

67
89



ある者はみよ
ある者はきけ

無病長壽の福音書

化學的食養の調和

心不在焉
視而不見
聽而不聞
食而不知其味



故石塚左玄先生

源烈公農民の千難萬苦を念ご
せられ朝夕の御膳の上に置き
給ひし農人形の圖

御歌に

朝を夕ないひくふここに

わすれしを

先くまぬ民に

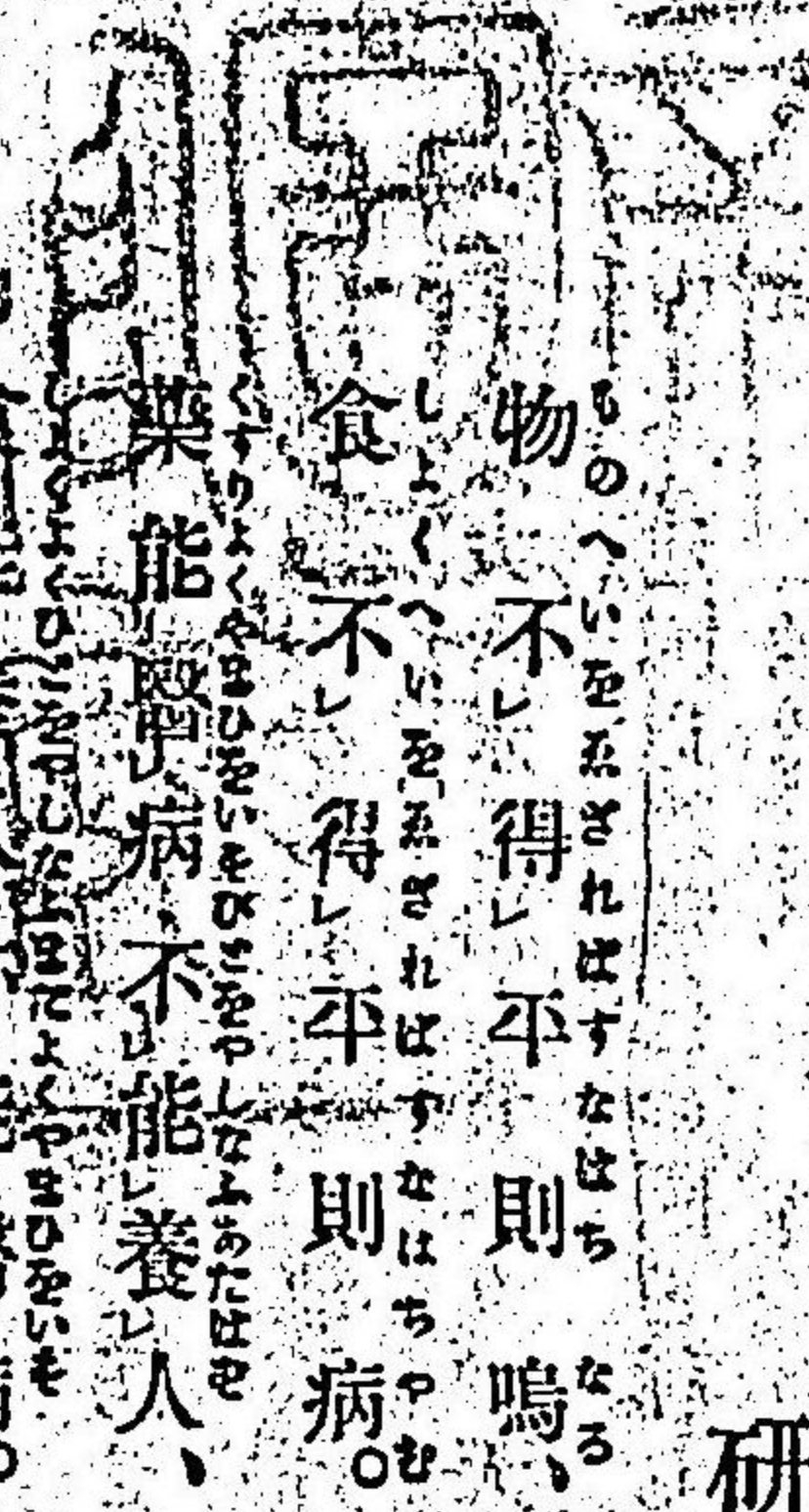
めくまるゝ身は



化學的食養の調和

研究生 角地藤太郎述

寄贈本



明治
43. 8. 8
寄贈

調和なる哉、一家の繁榮は家族の調和にあり、一國の繁榮は國民の調和にあり、實業の繁榮は資本と勞力の調和にあり、心身の健全は食物の調和にあり、苟も食物の調和を缺けば多病短命夭折頓死となるは、岩戸神樂の始より二十世紀の今日も更に變らぬ眞理にて、眞理に抵抗するは天に唾を爲し駱駝の針穴を通るが如し、又我々の家鴨の如く貪食すれば頭痛、腹痛、貧血、充血の大患に罹り、良醫を呼び病院に入るも容易

に全快せざるは、蓋し平生唯口腹を養ふのみに満足する故なり、又邪食の流行界、雜食の交際場裡に踏入る者は、人生健康の目的を忘却し、食養調和の眞理を理解せざる故なり。さて吾人の食すべきもの肉食乎、菜食乎、將穀食乎、犬猫は齧齒を有するが故に肉食を爲し、牛馬は撓臼齒を有するの故に菜食を爲し、人間は搗臼齒を有するが故に穀食を爲すは當然にして天地自然の命令なり。

