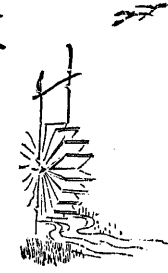
温泉に就きて

新免義男



追々暖かになつて來ますのに温泉の話でもあるまいとの非難もありませうが、決して是をけなしたものでもありません、否々温泉は是からが効力があるのですから、少しばかり書いて見ませう、温泉は其含有して居る成分の相違に依つて數種類に分れます、函根の湯本や堂ケ島だの、伊豆の赤間伊豫の道後、肥前の古湯などは唯僅かばかりの鹽類を含むものですから之は單純泉と云はれて居ます。それから下野の鹽原温泉や那須温泉、上野の草津温泉などは多量の硝酸硫酸鹽酸硼酸綠礬等を含んで居ますから是等は酸性泉と云はれて居ります。それから炭酸泉と云つて多量の炭酸を含んで居るのもあります。攝津の流山、神戸の諏訪山、肥後の滿願寺などが此類で硝子器に入れて振ると泡粒に炭酸が出て來る位です、次には鹽類泉と云ふのがあります。多量の塩酸苦土硫酸ナトリウムなどを含んで居るので、上野の伊香保、函根の宮の下、伊豆の熱海、修繕寺などは此類で隨分所々に澤山あります。それから硫黄泉と云つて多量の硫化水素を含んで嗅氣のある温泉があります。日光の河原湯、函根の芦の湯などが是れで通常白く濁つて居るものであります。

そこで温泉が療病に効のあるのは何う云ふ譯であるかと云ふと、是には色々の原因があるので單に温泉其物の効ばかりではないのでありますが、兎に角浴客は全身を其中に入れて浴しますから皮膚の生理機能を盛んにすることが出來て自然健康を增進する効があるのとも一つは泉中に含有する物質が皮膚粘膜の疾病に觸接して作用する爲めなの

です。其他温泉地の氣候や空氣の清潔なることや山光風水の景色などが與ふる精神上の影響や、又湯治中は平素の繁忙、人事の煩はしさを避けて居るために自然のんきに暮して居ることが出來ることなどが大に關係する譯です。つまり湯治が病氣に宜しいのは直接的でなく間接的で從つて醫療の補助療法として併用す可きもので決して湯治萬能などと考へてはならぬものです。故に病氣の爲めに湯治に行うとするならば宜しく醫師に相談して何處の温泉及温泉場が尤も其病人に適當かを撰ばなければなりません。そして湯治に行つてからは起居動作も必ず醫師の命令に依つて攝生的に衛生的にして尚必要あらば服藥等をも努めなければなりません。無考な人は温泉につかりさへすればもをそれで充分の効あるものゝ樣に考へて、飲食を妄りし起居動作を謹まぬものが往々ありますが何の爲めに湯治して居るか判らぬ話です。それで温泉浴に就て誰れでも通じて注意しなければならぬ

點を少しばかり述べて見ますれば先づ

第一には湯治に行く時期を選ふことです、是は四月から十月迄の間が最も宜しい、併し此外とても決して惡いではありまんが充分効力あらしめんには前記の時機に限るのです。

第二に湯治の期間は別段一定の議論もありません が概して三週間が通例で時には六七週間も必要のことがあります。

第三に入浴の度數は老人は一日に一回壯者は一日二三回で時間は午前八時より午後一時迄を適當とします。又人によりては夕方五六時頃を適當とすることがあります。食後は適宜の時間を置いてからでなければ入浴しないことです。

第四、一度の入浴時間は温泉の性質と疾病の種類に因つて相違はありますが、概して十分間乃至一時間です。熱度の高い温泉や冷泉などは十分以内でなければなりません。

第五、鑛泉を飲用し樣と云ふには、之も温泉の種

類と疾病の性質とに因つて斟酌しなければなりませんが一般に始めは成る可く少量にして一回三十瓦位から始めて一日四百瓦に至つて止めなければなりません。

第六、温泉の温度は病症に因つて稀に高度のものを用ゆることがありますが一般に華氏九十度より百度を超えない所が適度で若し是れ以上に熱かつたら暫く放冷して冷してから用ゐる樣にして、決して水を加へて稀薄にしてはなりません。

第七、老人、小兒、姙婦などを湯治に連れて行つた時は能く注意して入浴を加減しないと却つて病勢を募らせたり又は他の害を招くことがあります

第八、湯治中は過食、暴飲過房其他の不攝生ある可らざること、是は說明する迄もありますまい。其他適當な醫士に依賴して常に其指揮を受けて誤のない樣にしなければ折角の湯治も何の甲斐なきことになります。

おはなし

筑紫の媼

四、蝦蟇

「次郎さん早くおいで、眞黑な汚い蝦蟇が居るよ面白いから殺してやらうと」太郎は棒をもち次郎は石をもつて殺そうとして居るところへ横手の方から車を曳いた驢馬が來てあぶなく蝦蟇を踏み殺しそうになつたところが、驢馬は驚いてこれをよけて通りました。太郎は之を見て棒を投げ捨てゝ、次郎に、「われ〳〵はとんだ事をするところだつたのね、驢馬はわれ〳〵よりも情深いぢやありませんか」と言つて殺す事をやめてしまひました。

五、狼と羊

眞白な毛をもつてよく太つた子羊が川で水を飲んで居ると、狼が來て、「貴樣ばいつでも水を濁して太い奴だ、食つてしまふぞ」とどなりますから、羊は大きに恐縮して「狼閣下そんな無慈悲な事を仰つてばいけません、私はいつでもあなたの所よりも遠方で飲むのです」「ナニ無慈悲な事！、お前の話で見るとおれは無慈悲な者だな、よし、水を飲む事は許そうと思つたが其侮辱は堪忍ができない、食つてしまふ」