

最新

家事撮要

上卷

590  
43  
1

41220

教科書文庫

4

910

42-1906

25980  
04641

Kodak Gray Scale

C  
Y  
M

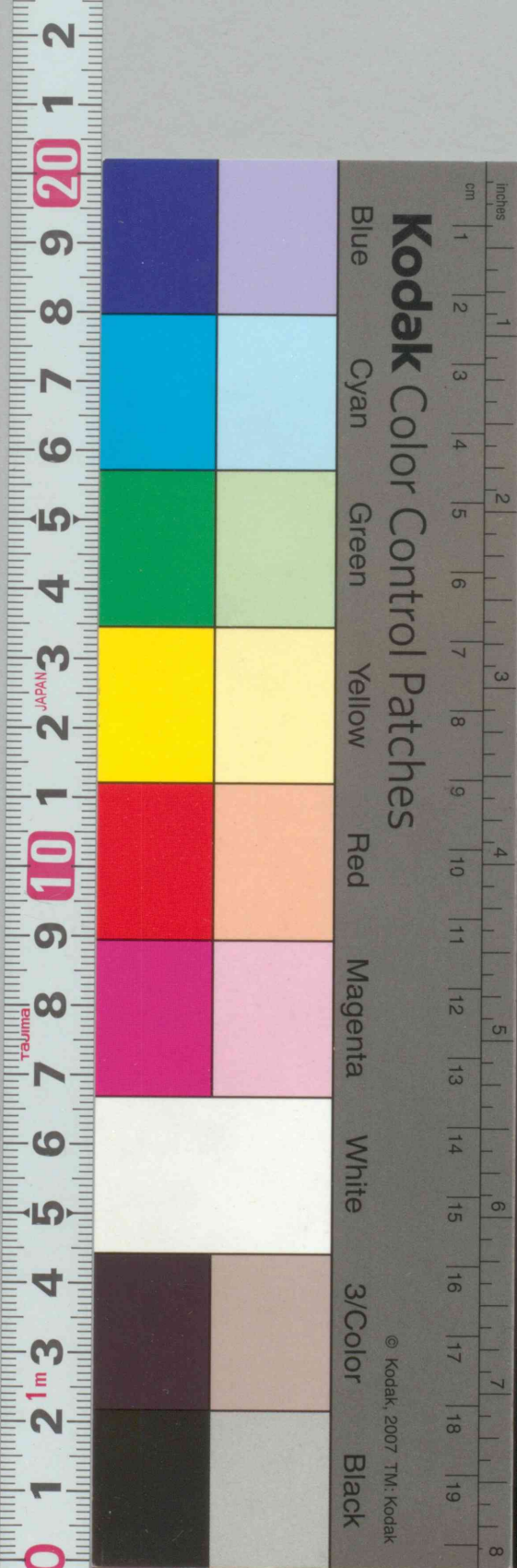
© Kodak, 2007 TM: Kodak

A 1 2 3 4 5 6 M 8 9 10 11 12 13 14 15 B 17 18 19

Kodak Color Control Patches

© Kodak, 2007 TM: Kodak

Blue Cyan Green Yellow Red Magenta White 3/Color Black



明治三十三年四月六日  
文部省檢定濟  
高等女子學校師範學校家事教科書

女子高等師範學校教諭後閑菊野校閱  
東京府女子師範學校教諭佐々木君代編著

# 最新家事撮要

東京大日本圖書株式會社

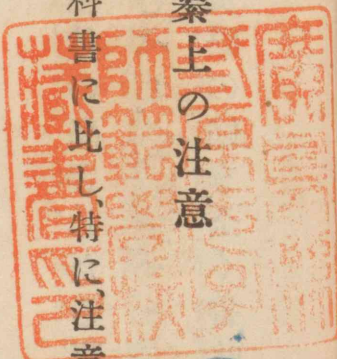
## 本書編纂上の注意

本書が、從來の教科書に比し、特に注意せる諸點を擧ぐれば、左の如し。

一 本書は、文部省より發表せられたる、高等女學校教授細目に準據し、衣食住、育兒、看病、家計簿記、其他、一家の整理、經濟に關して、必要缺くべからざる實際的材料のみを選擇せり。

二 本書は、力めて、他學科との連絡をはかると同時に、其重複を避けたり。

三 本書は、教授の餘裕を存せんがため、力めて、要點を簡明に叙述するに止めたり。



第464/號

四 本書中、理科的智識の基礎の上に立つべき材料は、可成其原理を説明して、確實なる智識を得しめんことを力めたり。

五 本書は、時勢の進歩に適へる、善良なる家風を振興せんことに、力を致せり。

幸に、大方の賛成を得て、本科の教授上に少補あることを得ば、獨り、著者の満足のみにあらざるなり。

### 本書教授上の注意

一 他教科に於て、生徒の學習したる事項は、成るべく利用せんことをつとむべし。

二 本書に於ては、交際の條を、全く省略したり。之れ、其必要を感じざるにあらずして、修身科に於て教授するを、便なりと信ずればなり。其他、養老、家風の條の如きも、亦、修身科に大部を譲りたれば、つとめてこれと連絡することを要す。

三 衣食住、看病等の説明に關しては、殊に、生徒が、生理、理科、裁縫に於て得たる智識を利用すべし。

四 育兒の説明に關しては、教育と連絡をはかるべし。

五 割烹、洗濯等の實習は、第三學年に於て、凡十回、之を課するを通例とすれども、便宜、第四學年に涉り、之を課するも妨げなし。

六 家計簿記等は、時價を見はからひて、一家の生活費の豫算をたてしむる等、日用に適切なる事例により、練習せし

七 本書に載するところの温度は攝氏寒暖計によれるものなり、

# 目次

緒論	.....	一
一家に於ける女子の職分	.....	
善良なる家風をつくること	.....	
第一編 食物	.....	三
第一章 成分、性質	.....	三
第一節 牛乳の成分	.....	三
第二節 蛋白質	.....	四
第三節 脂肪	.....	四
第四節 糖分	.....	五
第五節 灰分	.....	六
第六節 水分	.....	六

第七節 保健食料 ..... 七

第一章 常用食品 ..... 九

第八節 種類 ..... 九

第九節 米 ..... 九

第一〇節 麥 ..... 一〇

第一一節 粟 ..... 一一

第一二節 豆類 ..... 一一

第一三節 果實 ..... 一三

第一四節 野菜 ..... 一三

第一五節 魚介類 ..... 一三

第一六節 鳥類 ..... 一四

第一七節 獸類 ..... 一四

第一八節 砂糖 ..... 一五

第一九節 食鹽 ..... 一五

第二〇節 水 ..... 一六

第二章 嗜好品 ..... 一九

第二一節 アルコール ..... 一九

第二二節 日本酒附酢焼酎味淋 ..... 二一

第二三節 ビール ..... 二二

第二四節 葡萄酒 ..... 二三

第二五節 茶 ..... 二四

第二六節 煙草 ..... 二五

第二七節 香料 ..... 二七

第四章 割烹 ..... 二七

第二八節 割烹の必要 ..... 二七

第二九節 煮物 ..... 二八

第三〇節 焼物 ..... 三〇

第三一節 蒸物 ..... 三〇

第三二節 揚物……………三一

第三三節 汁物……………三一

第三四節 生物……………三一

第三五節 漬物……………三一

第三六節 献立……………三一

第五章 貯藏法……………三五

第三七節 食物の腐敗……………三六

第三八節 防腐法……………三六

第三九節 各食品の貯藏……………三八

第二編 衣服……………四二

第六章 材料の選擇……………四二

第四〇節 衣服の必要……………四二

第四一節 選擇の標準……………四三

甲 地質……………四三

第四二節 綿布……………四三

第四三節 毛織物……………四四

第四四節 麻布……………四四

第四五節 絹布……………四五

乙 染色……………四五

第四六節 色……………四五

第四七節 染方……………四六

第四八節 熱の吸收……………四六

第四九節 變色……………四七

第五〇節 冬衣夏衣……………四七

第五一節 禮服……………四八

第五二節 常服……………四九

第五三節 色の配合……………四九

第七章 調製.....五〇

第五四節 形状.....五〇

第五五節 裁縫.....五三

第八章 保存.....五四

第五六節 整頓.....五四

第五七節 洗濯石鹼.....五五

第五八節 洗濯用水.....五六

第五九節 洗濯.....五七

第六〇節 汚點抜き.....五七

第六一節 乾し方.....五九

第六二節 補綴.....六〇

第三編 住居.....六一

第九章 宅地の選擇.....六一

第六三節 住居の必要.....六一

第六四節 選擇の標準.....六二

第六五節 衛生上の選擇.....六二

第六六節 資産保護上の選擇.....六四

第六七節 家族生活上の選擇.....六五

第六八節 經濟上の選擇.....六六

第十章 家屋の構造.....六七

第六九節 家屋の種類.....六七

第七〇節 換氣.....六七

第七一節 採光.....六八

第七二節 屋根及床.....六九

第七三節 間取.....七〇

第七四節 裝飾.....七一

第七五節 庭園.....七二

第七六節 門牆……………七四

第七七節 井戸……………七五

第十一章 家財……………七五

甲 採暖器……………七五

第七八節 燃料……………七五

第七九節 火鉢及ストーブ……………七六

乙 採光器……………七七

第八〇節 燈用燃料……………七七

第八一節 燈光……………七九

丙 什器……………八一

第八二節 金屬器……………八一

第八三節 木器……………八二

第八四節 硝子器及陶器……………八三

第十二章 保存……………八四

目次終

第八五節 修繕……………八四

第八六節 整頓……………八五

第八七節 清潔……………八五

第八八節 目錄……………八六

第十三章 衣食住に關する餘論……………八七

第八九節 秩序……………八七

第九〇節 節儉……………八九

第九一節 勤勉……………九〇



最新家事撮要上卷

後閑菊野校閱  
佐々木君代著

緒論

甲 一家に於ける女子の職分

一家を整理し、家事を司るに當りては、爲すべきこと甚だ多し。衣食住に關する事項を初めとし、育兒、養老、看病、さては、金錢の出納に至るまで、其事項極めて複雑にして、緻密なる注意を要するもの少からず。古來、女子は、溫和、周密を以て、其特長とせらるゝ所なるを

以て、此等の煩雜なる事項を處理する適任者なりといふも不可なく、且つ世の進歩するに従ひ、男子は外に業務をとり、女子は内に家事を整理するの分業法によるべきは、自然の勢なれば、女子たるものは、熱心誠實に其事に従事し、以て、其責任を盡す覺悟なかるべからず。

乙 善良なる家風を作ること

國は、家を以て本となすものなれば、一家の治まると否とは、ひいて、國の盛衰富強に影響するものなり。されば、一家を立つるに當りては、家族各其本分を守り、善良なる家風を作り、直接には一家を治め、間接には、一國を安んずるの基礎を作らざるべからず。

