱くて餘り有効でない。そこで、窓の上方をなるべく高くし、天井に接して設けるやうにしなければならない。一般にその高さは、室の奥行の二分の一以上が理想的である。窓の面積は、廣くする程高い照度が得られる。窓の日除けは、外から直射する日光を遮り室内にこれを擴散させて明かるさを調節する上に、最も大切な役目をもつてゐる。從來の日除けは、直射光線の射入を防止することのみに重きを置き、照度の調節を閑却したところに大なる缺點があつたが、この缺點は、種々の角度に調節ができる薄板を鋳型に並べた簾を用ひて、これを巧みに操作することによつて除かれる。紫外線は一般に夏期に多く冬期には少ない。故に冬期には、努めて戸外に出て日光に浴する必要があるが、同時に室内にも日光を十分に射入させなくてはならない。しかも紫外線は午前中に多いから、特にこの時間日光の射入が多くなるやうにすべきである。冬期の日光は採光にも效果的であるが、ただ紫外線は普通の硝子を透過しないから、特に風が強くない限りは、できるだけ硝子戸を開放する必要がある。

市街地建築物法によると、採光面積は室面積の一割以上と規定されてゐるが、普通和風住宅に於いては、從來もこの標準以上にとられてゐるから問題はない。しかし、實際は二割以上として、照度や

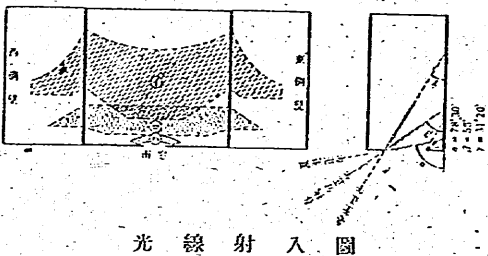


図 入 射 線 光

温度を建具やカーテン或は簾等によつて調節し、冬期晝間の日光射入を十分ならしめることが、保健に對する採光問題の重點といへよう。平坐式を主とする生活では、室のすべての設備が低くなり、隨つて採光面も比較的低いのが常である。これは他方夏期の通風によく、また降雨量の多いことや、耐震性等に對する考慮とも一致し、同時に横に廣い開口の建具の開閉にも便利である。なほ、冬期は一體に太陽の高度が低いから、室の奥行の浅い方が日光の射入する程度が大である。

なほ冬期は、南面にある樹木や家屋等によつて日光が妨げられ易い。都會地では、一般に隣家が接近してゐて日當りが悪く、室内全般の採光が不十分で均でない場合が少なくない。かかる場合には、散光率の優秀な障子を用ひるとよい。摺り硝子も相當散光率が大きいが、斜光線に對しては障子紙に比し遙かに劣る。室内の照度は、壁や襖の明かるい反射によつても大いに補はれるものである。それ故、敷物等もなるべく明色のものを選ぶべきである。洋間の照度は、一般に白漆喰塗の天井面の反射によつて補はれてゐる。和室に於いても、特に必要を感ずる場合には、天井を紙張・漆喰塗等に仕上げて明かるくすることができ、また縁側の天井の一部を天窓式にすれば効果が大きい。

る。この場合、夏期の日除けと冬期夜間の保温とに工夫が必要である。天窓の日除けには簷戸を用ひるがよく、簡単な保温には障子をはめればよい。障子は天井の面に沿つてすべるやうに溝を設けて置けば、晝間開放して十分な日光を受けるに少しも差支へない。

二、照明 日没から就寝までの数時間は、人工照明によつて適當の明かるさを得ることが必要である。それには經濟的にもなるべく必要な部分に重點を置いて照明するやうに考へねばならない。

照明の方法には二つの場合が考へられる。一は特定の仕事を中心に、一人或は二人位が靜かに注意を集中する場合である。この場合の照明は、局所的で差支へないのみか、むしろ氣持を散漫ならしめないで都合がよく、また比較的小さな光源で効果があり、光源の位置も合理的な場所を選ぶことができるから、保健的・經濟的で能率上にもよい。かかる方法が局所照明法で、適當な脚臺をつけて机や臺の上に置く場合が多いが、邪魔になる場合には壁面にとりつけるか天井から吊すかすればよい。いづれも上下に或は水平にいくらか光源の移動のできる工夫が望ましい。光源には直接目に光線を受けないやうに適當な笠をつける。笠は必要な部分に光を集中させるための覆ひともなるから、形と共に内面の反射率をも吟味して良好なものを選ぶべきである。なほ反射光によつて照明される對象が、反射率の高いものであるとやはり眩輝を感じるものであるから、光源の位置に注意せねばならない。また照度が大きくなくても、照明範圍が狭くて周圍の暗さとの對比が強いくともよくない。局部照明は、

