

る。何を苦んで平凡なものを倦きるものもかまはず重復せしむる必要があらうか、是は小學校の教授細目を批難せざるを得ない。是は一郡一市一町村に於て拘子定規に一定したものを基礎教育の如何に關らず無理押し付けしやうとする結果で、決して之を以て幼稚園の欠點と見ることは出来ぬ。十、教科に於ける成績。

是は目下調査中であるから判り次第發表するとしやう。
以下藤田氏は幼稚園改良策につきて屢々述べられたが尤もなことで別段異見もないから是で筆を措くとしやう。

美貌に就きて

醫學士 S U 生

什麼したら美しくなれるか、什麼したら、何時迄も美しく居るであらうかと云ふことは、婦人としては最も懸念すべきことでありまして、其れは

當然の義務であらうと思ひます。云はゞ美は婦人の最も良き紹介状でありまして、美の得點は第一、一見して他人の同情を得易い。又適當なる美容法は、衛生にも適へるものであります。正しき化粧法は、凡て化粧品とか、又は物理的美貌法には依りませぬ、斯の如き美貌法は、徒に其の効力を稱用して發明者の囊中を充たすのみで、之れを用ゆるものは、一の犠牲とも云ふべきものであつて、却て少なからざる害を被るのであります。正しき化粧法は大抵は單純の簡單な方法で至れり盡せりであります。

凡ての化粧法で、清潔と云ふことが、常に其の主腦をなして居ります。其清潔も併し、正當であつても目的に適つて居なければならぬのであります。

人間の身體中で、美に關して最も眼に付く部分は、顔であります。夫れ故第一に美顔のたしなみが、一番必要でありまして、例へば、窈窕花の如き顔に接すると、人をして一種の快感を懐かしめるのは、其れが人情であります。茲に於て先づ起るべ

き問題は洗面で一日幾度位したら良からうかと云ふこととであります。其の答は一樣には云へませぬ。勿論境遇によつて色々である。土仕事などするものとか又は塵埃とか煤の中で働く女工の如きものは、元より工場の休業後、又は食事などのときには洗面の必要があります。併し普通の家庭では、其人の皮膚から脂肪の出加減によりてまち／＼であります。顔面の皮膚が直ちに膩ぎる人、又は皮下脂肪組織がぶよ／＼する程に發育した人は、度々洗つても差支へがないのみならず、之れが却て必要であります。併し洗面の度毎に石鹼を使ふ爲めに、皮膚の脂肪はからからに乾燥する様な人は、元より洗ふべき度数を制限せねばならぬのであります。脂肪の多い皮膚は、脂肪の補ひも早く出來る理由であります。之れに反して、元來脂肪の少ない乾燥した皮膚の方は、度々洗ひますと尙一層乾燥し、又暴れて參りまして、塵埃や不潔物が皮膚のきめに挟まりますから、清潔と云ふ目的は全然反對になつて參ります。普通には朝夕一回宛は洗面致します。そして洗面の度毎に石鹼を使用す

る必要はないのであります。皮膚の暴れ性の方は、石鹼を使用すれば、皮膚を刺戟するから、之れは一般には避けなければなりません。そして單の湯で洗ふとか、又は尙は優れたる方法としては、何にか、化粧油で顔面を摩擦するのであります。度々洗面することは成るべく避けるのであります。其の化粧油は、黄色いワゼリンに少量のラノリンを混合したもので澤山であります。洗料に用ゆる水に雨水が最も適當して居ります。畢竟雨水は軟水と申しまして、有機化合物を含有することゝが少ないからであります。冷水で洗面するのは、普通氣持が善いからであります。併し膩ぎつた皮膚には、湯の方が効力が多い、其膩ぎつた皮膚には、硼砂か重碳酸曹達を一刀尖量丈け洗面盤に入れて、湯で溶いて用ゆるのも宜しいのであります。

一旦洗面した後で、皮膚を乾燥させることは、深き注意を要します。白粉の様な粉を振りかけるのは、乾燥の助けとしては間違ひであります。一體粉は皮膚を餘り乾燥させ過ぎて又皮膚表面にある