いてや、これより、順を逐ひて、これが方法を研究せん。

第一編 食物

第一章 成分、性質及び分量

汽車の動くに蒸氣を要するが如く、人の生長し活動せんには、亦、原料なかるべからず。食物は、可憐の嬰兒をして五尺の人たらしめ、五尺の人をして世界の舞臺に活動せしむるものにして、實に人生諸般の原動力なり。今、例を牛乳に取りて、其成分と性質との説明を試むべし。

第一節 牛乳の成分 牛乳は、頗る滋養あるものにして、其中には、次の如き成分を含む。

水分	蛋白質	脂肪	糖分	灰分
八五	四	五	五	一

第二節 蛋白質 牛乳を煮沸するとき、其表面に生ずる薄き皮は、熱に遇ひて固りたる蛋白質なり。蛋白質は、牛乳の外、鳥獸魚介の肉、卵、并に、豆類等に存在するものにして、人體の生活現象は、主として、此蛋白質の變化に基づくものなり。植物は、自からよく蛋白質をつくり得れども、動物には、此力なきを以て、直接若しくは間接に、之を植物に仰ぎ、植物の有せる蛋白質を分解し、之より得る所の勢力を利用して活動せざるべからず。

蛋白質は、元來、胃腸の膜を透すこと能はざるものなれども、胃液、膵液にあへば、溶けてペプトンとなりて、容易に、胃腸より血液中に吸収せらるゝに至る。

第三節 脂肪 牛乳の表面に浮ぶ小球は、即ち脂肪にし

て、蛋白質と同じく、種々の乳汁、肉類、及び、或る植物中に存在するものなり。脂肪は、體溫發生の最も適當なる材料にして、膵液及び胆汁の作用を受け、可溶性となりたるのち、空氣中より入り來る酸素にあひて分解せられ、その中の炭素は炭酸瓦斯となり、水素は水となりて、體外に排泄せらる。其際、體溫を發生すること、恰も、彼の薪炭が、空氣中に燃えて、炭酸瓦斯及び水を生ずる際に、熱を起すと同様なり。

第四節 糖分 牛乳の、多少甘味を帶ぶるは、其内に存する糖分、即ち、乳糖あるによるものなり。植物體中にある糖分は、糖類、若しくは、糖類に變ずべき澱粉の形にて存在す。此等の糖類及び澱粉を總稱して、含水炭素とはいふなり。

糖類は、容易に、動物質の膜を透し得るを以て、胃腸より、直

に吸収せられ、脂肪と同様に、體溫發生の材料となるものなり。

澱粉は、植物界にのみ存在するものにして、米、麥、粟、大豆、小豆等の穀類は、多量にこれを含むものなり。澱粉は、水に溶け難き粉末なれども、熱湯にあへば、皮膜破裂して糊状をなし、唾液、腺液の作用を受けては、糖類に化し、可溶性となる。

澱粉は、食物として有用なるのみならず、酒、酢等をつくるに用ふること甚だ多し。(澱粉は、沃素にあへば、深藍色を呈するを以て容易に之を鑑別することを得るものなり。)

**第五節 灰分** 牛乳中に存在する灰分は、重に、燐の化合物なり。礦物質は、骨其他の主成分となるものなれば、是れ亦人體に缺くべからざるものなりとす。

**第六節 水分** 牛乳の流動體なるは、其中に、多量の水を

含有するによるものなり。水は、血液、消化液等の主成分となり、老廢物の排出を助け、或は、皮膚より發散して身體を清涼ならしめ、同時に、體溫を調節する等、頗る要用なるものなれば、體内には、常に、水の不足を告げざる様、直接又は間接に之を供給せざるべからず。

**第七節 保健食料** 以上述べ來りたる牛乳の五成分、即ち、蛋白質、脂肪、含水炭素、灰分、水分の五つは、何れも貴重なる滋養分にして、吾人の身體は、其の内の一を缺くも、生存を全うすること能はざるものなり。但、含水炭素と脂肪とは、同一の作用をなすものなれば、或る度までは、互に代用することを得べし。例へば本邦人と西洋人とは、脂肪及び澱粉を食する分量異なるも、猶、保健上に差異あるを認めざるが如し。五

成分中、水及灰分は、すべての食品に含有せらるゝが故に、食物の性質、分量に關しては、他の三成分につきて、特に注意するを要す、而して、此等三成分の、人の健康を保つに必要なる分量をば、保健食料とはいふなり。

保健食料は、精密に之を言へば、各人の年齢、職業、體格、男女等によりて、差異あるべきものにして、決して一定すべきものにあらず。されども、諸學者の研究によれる、普通の成人に要する保健食料は、大凡左の如し。(一人一日の食)

	蛋白質	脂肪	含水炭素
(1)	二五、五	五、三	一一〇、〇
(2)	一八、九	三、七	一三九、四

(1)は、内務省衛生局の試験に係るもの。(2)は、陸軍省にて、兵營

の食物として定められたるものなり。

牛乳は、前記の三成分を、適當の比例にて、含有するものなれば、食物としては、最高の位置を占むるものなり。牛酪は、牛乳中の脂肪のみをとりてつくり、乾酪は、蛋白質のみをとりてつくり、コンデンスミルクは、牛乳に砂糖を加へて熱し、濃厚ならしめたるものなれば、何れも滋養の効あるものなり。

### 第二章 常用食品

**第八節 種類** 人の、常に食用となすものゝ内には、米、麥、粟、大豆、小豆、果實、野菜、等の如き、植物性のものあり。鳥獸魚介の肉、卵、乳汁等の如き、動物性のものあり。又、砂糖、食鹽、水等の如く、礦物性のものもあり。

**第九節 米** 吾人の常食とする米には、粳、糯の二種あり。

何れも、粒々相揃ひて、形肥えたるを良品とす。米の澱粉は、極めて消化し易きものにして、粳は炊きて飯となし、釀して酒となす。糯は餅となす外、菓子等をつくる原料となる。

**第一〇節 麥** 麥には、大麥、小麥等の種類あり。大麥は、炊きて麥飯となす外、ビールをつくるに用ふべく、小麥は、各種の滋養質を、適當の割合に含むを以て、之を粉末となし、麩麩、麩等の重要な食物を製し、又、醬油、菓子等をつくる原料となす。

麩麩は、小麥粉を水にて捏り、醱酵せしめたる後ち、適宜の形に造り、爐内にて炙りたるものなり。蛋白質、澱粉、其の他の滋養質を含み、且つ、消化し易きものなれば、善良なる食物なり。麩は、小麥粉を囊に入れ、之を水中にて揉み、澱粉を漏出せ

しむるとき、囊中に残れる蛋白質を急に熱したるものなり。

**第一一節 粟** 粟は、多く、菓子、餅等をつくる料となる。農家などにては、米麥と交へ炊きて常食に供するもあり。

**第一二節 豆類** 之には、大豆、小豆、其他種々ありて、何れも、蛋白質の多量を含めども、稍、消化し難きを以て、其儘にて多量に食するは、よろしからず。大豆よりは、豆腐、味噌等をつくり、小豆よりは、餡を製すべし。

豆腐は、水に浸したる大豆を磨りつぶし、滓を濾しとりたるものに、水を加へ、よく煮て、蛋白質をとかし、更に苦鹽ニガハシを加へて、之をかためたるものなり。

味噌は、大豆をよく煮て、搗き、之に食鹽、麩の二品を混ぜ合せたるのち、固く桶に詰めて貯ふること、數ヶ月にして生ず

るものなり。此間、蛋白質の一部は、變じて消化し易きものとなるなり。

醤油は、小麥を焙りて磨りくだきたるものを、よく煮たる大豆と混じ、更に、之に少量の種麴をふりかけ、暖所に置くこと四五日にして、これを桶に移し、豫め煮沸し置きたる食鹽水を混じ、永く放置して造りたるものなり。此間、澱粉は砂糖に變じ、蛋白質はペプトン、其他のものに變ず。かくて、生出したるものを、更に瀘して火入する際、味淋又は砂糖を混じて甘味を附するものなり。

味噌及び醤油は、共に、食物の味を調ふるに、缺くべからざるものなれども、味噌は醤油に比し、蛋白質及び脂肪を含むこと多きを以て、滋養の點に於ては、醤油にまさるものなり。

**第一三節 果實** 果實は、滋養質を含むこと少けれども、

糖分及び酸の調合甚だよろしきを以て、人々の嗜好に適し、食慾を起し、消化をたすくる効あり、然れども、未熟なるものは、腸胃を害する恐あり。

**第一四節 野菜** 野菜類中には、甘藷、馬鈴薯等の如く、澱粉及び糖分に富めるものもあれども、一般に、多量の水分と礦物質とに富むものなれば、他の濃厚なる食品の配合品として、缺くべからざるものなり。

**第一五節 魚介類** 魚介類は、蛋白質及び脂肪に富み、且つ、多量に燐を含むゆゑに、學生の如き、腦を使用すること多きものには、適當なる食品なり。

すべて、魚類は、鰓の色鮮紅にして、眼球光澤を失はざるも

のを選ぶべく、且つ、漁獲に季節あるものなれば、よく注意すべし。

貝類は、口の開かざるものを選ぶべし。

**第一六節 鳥類** 鳥類の肉は、燐と蛋白質とに富むを以て、良好なる食品なり。

鳥卵は、蛋白質、脂肪、硫黄、磷、鐵等を含みて、滋養質甚だ多し。鶏卵は、食鹽一分、水十分の食鹽水に投じて、沈降するを以て新鮮なる證據なりとす。

**第一七節 獸類** 獸類の肉は、蛋白質、脂肪及び礦物質の適量を含み、良好の食品なり。就中、牛肉は、他の肉類に比し、滋養質多く、且つ、其味の美なるにより、人々の嗜好に適し、豚肉は、脂肪頗る多きを以て、體温發生の好材料たり。概して、肉類

は、強固にして弾力を有し、之に觸るゝも、指をうるほさゞるものを宜しとす。

**第一八節 糖類** 糖類は、極めて廣く、植物に存在するものなれども、就中、甘蔗、甘菜等に夥しとす。吾人の日常用ふるところの砂糖は、甘蔗より製したるものなり。糖類には、麥芽糖、葡萄糖等の種類あり。

菓子には、米、麥、粟、小豆等の原料に、砂糖を加味して調製したるものにして、之を多量に食するときは、砂糖は、胃中に於て酸敗し、嘔吐を催ほし、消化器を害すること少からず。

