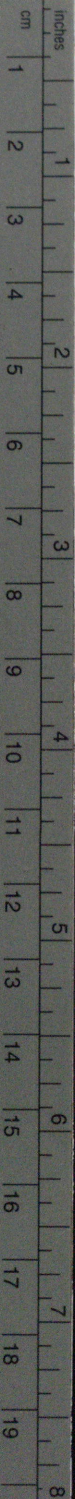


Kodak Gray Scale

A 1 2 3 4 5 6 M 8 9 10 11 12 13 14 15 B 17 18 19



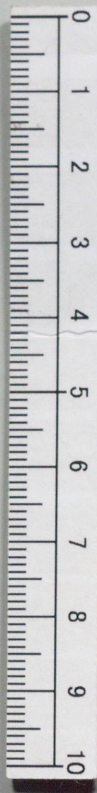
© Kodak, 2007 TM: Kodak



Kodak Color Control Patches

© Kodak, 2007 TM: Kodak

Blue Cyan Green Yellow Red Magenta White 3/Color Black



埼玉縣女子師範學校附屬小學校編纂 卷一

高等小學理科 家事教科書

東京 光文館

埼玉縣女子師範學校附屬小學校編纂 卷一

高等小學理科家事教科書

東京 光文館



## 凡例

一、本書は主として高等小學校に於ける女兒の理科の一部なる家事の教科書に充てんがために編纂したるも、亦之と同一程度或はより以上の女子補習教育用に使用し得るものとす。

一、本書は分ちて二巻とし、一巻を高等小學第一學年、二巻を同第二學年に充つるものとす。但し複式編制の學級にありては、内容及び文章の難易に於て大差なければ、何れか一冊を用ひて單式取扱をなすも不可なし。

一、本書教材の選擇は、兒童心意の發達を考へ、直接應用し得べきものを取り、又將來の境遇に適應せしめんことをつとめ、標準は概ね中流以下の家庭にとれり。

一、産褥及び婦人衛生に關する注意はこれを省きたれども、

妊娠中の心得に附説せられんことを望む。

一、理科教科書としては、内容の説明稍詳細に亘りたるの觀なきにあらず。これ兒童をして卒業後も永く参考書として、使用せしめんとしたればなり。

一、本書編纂に關しては、本校長教諭諸氏の懇篤なる指教を得たること多し。茲に記して感謝の意を表す。

埼玉縣女子師範學校

明治四十五年二月

附屬小學校 誌す

高等小學 科 家事教科書 卷一

目次

第一課	女子の本分……………	一
第二課	家事科……………	二
第三課	衣服の目的と選擇上の注意……………	三
第四課	衣服の材料と特質、及び適當なる用途……………	四
第五課	衣服類著用上の注意……………	七
第六課	衣服の保存法……………	八
第七課	衣服の仕末……………	八
第八課	補綴……………	二
第九課	洗濯……………	三
第十課	特殊の場合に於ける洗濯法……………	五

第十一課	張物の仕方	一八
第十二課	汚點 <small>しみ</small> 拔 <small>ぬき</small>	一九
第十三課	衣服の利用	二一
第十四課	食物攝取の必要	二三
第十五課	食物の成分と人體との關係	二三
第十六課	食物の分量と保健食料	二五
第十七課	食品の種類	二七
第十八課	動物性食料品	二六
第十九課	植物性食料品	二九
第二十課	製造食料品	三一
第二十一課	副食品	三一
第二十二課	嗜好品	三一
第二十三課	食物の良否鑑別	三四

第二十四課	飲料水	三七
第二十五課	食物の獻立	三八
第二十六課	食物の料理法	四二
第二十七課	食品の切方	四五
第二十八課	食品の配合及び盛り方	四六
第二十九課	食品の貯藏法	四六
第三十課	罐詰に就きての注意	五一
第三十一課	食器類の選擇・保存及び取扱法	五三
第三十二課	住居の選定	五七
第三十三課	家屋の構造と家屋の種類	五九
第三十四課	家屋の方向と諸室の位置	五九
第三十五課	造作	六一
第三十六課	家屋の保存及び修理	六三

高等小學 家事教科書卷一目次終

高等小學 家事教科書 卷一

埼玉縣女子師範學校 附屬小學校編纂

第一課 女子の本分

人生の幸福は、一家の平和なると否とによりて、左右せらるること大なり。

家を治むることは、男女共に従ふべきものなれども、大抵男子は外に出て、女子は家に在ること多し。されば家を治むるは主として女子の任務なり。

人の親となりて、その子を育つることも亦、男女共に行へど、その幼時にありては、特に母親の養育は、效を奏

すること大なれば、これ亦女子の天職ともいふべし。この外、女子の天性溫和にして慈愛深く、順良にして物事に綿密なるは、老人を養ひ、病者を看護し、金銭の出納、衣服の調製、飲食物の調理等をなすに適し、熱心にして忍耐力に富めるは、日々の繁雑なる務めを果すに適せり。故に一家の平和を進め、一家を齊ふることは、女子の本分なりといふべし。

### 第二課 家事科

家事科は如何にして家を齊ふべきか、その方法を學ぶを目的とするものにして、衣食住に關する一切のことより、老人を養ひ、幼者を育て、病人を看護し、親族及び近隣・知人との交際を圓滑ならしめ、家計を整理して一

家の和合をはかることに至るまで、皆家事科の範圍ならざるはなし。されば平生些末なることにも注意を怠らず、諸種の習慣、諸學科の智識、必要なる技藝等をも修めおきて、これを日常に應用することをつとむべきなり。

### 第三課 衣服の目的と選擇上の注意

衣服を用ふる目的には、體溫を保持し、寒暑雨濕を防ぎ、損傷・汚染・虫害等に備ふると、容儀を整へ禮儀を正すこととの二方面あり。

衣服は體に適し、質強くして、よく空氣を含み、取扱ひにも便にして、相當なる裝飾にも叶ふを要す。されば衣服を選むにあたりては、季節・着用すべき場合、年齢・職

業・價格と保存との割合等より打算し、經濟にして便利なるものを取るべきなり。

第四課 衣服の材料と特質、及び適當なる用途

衣服の材料は、主として絹布・綿布・毛布・麻布の四種なれども、更に各種の交織もあり。

すべて織物は、保温力、吸濕力、通氣性の三つを有するものにして、綿布・毛布等は空氣を含蓄して、體温を散逸せしむること遅く、麻布は吸濕力に富みて體温を散ぜしむること早し。絹布は保温力綿布より少く、吸濕力は麻布に劣れども、地質軽くして光澤あるを特質とす。此の如く、各種の織物には、それぞれ美點と缺點とあれば、前に述べたる注意に従ひ、用途に適當なるものを選むべし。今二三の例を示さん。

1 綿織類

- 襦袢地 平木綿、綿フランネル等、
- 單衣地 木綿縮、中形、絞、縞等、
- 袷綿入・羽織地 縞木綿、緋、二子織、瓦斯系織等、
- 同裏地 平木綿、金巾、キヤラコ等、
- 袴地 小倉綿セル等、
- 帶地 小倉等、