氣孔を、閉鎖して腺の分泌を妨げまして、皮膚を

不潔にする恐れがあります。

男女とも、若い人に取つて最も心痛の種となるも

のは、不潔なる肌色でありまして、肌色は人間の

發育と關係致します。處女及び青年の春機發動期

に於ては、人體に一大革命が起りまして、一般に

此の時機に於ては、急に身體が發育するのであり

ます。青年では喉頭が大きくなりまするから、聲

變りがする、處女の乳房は日に日に肥る。又兩性

共身體の諸部に粗雜なる毛が生へてくる。殊に青

年が大人となつた證據として、口髭が濃くなる、

其外に種々の變化が身體及び精神に起る時機であ

ります。之れを例ふれば、花咲き鳥鳴ふの頃、春

雨も霽れ渡つて、萬木露を含み、みづ／＼と生長

するのと同様であります。人體の皮膚にある腺、

殊に皮脂腺が、此の比較に最も能く適合致します。

此の春機發動期頃になると、凡ての腺、殊に皮脂

腺の作用が旺盛になりまして、腺から分泌致しま

する皮脂が腺内に蓄積して、最早舊の性状を保つ

ことが出来なくなつて參ります。

此の皮脂腺作用の旺盛が、普質の面皰の發育を促

すものと見て差支はなからうと思ひます。其外の

面皰の原因に對する觀察は想像に過ぎない、時と

しては内臓病に罹り、又は一般状態が侵かされて

氣分の悪いとき、例へば萎黃病、便秘があります

ると、面皰の出来るのを助けけることは、疑ひもな

い事實であります。併し人の云ふ生殖上の事は、

面皰と毫も關係がありません。

此の惱さい面皰は、硫黃石鹼又は硫黃膏を適度に

使用すると、速に治癒するものであります。其

の方法は下の如くするのであります。夜間就眼前

に於て多量の脂肪を含有する醋酸イヒチオール石

鹼と湯を以て顔面を能く洗ひまして、次に乾いた

手拭で拭ひ去り、其上へ其の不潔な部分へ二十倍

の硫黃膏を擦り付けて、其翌朝に膏薬は石鹼で洗

ひ去つて、顔面を全く清潔な手拭で乾燥させるの

であります。此際に皮膚の乾燥と云ふことが必要

であります。乾燥させるときに、清楚りと乾かし

た手拭を用ゐねばなりません。之れは前に手拭中

に居た不潔物が腺内に這入つて傳染すると云ふ危

險を避けるのであります。即ち手拭を熱湯中に暫時入れておいて不完全な消毒をするのであります。

面砲には黴菌が入りて、膿點を作ることは稀なからぬことであります。此の際には次の法を行ふたがよい。併し之れは少々醫術に涉りますが、方法が簡單でありますから一寸申上げておきます。面砲かまだ初期であつて、發育最中であつたなら、其後の發育を妨げなければなりません。それには、日々五十倍のレゾルチン酒精を、數回宛塗り付けます。それで大抵は奏功するものであります。若し膿點がなかなか取れないときには、熱氣にあて、暫く消毒した新しい針で衝き破つて膿汁を排出し、其後でレゾルチン酒精を塗り付けるのであります。此所に注意すべきは、炎性のある面砲であります。即ち周囲が赤くなつて、其の部分に熱を持つて居るものを、押し潰すのは良くありません。其の爲めに膿汁が健康部に押し遣られて、新に又面砲を作るとか、又は大きな瘍瘡の様な膿瘍を作ることがあるからであります。之に反して、炎症

のない單の面砲であれば、毎日毎日、鏡に向つて、母指で以て、軟かく押し潰して宜しいのであります。そして顔面を湯と泡の出る石鹼で良く丁寧に洗ひ去るのであります。之れを押し潰すのには、一種特別の道具が出来てあります。兎に角押し潰すのに餘り暴力を用ゐては、却て炎症を起したり又は他部に生ずることを、促す恐れがあります。若し面砲の腺を爲す皮脂が硬過ぎて、押し出し難いときには、寧ろ其の軟化を待つ方がよいのであります。軟化させるのには、前にも申し上げた様に、就眠前に硫黃膏を塗つておいて、朝になつて之を洗ひ取ります。硫黃膏は無論何處の藥店にでもあります。炎症のあるときには、靜かにしておかねばならぬ。併し夜間サルチル酸石鹼膏を塗り付ける位のことにはかまはぬのであります。そうすると大抵化膿しないで引込むで仕舞います。面砲全體が化膿したときは、消毒を注意して針で衝き破り膿を排出する外に手がないのであります。

面砲が數限りなく澤山續出するときは、石鹼と湯

とで度々洗つて、其後にレゾルチン酒精、又はサルチトル石鹼酒精を塗つて、注意を怠らない様にするのであります。

是等の局所療法の外に、消化し易い食物を攝る様にせねばなりません。勿論運動も可成多かる必要が有る。食料としては可成多量の果物、又サラダの様な蛋白質、脂肪の少ない食物を攝り、之に反して、卵とか、強き薬味とか、又多量の肉類は避けた方が佳いのであります。其れは水分を澤山攝るのは頗る宜しい。例へば、礦水としては、炭酸水などは、稱用すべきものであります。併し酒類は多量には良くありません。又度々入浴せるのは、勿論療法の一つであります。不潔なる肌色の内で、最も忌むべきものは處女の赤鼻であります。殊に之は冬季に多いものであります。誠に不愉快なものであります。突然に鼻の赤くなるのは、御承知の通り、寒い所から急に暖い空気中に入るとか、暖いものを飲んだ後か、又は酒飲後とかに起るものであります。之が多くの婦人方の苦悶の種となるのであります。其の