**第一九節 食鹽** 食鹽は、多量に海水中に存在する外、岩鹽となりて、礦山より産出す。海水より製したる普通の食鹽は、五分乃至一割の雜物を含有するを以て、苦味あるが上に、



空氣中に放置すれば、次第に水分を吸収して溶解す。燒鹽は斯る憂なし。食鹽は、食物の調味上、身體の組織上、必要缺くべからざるものなれども、水分を吸収して、物質を硬化する性質あるが故に、之を多量に用ふるときは、血液中の水分缺乏して、渴を感じ、且つ、食物の消化をさまたぐるものなり。醬油及び味噌の過量も同一の結果を來たす。

第二〇節 水 飲料水として適當なるものは、五度乃至十五度の溫度を有し、臭なく、色なく、反應なく、一種味の爽かなるを要す。水には、種々の物質を溶かす性質あるにより、空中及び地中を通過する天然水は、空氣、アンモニヤ、硫化水素、食鹽、石膏、石灰石等を含むものなれば、成分を試験したる後にあらざれば、飲料に供すべからず。

アンモニヤ及び硫化水素を含む水は、一種の臭氣を有するものにして、瓦斯自身有害なるのみならず、これ等の瓦斯を生ずるは、其水中に恐るべき有機物の存在するしるしなれば、決して飲用に供すべからず。

食鹽を含む水は、岩鹽の存在する土地を通過したるものなるか、若しくは、人家に使用したる残汁の混入したるものなるべければ、よく調査したる上、飲用に供すべし。

石膏及び石灰石を含む水は、之を硬水と稱し、石鹼、其他をとかす性質に乏しきものなれば、洗濯、煎茶等には適せぬものなり。但、酒類醸造の用水としては特効あり。

水の礦物質をとかす量は、溫度の昇るに従つて増すものなれば、溫泉には、多量の礦物質を含めり。

硬水中の石灰石は、熱して沈澱せしめて、除き、石膏は、豫め炭酸ソーダを混じて煮沸し、石灰石に變ぜしむべし。

右の外、水中には、赤痢、チフス等の病原菌を含有し、傳染病傳播の原因となることあれば、飲料に供するものは、必ず之を清淨にせざるべからず。而して、淨水法には左の數法あり。

一、蒸餾法 此方法によるときは、水中に含有するすべての物質を除き得るものなれば、常に不潔水を清淨ならしむるのみならず、海水等をも純水に變ずることを得べし。

二、煮沸法 此方法によるときは、水中より、諸の瓦斯を追ひ出し、細菌を殺除することを得れども、固體の溶存せるものをば、除くこと能はず。蒸餾水、煮沸水の、井水に比して、其味淡泊なるは、諸瓦斯體の溶存し居らざるゆゑにして、泉水等

に、一種爽かなる味あるは、其内に溶存せる空氣あるがためなりといふ。

三、濾過法 此方法によるときは、水中に混入し居る色素、泥土、塵埃等を除くことを得れども、溶存物質及び細菌をば除き得ざる嫌あれば、其儘にて飲用に供するは、危険なり。

### 第三章 嗜好品

第二節 アルコール 酒類の主成分たるアルコール

は、無色の液體にして、一種の臭氣と苛味とを有す。

酒類の中に含まるゝ分量は次の如し。(百分中)

ビール	三―五	日本酒	一―二―五
葡萄酒	六―一三	ブランデー	四〇―五〇

アルコールは、種々の物質をとかす性質あり。彼のヨヂ

ムチンキ、カンフルチンキは、アルコールに、夫々、沃素又は樟腦をとかしたるものなり。この性質あるにより、アルコールは、工業上非常に有用なるものなり。されど、飲料となるの故を以て、文明國にては、之に重税を課するを常とし、従つて、工業發達を鈍からしむるの嫌ありき。是を以て、近來工業用のものには、石油の如き悪臭を有するものを加へて、殊更に、飲料に適せざらしめ、以て、重税を免ずるに至れり。

酒類が、人體に、種々の生理的作用を呈するは、其中に含有するアルコールの作用によるなり。アルコールの胃腸を経て、血管中に混じ、全身を循環するや、酸素を吸収して燃焼を起すにより、皮膚は、よく外部の寒冷に堪ふことを得れども、是れ只表面の發温のみにして、内部は、却つて體温を減少

するものなり。而して、此燃焼作用は、脂肪、澱粉等の燃焼をば妨ぐるが故に、此等の物質は、遂に堆積して肥滿を來たすものなり。少量のアルコールは、血液循環を速かならしめ、神経を興奮せしむる効あれども、其多量は、却つて、血液循環に異狀を來し、神經に變化を與ふるが爲めに、思慮みだれ、判斷は衰へ、甚しきは、酔倒して人事不省となるに至る。若し之を飲用すること長きにわたるときは、脊髓神經麻痺して、中風の如き病を發することあり。慎まざるべからず。

## 第二二節

日本酒附酢、燒酎、味淋

日本酒をつくる原料

は、白米にして、先づ麴を製し、此麴に蒸米及び水を加へ、之を程よき溫度に保つときは、澱粉は盛んに葡萄糖及び麥芽糖に變ず。此糖類は、更に空氣中に浮遊する酵母の侵入により、

分解して炭酸瓦斯を出し、アルコールとなるなり。かくして得たる醗に、更に蒸米及び水を加へ、醗酵を續けしむれば、「もろみ」を生ず。之を搾りて粕を去りたる上、火入をなし、飲用に供するなり。

「もろみ」より酒を搾りたる粕に、水を加へ、之に少しの種酢を加へ、程よき温度に保てば、種酢中にあるバクテリアのはたらきにより、液中のアルコールは、酸化して醋酸となる。之を搾り出せば普通の酢を得べし。之と同理により、酢は、腐敗したる酒よりも製することを得。

酒粕を蒸餾して、焼酎を製するを得。之に、麴及び蒸米を混じて放置し、其糖化の度をはかりて、搾り、味淋酒となす。

### 第二三節 ビール 大麥を、稍温かなる水に浸し、芽を發

せしめ、其芽の適當に成長したる時、之を熱殺して、搗き碎き、温湯に浸せば、大麥中にある澱粉は、盛んに麥芽糖に變ず。

是に於て、溶液を濾し、一種の酵母(近時盛んに我國に培養せらる)を加ふれば、麥芽糖は次第にアルコールとなるなり。

坊間に販賣するビール中には、往々偽造物ありて、毒物を含むことあれば、注意すべし。

### 第二四節 葡萄酒

葡萄酒の醸造は、頗る簡單にして、葡萄を押しつぶし、之を貯ふれば、自然に生ずるものなり。葡萄の實の表皮の内面には、紫赤色素を有するにより、此皮を永く放置すれば、色素はとけて赤葡萄酒となり、早く之を取り去れば、白葡萄酒となる。人造葡萄糖を水にかして醗酵せしめ、色素を混じて色をつけ、以て、之を偽造し得べしと雖も、

其色素中には、毒性のものなきにあらざれば、注意せざるべからず。眞正なる赤葡萄酒の色素は、羊皮紙にて濾すも、透過せざれども、偽造品に混じたる赤色素は、概ね透過するを以て、判別し得べし。

ビール及び葡萄酒は、磷、其他の滋養質を含むものなれば、日本酒に比し、身體に益するところ多し。

**第二五節 茶** 茶は、其若葉を、火力を以て乾かしつゝ、もみあげたるものにして、之がため、皮は破れて、浸出性を有するに至るなり。茶の主要なる成分は、茶素及びタンニンにして、茶素は、茶の若葉に多く含有せられ、少しく熱湯にとけ、苦味あり。タンニンは、葉の成長するに従つて其量を増すものにして、熱湯にとけやすく、滋味あり。故に、茶は、摘みとりの時

期後るゝほどタンニンは増加し、茶素は減少するものなり。茶の香氣あるは、一種の揮發油を含むがためなり。

煎茶には、硬水よりも軟水を用ふるをよろしとす。之れ、軟水は硬水に比し、溶解性つよきを以てなり。タンニンは、鐵化合物にあへば、黑色沈澱を生ずるにより、煎茶には鐵氣ある水を用ふることを避くべし。

茶は、適當に之を飲用すれば、精神を爽かにし、疲労を醫し、睡りを覺まし、食欲を増す等の効あれども、過度に之を用ふるときは、精神は疲労して不眠に陥り、神經は過敏となる。又タンニンは、蛋白質をかたむる性あるを以て、多少消化を害するの傾きあり。

**第二六節 煙草** 煙草は、其生葉を乾かして製するもの

なり。生葉は多量の水分を含み、且つ不快の臭氣を發し、燃燒を害すべき諸成分を含有するものなれども、之を乾かせば、其成分に變化を起し、臭氣は變じて芳香となり、蛋白質は分解して、諸種の含窒素物となり、澱粉は、分解して、殆んど其跡を止めざるに至るなり。

煙草の主成分たるニコチンは、非常なる毒性を有するにも係らず、割合に人に害を及ばざるは、喫煙の際ニコチンは、強熱のために、他の成分と共に、一部は分解せられ、一部は煙管中に止まるによる者なり。されば、喫煙の際は、成るべく長き煙管を用ひて、燃燒を完全ならしむべし。従つて、巻煙草の紙を唾液にてうるほし、使用するが如きはよろしからず。煙草を用ふるときは、血管并に神經に異狀を呈し、別して、

幼年者の身體の發育を妨ぐるものなり。

**第二七節 香料** 胡椒、山椒、芥子、生薑等の香料は、營養となるべきものにあらざれども、諸種の揮發油を含みて、啗に食物に香味を附與するのみならず、胃液の分泌を促し、消化を助くる効あるものなり。但し、其量を過せば、却つて身體に害あるものなりとす。

#### 第四章 割烹

**第二八節 割烹の必要** 空氣中及び水中には、種々有毒なる細菌を含有するを以て、各種の食品には、此等細菌の附着し居ること珍しからず。又、野菜、肉類中には、條蟲、蛔蟲等の寄生蟲を包有するものあるを以て、此等を食膳にのほすには、種々の方法を以て、有毒物を取り除かざるべからず。且つ、

各食品は、如何に滋養質に富むも、吾人の求むる各種を、調和して含有するものは、極めて稀れなるを以て、適當に配合せざるべからず。既に有毒なるものなく、其配合宜しきを得るも、其味にして甘美を欠き、其外見にして快美ならざらんか、誰か喜びて之を食すべき。是に於てか、豫め料理法を考へて、其消化を容易にすると同時に、溫度を加減し、調味を程よくして、人々の嗜好に適せしめざるべからず。献立の必要蓋し茲にあるなり。今日常に用ひらるゝ、主なる調理の方法をあげれば左の如し。

