

る、例へば食物なれば無理に一度に澤山喰へるとか、又は興へられたものを誰にも興へず、慾ばりて貯へておくよゝな事はおゝ見受けるところでありませう、此れ等も別段骨を折らなくてもふせぐことが出来ると思ひます。

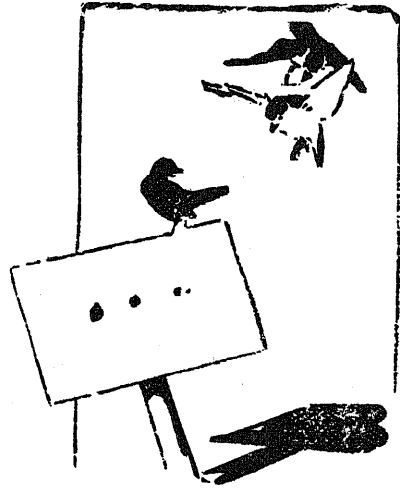
右の如くして充分に喰はせ而して充分に活動させる時は營養自然に完全になつて体格肥へ其の上活潑元氣ある生きくとした状態となりて食欲を忘れて運動もし勉強もする様になつて何となく無心にして理想的の子供の様に見へるだろーと思ひます

尙ほ三度の間に興へるものはなるべく「パン」類が尤も能いと思ひます、是れは私が申すまでもなくお醫者さん等も子供の衛生上一番よいと云ふて居られます

There is no riches above a sound body, and no joy above the joy of the heart.

健全なる身體に勝る富なく心の喜に勝る喜なし

和歌七首



佐々木信綱

無花果の廣葉の上のかたつむり

ところ得顔に角いだしたる

迎へられて昔の友は歸りきぬ

音ながらにわれは掉とる

雪の山天にそびえてさみどりの

牧場はるかに若駒わそぶ

にぎはしき村の祭の中過ぎて

悲しくなりぬ我がひとり旅

君がめでし白き桔梗をたむくれと

君ものいはす墓のつめたき

一しきり百舌啼きたてゝ霜かれの

林の奥に日はかたふきぬ

長閑なる村の夕べや子は家に

鳥はねくらに家に烟の

瀧廉太郎の君の一週忌に

東くめ子

峯の松風

もろともに

妙なるしるべ

かなでつる

瀧のしら糸

たえはてゝ

名のみ残るも はかなしや

かたみの曲を とりいてゝ

ビヤノによれば たちまちに

くしくもひやく 樂の音は

君かむかしの しらべなり

さくにえたえぬ わがこゝろ

ひく手も胸も 亂るゝに

ゆめかわらぬか まほろしの

見ゆるぞうせし 友の面影

松島に遊びて紅蓮女が

をを思ふ

小林雨峰

かつて芭蕉がみちのくの記に詠はれし松島の奇

勝は、われの常に東北に遊ぶ毎に、神飛魂往せさ