原因は、大きな血管の緊張力が少なくなる爲であります。此の醜い赤鼻に對する療法としては、ペンチンを鼻に塗ると、其が盛んに蒸發して其の部分の熱を奪ふから、血管は縮少して、鼻の尖端の赤味がとれる。其の用法は、可成多量のペンチンを要するのであつて、之は鼻の赤い所に擦り付けるのではなくて、暫時押しつけるのであります。其の爲めに、鼻の光澤が消えて鼻の紅色も褪めて参ります。

斯んな一時的のもの、外に、神經性赤鼻が一層多ふ御座いまして、之れは頑固な永續的のものであります。其の原因は色々であつて、冬季には自然凍傷が主なる原因であります。其外に赤鼻にも種々あつて不消化病の爲めに起るものもあるし、又は血液循環の不充分な爲めに起るものもあります。斯んな種類の赤鼻に對しては、元より外から藥を付けても効力はない、只管消化器の健全を保ち、又血液循環を良くするの外はありませぬ。併し赤鼻の中には、随分盛に充血して鼻の皮膚の薄くなつて居るものも頗々見るのであります。甚しき

ものは酒查鼻と申しまして、赤くなるのみならず、其の部分が膨脹して居るのであります。斯の如きものでは、多量の飲食物を攝取しない様に心掛けねばなりません。其の譯は多量に飲食しますると、顔面及び頭部に充血を起し易いからであります。飲食物の内でも、茶、咖啡等の刺激性の飲食物、又は脂肪に富める食物、及び麥酒等の酒類は殊多量に攝つては良くないのであります。其外に寒い所から急に暖い所に入ること、又反對に暖い所から寒い所に入ること、又鼻を度々弄ること、度々洗面して鼻を洗ふことなどは避けねはならぬ。又一言附け加へますが、多量の飲料の良くないことは、單の水でも赤鼻を起すことがあります。又た此に苦める淑女の日常注意して貰ひたいことは、暖い飲料も可成飲まない様にするのであります。

一時的の赤鼻でなくて、持續的に苦しむ人は、冬季に於ては只清水のみを用ゐて、鼻の部分丈けは可成濕さない様にして、只榨つた手拭で拭ふのであります。手布で屢々擦るのは宜しくありません。

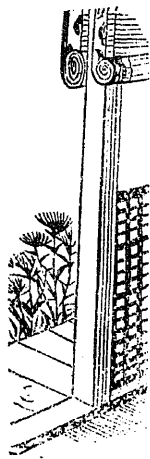
ぬ。餘り摩擦し過ぎると、皮膚が薄くなつて、充血を起しまして、光澤なくしてくるから、益々其の赤鼻の度を進める許りであります。又鼻の皮膚は、自然が具へて呉れた脂肪素を有して居る。其の自然が與へて呉れた脂肪素を、石鹼で以て全體取り去ることは、勿論自然に背いて居るのであります。一體身體中で顔面の攝生は、事に注意を要するのであります。が、療藥としては、誠に乏しいのであります。

尙一言申上げておきますが、以上の法で全快しないから、不満足で以て、何か他の秘法を索めんとして汲々たるの愚に陥られない様に、願ひたいのであります。坊間鬻ぐ所の種々の賣藥中には、随分如何はしいものがあつて、却て皮膚を害ふ許りであります。其れ故其際には寧ろ信用のある醫師に就かれる外はありませぬ。専門醫に頼むのは最も適當でありますから、姑息の療法を行ふて、却て大切なる顔面を害ふてはなりません。

彼の白粉は、鉛を含有して居りますから、吾國では、殊に俳優が其中毒に罹り易いが、併し婦人

には比較的少ない、鉛毒の爲めに慢性中毒になると、一種の中毒性麻痺を起し、先づ両手が利かなくなるとか、其外に種々の忌むべき症状が伴ひます。一度此病氣に侵されるときは、頗る頑固であつて、其被害の原因を全廢せねば、到底本病の治癒は望まれませぬ。

終に尙一言添へたいと思ひますのは、近來、婦人方の内には、殊に學校生活を過された方には、却て、素顔を以て自任せられて、顔の化粧には醜態せられない方も、見る様であります。之れは婦人の持前である。美顔に對して不忠實であると云はねばなりません。然し男子の内にも顔料を用ゆる様な矯治者のあるのを聞きますが、斯く化粧の範圍が廣くなつて來ても困つたものでありません。(衛生雜誌)



此頃のお料理

石井福子

△椀(寄せ蓮根)

よせ蓮根を拵へますには、先づ蓮根の節々の所より切り、皮をむいて直に水の中へ入れます、其儘置きますと、皮をむいたあとが黒くなりすからです。

鍋に湯を沸かし、酢を少々落し入れて右の蓮根を入れて茹でる、酢を入れるのも黒くならぬ爲でございます、(其ものにも因りますが、スープを取るものは水より、只茹でるものは湯より入るを普通とします)。

茹で過ぎぬやう五六分間にて取り上げ、水に入れて冷し、卸金で摺りおろし、摺鉢の中へ入れまして、摺小木で能く摺ります、そして其蓮根の五分の一位の量の片栗粉、又は固まりをつぶしたる