**第二九節 煮物** 食物を柔かにして、消化し易からしめ、又、適宜の鹽梅をなして、人々の嗜好に適せしめんがため、水、或は、之に種々の調味品を加へたる液中にて、食品を煮る法

にして、其際、多少の滋養質を失ふの缺點あれども、煮汁をも併せ食するもの並に、蔬菜、穀類の調理には、適當の方法なり。

肉類を煮るには、沸騰したる煮汁中に之を投ずべし。かくするときは、肉片の外面の蛋白質は、急にかたまりて、内部の滋養質のとけ出づるを防ぐを以て、養分の損失を少からしむるものなり。なほ、肉片を大にするに従ひて、いよゝゝ其漏洩を減ずるものなり。

飯は、之を炊く時の、水加減によりて、大に、消化の難易を來たすものなれば、(粥、粥、清等)を造るには、多量の水を要す。米の新陳、米質、及び、食する人の年齢、健否に應じて、適宜に斟酌するを要す。

豆類を煮るには、先づ之を水に浸して膨大せしめ、柔軟な

らしめたる後ち、弱き火を以て永き間煮るべし。而して、之を煮るには、硬水を用ふべからず。之れ、其内に溶存し居る石灰質と、豆中の蛋白質と化合して、不消化のものを生ずるを以てなり。若し硬水を用ひざるべからざるときは、之に少許の炭酸ソーダを混じて、豫め其害を防ぐべし。

**第三〇節 焼物** 肉類の調理に多く用ふる法にて、金串、鐵弓或は鍋の中にて直に焙るが故に、煮る法に比して、一層熟度を高むることを得、従つて、食品の外部の組織を、急に凝固せしめて、滋養質の漏出を防ぐの益あり、且つ、焦げ加減適度なる時は、一種の芳香を發して、快き風味を添ふる長所あり。但し、肉の組織を硬くして、稍、不消化ならしむる恐あり。

**第三一節 蒸物** 此方法は、滋養質を失ふこと少なく且

つ、硬化の恐なきも、餘り硬きものは、軟化し難く、且つ、味を加減するに不便なれば、或る特殊のもの、外には施すべからざる方法なり。

**第三二節 揚物** これは、牛脂、豚脂、胡麻油等にて煮揚ぐる法にして、食品の成分を溶解することなきものなれば、滋養質を失はざる點に於ては勝れども、澱粉の消化を妨ぐる恐あるにより、本邦人の如く、穀類を常食とするものには、頻繁に、又は多量に用ひざるを宜しとす。

**第三三節 汁物** これは、實と汁とを共に食するものなれば、滋養質を損失する嫌なし。凡て汁物は、滋養質のとけ出づるを目的とするものなれば、成るべく食品を細かにきざみ、冷水に投じ、弱き火を以て永く煮るをよろしとす。



**第三四節 生物** さしみ、あらひ、野菜の酢の物などの如く、魚肉又は野菜を生のまま、食膳に上ほすことあり。これ等は、消化最も宜しく、且つ、滋養質消失の恐もなければ、往々、細菌、寄生蟲等の人體内に入る媒介をなすことあり。例へば北海道に産する鱒、鮭の刺身、琵琶湖の鮒の鱠などより條蟲を發生することあるが如し。

**第三五節 漬物** 肉類、野菜類、果實類等を、鹽、酢、砂糖、其他のものに漬けこみたるものにして、醱酵作用のために、好味を生じて、人の嗜好に適するものなり。されど、消化し難きものなれば、多量に食すべからず。

**第三六節 献立** 献立の必要なるは、既にこれを述べたり。左に掲ぐる例は、保健食料によりて、各食品の成分、分量等

を考へて、配合したるものなり。

第一例 牛乳一合 味噌五匁 ねぎ二十匁

じゃがたらいも二十匁 だいこん十五匁

牛肉六十匁 白米四合

(蛋白質二五、五匁 脂肪七、四 含水炭素一二七、〇)

第二例 豆腐二十五匁 豌豆十五匁 ゆば三匁

ひらめ二十匁 胡麻油一匁 鶏肉三十匁

味噌十匁 白米四合

(蛋白質二七、〇 脂肪五、二 含水炭素一一六、〇)

一家の主婦は、右等の事を斟酌し、各々其身分に應じ、生活の程度を顧みて、其食品の選定、配合、并に調理法を定め、而も、成るべく衛生的に、成るべく經濟に、成るべく味を良好にし

て、人々の嗜好に適せしむることに力むべし。  
 献立は、左表の如くにして、數日分(五日間、一週間、十日間位)を豫定し置くこと、種々の點より利益多きものなりとす。

朝

晝

夜

味噌汁小かぶあげ

まぐろ刺身

茶碗むし鳥 ぎんなん みつば ちくわ 推茸

黒豆

湯豆腐

香物(淺漬)

香物(奈良漬)

香物(たくわん)

味噌汁はんぺん 菜

かき玉子

シチウ牛肉 ねぎ じゃが芋

抽子みそ

蓮の甘煮

香物こんにやく

香物(淺漬)

香物(たくわん)

香物(かぶのアヂャラ漬)

味噌汁大豆 大根

生玉子一つ

煮つけ豚と やつがしら

鯛のたまり焼(附合、もやし生姜)  
 ふろふき大根(附合、胡麻みそ)

香物(たくわん)

香物(はりく大根)

香物(菜漬)

一日 二日 三日

献立に關して注意すべき二三の點を、左に擧げん。

1. 時候によりて、食品の種類を異にすべし。例へば、冬期は脂肪つよきものを、夏期は淡泊なるものを選択するが如し。
2. 同じ食品は、續けて用ひぬやうにすべし。若し已むを得ざるときは、調理の方法を變ずべし。
3. 食膳には、食品の濃淡を考へ、濃厚なる肉類には淡泊なる野菜をそへ、甘味のものには鹹味、酸味のものをもそふる等、力めて其調和をはかるべし。
4. いかにかに滋養質に富むものにて、人の嗜好に適せざるもの、不消化のものは避くべし。

第五章 貯藏法

## 第三七節 食物の腐敗

バクテリアが、蛋白質を醗酵せしむるに當りて、往々悪臭を發して分解することあり。之れ即ち腐敗の現象にして、此際、蛋白質は、先づ化してペプトンとなりて溶け、更に分解して種々の物質に變ずるなり。腐敗したる食物の、酸味を呈するは、即ち酸類を生じたる證なり。又、此分解の作用は、往々有毒物質を生ずることあり。古き魚肉等を食して中毒することあるはこれがためなり。

## 第三八節 防腐法

バクテリアは、温度の高低により、至大の影響を受くるものにして、零度以下、六十度以上の温度に堪へ得るものは、甚だ稀なれば、防腐法の第一類としては、  
一、氷等を以て冷やす法、煮る法、焼く法、蒸す法  
を採るべし。

バクテリアは、水分なき所に於ては、生活すること能はざるものなれば、防腐法の第二類としては、

二、日光又は火力を以て乾燥する法  
を採るべし。

食物を腐敗せしむるバクテリアは、主として空氣中より來るものなれば、第一方法によりて一たび殺菌したる後、再び空氣に觸れざらしめば、防腐の目的を達することを得べし。故に、防腐法の第三類としては、

## 三、罐詰又は瓶詰にすべし。

又、アルコール、食鹽、砂糖、酢等は、蛋白質をかため、バクテリアの營養に不適當ならしむるものなれば、第四類としては、

## 四、アルコール漬、鹽漬、味噌漬、酢漬、砂糖漬、麴漬、芥子漬、

等にすべし。

又、烟中に含まるゝ或る成分は、直接に、バクテリアを殺すを以て、第六類としては、

五、烟を以て燻べる法

を採るべし。

第三九節 各食品の貯藏 食品を永く貯藏し置かんに

は、其貯藏法に注意する外、品質の善良なるものを選択すること必要なり。

穀類は、一般に、乾燥十分なるものを選ぶべし。

米を永く貯ふるには、粃のまま、乾燥せる倉庫に藏めおくべく、飯米に供するものは、成るべく之を寒搗にし、前と同様に、濕氣を呼ばざる所に置くこと肝要なりとす。

飯は、飯櫃の水氣をよく拭ひ、簣蓋をなし、風通りよきところに置くか、又は、ざるおはちに入れおくときは、腐敗すると遅し。残飯は、握飯とし、火にあぶりおけば、よく一夜を過ごし得べし。

小麥は、之を粉末、又は、麵類となし、濕氣を防ぎおくべし。

豆類は、其まゝ、之を乾燥して貯ふべし。

野菜類は、乾燥法、罐詰法によりて貯ふる外、だいこん、いも等の根菜類は、之を土中に埋めおき、ねぎ、菜等の葉菜類は、あなぐら、床下等の如き日蔭に入れおくをよろしとす。

果實類は、罐詰、干物、漬物等として貯ふべく、又生のまゝ貯へんには、疵なきものを選ぶべし。

鳥獸の肉は、漬物、又は、罐詰とするときは、永く貯ふるを得

べく、麻布に包みて、氷箱に入れおくも暫時の保存法なり。  
魚介類の肉は、乾燥、燻烟、氷詰、罐詰の諸法にて貯ふべく、鯉節は、之に酒をぬるか、又は罐若しくは灰の内に入れ置くべし。

牛乳の腐敗したるものは、其の乳糖は、乳酸に變じて、酸味を呈し、之を煮沸すれば、蛋白質は凝固すべし。此の如きものは用ふべからず。牛乳を貯ふるには、之を熱し置くをよろしとす。ソックスレット氏の牛乳煮沸器は、最も安全なれども、之れなき時は、牛乳瓶に、綿の栓を施し、沸騰水に入れて熱し置かば、よく一兩日を保つことを得べし。  
卵を貯ふるには、之を、石灰水、食鹽、又は灰中に入れおくべし。

日本酒又は醬油を貯ふるには、樽をよく洗ひ、熱湯を注ぎ、よく乾燥したる後ち、酒、醬油を詰め、嚴しく蓋をなし、目張りをなすべし。腐敗しかゝりたるものは、之を低温度に熱すれば、其腐敗を止め得べし。されど、此方法は容量を減じ、香氣を失はしむるものなれば、已むを得ざるときに限り行ふべきものなりとす。

鹽分の多少は、腐敗の遲速に關係するものなれば、味噌等を永く貯ふるには、鹽分をつよくすべし。

ビール、葡萄酒等は、寒冷にして暗黒なる場所に、其瓶を横たへおくべし。

酢を永く貯へんには、焼き鹽少許を加へおくべし。

## 第二編 衣服

## 第六章 材料の選擇

第四〇節 衣服の必要 石を熱して水に投ずれば、石は自ら有するところの熱を周圍の水に與へて、漸次其溫度を減じ、水は反對に其溫度を高め、遂に兩者同溫度に至りて止むが如く、體溫は常に、之を圍む空氣よりも、溫度高きを以て、始終熱を奪ひ去らるゝ傾きあり。是を以て、身體は、常に食物を攝取して、絶えず體溫を發生すると同時に、更に衣服を以て、熱の放散を防がざるべからず。而して、熱の放散は、兩者溫度の差の大なる程、甚しきものなるを以て、冬期は夏期に比して、一層丁寧に之を防禦せざるべからず。これ、冬衣は、夏衣