2 絹織類

- 襦袢地 絹縮、縮、緞等、
- 單衣地 銘仙、縮、緞、縞、透綾等、
- 單衣羽織地 縞、紗、透綾等、



裕綿入羽織地 紬糸織斜子羽二重縮緬一樂等

裕綿入裏地 秩父絹平絹等

羽織裏地 甲斐絹羽二重等

帶地 博多縹子縹珍等

袴地 仙臺平五泉平等

3 麻織類

襦袢地 晒麻縮等

帷子地 生平奈良晒越後縮上布等

4 毛織類

襦袢地 フランネル、メリンス等

單衣地 フランネル、セル、メリンス等

裕綿入羽織地 メリンス、絹セル等

袴地 カシミヤ、メリンス等

第五課 衣服類著用上の注意

衣服類を著用する時、人の品格を保つことに注意すべきは勿論なるも、此の外又衛生上注意を要することあり。即ち衣服を著たるため、身體を壓迫し、又はその一部分を緊約し、或は四肢身體の運動を妨ぐるが如きは、大に避くべきことなり。若しこの注意を怠るときは、呼吸及び血液の循環を妨げ、消化器を害し、往々病の原因となることなすとせず。

就中小兒に衣服を著用せしむる時、襟をかたく合せ、附紐にて胸部をつよくしばり、或は婦人が帶上腰紐等を強く締むるが如きは、何れも衛生上大害あることな

り。  
されば衣服は、容儀をみださざる限り、なるべく寛に  
着用すべく、殊に發育の盛なる時期に於ては、一層の注  
意を怠るべからず。

襟卷・頭巾等も保温の效あれど、なるべく用ひ慣れざ  
るをよしとす。

第六課 衣服の保存法

衣服を永く保存して地質を傷めず、色澤を損ぜざら  
しむるには、清潔と整頓とに留意すること肝要なり。  
これ衣服を害するものは、塵埃・濕氣・害蟲取扱ひ方の不  
當等によること多ければなり。

第七課 衣服の仕末

衣服を仕末するにつきて、注意すべきことは、凡そ左  
の如し。

イ、脱ぎすてたる衣服は、風をとほしたる後疊むこ  
と。

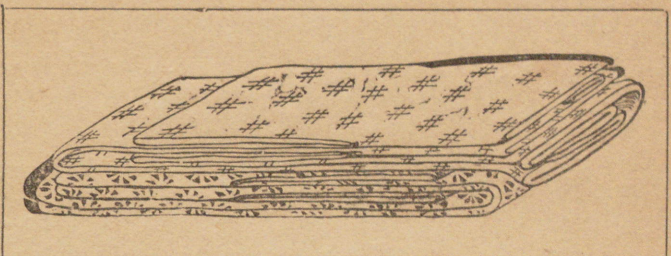
ロ、衣服を疊む前に、まづ塵埃を拂ひ、破綻と汚點と  
の有無を検べ、若しこれあらば相當の手當をな  
し、折目正しく疊み、紋所と襟とには、必ず軟き紙、  
又は布をあておくこと。

又折目には綿などをはさみおくこと。

ハ、衣服の出し入れに注意すること。

ニ、毎年一二回づつ蟲干すること。

ホ、梅雨期・降雨等の際着用したる衣服は、黴の出ざ

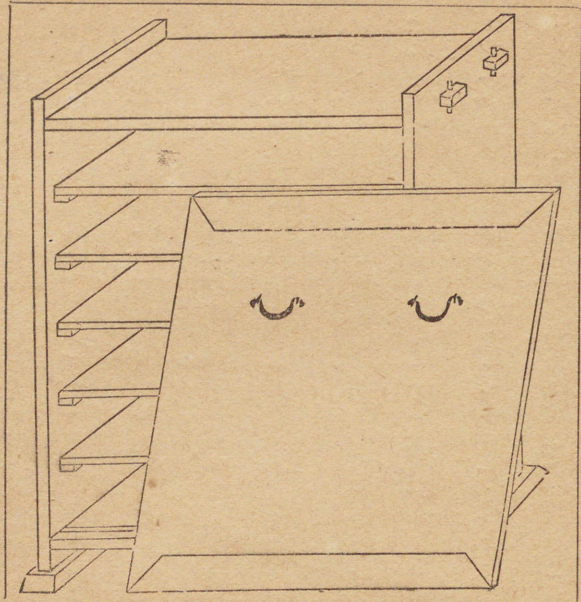


疊みの方の圖

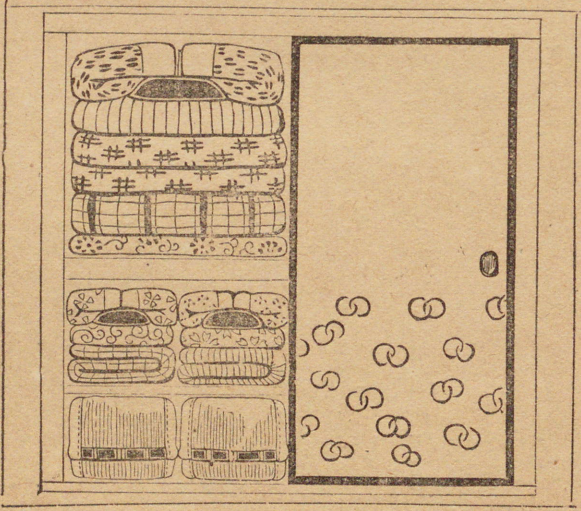
又、洋服類は皺しぼの生ぜざるやうに注意し、なるべく入れおくこと。

る様注意し、火熨斗ひおしにて乾かすか、又は蟲干むしほの如く室内に吊しおくこと。  
へ、蒲團・蚊帳かやなどは、折々日光に直射せしむること。  
ト、衣服類はなるべく桐製の箆たんす又は長持に藏おさめ、濕氣少き場所におくこと。  
チ 疊みたる衣服を重ねるには襷たすの押せざるやう注意すること。  
リ、防虫劑として樟腦しょうなう・ナフタリン等

は吊つしおくこと。



組建箆の圖



押入の圖

第八課 補綴

衣服に鈎裂かぎさき・焼け穴・破れ等を生じたる時は、直ちにこ

第七課 衣服の仕末 第八課 補綴

れを補綴すべく、そのまま捨ておくは醜きのみならず、不經濟なるものなり。

補綴の方法は、衣服材料の地質と破綻の工合とに應じて、適當に且つ巧なるを要す。されば小切共切等は、平生大切に保存しおき、かかる時の用に供すべし。

### 第九課 洗濯

衣服は何れも多少の濕氣と塵埃とを附著するものなれば、衛生容儀の上よりも、はた衣服の保存上よりも、折々洗濯すること大切なり。故に餘り垢つかざるうちに洗濯するをよしとす。

されど常著晴著共に新しきものは、汚れの目立たぬ中に一度裏返しをなすべく、褪色しやすきものは、少しの

汚れなれば、洗濯せずして裏返す方却つてよろし。

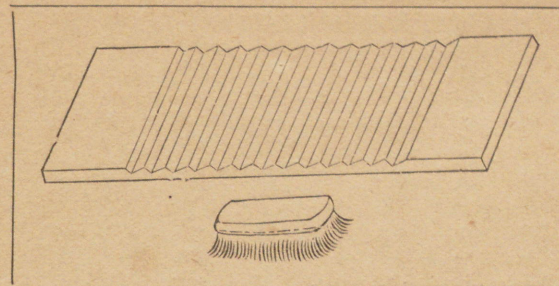
洗濯法の巧拙は、衣服の保存上に大なる關係あれば、洗濯用水・洗濯用品・洗濯用具・洗濯の方法等につき、細かき注意をなすべし。

1 洗濯用水 水には軟水と硬水とあり。洗濯用として、は軟水をよしとす。井水若し硬水なるときは、一度沸騰せしむるか、又は灰汁水・曹達水等を加へ、軟水となしたる後用ふべし。

