

けて行はぬ様にしたい。近視眼になる傾のある人
 井に近視眼の人は、なるべく其仕事をする物と、
 眼とを遠く離して姿勢を端然と構へて、頭部をば
 出来るだけ、前へ屈しない事にせねばならぬ。斯
 くするには、讀書の時など普通の机よりも表面の
 斜面になつたのがよい健全な小童が普通に保つべ
 き距離は、二十六乃至三十一センチメートルであ
 る、若し近視の人で、眼鏡を必要とする人は、必
 ず先づ醫者に見て貰つて、近視の度を定めて、そ
 れに適當した眼鏡を選ばなければならぬ。
 ▲眼の異物を取る法 眼に異物の入つた折は、能
 く素人のやることであるが、指で眼を擦つて、こ
 れを出さうとすると却て悪いから、眼を幾度も開
 閉する方が宜い、刺戟のあるものなれば、涙が出
 るから、其の間に涙と共に自然に外へ流れ出る。
 若し其れで取れなければ鏡の前で其異物の存在を
 見出して、柔な清潔な布片の端で、軽く取るに限
 る。尚ほ異物の入つた眼を横から清潔な水をスポ
 イトに含ませて、洗ふやうにするのも一つの方法
 だが、其等が凡て効果の無い時は、直ぐに醫者に

駆け付けるが安全であらう。然し其の間、決して
 手などで眼を擦つてはならぬ。痛みでもあれば冷
 水で番法をすることは悪くない、普通別に差支の
 ない小さい異物なら、以上の方法を自ら試みるの
 もよいが、酸類とか熱湯とか、其の他刺戟性の有
 る毒物の入つた時は、最先きに醫者に見せる必要が
 ある。
 ▲危険な悪戯 能くやる悪戯ではあるが他人の後
 から窃と忍んで行つて、指で眼隠しをする人があ
 る、これは極めて危険なことで、第一、手に不潔
 物の附着て居る虞れもあり、又た眼に受ける壓迫
 が甚だしい害を及ぼす、此の種の悪戯を行つては
 ならぬ。

洗濯の仕方

衣服の清潔を保つ事は衛生上及び家政整理上大
 切な事柄である。夏季は一番、洗濯に忙はしい
 時で、何處の家庭も容易く實行し得る洗濯法を

要求して居る。今左に其の輕便な洗濯法を發明

した五十嵐健次郎氏の談話を掲げる。

▲浴衣、麻布。ハンカチーフ、其の他敷布、枕か
け、足袋等は一寸洗つた丈では容易に垢が落ちま
せん。之は煮るのが宜い様です。煮ると言つても
普通の家庭では洗濯釜に代ゆるに塗炭製の大形の
物か或は石油罐の空を、中から切つて其の切口を
内部に曲げ込んで置けば、危険はありません。之
なら臺所の隅で七輪にかけても直ぐに使用されま
すし、至極便利です。先づ此の中へ洗ひ石鹼と洗
ひ曹達とを入れて沸騰させ、洗濯物を其の中に入
れて煮るのです。次ぎに釜から下して鹽に移し少
し冷えるのを待て能く洗ふと垢や脂肪は浮いて居
ますから、左程骨を折らずに清かになります。之
を水で三四回濯いで最後に青竹の粉を解いて鹽の
中へ薄青い水を作つて其の中に一寸洗濯物を浸し
て後、取上げて乾かすと、白い物なら一層綺麗に
なります。ハンカチーフは漂白劑即ちカロキで洗
へば容易に垢も除れ眞白になります。足袋はハン
カチーフの洗ひ汁で洗つても宜いでせう。糊は生

駄が普通です。

▲原料に就て注意 青竹の粉の代に藍を用ゐても
宜い。然し素人には青竹の粉の方が使い易いやう
です。藥種屋で一錢出して買へば澤山あります。

之を解く時は塊や濃淡の出來ない様注意せぬと、
洗濯物に青色のムラが出來て見苦しくなります。

洗ひ石鹼と洗ひ曹達の分量は、別に定つた制限は
ありません。大抵目分量でお入れになれば宜い。

強ゐて申せば、石鹼は湯に攪拌せて、泡の立つ程
が適當です。普通の石鹼なら小さく刻んで入れる
と、容易に解ます。洗ひ曹達は、石油罐の空なら

ば大匙一杯も入れ、ばそれで澤山でせう。

▲メリンス、セル、フランケル 之等は微温湯(石
鹼、曹達を解かした)で強く揉まずに洗ひます。

微温湯の代りに水を用ゐる時は、石鹼を附けて洗
ふのです。熱い湯で洗ひますと、色物なら其色が

褪せたり縮んだりすることがあります。白色の物
は、洗濯した後を濯いで、亞硫酸曹達で酒すと、
綺麗になります。(亞硫酸曹達は、一瓶僅か九錢位

です。何所の藥種屋にもあります。ビール瓶大の

ものですから、誠に廉い物ですが、普通の家庭では未だ之を使用する事を知らない様ですから、特に茲に申します。水五升に對して亞硫酸曹達一合の割に合せて用ゐるのです。洗濯物を此の中に浸けて置けば眞白になります。取出して水で一吋濯いて蔭干に致します。

▲洋服の洗濯は之に限る 洋服などの毛織物を水洗濯に致す時は、石鹼又は曹達等を使用する爲め、品物に依つては地質が荒れて色が褪め、縫ひ目や、格好を崩すのみならず、寸法が縮つて、光澤が失せて糊氣も去つて了つて、ともすれば貴重品の品も一回の洗濯で臺なしにする事が稀れでありません。殊に皮類羽毛類、シホン、レースの類等は、水洗濯では、如何も不可ないので。それも單純な服装の時代は、水洗濯でも間に合ひますが文明の進歩と共に複雑な服装を要する様になつた今日は、到底水洗濯を以て満足する事は出来ません。それには、如何しても乾燥器械を要するので。然し家庭では一寸容易く實行出来ませんから専門家に任せる方が却て便利でせう。

▲手軽な洋服手入 フロツクコート、又は背廣は箆箆に收つて置いても肩や袖口に微を生ずる事がありません。之を防ぐため衿は齒磨楊子に揮發油を附けて軟かに磨り、袖口は同じく齒磨楊子に石鹼を附けて磨るのです。斯くすれば、蟲の生ずる憂ひがなく、長く保存する事が出来ます。之は餘計な事ですが一寸申し添へます。

羊羹の製法

煉羊羹 最上等の寒天を四五時間水に浸して置きよく水氣を絞り取り小さく刻んで鍋に入れ水を加へて火にかけ成るべく掻きまはさぬ様にして靜かに煮ると自然に解けるから其に上等のザラメ糖を入れて沸騰させたる後水蒸で濾し再び鍋に入れて能く煮つめ其に小豆を澱粉を加へて能く混ぜながら煮つめ、可なりに練れた頃を見計ひ篩等に移して冷やすのであるが材料の分量は、寒天一本に對し水一合五分ザラメ糖百五十匁、小豆粉百匁、立派な物が出来るのである。

蒸羊羹 を作るには初め餡を適宜の量にし其の五分一の程のメリケン粉、其の又半分程の片栗とを合せ置き、其に上白糖三十匁を水に溶かしてよく練り合せ次に小豆の澱粉百匁と一匙の食鹽を加へてすり混ぜ再び白糖五十匁を水に溶かし加へ全てドロ／＼になつて物を蒸籠に移し入れ濡布巾を敷いた上に一寸位の深きに盛り其の上に又濡布巾を敷ひ約一時間程蒸し其つゝ、風通し好い所で冷し固めて適意の形に切るのである。