よりも、熱を導くこと少く、且つ厚きものを要する所以なり。

第四一節 選擇の標準 衣服は、體溫保持の外に、容儀を整ふるの目的あり、而して人は、一定の制限ある經濟を以て生活すべきものなれば、衣服の材料は、保溫、整容、經濟の三點を標準として選擇せざるべからず。

## 甲 地質

第四二節 綿布 綿布は、わたの木の子に生ずる軟毛より紡ぎたる、木綿絲にて織りたるものにして、眞岡、二子、飛白、縮み、金巾、綿フランネル等は、其普通なるものなり。綿布の纖維は、まばらにして、適當なる氣孔を有し、通氣含氣共に其よろしきに適し、加ふるに、熱を導くこと鈍く、水分を吸収すること緩やかなるを以て、體溫の放散を防ぐに最も適した

るものなり。且つ、其價は廉にして、保存もよく、永きに堪ふるを以て、一般の常服として、無上の良品といふべし。

第四三節 毛織物 毛織物は、獸毛にて織りたるもの

にして、フランネル、羅紗、メリンス等は、其普通なるものなり。保温、吸水、通氣の三點に於ては、綿布に勝るところありと雖も、洗濯を施すごとに、毛の弾力を減じ、通氣性を失ふのみならず、其價廉ならざるを以て、常服には供し難し。然れども、衛生上の効力いちじるしきを以て、肌着、シャツ、並に、防濕を目的とする衣服には、これを用ふるをよろしとす。

第四四節 麻布 此は、大麻、又は、からむしの皮より製したる絲にて織りたるものにして、奈良、晒、越後縮、越後上布、蚊張地等は、其普通なるものなり。水分の吸収、發散共に速かな

るが上に、よく熱を導くを以て、身體に清冷を感ぜしむるものなれば、夏時の衣服に適するものなり。

第四五節 絹布 絹布は、蠶の繭よりとりたる生絲、又は練絲にて織りたるものにして、羽二重、縮緬、紬、甲斐絹、縹子、博多、縹珍等は、其普通なるものなり。保温の點に於ては、綿布、毛織物に劣り、水分の吸収、發散に於ては、麻布に劣るも、其質輕軟にして、光澤あるを以て、禮服に適するものなり。

## 乙 染色

第四六節 色 總て物體は、日光を受くれば、其一部は表面より反射し、他の一部は内部より反射す。其表面に於ては、通常、白光を反射するものなれば、表面反射は、其物體に光澤を附するに止まるも、内部反射は、或る特殊の色を選んで反

射するにより、物體に特殊の色を附するものなり。黑色のもの、光を悉く吸収し、白色のものは、悉く反射するものなり。物體を染むるとは、或る特殊の色を、内部より反射すべき繪具を、其物體に附着する意味に過ぎざるなり。

**第四七節 染方** 絲又は布を染めんとするとき、先づ苛性ソーダ、又は漂白粉にて之を漂白して、汚物を除き、次に之を、明礬其他の媒染劑中にひたして、乾燥したる後、染めんと欲する染料の溶液中に投入すべし。然るときは、色素は、よく材料に染めつき、水等にて洗ふも、褪色、又は變色することなきに至るべし。

**第四八節 熱の吸収** 太陽は、光を放つと同時に、熱を發散するものにして、黑色、若しくは之に近いものは白色、若し

くは之に近いものよりも、熱を吸収すること大なり。之れ、光を吸収する量の大なるに従つて、熱を吸収する量も大なるを以てなり。

**第四九節 變色** 日光は、物體に、色と熱とを與ふる外、特殊の物質にあへば、之を變化せしむる作用を有するものなり。彼の、衣服を着用すること久しきにわたるとき、其色に變化を來たすは、日光が、其地質に附着せる繪具に變化を及ぼし、従前の色を反射せしめざるによるものなり。

**第五〇節 冬衣、夏衣** 木綿、フランネル、絹の冬衣に適し、縮麻布の夏衣に適するは既に前に説けり。染色の濃きものは、淡きものに比して、溫氣を吸収すること多く、且つ臭氣、病毒等をも、吸収し易きものなれば、清涼ならぬ點より、病毒傳



播の恐ある點より、夏衣には適せぬものなり。但し病毒蔓延の患なき時期の冬衣としては、却て利多く害尠しとす。

**第五一節 禮服** 禮容上に關する染色の選擇も、亦意を用ふべきものにして、男女、年齢、品格等により、斟酌を加ふるを要す。身分高き人は、特に注意して、野鄙なる色合、染形等を避くべく、幼者及び年若き人は、はでやかに、年たくるに従ひ、次第にじみになすべし。又、男子は、一般に色のあざやかならぬを、女子は、比較的うつくしきものを選ぶを普通とす。

禮服には、從來の習慣ありて、自然に一定しあれば、之に従ふをよろしとす。即ち、男子の一般の禮服は、洋服にては燕尾服なり。有位、有爵、在官の人には、制規の大禮服あり。フロックコートは、紳士の常服なれども、燕尾服の代用とすることあり。

り。日本服にては、黒紋付、羽織袴とす。

女子の禮服は白襟紋付なり。その染色は、一般に、吉禮には鮮かなる色を、凶禮には鈍き色を用ふるを例とす。近來は、白襟紋付に無地の袴を着し、以て禮服となすものあり。

**第五二節 常服** 經濟上より見るときは、薄き色、又は鮮かなる色は、褪色、汚染等速かなるを以て、常服には適當ならず。概して、染方には、精疎あり、従つて、其價にも高下あれども、疎悪なるものは、之をさらし、又は洗濯する等によりて、褪色の恐あれば、常服には、寧ろ良好なるものを採用するを以て、却つて、經濟に適したるものとす。

**第五三節 色の配合** 容儀を整ふる上につき、特に注意すべきは色の配合にあり。彼の一見して、田舎者と都人との

見分けらるゝは、重に、此配合の適否如何によるものにして、人の品格に關すること、大なるものなり。されば、主婦たるものは、自己の整容につきては勿論、家族の整容につきて、十分の注意をなすこと肝要なり。之に關し、一二の注意すべき點は左の如し。

1. 衣服の色は、皮膚の色に餘り遠ざからざるをよろしとす。例へば、色白き人は淡色を選び、色黒き人は濃色を選ぶが如し。
2. 色の種類を餘り多くすべからず。
3. 概して、淡色のものは、濃色のものに比し高尚の觀あり。

### 第七章 調製

第五四節 形状 衣服を仕立つるには、先づ其形状を定

め、次に寸法をはかりて之を裁ち切り、然る後ち、之を縫ひ合せざるべからず。衣服の形状は、其人の體格に適應し、窮屈不體裁等のことなきは勿論、衣服と皮膚との間に、適當の間隙を存し、體內諸機關の作用を妨ぐることなくして、完全に全身を保護し、運動に適するものならざるべからず。

洋服は、體温を保持する點、及び運動自在なる點より見て、優れりと雖も、よく其體に適合せざれば、窮屈にして、呼吸及び血液の循環を妨げ、消化器等を害することなきにあらず。殊に、婦人服の、腰部を緊約するが如きは、其害甚しきものなれば、かゝる風習は、必ず、之を矯正せざるべからず。

和服は、寛やかにして、窮屈ならざる所に長所あれども、下半身の被包十分ならずして、之を冷却せしむる恐あると共

に、運動に不自由なるの缺點あるを免れず。是れ和服の改良を要する所以なり。然れども、衣服の形状は、單に衛生上よりのみ割り出すべきものにあらざして、禮容上の如何を顧みると同時に、多少從來の習慣を斟酌すべきものなれば、改良服につきては、大に考慮を要すべきなり。彼の男女を問はず、筒袖に袴を着用せしめんとするが如きも、禮容より見る時は、果して完全なる改良なるか、疑はしきものあり。(尙ほ、之と同時に、婦人の結髪並に履物につきても、十分研究すべき餘地あるを覺ゆるなり。)

以上は、主に、常服につきての要求なれども、禮服は着用の時間短きものなれば、比較的、禮容上の要求を顧みること多かるべく、夜具の如きは、衛生上の要求を主とすべきなり。

### 第五五節 裁縫

裁縫の巧拙は、大に形状の良否に關し、且つ經濟に影響すること少からず。即ち、如何に良好なる材料と雖も、其裁縫拙きときは、禮容上は勿論、衛生上にも不適當となり、且つ永き使用に堪へざるものとなるべし。是れ、裁縫の力めて巧ならんことを要する所以なり。

衣服には、地質上よりいへば、木綿衣、絹衣、麻衣、毛織衣あり。形状上よりは、全身物(單物、袴、綿入)半身物(袴、股引、シャツ、ツボン)下、羽織、被布)かつば、帶、小物(脚絆、足袋、前掛、巾着)の類あり。男女に關しては、男物女物あり。大小に關しては、子供物、大人物あり。

原料には、木綿、麻布、絹布、毛織物等の種類あり。織方には、平織、あや織、縮織、片面物、兩面物の種類あり。幅に關しては、大幅

物、中幅物、小幅物、染色に關しては、無地物、縞物、模様物等の種類あり。

此等の種類は、各、其裁ち方、縫ひ方を異にするものなれば、一種類につき、深く熟達することを要すると同時に、各種類にわたりて練習すること必要なり。

### 第八章 保存

**第五六節 整頓** 衣服は、保存法の如何により、品質弱きものも、案外永く使用することを得べく、強固なるものにて、忽ち損じて用をなさざるに至ることあるものなれば、大に意を用ひざるべからず。

衣服の整頓につき、注意すべきは、其疊み方、藏め方、入れ物、置き場所等なり。濕氣を含むものは之を乾燥し、垢つきたる

ものは、之を洗濯したる後に藏むべきは勿論なるも、空氣中には、常に多少の濕氣を含み、殊に、梅雨の候には、多量の水分を含有するものなれば、藏め置きたる衣服は、何時しかこれを吸収し、黴を生ずるに至るものなり。されば、夏期晴天の日を選みて、日光にさらし、水分を去り、諸種の黴菌を撲滅し、蟲害を除かざるべからず。これ、單に衛生上によるしきのみならず、保存上にも大に利益あるものなり。

**第五七節 洗濯石鹼** 衣服の洗濯劑には、種々あれども、最も多く用ひらるゝは石鹼なり。石鹼は牛脂、豚脂の如き脂肪に、苛性ソーダ又は苛性カリの水溶液を加へて、沸騰して化合せしめ、之に食鹽水を加へて水より分離し、種々の形となせるものなり。(之に繪具、香料等を加ふれば化粧石鹼を得。)