2 洗濯用品 洗濯用品の主なるものは石鹼・曹達・灰汁水等にして、海羅醋酸・苛性ソーダ等をも用ふるこ  
とあり。

3 洗濯用具 洗濯用具として備ふべきものは、盥洗

濯板・物干竿・箒子・刷毛等なり。  
刷毛は上等なるを用ふべく、鹽と洗濯板とは、使用後  
きれいに洗ひ、日蔭に藏めおくべし。



濯板及刷毛の圖



洗濯する時の姿勢

に通じて心得べきことは左の四つなり。

4 洗濯の方法

洗濯すべき品物と場合とによりて、その方法異れども、一般

- イ、洗濯液に浸す前に、よく塵を拂ひ、汚れたる場所をしらべおくこと。
- ロ、洗ふとき、つよく揉み、又は強く絞らぬこと。
- ハ、度々水をとるかへ、十分に濯ぎ出すこと。
- ニ、竿に掛くる時は、よく皺をのばし、なるべく早く乾かすこと。

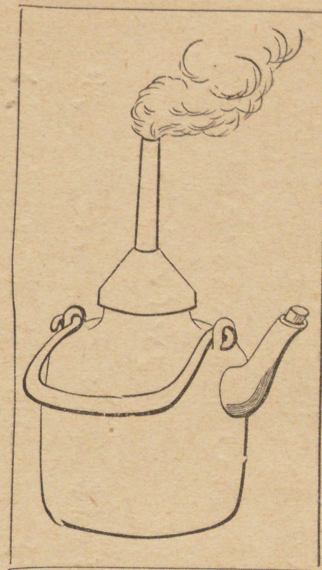
第十課 特殊の場合に於ける洗濯法

1 白木綿又は白麻類の洗濯法

この場合には、少量の曹達と石鹼とを溶かしたる水を釜に入れ、微温となりたる時、豫め水に浸しおける白布類をその中に投じ、沸騰するまで煮、それよりは火力を弱くし、暫時にして引き上げ、釜の湯と共に鹽

に入れ、特に垢づきたる部分は石鹼にて洗ひ、よく水にて濯ぎ出し、全く乾かざる前に鍔そ又は火熨斗にて皺をのばすなり。

簡單なる湯のしの法は、鐵瓶の口に栓して湯を沸騰



湯のしの圖

せしめ、蓋をとりて、其上に漏斗じょうりゅうを置き、細き口に湯氣を集めて吹き出させ、その蒸氣に布を觸れしむること圖の如くす

べし。

### 2 白絹物の洗濯法

白絹物を洗ふには、微温湯びわんとう二升につき過酸化曹達一

匁位の割合に混じたる洗濯液中に布を入れ、數分開の後取り出し水にてよく洗ひ、次に硫酸數滴たきを加へたる水中、稍酸味を覺ゆる位に凡そ十分間程浸せる後濯ぎ上げ、最後にミシリンブリユウを溶かしたる水中(稍青みがかれる位)にて濯ぎ、全く乾かざる前に鍔そをあつるなり。

過酸化曹達は、危険を伴ふものなれば、硝子瓶中に入れ、注意して保管ほくわんすべし。

### 3 毛織物類の洗濯法

毛織物類を洗ふには、まづ刷毛にて十分塵を拂ひ、微温湯にて水洗ひをなし、次にマルセーユ石鹼水中に暫く浸しおきたる後、揉もまずしてつかみ押し、振りな

どして垢を去るべし。

#### 4 絹布類の洗濯法

まづ石鹼水にて洗ひ、多量の清水に少量のアンモニア水を加へたるものにて濯ぎ出すべし。又光澤をつくるには、最後の濯ぎ水に、少量のアルコールを加へ、充分浸しおきたる後振り出すをよしとす。

#### 5 色物洗濯法

褪色の恐れあるものを洗ふには、液中に浸しおかずして直ちに洗ひ、又なるべく早く乾かすべし。而して明礬<sup>みょうばん</sup>、單寧酸<sup>たんねんさん</sup>、醋酸等は、褪色を防ぐ效あり。

#### 第十一課 張物の仕方

張物の仕方には、板張と箴子張との二様あり。綿布



箴子張の圖

類は板張にてもよろしけれど、絹布類はなるべく箴子張とするをよしとす。何れも經緯線の曲らざるやう注意すると同時に、幅に不同を生ぜざるやうにすること肝要なり。

#### 第十二課 汚點拔

汚點拔は手際と熟練とを要するもの多ければ、その方法の簡單なるものの外、なるべく汚點拔屋に托するを却つて安全なりとす。今自宅にて行はれ得べきものを述べれば、凡そ左の如し。

- 1 襟垢 汚れたる布の下に、フランネル

の如く厚き軟かなる布を置き、ベンジンを筆に含ませてその部分に塗りつけ、上より鏝にて壓すべし。

2 乳牛乳・茶 等の汚點は、ベンジン又は揮發油にて取り去るべし。

3 酒 のかかりたる時は、直ちに煙草の煙を吹きかくるをよしとす。

4 紅 白布又は褪色の恐れなきものならば、兩方に引き張りおきて、上方より熱湯を注ぐべし。

5 血 土生姜の切口を血の上にあつるか、又は大根おろし、慈姑等をあてて吸ひとらしむべし。又石鹼にて洗ふもよし。

6 インキ 直ちに水にて洗ひ、なほ残りたる鐵氣は、

極めてうすき鹽酸にて洗ふべし。

7 油類 石油は火上にかざすか、日光に曝してこれを去り、臭氣は茶を火に投じて其上にかざせば除くことを得べし。

胡麻油・燈油等は揮發油にて洗ひ、日光又は遠火にて乾かすべく、車の油はエーテルにて洗ふべし。その他ペンキ・樹脂・蠟等は、テレピン油又はエーテルを白布に浸して拭ふをよしとす。

### 第十三課 衣服の利用

衣服の利用とは、一旦廢物となりたるものを、ある手段を加へて、適當に利用することをいふ。例へば大人用の物を小供用とし、著物を羽織又は被布となし、胴と



袖とを切り換へ、又は小切類を接ぎ合せて座蒲團となし、衣服の褪色したるものも、地質の損ぜざるものは、これを染め直して小紋或は緋とするか、黒又は紺に染めて羽織或は裏地とし、半襟・リボン等の古きものにて、紐などを緝けおくが如きは、その一例なり。

#### 第十四課 食物攝取の必要

人は食物によりて體溫を生じ、體力を出し、身體の組織を構成すると共に、その消耗するを補ふものなり。

されば常に身體の健康を保ち、心身をよく活動せしむるは、その活力と體溫とを生ずべき原料を與へざるべからず。この原料は實に食物によりて得らるるものなれば、吾人が平生飲食するは、ただに口腹の慾をみ

たさんがためのみにあらざるなり。

#### 第十五課 食物の成分と人體との關係

食物の必要なることは前に述べたり。故に吾人は平生最も滋養に富めるものを選むこと大切なり。今食物中に含まるる成分と、人體との關係を述べし。

1 蛋白質 蛋白質は、炭素・酸素・水素・窒素等より成り、人體組織の主成分にして、活力及び體溫の生ずる源とも稱すべく、効用甚だ多きものなり。

食品中、最も多くこれを含めるは、獸・鳥・魚・介の肉、鶏卵・牛乳等なれども、菽類・穀類等にも亦含まるること多し。

2 脂肪 脂肪は炭素・酸素・水素の三原素よりなり、こ

れによりて多く體温を生ず。鳥獸の肉、牛酪、豚脂、胡桃、胡麻、油菜等の種子中に含まれること多し。一般に動物性脂肪は、植物性脂肪より消化しやすし。

3 炭水化物 炭水化物も亦炭素、酸素、水素の三つより成る。その中主要なるは澱粉及び糖分なり。

澱粉を多く含めるは、甘藷、馬鈴薯等にして、糖分を多く含むものは、甘蔗、葡萄、柿、林檎等の蔬菜類又は果實類にして、人體に入りたる後、一部は化して脂肪となり、一部は直ちに酸化して、體温及び活力を生ず。