抑も野菜類の陰性にも偏せず、動物類の陽性にも偏せずして、陰陽調和、寒熱中和の妙味を有する水田米は、陰の寒帯に適せず、陽の熱帯にも適せず、獨り北緯三十度乃至四十度の溫帶地のみに適せり、故に印度人は米を菩薩と稱し貴族以上の食と爲し、支那も滿洲人は大人米と稱し貴べり、天祐なる我國は天の好位置に當り、世界無比の良米を産出し、建國以來瑞穂の國と稱し、豐受大神を外宮に祀り、内宮の天照皇大神は、嘗て稻を以て蒼生の食いて活べきものと宣ひしは、誠に神明の恩恵にて我々臣民の幸福實に感謝するに語なし、宜なる哉米粒の如く中肉中脊なるも、玄米の如く黄金

色人種なるも、握り飯の如く團結力に富むも、堅餅の如く大和魂強固なるも、一糸の乱れざる如く皇統連綿なるも、皆食育に因てなり、誠に忝なき次第ならずや、幸に萬物の靈となり此王國に生れたる我々果報者は、一粒の米たりども粗末にすべからずと先哲の教なり。

又玄米の甘皮なる糠は、脂肪分、骨成分、消化力等を兼備せる滋養物にして衛生上最も必要なるものなり、其健康劑の糠を捨て粕の白米を常食とし、脚氣は米の中毒といふは笑ふべきの甚しきものにして、玄米時代に脚氣病のなかりし歴史を知らぬ者なり東方に君子國あり長壽國ありと信じ、不老不死の靈藥を我國に求めし秦始皇帝は人皇七代孝靈天皇の玄米時代に當れり、征韓の役鬼將軍の譽を得し加藤清正も兵糧に玄米を用ゐしといふ、又最近マニラに開かれたる第六回極東風土病學會に於て、マニラ聯邦政府より派遣せられたるフラスー博士も、脚氣は米毒にあらずして米の中に存する燐素の缺乏に原因すとの説を發表せり、其説明に曰く米の甘皮なる糠は多くの燐素を