石鹼を水に溶せば、其幾分は、水のために分解して、苛性ソーダ、若しくは苛性カリを生ず、斯くして生じたるアルカリは、皮膚又は衣服等に附着する脂肪と化合して之を溶解し、垢埃を取り除くものなり。炭酸ソーダ、洗濯ソーダ、炭酸カリ（灰汁）も、之を水にとかせば、幾分かアルカリを生ずるにより、此等も洗濯用として、石鹼と同効用を有するものなり。

**第五八節 洗濯用水** 硬水は、種々の礦物質を含有するにより、石鹼を硬水中にて用ふるときは、石鹼中の脂肪と、水中にある石灰分とは、化合して、不溶解性の化合物を生じ、沈澱すべし。故に洗濯用水には、硬水を避け、軟水を用ふべし。

洗濯には、冷水よりも温水を用ふるをよるしとす。（水は、温るに従ひて、他物を溶解する分量を増し、且つ、既に前に述べたる如く、硬水を軟水に變じ得べければなり。）

### 第五九節

#### 洗ひ方

綿布、麻布の類は、石鹼を用ひて、手にてよくもみ洗ふべし。但し、着色のものならば、明礬少許を入れて、其褪色を防ぐべし。

フランネルの類は、微温の石鹼水をつくり、之に洗濯ソーダ少許をとかし、布片を板上に廣げ、此液を浸みこましめたるブラッシにて摩擦すべし。毛織物は、すべて、烈しき冷熱にあへば、収縮を來すものなれば、熱湯、冷水等にて洗ふべからず。

絹布類は、簇張シヤウの法を用ふるを可とす。其法は、石鹼水に浸したる柔かなるブラッシにて、表裏兩面を摩擦し、清水にて洗ひたるのち、簇をかけて乾かすなり。

### 第六〇節

#### 汚點抜き

水より生じたる汚點は、其部分の

糊の脱したるによるものなれば、濕布を以て、其周囲の糊をとれば、目立たざるに至るべし。

汗の汚點は、アンモニヤ水にて洗ふべし。若し落ちざるときは、蓚酸を用ふべし。

泥のはねは、水にて洗ふべし。若し落ちざるときは、卵の黄味にて洗ふべし。

襟垢は、揮發油、又はベンゾールにて洗ふべし。

石油にて生じたる汚點は、日光にさらすか、又は火氣にかざすべし。

インキは、醋酸の稀薄液にて、ペンキは、テレピン油、又は苛性ソーダ液にて洗ふべく、血液は、冷水にて洗ふべし。

すべて洗ひ終りたるときは、清水にてよく洗ひ、石鹼其他

の洗濯劑の残らぬ様注意すべし。

第六一節 乾し方 洗ひたる物は、其吸收し居る水分を、

蒸發せしめざるべからず。凡て、空氣に多量の水分を含有し居るときは、他より水分を吸收することおそきものなれば、乾し物は、成るべく、晴天の日に於てするをよろしとす。又、太陽の光を直角に受くると、斜めに受くるとにては、其溫度に差あるものなれば、乾し物は成るべく日光を直ぐに受くる様にすべし。然れども、褪色の恐あるもの、又は、地質に伸縮を來すものは、已むを得ず、蔭乾しにすべし。彼の張板に張りたる洗濯物の他に比して乾き易きは、張る際に既によく水分を除き去るを得ると、日光を直角に受くる様に位置を定め得ると、張板が、漸次溫度を高むるとの原因によるものなり。

(勿論、張物は、早く乾くを目的とするにはあらずして、糊張を主眼とするものなれども)

**第六二節 補綴** 衣服の損所を、補綴することは、新衣の仕立よりも、却つてむづかしく、且つ熟練を要するものなり。補綴の仕方は、布帛の種類、損所の模様、場所、並に、衣服の形状によりて異にすべきものなれば、此等各種類にわたり、廣く練習するを必要とす。

衣服は、補綴を要するのみならず、少しく古くなりかゝりたるものは、損所の大ならぬうちに、仕立替をすべし。これ等の事は、衣服の保存上、甚だ肝要なることなり。

### 第三編 住居

#### 第九章 宅地の選擇

**第六三節 住居の必要** 人は、食物を取り、衣服を着して、飢寒に堪ふべしと雖も、之れのみにては、未だ以て、外來の烈しき襲撃に抵抗し得べからず。必ずや、家屋の内に住居して、風雨を凌ぎ、炎熱を避けざるべからず。且つ、資産を保護し、家族團樂の生活をなすは、住居なくては、企て能はぬ所なり。風雨寒暑を防ぐは、身體を保護する所以、資財を保護するは、生涯の快樂を得る所以、家族團樂の樂をなすは、職業に勉勵し、子女を教育する所以にして、之に留意すると否とは、人生の幸不幸に、至大の關係を及ぼすものなり。

第六四節 選擇の標準 住居の目的は、前節に述べたるが如く、衛生上、資産保護上、生活の便宜上の三つにありと雖も、之を選択するに當りては、更に、經濟的注意をも加へざるべからず。

第六五節 衛生上の標準 此標準よりすれば、宅地は高燥、開豁に、樹木多く、飲料水の善良にして十分なるところをよろしとす。卑濕なる地は、水流滯りて、有機物等の腐敗するもの多く、往々、有毒菌に襲はるゝことあるものなり。又、人家稠密にして、炭酸瓦斯等を多量に含むところ、高大なる家屋の其近傍にありて、空氣の流通よろしからざるところ、製造所浴場等の爲に、多量の煤烟の飛ばさるゝところ等は、呼吸に適せざるを以て、これを避くべし。

宅地の衛生上理想的なるは、高燥なるが上に、開豁にして、眺望によろしく、空氣の汚るゝ憂なき所なり。

樹木は、動物の呼出、其他の原因によりて生じたる、空氣中の炭酸瓦斯を吸収して、之を分解し、酸素を出すものなれば、庭園には、樹木を植うるを宜しとす。然れども、樹木多きに過ぎて、光線を遮ぎり、水分の蒸發を妨ぐるが如きは不可なり。飲料水は、人生に必要缺くべからざるものなれば、宅地内には、清淨なる、飲料水を、多量に供給するところなかるべからず。今、一人、一日の水の需要量として、學者の定めたるものを、左に掲げん。

飲用 一一、二一—二、七升

洗身用 一〇、〇



洗器用 五、五

洗濯用 一一、〇

合計 二八、七—二九、二

此他家屋の洗ひ水等を合計すれば、實に、一人一日の需要、五斗乃至八斗となるなり、以て、如何に多量の水の、日常に要せらるゝかを知るべし。

**第六節 資産保護上の標準** 此點よりの要求は、別に述ぶるの必要なし、何となれば、土地の選擇よりも、寧ろ家屋の戸締り、其他に關すること大なればなり。然れども、地盤柔かにして、震災の恐あるところ、又は、家屋稠密なる所、或は浴場、製造場等に近くして、火災の恐あるところ、及び、河岸に近くして、水災の憂あるところ、人家まれにして、盜難の恐ある

ところ等は、成るべく、避くるをよろしとす。

**第六節 生活の便宜上の標準** 宅地の選擇は、此點にも、重きを置かざるべからず。例へば、官吏は、其日々通勤する官署に、會社員は、其會社に、職工は、其工場に近きを便利とし、商人は、繁華にして往來繁きところを利とし、農業、牧畜の業に従事するものは、肥えたる土地、廣き場所を選ぶを以て、得とするが如し。

人は、周圍の事情に、感化せらるゝこと、大なるものにして、幼年者は、殊に其影響を蒙ること甚しとす。されば、子女の見倣ふを恐るゝが如き事情の存する場所、例へば、弦歌の聲、常に絶えずして、風俗を亂すところ、習慣の野卑にして、道徳上忌むべき場所は、これを避くべし。又、車馬の往復繁くして、危

險なる場所及び、兒童の通學に不便なる場所は、成るべく、避くるをよろしとす。

**第六八節 經濟上の標準** 更に、經濟上より論ぜんに、物價は、同一市、同一地方の中にも、場所によりて、大に高低の差あるものなり。概していへば、物價の高きは、需要多くして、供給の之に伴はざる結果なれば、交通不便なるところより、便利なる場所を廉なりとす。且つ、交通便利なるところは、世間との交際上にも、子女の教育上にも、さては病者の療養上にも、利するところ多きものなり。

此の如く、宅地の選擇には、注意すべき事柄數多なるにより、實際にのぞみては、須らく、此等事情の利害緩急を斟酌して、適宜に選擇すべし。

## 第十章 家屋の構造

**第六九節 家屋の種類** 家屋には、西洋造、日本造の兩種ありて、西洋造は、石造、煉瓦造共に、頗る堅固にして、莊麗の觀あれども、其建築法に、一定の制限ありて、みだりに、窓、入口等を、附すること能はざるを以て、通風、採光に遺憾なき能はず。而して、此建築は、非常に、多額の金員を要するものなれば、一般には、採用すること難きものなり。日本造は、多少の缺點なきにあらざれども、我が氣候、風俗に適ひたる建築法にして、衛生、經濟共に其宜しきを得たるものなれば、我國に於ける、普通の家屋としては、適當のものなるべし。

以下説くところは、重に、日本造に關しての事項なりとす。  
**第七〇節 換氣** 室内の空氣は、呼吸、燃燒、其他の原因に

より、常に、多少の炭酸瓦斯を含むものにして、其量、千分の一以上に達すれば、悪<sup>チ</sup>心、眩暈、卒倒等を來すものなれば、絶えず、換氣に注意して、清淨にせざるべからず。元來、炭酸瓦斯は、空氣より重けれど、熱したるものは、膨脹して、上昇するものなれば、室の上部には、窓を設けて、自然に、換氣せらるゝ様になべし。又、日本紙は、其氣孔を通じて、空氣の交換をなすものなれば、紙障子の面積は、相當の廣さあるをよるしとす。

**第七一節 採光** 日光は、人體の保健に、必要なるのみならず、殺菌力を有するものなれば、家屋を、南向きにし、成るべく、多數の窓をつけ、間取りを適當にし、日光をして、十分、各室内に入らしむるやう構造せざるべからず。衛生學にては、日光に照らさるゝ廣さの最小限は、其室全體の床面の、二分の

一を要求せり。室内を明るくせんがためには、四圍の壁色を、白くすることありと雖も、之は大なる誤なり。室内は、日光の射入により、十分採光し得るやうにし、壁及び襖は、視力を害せざる灰色、淡黄色等の中性色とするを要す。