4 鹽分(灰分) 鹽分は骨の主成分となるものなれば、これ亦人體に有用なり。殊に成育期に於ける小兒には、多量に供給するを要す。蔬菜類はこれを含む

こと多し。

5 水 水は人體中に含まれること最も多く、血液をはじめ、筋肉、骨、齒等に至るまでなきところなし。

水は食物中の滋養分を溶解し、全身に傳搬する傍ら老廢物を運び來り、發汗によりて體温の調節をなすものなり。大抵の食品はこれを含む。

以上の五成分は、吾人が健康を保ち、活力を生ずるに有用なるものなれば、適當にこれを供給するを要す。されど水と鹽分とは普通の食品中に含まれること多きが故に、特に注意を要するは、蛋白質、脂肪、炭水化物の三つなり。

### 第十六課 食物の分量と保健食料

食物の分量は、季節・年齢・體質・職業等によりて同じからず。即ち冬は脂肪及び炭水化物を多く食ふべく、夏は消化器の作用も鈍る時なれば、果實・蔬菜等を多くするが如し。

又小兒は發育盛にして、滋養質の需要多く、老人は體質衰へ消化力も減弱する時なれば、老衰を補ふに足り、しかも消化しやすきものを選むべきなり。

職業につきては、常に精神を勞する者と、手足を勞する者とは選擇を異にし、強健なる人と虚弱なる人とは、その量に差あるが如し。

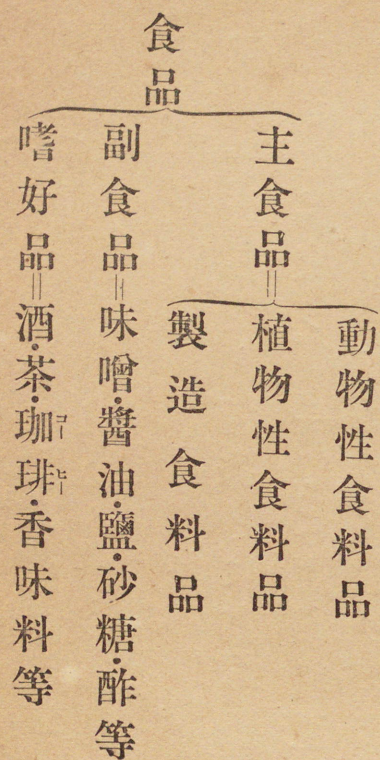
保健食料とは、吾人が日常生存を維持するためにする食料の意義にして、我が國人一日の量は凡そ左の

如くなりといふ。

	蛋白質	脂肪	含水炭素
男	二五・六匁	五・三匁	一一二・一匁
女	二一・四匁	四・五匁	一〇二・八匁

第十七課 食品の種類

食品の種類多けれども、これを大別すれば左の如し。



第十八課 動物性食料品

動物性食料品中主なるものは、鳥獸魚介の肉、卵類等なり。

獸肉は、蛋白質と脂肪とに富み、鹽分をも適量に含みてよき食品なり。一般に屠殺後直ちに食すれば甚だ硬きも、數時間空氣に觸れしむれば、一種の肉酸を生じて軟くなるものなり。

鳥肉は、燐を含むこと多く、腦神經を養ふに適す。食用としては、鶏雁鴨雉子鳩鶩等あれど、就中鶏肉は最も多く用ひらる。

魚肉は、蛋白質・脂肪・鹽分に富み、燐及び石灰をも含みて善良なる食料品なり。その肉蛋白質に富めるもの

は、鯉・鯖・鰯・鰈・鯛・鰯等にして、鰻・鮪・秋刀魚等は脂肪に富み、鯔・牛尾魚・鱈・鯉等は脂肪少し。

すべて白色の肉は脂肪少く、従つて消化しやすけれども、赤色の肉はこれに反するもの多し。

貝類にも、蜆・蛤・牡蠣・赤貝・鮑・螺等ありて、燐と石灰分とに富み、又多少の蛋白質を含めども、概して不消化のもの多ければ、調理法に注意し、多食せざるをよしとす。

第十九課 植物性食料品

植物性食料品中、穀類は多量の澱粉の外、蛋白質及び脂肪を含み、又少量の鹽分あり。米は蛋白質・澱粉質共によく消化せられ、我が國人の主食品なり。麥は蛋白質を含むこと米より多けれども、消化稍困難なり。

豆類は多量の蛋白質を含み、又脂肪・澱粉・鹽分にも乏しからず。植物性食料品中最も滋養に富めるものなれど、その皮硬くして消化悪し。されど豆腐は、消化よきやうに製したるものなれば、頗るよき食物なりといふべし。

野菜中、甘藷・芋・八面藷・馬鈴薯等の藷類・蘿蔔・蕪菁・蓮根・牛蒡・慈姑・百合等の根塊類は、澱粉を含むこと多く、菘・葱・菠薐草・筍・欸冬・胡瓜・南瓜・茄等の莖葉類及び瓜類は、澱粉多く、蛋白質と脂肪とは乏しけれども、水分と鹽分とに富めるが故に、蛋白質と脂肪とを多く含める動物性食料品と交へ用ふるに適せり。

海藻類と菌類とは不消化なるもの多く、殊に菌類に

は有毒なるものあれば、深く注意すべし。

果實類中、栗・胡桃・銀杏等は蛋白質に富み、柿・葡萄等は殊に糖分に富む。梨・桃・李・林檎等は、一種の酸を含みてその味よく、人の心神を爽にし、食慾を興奮せしむる效あり。

第二十課 製造食料品

製造食料品中普通なるは、饅頭・素麵・麩・蕎麥・豆腐・蒟蒻等にして、饅頭は消化しやすきも、素麵は脂肪多く稍不消化なり。麩は多量の蛋白質を含み、滋養の効多し。蕎麥もまた蛋白質多けれども、消化悪しきを以て饅頭に劣る。

豆腐は蛋白質・脂肪に富み、その效鶏卵に比すべし。

蒟蒻は不消化なるものなれば、多量に用ひざるをよしとす。菓子も砂糖の分量多きものは、過食すれば胃腸を害する恐れあり。

### 第二十一課 副食品

副食品は何れも食物を調理するに用ひられ、主食物の風味を増し、滋養を助くるものなり。

味噌は滋養の效多く、適當に用ふれば、消化器を刺戟し、食氣を進むべし。

醬油も食品の味を調ふるに用ひられ、滋養の效あるも、過量に用ふれば消化力を害し、血液中の水分を減じて渴を生せしむることあり。

鹽は調味料となり、消化器を刺戟し、筋肉及び精神の

作用をよくし、血液の循環を盛にする等、效用大なるも過量に用ふれば醬油と同様なる害を來たすことあり。砂糖も亦食物調理上必要なるものにして、血液中に入りて活力と體溫とを生ずる效あり。但し過用すれば消化器を害するに至る。

酢は清涼なる味を有し、適度に用ふれば消化を助くべし。されど用ひ過ぐれば、貧血ひんけつを起すことあり。注意すべし。

### 第二十二課 嗜好品

嗜好品とは、酒・茶・珈琲等の飲料品又は山椒・蕃椒・山葵等の香料をいふ。何れも直接滋養の效なきも、適當に用ふれば消化器を刺戟し、血液の循環をよくすべし。

但しその量多きに過ぐれば、却つて大害を招くことあり。

第二十三課 食物の良否鑑別

食物を買ひ入るる際、又は料理するにあたりては、その品質の良否を鑑別すること大切なり。然らざれば往々意外の疾病にかかり、健康を害するに至ることなきにあらざらず。されば平生是等の事に慣れ置くべきは勿論、買ひ入れは信用ある店よりするを安全なりとす。