含むが故に此糠を除きたる精白を常食とする時は燐素の缺乏を來し脚氣病を發するなり、而して道路改修工事に從事せる勞働者三百人を二組に分ち、一組には白米を他の一組には玄米を常食とせしめたるが、白米組は八十七日間に大半脚氣病に罹りたるも玄米組は健全なりし、後之を變じて試みたるに、初め健全なりし勞働者も脚氣病を發し、前に脚氣病なりし勞働者は、玄米を食するに及んで健康を恢復せしといふにありき、道歌にも「玄米を食へば玄氣も衰へず長壽にして無病とぞなる」とあるなり。然るに現今流行のむぎ粉、荒切、早搗粉、まぶし粉、あげ粉を濫用せし混砂米は種子膜を剥奪し、化粧砂をまぶしおく時は粘液膜をも侵蝕し甘味とねばり氣なき粒糊飯となる故にしらすく、從僕たる副食物を過食するに至るなり、「この秋は水かあらしかしらねども今日のつとめに田草とるのみ」に止まらず、株田うなへ、堀返うなへ、小切うない、あらくれ、中代、植代、畔ぬり、苗代、害虫とり、田植、稻刈に至るまで心を勞し身を役したる粒々辛苦の結晶体なる良米をば微々たる搗手間を厭ふて人為の

水冠米即ち混砂米となすは不道理も甚しく不經濟も亦極まれり、而も混砂米は口中に入るや、齒の琺瑯質を毀損し、胃腸の粘膜に炎症を起し、病弱の種蒔を爲すこと夥しきは我國民の五十パーセントが現に胃腸患者なるに徴して知るを得べし、況んや混砂搗より生ずる糠は植物の肥料にも牛馬の飼料にも有害なるに於ておや、斯る混砂搗の不經濟、不衛生、且つ天罰を免れぬ罪惡なるを悟らば、過則勿憚、改善はいそげの諺に遵ひ、明日を待たず今日より直に混砂搗を廢すべし。

又体格退歩、齒疾、難産、近視眼、不良人乳者、軟骨症等の増加にて西洋の一問題となりつゝあるにも拘はらず我國のハイカラ連中は、短を捨て長を採の眼識なく、十把一搦的に氣候方土の異なる牧畜人種の食政をも輸入せしは、大なる過失にして光格天皇御製「孔子の道釋迦の教も捨ずして机の島の片端におけ」或人の「漢方もまた洋法も捨ずしてまなびの道の参考とせよ」の戒に脊さ、郷に入らずして郷に隨ひ、俗に入らずして俗に従ひ、肉食主義、雜食主義を眞似たる結果論より證據、醫學の進歩と病

氣の増加は正比例を爲し、佛蘭西式の神經痛、歐米式の糖尿病まで侵入せしのみならず、食は氣を移すの眞理に洩れず、個人主義社會主義の邪説起り、意思の薄弱精神の腐敗極れり。

是に於て我黨は國の爲め身の爲め、食養調和の必要を絶叫せざるを得ず、調和を知る方法は須かく萬物に含有する二成分を研究すべし、二成分は一を加里鹽といひ陰性の鹽なり、俗にいふ飽氣にして吸水力、崩解力あり、酸化作用の主能者にして空氣より酸素を吸収するものなるが故に加里鹽多き火藥の破裂するは當然なり、食物にては煮て膨張するもの嵩の大きくなるものに存し、大抵植物性に多し、同じ植物にてもねぎの白きものは加里鹽多く、青きものは比較的那篤倫鹽多し、氣候にては夏期よりも冬期に多し、方土にては北半球にありては北地寒地高原地の西藏國に多し、人体にては色白く脊ヒヨロ高く細頸、長脛、所謂日蔭の玉蜀黍然たるものに多し、猶飽氣の灰は色白きが如きなり。一を那篤倫鹽といひ陽性の鹽なり俗にいふ鹽氣にして脫水力、收

縮力あり、酸化作用の抑制者なるが故に那篤倫鹽多き防火液に依頼して安心を得んとするは當然なり、食物にては煮て凝縮するもの嵩の小さくなるものに存し、大抵肉類魚類卵等の動物性に多し、同じ魚類にても赤身は白身よりも那篤倫鹽多し、方土にては南地熱地低地海地、亞米利加のソールトレイキ州に多し、人体にては皮膚赤黒く所謂東男的の者に多し、猶鹽系の灰は色黒きが如し、而して此兩鹽たるや譬へは織物の經系緯系の如く人間の男女の如く離るべからざる關係ある故に之を合稱して夫婦亞爾加里鹽と斷定せられたり、食養法の創見者は石塚左玄翁にして實に世界に誇るべき大名譽大福音なり。之を例せば糖尿病の原因は、人間といふ動物が動物質を多食せし即ち肉食の中毒にして動物熱の噴火なるにも拘はらず、一層肉食を奨励し穀食を禁ずるは現今醫界の輿論にして敢て怪む者なしと雖も、今我食養眼より觀れば恰も火を防がんとして油を注ぐに似たり、それ輿論によりてソクラテスは死刑の宣告を受け、基督は十字架上の露と消へ失せたり、輿論の價值頗る疑なき能はず、試に我黨の性分療法