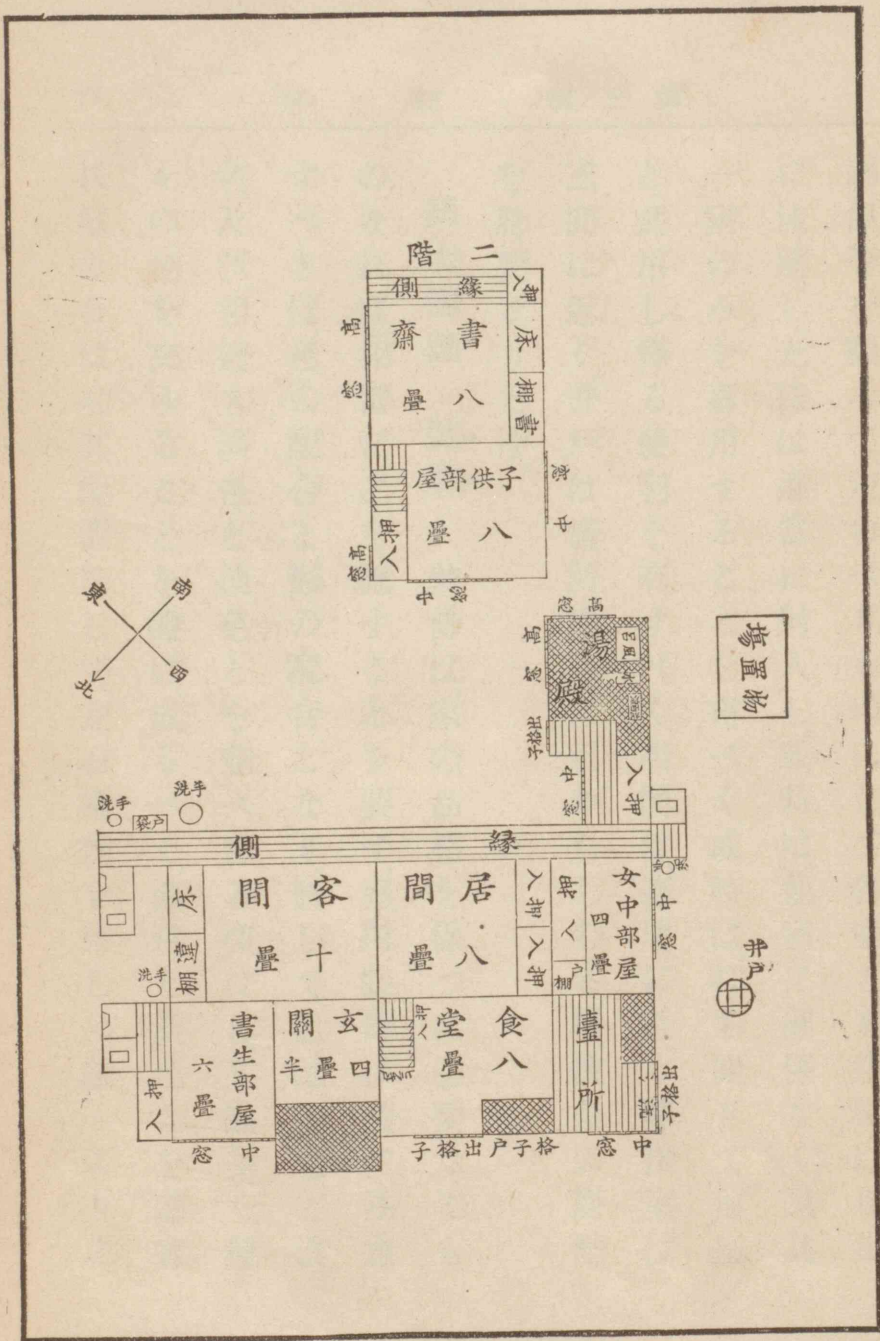
**第七二節 屋根及び床** 温氣を防ぎ、寒暑を凌ぐために、注意すべきは、屋根及び床なり。金屬葺は、其保存悪しきが上に、熱を傳導するを以て、寒暑共に、これを和ぐることに能はず。瓦葺は、熱を導くこと、金屬より稍々弱く、濕氣を吸収する憂あれども、防火上、保存上には、最も利あるものなれば、市街地の家屋に適す。板葺は、濕氣を吸収し、腐敗し易く、保存によるしからざるも、熱を導くこと弱きを以て、寒暑を防ぐ點に於て、前二者に勝れり。草葺は、火災の憂あり、且つ、濕氣を吸収す

る弱點あれども、熱の傳導性最も弱く、且つ乾燥すること割合に速かなるを以て、夏は涼しく、冬は暖かにして、衛生に最もよく、適するものなれば、人家稠密ならざる場所にては、最良の葺方なり。寒國にては、屋根の勾配を急ならしめて、雪の堆積せざる様に注意するをよろしとす。

床は、防寒、防濕上より、成るべく高きを要す。殊に寒國にては、床を二枚張りにし、其間に、藁等を入れるれば理想的なり。

**第七三節 間取** 室房の數、廣さ、配置は、家々の必要に應ずべきものにして、一樣ならざれども、玄關、應接室、居間、書齋、臺所、物置、湯殿、便所等は、普通の家にて、必ず、備ふべきものなりとす。

各室の配置は、空氣の流通、光線の射入、使用の便利、各室の



關係等を顧みて、定むべきものにして、各室とも、空氣は自由に流通し、光線は適當に射入し、或時は、他室に關係なく、只其一室のみを専用することを得べく、或時は、打ち開きて、他室と共用し得る便利を有すべく、居間は、臺所に近く、應接室は、玄間に近く、井戸は、臺所、湯殿に近からしむる等、彼是の斟酌を肝要なりとす。

#### 第七四節 裝飾

裝飾は、家の品格を保つに必要なるものなれば、相當に、之を施すことを要す。室内裝飾に於て、注意すべきは、色の配合と、形の配合となり。概して、色は、濃色と濃色、及び、相近き淡色と淡色とを並べざる様にし、又數多く、種々の色を交ゆることを避け、成るべく、濃色と淡色とを、適宜に取り合はせ、其配置をして、左右權衡を得しめ、遠くより之

を望みて、何となく、奥ゆかしからしむるを要す。

形の配合は、圓形と方形、又は、長短、大小等を相對比して、配置すべし。例へば、方形の側には、圓形を置き、平たきものゝ對には、高きものを据うるなど、格好よろしからしむるを要す。家屋の裝飾は、淡泊なるをよろしとす。通常、座敷には、床の間を設け、こゝに掛物をかけ、活け花、又は置き物などを置くを常とす。

其他、額面、軸物、植木、書籍、硯箱、鏡等の裝飾具あり。

第七五節 庭園 庭園の妙技は、古來、我國の獨特の長所にして、彼の方間の庭をして幽邃の趣あらしめ、座がらにして、仙境の山水を賞せしむるの術は、他國人の遠く摸する能はざる所なり。従つて、其作り方にも、種々の複雑したるもの

ありて、所謂、庭師と稱する専門の業とはなれり。實に、我國の庭園は、室内裝飾と相俟ちたる、住居の重要なる裝飾なり。

されど、庭園の用は裝飾のみを以て、盡し得たりとすべきものにあらず。これを、衛生上、娛樂上、經濟上に利用する時は、一家の幸福を増すこと、廣大なるものなり。彼の西洋風の遊歩園、植込園、草園の如きは、衛生上、娛樂上よりは、遙に、日本流の庭園に勝るものなり。

菜圃は、一層、實用的にして、時々、新鮮なる野菜の、食膳に供せらるゝの樂あるは勿論、經濟上にも、交際上にも、其利益多く、殊に、子女をして、自然物を觀察するの習慣を得しめ、且つ、娛樂と共に、其播種、培養、收穫等の智識を得しむるなど、教育上の効、大なるものなり。

園藝は、婦人に、最も似合はしき業なれば、餘り、多くの勞力を要せぬことには、主婦、自から、子女、老人を導きて、これが培養に當らば、一層の興を添ふることなるべし。

されば、宅地に餘裕ある時は、成るべく、これ等各種の庭園を、適當に配置して、出來得る限り、何れの點よりも、利益を收得することを力むべし。

**第七六節 門・墻** 門及び墻垣は、邸宅を保護し、且つ、其品格を保たしむるものなり。其構造は、種々あれども、凡て、家屋の建築に、相應したるものたるべし。もし、木造ならば、これに用ふる木材は、成るべく腐敗し難きものを選び、生澁、コール、タール等を塗るか、又は焦げ焼きになして、永き保存に堪へしむるやうにすべし。

**第七七節 井戸** 井戸は、便所、其他の不淨場の近傍を避け、井戸側と、井戸流しとに注意して、他より浸水することなからしむると共に、屋根及び蓋を設け、塵埃、其他の浸入を防ぎ、吸水器を選び、井水の腐敗する恐なからしめ、年々、掃除して、塵埃を去り、且つ時々、汚水浸入の有無を検すべし。

## 第十一章 家財

### 甲 採暖器

**第七八節 燃料** 火鉢、ストーブ、其他のものに用ふる、燃料の普通なるものは、薪、炭、石炭、及びコークス等にして、此等の燃料は、火の燃え移るに、遲速あるものなり。こは、發火温度の高低によるものにして、薪は三百度内外、コークスは七百度内外にて發火し、堅炭は、熱を導くこと速かなるを以て、其

一部に、熱を加ふるも、容易に之を導き去るが故に、發火點に達すること遅く、従つて、火の移ること難きものなり。太き薪の燃え難く、同材の鉋屑の燃え易きも、亦此理なり。適當なる發火點を有することは、燃料に於て、貴ぶべき一の性質にして、彼のコークスの、普通の家庭に於て使用せられざるは、其發火點高くして、容易に、火の移らざるによるなり。

## 第七九節

火鉢及びストーブ

火鉢及びストーブは、物

の燃燒によりて、室内、其他のものを暖むるものにして、ストーブの下方に口あるは、熱したる氣體の浮性を利用し、ストーブ内の空氣を交換せしめ、燃燒を盛んならしむる仕掛にして、火鉢の炭を、構架すると、同一の目的を有するものなり。火鉢の灰は、炭火を、永く保たしむる作用をなすものにし

て、こは、其不燃體なると、細微なる氣孔を有すると、熱の不良導體なるとに基くなり。即ち、其不燃體なるは、常に火面を蔽ふ所以、其氣孔の細微なるは、灰を通じて、空氣の流通交替することの徐々なるを以て、燃燒をおそからしむる所以、其不良導體なるは、炭火が其熱を失ふことなく、燃燒の遲きに係らず、其溫度は、常に發火點以下に降らざる所以なり。