1 獣肉 獣肉類は、屠殺後日數を多く經たるものは、プトマインと稱する毒素を生ずるをもつて、注意するを要す。獣肉の品質よきものは、肉色普通にして、弾力に富み、

脂肪は光澤ありて且つ固有の香味を有す。之に反し、色悪しく指にて壓すも跡つき、若しくは惡臭を放つが如きものは、腐敗に傾けりと斷じて不可なし。

2 鳥肉 鳥肉の良否を檢するには、眼球と嘴と肛門とを見るべし。

眼球生けるが如くにして、嘴の色變ぜず、肛門よく締りて羽毛の容易に脱けざるをよしとす。これに反し、眼球は水氣を帶び、嘴中に粘液を生ぜるものの如きは、其の新鮮ならざるを證し、羽毛を引くに脂肪の著き來るが如きことあるは、腐肉に近きものと斷じて誤なし。

3 魚肉 魚の新鮮なるものは、眼球生けるが如く、鰓

は鮮紅色にして肉かたく、壓せば弾力を有し、鱗は容易にはなれざるものとす。されど奸商は往々鰓を染め、眼も生けるが如く拵へおくことあれば、注意するを要す。

4 鶏卵 卵殻に光澤なきは新しく、光澤あるはふるきものなり。又燈火・日光等に透し見て、その中心の半透明なるは可なり。この外鹽水に投じて半ば沈むものは新しく、浮き上るものは氣胞多くふるきものなり。

5 牛乳 牛乳は牛の食物の良否・牧場の乾濕・廣狹・乳牛の老幼、その他産後の日數等によりて、各乳質に異同あるのみならず、往々他物を混ざることあり。又

腐敗に近きもの、病牛より搾りたるものなどあれば、最も信用ある家より求むるをよしとす。

6 米 米はその粒揃ひて色稍黒みがかかり、指にて捻るも容易に潰れざるものをよしとす。色白きは搗粉のまじれるものなり。

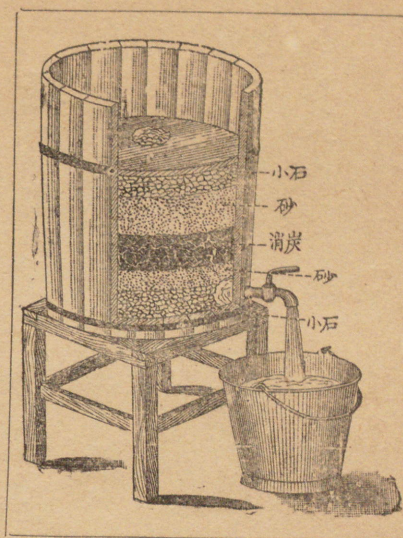
第二十四課 飲料水

水は飲料として、又食物の料理用として日常缺くべからざるものなれば、よく注意して良否を鑑別しおくを要す。

飲料として用ひらるるは、掘井戸及び水道の水なるも、往々河水を直ちに汲み用ふることあり。水中に若し有機物を存する時は、下痢・赤痢・寄生蟲虎



列刺等の原因となることあれば、深く注意せざるべからず。されど一度沸騰せしめたるものは、この憂ひな



水の濾過の圖

水の濁りたるか、又は混りものあるときは、水濾器にて濾過すれば、清浄となり、飲料として差支なきに至るべし。

第二十五課 食物の獻立

日常の食事又は人を饗應せんとする時、その膳部に於て、食品の配合、調理の方法等を定むるを獻立といふ。すべて獻立は、家庭の事情、家人の職業、來賓の好み等

によりて定むべきものなれど、一般につき注意すべきことは凡そ左の如し。

- 1 季節によりて斟酌すること。
  - 2 食品の配合に注意すること。
  - 3 消化不良なるものは常食に加へざることに。
  - 4 人々の好みに應ぜしむること。
  - 5 常に變化あるべきこと。
  - 6 一家の經濟を考へて定むること。
  - 7 饗應の場合により斟酌すること。
  - 8 豫め獻立表を定めおくこと。
- 今左に獻立表の一例を示すべし。

春の部

朝

大根の味噌汁

牛肉鋤焼  
馬鈴薯の白煮

晝

ちさの味噌汁  
ハゼの佃煮

生揚煮附  
大根おろし

晩

筍の甘煮  
花がつを

わらび  
白すぼし

豆腐・芋  
木の芽田楽

鶏肉

きんぴら牛蒡

夏の部

茄子味噌汁

鱈の鹽焼

胡瓜もみ

ねいも清汁

莢豌豆百合  
甘煮

かつをの刺身

茗荷・玉子の清汁

茄子の鳴焼

新芋の甘煮

秋の部

芋の味噌汁

鯖の煮附  
生姜

偽製豆腐

焼松茸

豆腐味噌汁  
煮豆

生鮭の照焼

菜豆の胡麻あへ

甘藷の味噌汁

鰯の焼魚

牛肉のキャベツ卷

卵の花汁

蓮根・慈姑・烏賊  
甘煮

牡蠣のフライ  
はうれんさう

和布の味噌汁

八頭芋・椎茸  
煮附

鮪刺身

里芋の味噌汁  
うづら豆

オムレツ

ふるふき大根

胡麻味噌

第二十六課 食物の料理法

料理とは食物の美味を増し、消化を助け、滋養の效を多からしむるため、種々の副食物を加へて、煮焼するをいふ。之に著手する前に注意すべきは、膳・ふきん・料理用具等を清潔にし、料理の順序を考へおくことなり。

1 煮方 煮物は一般に弱火にて、徐々にするをよしとす。烈火にて急に煮たるものは、味も劣り消化も不良なるを常とす。

植物性食料品は、冷汁中に入れ、煮沸するまで煮るべし。これ概ね多量の澱粉を含み、十分に煮ざれば消化の不良なるのみならず、味も亦劣るが故なり。但し青菜の如きは、その色を貴ぶため、沸騰したる熱

湯中に入るることあれども、寄生蟲卵の附著し居ることあれば、洗ふ時に充分注意すべし。

肉類は前述の方法に反し、沸騰汁液中に入れ、烈火にて煮るを普通とす。これ外側の蛋白質を固まらしめ、内部の香汁浸出して、味を損じ、滋養分を減ずるが如きことなからしめんがためなり。

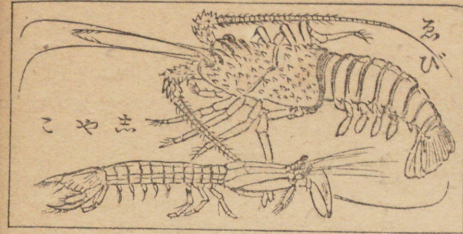
2 焼方 魚・鳥・獸肉等を焼くには、初め烈火にかざして、滋養分の浸出を防ぎ、後徐々に焼くものとす。この他松茸の蒸焼、茄子の鶺焼、豆腐の田樂等あり。

3 汁物 味噌汁と清汁とは最も普通にして、この外肉羹汁・薯蕷汁・粕汁・卵の花汁等あり。

4 蒸し物 鳥獸魚肉等の料理法中、最も滋養分を減

ずることなき方法にして、その中普通なるは、茶碗蒸・菊葉蒸・蓼蒸等なり。

5 揚物 揚物をなすには、胡麻油・荳油・牛酪・豚脂等を用ふ。滋養分を失ふこと少きも消化不良なり。鰕はぜしやこ・菊の葉・蓮根・甘藷等は日本料理に用ひられ。鯛・比目魚・鮭・牡蠣等は西洋料理の材料として普通なり。