かかる意味で特殊な場合以外は周圍にも或程度の散光を發するやうに、笠にいくらか透過性を與へることが望ましい。

障子紙の反射率は四五%で、透過率は四五乃至五六%である。局部照明の笠としては外層にいくらか透過率を減ずる材料を添へるとよい。これは一方で反射率を高めることにもなる。但しその笠の形状は行燈式でなく、反射光線が對象物を十分照らすやうな皿型でなければならぬ。

一は室内の大部分は大體均一な照度を與へる場合である。この場合は、やや高い光度をもつた光源を室の中央になるべく高く取付ける。これには、天井或は壁の上部に二つ以上の光源を設けるものと、一つの光源を中心に更にその光を反射する廣い反射面を作つて平均した明かるさを求めるものがある。後者の極端な例は間接照明法で、この方法は光源を下から不透明な皿狀のもので覆ひ、比較的廣い反射面へ投光してそれから穏和な照明を得るものである。反射面は廣い笠狀のものの内面を白く仕上げたものか、或は白く塗つた天井をこれに利用することもあるが、光源から出る光線を平均に反射できるやうな曲面とすれば理想的である。この方法によると餘りに照度が均一であるため、直射照明に比し暗くなりがちで光源の光度を高める必要があるから不經濟であつて一般用ではない。

光源を露出して不透明な笠を上につけるか、或は明暗の對比を和らげるために半透明の笠をつける方法が直接照明法であるが、この方法によると眩輝を感じ、方向によつては陰影を強く出すから、一

般には眼の保健上よくない。しかし経済的なため比較的廣く採用されてゐる。和室に於いては、障子・襖等が比較的良好な反射をなすから、この直接法による強い明暗の對比も相當和らげられる。直接照明の缺點を器具によつて補ひ、改良したものにやや深い椀形の笠がある。半透明の乳白色硝子を用いたものが多く、これによると斜の方向からは光源からの直射光を目に受けず、透過光は穏和な散光を以て壁や天井を照明し、経済的で保健上にもよい。この形式に屬するもので、全部を乳白色硝子を以て覆ひ、しかもその重要な方向に透過光を強めるため、やや複雑な曲面を與へたいくらか扁平な臺形の器具がある。この場合、天井も明かるく仕上げておく理想に近い照明といへる。

一般照明のみであらゆる場合の必要に應ずると、不経済なことが多い。場合によつては、光度の低いもので室の一隅のみを照明する方が經濟上ばかりでなく保健上にもよいことが少くない。故に一室に一般照明と局所照明の二つを設けておくのが理想的である。

和室では平坐式生活が行はれ、床や建具がよき反射面となるから、一般に餘り光度の高いものを要しない。随つて必要に應じて器具を移動し、これを局所照明として使用することも考へられる。

◎防暑法 直射日光に對しては、普通、窓上に庇や日覆ひを設けてこれを遮るが、日光を受けた壁の傳熱量も相當大きいから、夏期には樹木等で日陰を作ることが必要である。朝日や夕日を受ける壁の

外に、軒下からよしず等をつるすのも防暑法の二つである。屋根からの傳熱度も相當大きいことは屋根を蔽ふ大樹の下にある家の凄きよい事實からでもわかる。葦屋根は防暑によいが耐火的でない缺點があり、トタン葺は耐火性があつても熱の傳導度が高く、殊に黒色塗料を塗つた場合は甚だしいから注意せねばならない。

温度が高い割合に湿度の低い氣候に對しては、壁や天井を厚くして窓を小さくし、窓はなるべく閉めて外界の氣温を絶縁するのがよいが、わが國のやうに湿度も高い場合は、通風換氣を十分にすると實際に感ずる暑さを下げることができから、風向に對して窓をできるだけ廣く開く必要がある。不用意に洋風にならつて幅の狭い窓を少しつけ、しかもその反對側が塞がつてゐて風が通らないと、その蒸し暑さは夏期の使用に堪へ難いものとなる。一般に中央に近い南面した室は、夏の日射しを避けられ易い。随つて生活の中心となる居間・寢室等は、なるべくこの位置に設けるがよい。洋風の寢室は、寢臺等の配置上他の目的に轉換することは困難であるから、東又は西の方向に設ける例が少くない。その使用は夜間であるから差支へないやうなものの、實際には壁や屋根に受けた熱が放散されて寢苦しいものである。また朝の日射しも夏期は強い。これを防ぐには天井や壁に防暑的設備を施すといふ。和風の生活様式では、寢室は、晝間は他の用に供することができから、最も條件のよい位置が寢室に用ひられる。しかしこの場合、北側の壁面に小さくとも通風換氣用の窓か出入口を設けるこ