火を消すには、ストーブにありては、下口を閉ぢ、火鉢の火は、火消瓶に入れて、蓋をすべし。是れ、皆、空氣の流通を絶ちて、燃燒を止むるなり。

## 乙 採光器

## 第八〇節

燈用燃料

ランプの燃料に用ふる石油は、古

代生物の遺體が、地中に於て分解するに當りて、其揮發分が



溜まりて生じたるものにして、種々の炭化水素の混合物なり。地中より湧き出づる原油は、引火速かなる揮發油と、油の燈心に昇るをさまたぐる重油とを含むにより、蒸餾して此等を除くを要す。普通ランプに用ふるものは、百五十度乃至三百度の間に、蒸餾する部分を集めたるものを、硫酸及び苛性ソーダ(又は炭酸ソーダ)を以て洗ひ、種々の雜物を除きたるものなり。

三百度以上にて、蒸餾する部分を集めたる重油を、冷却すれば、固形物を生ず。之は、蠟燭を製造する原料となるものなり。されど、本邦製の蠟燭は、木蠟とて、主にはぜの木の実より製せるものなり。

行燈に使用する種油は、其名の如く、菜種よりしぼりとり

たるものなり。

此等の燃料が、燃ゆるには、固體のものは、液體に變じて、燈心に昇り、火熱のために、更に氣體に化して、引火するものなりとす。

瓦斯燈に用ふる石炭瓦斯は、石炭を乾餾するとき生ずるものにして、水素、メタン、酸化炭素、エチレン等の混合物なり。此石炭瓦斯の外、アセチリン瓦斯を、燈用に供することあり。

第八一節 燈光 燈光には、蠟燭、行燈、ランプ、瓦斯燈、電燈

の各種あり。何れも、左の各點に於て、天然光に劣るものなり。

一、天然光は、平行に來るも、燈光は、近き一點より射出するにより、目をつからすこと大なり。

二、燈光は、天然光と光色を異にす。

三、燈光(電燈を除く)は、有毒瓦斯を發生す。

四、燈光(電燈を除く)の火は、動搖す。之を防ぐため、且つ光度を増すために、ランプにはホヤを掛け、瓦斯燈には白熱燈を用ふ。

五、燈光は、火災の恐あり。

電燈は、真空なるホヤの中に垂れたる炭素線に、電流を通じて發光せしむるものにして、其光色の天然光に近きと、有毒瓦斯を發生せざると、炎の動搖せざると、火災の恐れ少きとは、他の燈光に比して、大にまされるところなれども、時として、電線の露出のため、不慮の震撃を受くることあるものなれば、其取扱に注意せざるべからず。

## 丙 什器

第八二節 金属器 鐵は、人體に害なきと、其價廉なると

により、鍋釜を始め、炊事道具の重なるものは、之れにて造れども、其水酸化物たる錆は、人體によるしからざるものなれば、濕氣をよくぬぐひて、之を防ぐことをつとむべし。新しき鐵器は、金氣を生ずるの嫌あり。彼の内面にエナメルをひきたるものは、衛生上適當のものなりとす。

銅器は、金属中、最も熱を導き易きものなれば、早料理の道具としては、輕便なるものなり。然れども、銅は空氣中にありて、綠青といふ有毒物質を生ずるにより、銅器の内面には、白鐵をひきて其害を防ぐべし。鐵器と同じく、銅器は、使用後、よく水をぬぐひ置くこと必要なり。

此他、金屬製食器としては、アルミニウム及び錫器あり、アルミニウムは、銀白色の、強堅なる金屬にして、非常に輕きが上に、空氣中に於て、變化せざるものなれば、最も良好なる食器なり。然れども、其價高きを以て、日常の器具に充て難し。錫も亦、毒性なく、空氣中にて變化することなきものなれども、少しく軟かなるにより、其需要多からざるなり。

金屬は、悉く、熱の導體なるを以て、熱きものを盛る食器としては適當せざるものなり。

**第八三節 木器** 木器には、白木のものあり、塗物あり。箆、筒、長持、本箱等は、桐材にてつくるをよろしとす。之れ、桐は、自ら濕氣を吸収して膨脹し、防濕の効あればなり。お鉢は、椀わんにて、米櫃は、檜、櫨にて造りたるもの良し。

塗物の重なるものは、漆器にして、其原料たる漆は、漆樹より採取したる濃き汁なるが、空氣に觸るれば、忽ち乾燥して緻密なる堅き質に變ずるにより、之に種々の繪具を混じて、木器の表面に塗れば、能く、水氣の侵入を防ぎ、保存をよくすると同時に、外見を美ならしむるものなり。然れども、漆は新しきときは、一種の臭氣を發し、且つ皮膚に中毒する恐あれば、注意せざるべからず。

**第八四節 硝子器及び陶器** 硝子器の疎雜なるものは、溫度の變化に伴ふ各部の伸縮の割合異なるを以て、急に熱湯等を注ぐときは、破裂することあるが上に、之を修繕すること困難なるの缺點あれども、空氣中にて容易に變化を起すことなきを以て、衛生上、善良なる食器なり。

陶器は、其性、強硬なると、急激なる温度の變化に、堪へ得ると、硝子より強きとを於て、最も廣く使用せらるゝものなり。一般に、硝子及び陶器は、頗る堅硬なるが上に、臭なく、味なく、且つ空氣中にて、温度の高低によりて、變化を起すことなきを以て、少しく其取扱に注意せば、最良の器といふべし。

### 第十二章 保存

第八五節 修繕 家屋及び家具の破損は、大小となく、其都度、直に修繕を施さるべからず。屋根の如きは、日常目撃せざるところなれば、知らぬ間に、雨漏り等を生じ、木材、其他の腐敗を招くことあるものなれば、時々検査し、大風の後等には、殊に注意すること必要なりとす。

什器の破損も、成るべく修繕すべし。但し、中には、修繕料の

却て、購求料より大なることあるものなれば、彼是、利害得失を考ふべきは勿論なりとす。

### 第八六節 整頓

一、物置、押入、戸棚等には、豫め數多の棧を附け置きて、各家具、什器に應じ、或は高く、或は低く、自由に棚を架し得る仕掛になす時は、場所の經濟となるのみならず、諸物品の排置をして、整然たらしむるに便なるものなり。

二、諸物品の置場所は、嚴に一定し置くべし。

三、適當の分類法によりて、諸物品の分類をなすべし。

四、諸物品には、一々標札を附して、一目瞭然たらしむべし。

五、小道具は、纏めて、一定の箱に藏め置くを便とす。

### 第八七節 清潔

一、陶器の汚染は、灰を以て洗ふか、又は灰汁にて煮るべし。  
 二、硝子器は、鹽又は木炭の粉末、小石等を入れ、之を振りて洗ふべし。但し熱湯にて洗ふべらず。  
 三、塗物は、微温湯にて洗ひたる後ち、乾布にて、よく拭ふべし。

四、鍋釜類、又物類の如き金屬器は、常に、其錆を除き置くべし。

五、飯鉢及び桶類、箆籠類は、能く洗ひたる後ち、乾かし置くべし。

第八八節 目録 家具什器は、目録をつくり、其名稱箇數、價格等を記入し置くべし。こは複雑の様なれども、物品の増減を明にすることを得ると、所有財産の價格を一目の下に

知るとの利益あるものなり。

### 第十三章 衣食住に關する餘論

衣食住に關する重なる事項は、其大要を終へたりと雖も、尙終りに臨んで、家事の整理上、必要なりと認むる二三の事項を補ふべし。

第八九節 秩序 一家の混雜は、獨り、物品の整理のみにては、救ふこと能はず。其他に、時間上、處務上の整頓を要す。而して、物品の整頓に關することは、既に之を述べたれば今は、時間上、處務上に關することにつきて、特に、秩序の一節を割きて、一二の注意すべきことを述べ置くべし。

一、一年中に擧げ行ふべき重なる事項は、豫め之を考へて、年中行事の表を製して適當の場所に掲げ置くべし。こ

れには、大掃除、物品検査、祝祭、訪問、文通、其他之に類する事項、多々あるべし。

二、起床の時間の不規律なるは、日々の秩序の亂るゝ基なれば、殊に、之を注意して、力行すべし。

三、食事の時間も、成るべく一定の秩序を立て、妄りに、之を破るべからず。

四、間食は、之を禁ずべし。但し、兒童には、之を必要とするこゝとあるものなれば、豫め、食物の種類と分量を考へ時を定めて、之を與ふべし。

五、就禱の時間も、一定すべし。尙、爐、炬燵、其他の火元に注意し、戸締りを検査すべし。

六、日々の雑務又は定期の事務は、夫々、分擔を定むべし。此

際、女子に至るまで、應分の任務に當らしむるは、教育上よりも、有益なるものなり。

第九〇節 節儉 衣食住は、衛生の道にそむかざる限りに於て、成るべく節儉にすべきは、勿論、時によりて、粗衣、疎食に甘んずるを要することなきにあらざれば、よく、自己の身分を顧みて、決して、奢侈に流れざるやうにすべし。

一、節儉を行はんには、よく、事の、本末輕重を考へて、其當を失はざらんことを要す。

二、飯の残りは、之を干飯となし、酒の腐敗したるものは、酢となす等、廢物を利用する工夫あるべし。

三、古着、布片、絲屑等は、妄りに放棄せず、類を分ちて纏め置き、他日補綴等を要する場合に利用すべし。

四、衣服に損所を生じたるときは、直に之を補綴すべし。

五、補綴にたへざるものは、之が仕立替をなすべし。

六、薪の火、及び炭火の使ひ残りは、必ず消炭とすべし。終夜燈火を點じ置くが如きは、經濟上、不利なるのみならず、有毒瓦斯を生じて、衛生に害を及ぼし、且つ、火災の恐れあれば、力めて、これを避くべし。

第九一節 勤勉 衣食住に關する事柄は、人生の生活上、

大切なることなれば、主婦、自ら其任に當り、敢て、人手を待つべきにあらざれども、今日の社會に於ては、子女の教育、社會の交際、職業、其他種々の事情より、薪水、縫ひ方等の勞は、或は、他人に依頼するの、已むを得ざる、場合もあるべし。然れども、食品の購求、献立、衣服地の購求、積り方、裁ち方、掃除の監督等

は、如何なる場合に於ても、決して他人に委ねず、自己の力の及ばん限り、勤勉努力すべし。是れ、單に、衛生上、經濟上、利益多きのみならず、子女の教育に、影響を及ぼすこと大なるものなればなり。

明治三十九年二月三日印刷  
明治三十九年二月六日發行  
明治三十九年三月廿八日訂正印刷  
明治三十九年三月卅一日再版發行

最新家事撮要與附

定價各冊金貳拾五錢

著者 佐々木君代

發行兼印刷者 大日本圖書株式會社

右代表者 專務取締役 宮川保全



發賣所

東京市京橋區銀座壹丁目廿二番地

大日本圖書株式會社

大坂市東區北久太郎町四丁目十七番屋敷

大日本圖書株式會社支社

各府縣下特約販賣所





類  
號