こやし・鰕

6 生物 魚介類は往々生物を用ふることあり。こは滋養分を失ふことなく、消化よろしけれども、鮭・鱒等は稀に縲蟲の幼蟲を含むことあれば、注意すべし。

野菜類も時に生食することあり。即ち刺身に添へて用ひ、酢の物となし、赤蘿蔔・甘藍等はしばしば西洋料理に用ひらる。

果實は生食するを普通とするも、その皮には蛔蟲・十二指腸蟲等の如き、寄生蟲の卵を附着し居ることあれば注意せざるべからず。

7 漬物 漬物には澤庵漬・淺漬・糍漬・粕漬・味噌漬・芥子漬等種々あれども、何れも原料は野菜なり。而してこは毎食時の際、膳に上るものにして、その不味なるは、少からず家族に不満を與ふるものなれば、平常よりよく習熟しおくべし。

第二十七課 食品の切り方

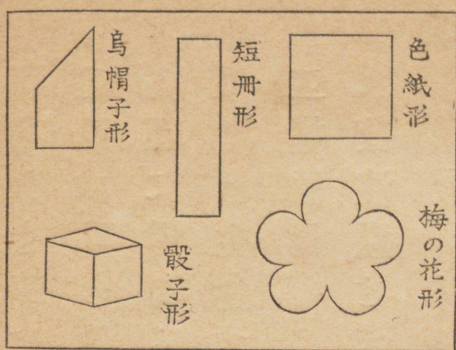
食品の種類異なるに従ひて、各その切方も同じからず。今普通なるものを舉ぐれば、魚類は脊開(びらき)腹部を割かずして、脊より截ち割ること、平脊切(ひらせきぎり)三枚おろし、小口切(せうこうぎり)筒切等となし、鳥類は木口切(こぐちぎり)太作(たさく)細作(せさく)叩(たた)き肉等となし、貝類はへぎ作り、つぶ切等となす。

又野菜類はその材料により薄へぎ、繊切(せんぎり)、亂切(らんぎり)、小口切(せうこうぎり)、色紙形(しきしけい)、短冊形(たんさくけい)、骰子形(さいしけい)、半月形(げつげい)、銀杏形(ぎんぎょうけい)、烏帽子形(うまづしけい)、梅の花形(うめのはなけい)等となす。

第二十八課

食品の配合及び盛り方

如何に美味なる食品も、その



1 色紙形 2 短冊形 3 烏帽子形 4 梅の花形 5 骰子の目

配合と盛り方とに注意を缺く時は、折角の苦心も、さほどに效を奏せざることあり。さればこの二つには十分注意するを要す。

配合とは、同一の食品又は味の類似せるものを重複せざるやうに取合せ、又同形のものをして避けて盛り合すことをいふなり。例へば味の類似せるは鰻(うなぎ)と海鰻(うなぎ)・鮭(さけ)と鱒(ます)・章魚(たこ)と烏賊(いか)・赤貝(あか貝)と馬鹿貝(ばか貝)・蒲鉾(かまぼこ)と半片(はんぺん)・蘿蔔(ごぼう)と蕪菁(かぶ)等の如く、同色のものは、卵(たまご)と豆腐皮(とうふ皮)・鮪(まぐろ)と紅漬(べんじ)・生姜(しょうが)椎茸(しいたけ)と煎海鼠(いりいか)等なり。

又形状につきては、圓き物、方形の物、長き物、短き物、大なる物、小さき物、細き物等なるべく同形のものをさけて盛り合すをよしとす。

すべて盛り方は、なるべく内端うちへに盛り、器の縁に汁又は米飯の附著するが如きことなきやう、大に注意すべし。

### 第二十九課 食品の貯藏法

物の腐敗するは、その原因となるべき細菌の入り來るに基くものなれば、食料品にこれら細菌の附著するを防ぎ、繁殖すること能はざらしめ、進んではこれらを殺すこと肝要なり。

而して細菌の發生及び繁殖には、適當なる溫度と濕氣とを要するものなれば、貯藏法も亦この二つの點につきて最も注意すべし。今左に廣く行はるる方法を述べん。

1 乾燥貯藏法 食料品の水分を去りて、細菌の發生と繁殖とを防ぐ方法にして、我が國にては最も盛に行はる。即ち乾物類、蕨粉、鯉節、乾海苔等の如し。

2 寒冷貯藏法 溫度を低くして細菌の發生と繁殖とを防禦する方法にして、冷蔵庫、氷室、水中等に置くは、即ちこの一法なり。

3 熱貯藏法 熱に依りて細菌を殺滅する方法にして、これに永久的のものと、一時的のものとあり。食物を煮て何時間かを保たしむるは、一時的の方法にして、煮物を煮なほすが如きはその一例なり。又川魚などを炙りて後、風通しよき場所に置くは、熱と乾燥とを併用せるものにして、これ亦永久的のものにあ

らず。彼の熱と空氣杜絶法とを併用せる罐詰法は、即ち永久的食料品貯藏法なり。

4 食鹽貯藏法 食鹽によりて食品中の水分を奪取せしめ、又食鹽の溶解する時、食品を冷却せしむることによりて、細菌の發育を妨ぐものにして、古來普通に行はるる鹽漬法なり。

味噌漬・醬油漬等となすもその理相同じ。

5 砂糖貯藏法 砂糖の防腐力あるも、亦食鹽と同じ理なり。多くは野菜類果實類等を砂糖漬とす。

6 加藥貯藏法 夏時肉類等を遠き地方に送るには、石灰を詰むべく、又鶏卵を貯ふるには石灰水中に浸しおくをよしとす。

醬油の黴を防ぐには、芥子を囊に入れ、樽の中につるしおくべし。

7 空氣杜絶法 空氣を杜絶して、細菌の浸入するを防ぐ方法にして、最も簡易なるは、壺又は瓶の中に食料品を入れ、堅く蓋又は栓にて口を塞ぎおくべし。

### 第三十課 罐詰につきての注意

罐詰につきて注意すべき主なる事項は左の三つとす。

1 罐詰の蓋の高く上れるは、空氣の入りし證なれば、求むべからず。

2 罐の外部を金色又は紫色に塗れるものあり。こは罐を切るとき、色素の溶けて罐中に入る恐れあれ

ば、蓋を切る前に、アルコールにて拭ひ取るべし。かくて拭ふも剝げざるものは安全なり。

3 罐詰は之を開けば普通の煮物よりも、腐敗しやすきを以て注意すべし。

第三十一課 食器類の選擇保存及び取扱法

食器類とは、食物を調理し、又はこれを膳に上すために用ひらるる器具一切をいふ。これらの品類形状取扱等は、衛生・經濟及び美觀の上に關すること多大なるものなり。

今これを陶磁器類・硝子器類・木器類・金屬器類に四大別して、その選擇・保存及び取扱上の注意を述べし。

1 陶磁器類 陶磁器類は、食器中最も多く使用せら

れ、清潔にすること簡易なれども、破損すること多ければ、取扱に注意すること肝要なり。

日常用には丈夫なるを主とし、來賓用としては、色彩・模様・形状等の優雅なるを採るべし。かくて使用する前に、鹽水又は水にて沸騰するまで煮るときは、破損すること少し。

陶器に茶澁の固著したる時は、曹達又は灰汁にて之を煮、次にその煮汁にて洗ふか、又は木灰を水に和したわし。布片等にて洗ふべし。

2 硝子器類 硝子器は、夏の食器として殊に適當なるものなれど、破損すること陶磁器よりも一層多ければ、取扱上には深く注意を要す。



久しく用ひたる硝子器に、黄白色のよごれ附著したる時は、少量の鹽酸を加へたる水にて洗ひ、牛乳を入れたる器物は、少量の灰汁に水を和して洗ふべし。

3 木器類 木器類中、新しき漆器には、一種の臭氣あるものなれば、米櫃中に入れおくか、又は微温の米泔汁に浸しおきてこれを除くべし。洗ふには灰を用ふれば疵つく恐れあるを以て、曹達水又は石鹼水を用ひ、洗ひたる後は二度拭し、一々紙又は布を隔てて、揃ひたるものは箱に藏め、あまり乾燥することなく、又日光のあたらざるところにおくべし。組は使用後直ちに洗ひて乾かしおくべく、飯櫃は椀又は杉の白材をよしとす。木臭を去るには、蕎麥粉