に依り肉食を嚴禁し胡麻塩飯を常食とせんか重患者も數週目にして快癒するは其明なること猶^{なほ}500000000となるが如し、是れ空論空想に非ず眼前の事實なり。

さて氣候方土人体の三才により我神國と我大和民族とを基點とし根據として、測量し研究せし學理實際符合の調和を得たる食品は、肉食主義に非ず又肉食の害を知りて想像的に起りしヴエジテリアン菜食主義にも非ずして、天下に誇るべき米食主義なり彼の二宮尊徳翁の「人間は米の化物なり」との金言に符合せり、道歌にも「人は粒食ふ動物よ肉と野菜は心して食へ」とあり、論語には「肉多しと雖も食氣に勝たしめず」と聖人も教訓せり。之を要するに無砂半搗米の飯七分に副食物三分の割合と爲し又副食物はおよそ野菜七分、動物三分の割合なり、併し境遇に従て幾分の加減を要するは勿論にして、道歌にも「動かすば動かぬ物を重に資れ動き動かは動くもの食へ」とあり、料理法は動物と植物、たてのものと横の物、山の物と海の物、豆に昆布、芋に蛸刺身につま、天ぷらに大根卸、餅に數の子、赤飯に胡麻鹽の調和にて消化よく滋養も

豊富なり、赤飯を食して胸のやける人は胡麻鹽の不足に原因する故に胡麻鹽を多く併食すれば其患なし、野菜物は油氣と鹽氣を加へ永く煮るほど味よく、魚類と肉類は永く煮るほどまづくなるものなり、圓形物は不消化にして流動物は消化良好とは唯外形より一物一品を見て獨斷せる僻論にて、食養化學の何物たるを知らぬ西洋麥酒に酔るものなり噫

(1) 食前食後の禮拜

生殺與奪の權柄を握るは天下に食あるのみ、されば食は王の王なり帝の帝なり、故に食前食後必ず三拜九拜せよ。

(2) 現今の大滑稽

- 混砂米を食する衛生家
- 結核病を患ふる内科醫
- 軟か物づくめを食して消化不良を患ふる人
- トラホーム 近眼を患ふる眼科醫
- 皮膚病を患ふる外科醫

○和漢洋の滋養物を食して神経衰弱貧血を患ふる人

○醫學進歩して病氣増加せり

○産科進歩して難産増加せり

○文明進歩して罪惡増加せり

(3) 類似薩摩汁

○四十五十はなたれ小僧男さかりは眞八十

○サ、入會しやうぞ食養化學ひとつ身のため國のため

○サ、飲みましやうぞ玄米スープ乳より遙に効能あり

○左玄先生死するともあことに榮ゆる食養法

○健康の本は食養が第一よ、おかず少なくて飯多く、飽氣と鹽氣のね、つりあひを得れば丈夫になるものぞ。

○食事にはばんやスープとまねするよりも、やはり御飯に味噌汁が、日本人にはね

どこまでも叶ふ食養法である。

○朝起きて乳や卵を飲むよりも御生薑に梅の肉、番茶に入れてね、めしあがれ遙に効能があります。

○野菜物種類かつある其中に、大根蓮根蒟蒻昆布なんでもこんの字のねつくものが、殊に効能があることよ。

○壽命長短食養の鹽かげん

○水は方圓の器に随ひ、人は善惡の食に因る

○天下の本は國にあり、國の本は家にあり、家の本は身にあり、身の本は心にあり、

心の本は食にあるなり。

○松島鹽釜の眺望より大切なるは飯釜なり、丹後の天の橋立より大切なるは三度の膳

立なり、安藝の宮島よりも大切なるは鼻下の食殿なり、智育徳育体育よりも大切な

るは食育なりと知るべし

(4) 邪食雜食

飯三分、副食物七分の割合をいふ、輕信輩は之を美食滋養物と誤解して崇拜盲從する因果は靦面、健三病七、人三化七となるこそ哀むべし、食は本なり病は末なり心はまた其末なり、今より三千年前邪味を禁せし釋尊の御戒めこそ貴ふけれ