とが必要である。夜間は戸締りをするのが普通であるから、雨戸の一部又は鴨居上の間隙を開閉できるやうにして通風換氣を圖るやうにしたい。この場合にも、反対側の壁面に換氣口を設けておくことが頗る効果的である。蒸し暑い夜の寝苦しさは、精神的にも肉體的にも健康に大きな影響を及ぼす。睡眠中に急激な氣温の變化の豫想される地方では、直接屋外へ開口せず隣室又は廊下側へ間接に換氣口を設けた方がよい。床下の濕氣は四季ともに不健康であるが、殊に暑熱の候にはその影響が大きいから、床下の通風をよくし、できれば床を地面上五十種以上にするといふ。

更に防暑に關しては、直射日光ばかりでなく、反射熱が大いに影響する事實も忘れてはならない。白く焼けた庭の砂利、コンクリート打ちの壇、或は隣接建物の白壁からの反射熱などは相當きびしいものである。これを防ぐには、直接日蔭をつくるか、または窓や縁側に簾を下げるかする。簾は光線を遮るとともに、通風も悪くないから、洋式窓にも用ひると防暑になる。

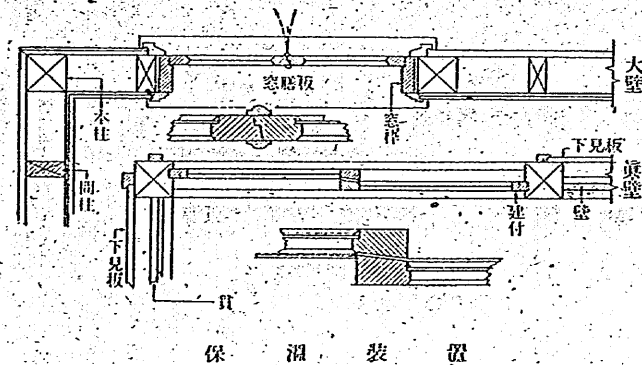
③防寒法 酷寒の氣候に對しては、積極的な防寒法として暖房設備ができるから暑熱の場合よりも比較的樂である。最も有效でしかも經濟的なのは太陽熱の利用で、できるだけ日光を室内に深くとり入れるやうに工夫すべきである。また窓際には、落葉樹を植ゑて夏期は日蔭をつくり、冬期は日射しをとり入れるに便利なやうにせねばならない。夏期に十分な通風を求めるため廣くした窓は、冬期は硝子戸をはめて暖い日射しをとり入れるに都合がよい。しかし太陽の照らない日や、夜間は硝子越しに冷えるから、障子・雨戸・窓掛けなどで防寒する必要がある。

一般に家庭で用ひられる保温器具は、火鉢・炬燵・暖爐などである。火鉢・炬燵は輻射熱に富み、灰で火熱の調節ができ、取扱ひが簡單で移動も自由で至極便利である。しかし室内全體を温めるには不適當で、木炭の燃焼に注意しないと有毒ガスを發生する缺點がある。なほ炬燵を入れたまま就寝することは、とかく危険を伴ひ易いから特別の場合のほかはなるべく避けた方がよい。近來都市でも、床に爐を切つて腰掛けとし、中央にテーブルを取付ける考案をしたものが見受けられる。これは便利であるが、やはり木炭の燃焼とその排氣に注意しないと有毒ガスを直接呼吸することになる。また暖爐には、これに用ひる熱源によつて石炭暖爐・ガス暖爐・電氣暖爐等の種類があり、それぞれ保温上長所をもつものである。