を少し入れて熱湯を注ぎ、蓋を施して湯の冷ゆるまでおくべし。

4 金屬器類 金屬器には、鐵・銅・黄銅・青銅・アルミニウム・錫等あり。一般に前三者よりは保存期長きを常とす。

鐵は如何なる料理に用ふるも、有毒物質を生ずることなく、且つ堅牢にして價格も低ければ、衛生・經濟の兩方面より見てよき品なり。

釜・鐵瓶等を新調せる時、その臭氣を除くには、これを用ひて二・三回湯を沸すか、又は蕎麥粉・甘藷・馬鈴薯等を煮るべし。

保存上注意すべきは、よく磨きおくことと、濕氣な

らしむることなり。日々使用せざるものは、椿油を塗りおきて錆の生ずるを防ぐべし。

鐵器には往々珉瑯を敷けるものあり。是等は概ね多少の鉛を含有し、稍もすれば有毒なる化合物を生ずることあるを以て、使用上注意を怠るべからず。

銅器類は煮沸すること鐵器類より早きも、往々綠青を生じ、害毒を及ぼすことあるが故に、何れも白鐵を塗りてこれを防ぐ、但し銅製の鍋にて煮たるものは、その冷えざる前に、他の器に移すべし。

アルミニウムは錆及び有毒物質を生ずることなく、且つ外觀美にして軽く、取扱ひにも便なるが故に、近來飲食用器具に賞用せらるれども、酸と鹽氣とに

弱き者なれば、煮物したる後は、直ちに洗ふべし。錫は茶器・菓子器・匙等に用ひらる。濕氣あれば錆を生ずるものなれば、使用後はよく洗ひおくべし。また往々鉛を混ぜるものあれば、注意すべし。

### 第三十二課 住居の選定

住居は人の生命財産を保護する城ともいふべく、また家族の團欒所、家長の慰安所とも稱すべきものなれば、これを選むには、衛生・經濟・子女の教育・實用等の方面より考ふべきなり。今これらに關し注意すべきことは凡そ左の如し。

#### 1 衛生上注意すべき事項

1、空氣の流通よきこと。

- ロ、高燥にして排水よきこと。
- ハ、日光の射入十分なること。
- ニ、飲料水よきこと。
- ホ、墓地・火葬場・製造場・工場等の近傍ならざること。
- 2 經濟上注意すべき事項
  - イ、日常生活品の安きこと。
  - ロ、借家料又は地代等の安きこと。(借地・借家の場合)
- 3 實用上注意すべき事項
  - イ、家業又は家人の通勤・出入等に便利多きこと。
  - ロ、買ひ物に便利なること。
- 4 子女の教育上注意すべき事項
  - イ、近傍に下賤なる家なきこと。

ロ、學校等に遠からざること。

第三十三課 家屋の構造と其の種類

家を建つるには、其の土地の氣候・風俗及び職業等に隨ひて、實用上・經濟上・衛生上及び美觀の上よりも考ふべし。

家屋の種類は、大別して日本風と西洋風との二種とす。されど普通行はるるは日本風のものにて、これを小別すれば、木造・土藏造・塗家かの三とす。又建て方に平家建・二階建・三階建等ありて、各、その得失を異にす。

第三十四課 家屋の方向と諸室の配置

家屋の方向は、その保存上及び衛生上に大關係あるものなれば、なるべく各室に光線よく射入しやするやうに

すべし。即ち東南向・南向を可とし、東向これに次ぐも、西向・北向等はよろしからず。

間取は第一衛生、第二便利、第三經濟に適ふやうになすべく、之につきて注意すべきことは、凡そ左の如し。

玄關 最も見つきよく、客間・應接室等に遠からざるところをよしとす。

客間 成るべく他の室を通らずして出入することを得、臺所・小兒の室等に近からず、庭などを控へたるところをよしとす。

居間 家族の日々住居する所なれば、最も衛生に適する場所を選ぶべく、老人の室は、暖かくして空氣の流通よきところをよしとす。

臺所 明るく日當りよきところをよしとす。

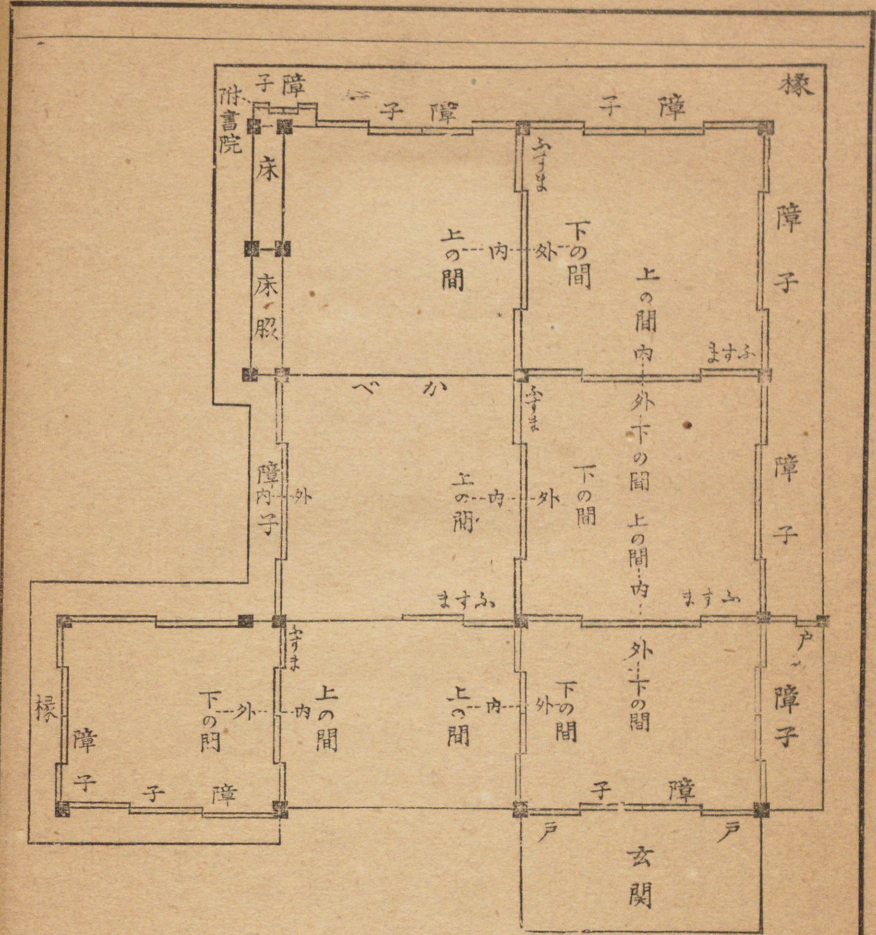
便所 成るべく二個所に設け、位置は隠れたるところを選び、東側・西側・南側等に設くべし。

