

## 九月の衛生 醫學博士 齋藤文雄

□兵隊さん達は夏の暑い盛りも、お休みなしに御活躍でした。皆さんの御子さんは夏休みで暫らく休養いたしました。

然しこれは寧ろさうなければならぬ事です。子供にはせめて少しのんびりさせる様な機会を與へてこそ大國民の態度と申す事が出来ませう。ましてや子供達も今年は積極的な鍛練のために休んだとしましたら猶更結構な事ではありませんか。

□それはさうと愈々秋の學期に入りました。時候の變り目は何時もさうですが九月も同じ事、子供の身體にも變化が參ります。暑さに慣れた身體が暑さから放れてゆきますので兎角變化がある譯です。眞夏よりもお腹の病氣がふえるのもこの爲めです。寝冷えをしない様に精々氣をつけなければなりません。晝間の暑

さのつもりでゐますと夜は存外に冷えて返りて來るのです。

□夏の間食慾が無かつたり、時々わけのわからぬ熱を出したり、瘦せたりした様な方はあるませんでしたか。こんなお子さんは暑さで積極的健康増進どころか却つて逆に弱つてしまつた子です。こんな子をさあ新學期といつて急に元氣づけますと却つて身體を毀します。九月はおどなく、涼しさを待たせ、愈々調子が出た所で元氣づけてやる様にいたします。さうすれば結核性の病氣が頭を持ちあげ様な事もなくすみませう。

□帽子は必ずかぶらせて下さい。日常の暑さでそのまゝ暴れてゐますと、日射病や腦炎等起しがちであります。尙ほ腦炎等の防止には蚊に刺されない事。絶對に睡眠不足をしない事等の注意が要りま

す。

□ヂフテリーの豫防注射はすみましたか。濟まない方は今月行ふべきであります。豫防注射はやつたから直ぐ效くといふ譯には參りません。今月やつておいて丁度秋の終りから冬にかけて、即ちヂフテリーの流行期に效目が出てくるのです。注射のしない方は早く行ひませう。

□日毎に涼しくなつて參りますが、夏の間切角裸體で皮膚を鍛練しましたのに段々重ね着をして行きますと、折角の皮膚が又役に立たなくなつてしまひます。一寸くしやみをしたとか、朝水漬が出たとか云ふ様な簡単な事で厚着をさせてはいけません。そんな時は寧ろ手足の皮膚を摩擦してやるのは結構ですが、簡単に厚着をさせてはいけません。九月の終りに一寸氣をつけました御子さんは一年間薄着で通してしまふ事が出来るのです。なるべく、夏の間裸體の習慣を壊さない様に、出来るだけ薄着で通してゆく様にして參りませう。これが結局風邪ひきの豫防、肺炎の豫防になつてくるのであります。