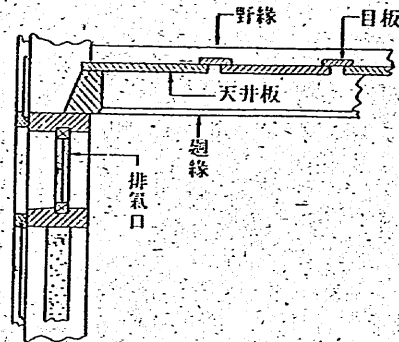
なほ暖房について注意すべきことは、室内空氣の乾燥である。内地の冬は一般に湿度が低いので、暖房によつて呼吸器が害され易い。空氣が乾燥すると塵埃の飛散が多くなり、同時に實際に感ずる温かさが低くなるから、相當湿度を高めなくてはならず、さうするとなほ乾燥を促進させる結果となる。故に十分濕氣を與へることが大切である。もつとも過度の濕氣は不快であるとともに、保温材が吸濕して保温效果の低下も免れない。大體室内温度十七度前後に對し、湿度六十五%程度を基準とする。

がよい。給湯の方法は、熱源の上に水の容器を適宜におく。

④室内の保温 採暖設備を如何に完備しても、在來の家屋のやうに保温装置が不完全であると、室内の保温は到底望まれない。和風家屋の眞壁は、洋風家屋の大壁に比し非常に薄いから、そのまゝでは完全な保温はできない。これを改良するには、眞壁の外側と下見板との空所に適當な保温材料を充填する。洋風の木造家屋では、柱と柱との間にこれを厚く充填することができるから一層有効である。保温材料としてはコルク・鋸屑・石炭殻、樹木の苦等がよい。なほ外部の下見板を一層厚くすると、保温上の効果が著しい。一般に窓・入口の硝子戸は寒氣を通し易いから、冬期には窓掛はなるべく厚い布地のものを使用し、寢室にはその外側に雨戸を設けるか、硝子戸の内側に紙障子を装置するとよい。うつれにしても建付を完全にし、そこから寒氣の侵入しないやうにすることが肝要である。在來の竿縁天井は、板の合はせ目に隙が多



保温装置

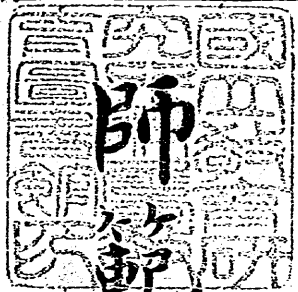


通風装置

く室内の保温には不適當であるから、天井板を竝べてその間に上から幅の狭い目板を打ち付けるとよい。漆喰天井は、保温上からは完全なものである。繊維板天井も、板の継目に注意すれば保温的である。天井を密閉する場合には、室内の換氣に注意し、適當の位置を選んで排氣口を設けなくてはならない。

更に平坐式の生活様式に關聯して考ふべきことは、床が保温的でなければならぬことである。脚部の保温をはかることは、快適な感じを與へ、保健上からも合理的であつて、床が保温的であると室内温度を標準よりやや低下させても差支へない。床の保温をはかるには、床下からの隙間風を防ぐやうにするとともに、床になるべく優秀な保温材料を用ひる。木材の板張りには、石やコンクリートよりはよいが、平坐のためには未だ保温性が十分でなく、また弾性にも缺けてゐる。薄縁や絨毯等の敷物を敷くか、コルク板等を貼つてこれを補へば或る程度満足できる。わが國民が古くから用ひてゐる畳は、平坐用として相當廣範圍の條件を備へ、理想に近いものである。ただ一定寸法のもの敷詰めるため、合はせ目から隙間風が洩れ易い缺點がある。これを防ぐには、その部分に

K450.5-1

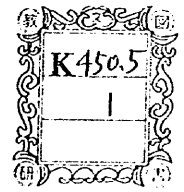


師範家政

本科用卷一

文部省

(第二級)



Approved by Ministry of Education
(Date Apr. 9, 1946)

昭和廿一年四月十四日
文部省検査済

昭和廿一年四月九日印
昭和廿一年四月十三日發行
昭和廿一年四月十四日翻刻印
昭和廿一年四月廿八日翻刻發行

師範家政 本科用 卷一

定價金壹圓拾錢

著作權所有 發行所 文部省

印刷發行所 東京都神田區錦町一丁目十六番地
師範學校教科書株式會社

代表者 森下 松衛

印刷者 東京都牛込區市谷加賀町一丁目三番地
大日本印刷株式會社

代表者 佐久間長吉郎

發行所 東京都神田區錦町一丁目十六番地
師範學校教科書株式會社

58. 8. 31, 文部省寄贈納入乙