押入 押入は物品の整理と、清潔を保つ上とに便利なるも、多きに過ぐるは不經濟なり。

井戸 臺所及び湯殿に近く、便所に遠き所をよしとす。井戸には成るべく蓋を設くるか、唧筒仕掛となすをよしとす。

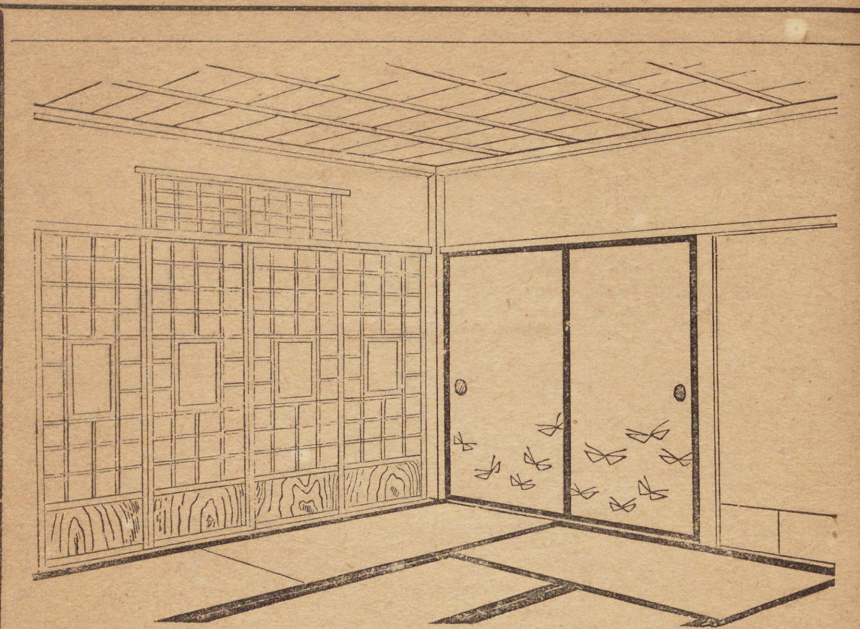
第三十五課 造作

造作とは疊・建具のことをいひ、建具とは戸障子・襖などを指すなり。是等は、大抵その家の用材によりて定むべきものなれども、客間には稍、外觀よきものを用ひ、



居間には  
丈夫なる  
を主とす  
べし。  
兩戸に  
は盜難の  
豫防とし  
て、上下又  
は側方に  
掛け金を  
つけおく  
をよしと

間取及び襖障子の開閉



す。

第三十六課

家屋の保存及び修理

家屋を永く保存せん  
には、地盤を固め、排水を  
よくし、建築を堅固にし、  
用材を選択すべし。た  
とへ一時に多額の費用  
を要すとも保存年限を  
考ふれば、經濟上利益多  
きものなり。

又家内及び家屋の周

造 作

圍を清潔にするを要す。日々の拭掃除は勿論、毎月一回位は押入の中をも掃除し、毎年二三次回は畳を上げて日光に曝し、床下をも十分掃除すべし。

掃除の際は、不潔となり易き場所、目に觸れぬ所に注意することと、物品を整頓することとを心掛くべし。

すべて物は、大破損に至らざる前に、修理するをよしとす。されば壁の落ちたる、生垣の破れたる、屋根漏又は畳表等は、小破損といへども直ちに手入する方利益多きものなり。

高等小學  
理科  
家事教科書 卷一終

明治四十五年三月十二日印  
明治四十五年三月十五日發行  
大正二年一月十二日三版印刷發行

家事教科書

定價各金十二錢

著作者 埼玉縣女子師範學校附屬小學校

右代表者 坂口福作

發行者 杉本光治

印刷所 愛善社

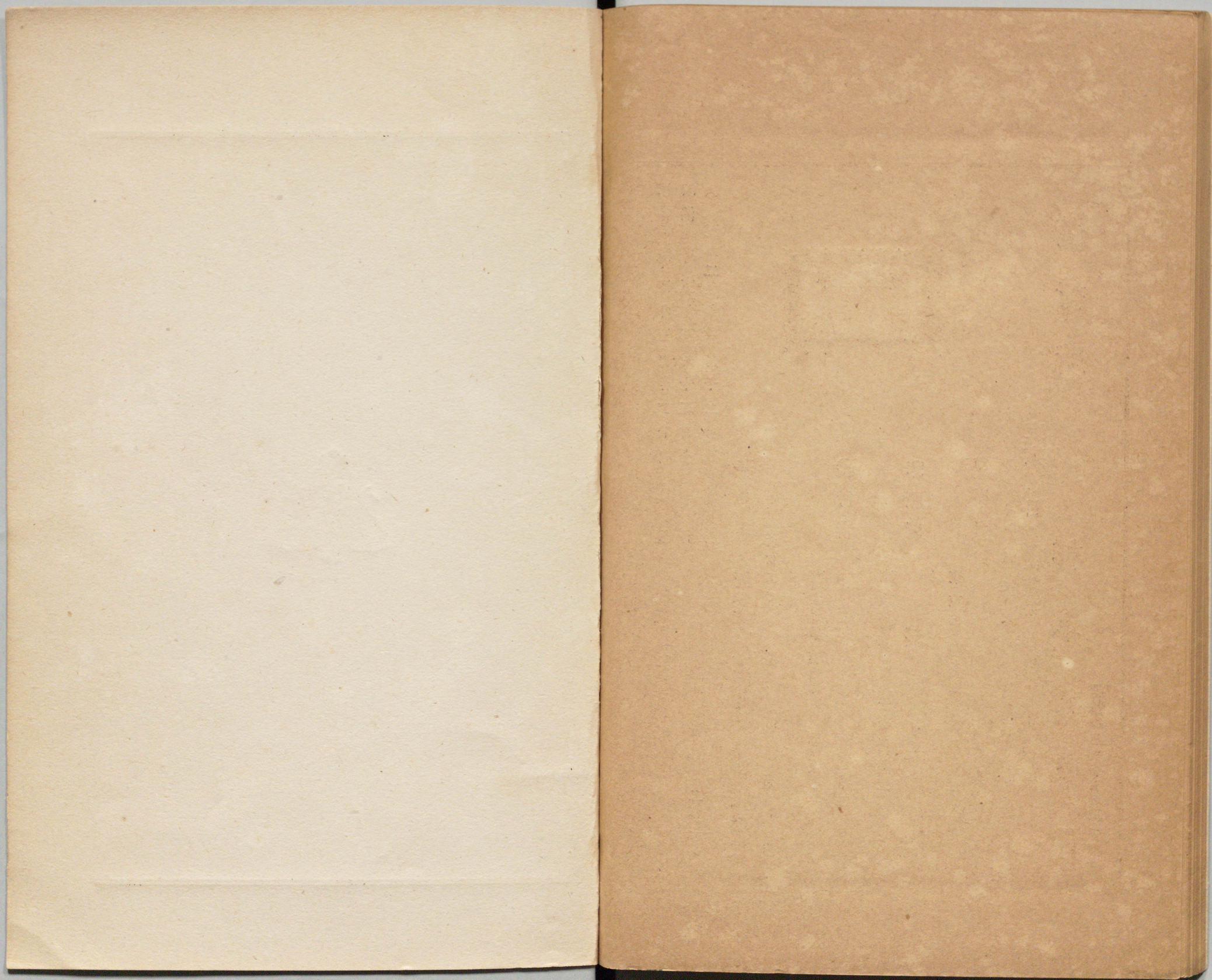
印刷者 多田榮次



東京市日本橋區本石町二丁目

發行所 杉本光文館

振替口座東京五六一三番





埼玉県立浦和図書館



32097593