「犬猫と同じ食物多ければ頭やまして夜はねられず

「強盜は兇器を以て人を害す實に惡むべきなり、ハイカラ黨は滋養物を以て人を殺す實に嘆すべきなり。

(5) 正食正養

飯七分副食物三分をいふハイカラ連は誤解して粗食といふと雖も之を實行せば自然と臍下丹田で呼吸するやうになり、横隔膜は緊張して肺の容積は擴張し、心臓も自然の位置を保ち血液の循環が熾んになり、腹部も充實して鬱血せず、從て腸胃の働を強め、腦の機能をよくす、さて蒼い顔を爲し下腹をへこまし胸先で喘ぐやうに呼吸をし居ては到底活社會に處して勝を奏することは覺束なし、膨脹的國民は宜しく下腹を膨ら

して強くすべし。

「正食の冠をつけ正養の帯を爲す時は心廣く体胖なり、

「飯と汗漬物類は身を助くその餘は我をせむるのみなり、

(6) 餅の効能

抑も餅の効能は寒さを防ぎ息切せず、根氣を増して風引かず、筋肉の弾力を増すこと夥し、古來登山に渡川に勞働に軍事に必要品とせしは國史の証明する所にして、筑波山の夫婦餅、米山峠の辨慶餅、富士山の力餅、東海道の阿倍川餅、藝州の河渡り餅、お正月のお供へ餅、大久保彦左衛門のお徒歩餅、なげもち胡麻餅大福餅、もちを程よく食すればよい心餅になるものぞ、糯米の味を知らざる西洋人の妄説ハイカラ連の不消化論に迷はず大に安心して食養を爲しねんぱりつよき身体を造ること肝要なり、小豆か黄な粉が大根卸か數の子を併食すれば消化よし、殊に雑煮餅、田舎汁粉、善哉等は世界に誇るべき珍品なり。徳川二代將軍秀忠公の御時、大御所家康公が駿府よりは

るく江戸へ参られし折、竹千代君をおはめに成り「さらば早速お褒美をせうぞ」と御自分への御饗應に出してありし重箱を引寄せ中の小豆餅を多分に蓋へ取分けられて「サア此處で食べられい」と箸を添へて與へられしといふことなり

「ねんばりと強きからだを造るには粘張したる餅を食ふべし

「麻疾患者が餅を食して膿の分泌を増すことあるは砂糖などにてあまく食せしむる故なり、田舎みそ汁の中へ入れて塩からく食すれば大に宜しく病氣も追々退却するものなり。

(7) 澤庵漬

澤庵和尚は三代將軍家光公の歸依ふかき大徳者なりしが或日家光公は參禪の爲め東海寺へ参られ和尚と御物語りありし時、丁度飯時になりし故、和尚は湯漬飯を家光公に供し大根の鹽糠漬を添へられたり、家光公何氣なしに其大根をめしあがられしに非常の美味なるに驚かせられて「是は何といふものであるか、かやうな珍品は生れてから

始めてである」と大に其風味を賞されたり其時和尚は「さればにて候是は自家獨特の漬物にして姓も名も本来無一物なり」と答へしに家光公は「かほどの珍味佳品に名のなきぞ惜しきことなり今日此場に於て俺が澤庵漬と命名するぞと仰せられしといふことなり、而して此澤庵たるや我國の氣候方土人体の三才に適合したるものにして第一口中の臭氣を去る効能あるを以て香の物ともいふ、また食物の消化を助け筋肉の彈力を増すこと夥し、恐らく澤庵一切の滋養價は牛乳壹合にも優るべし。

「野菜類は皮はだに滋養分を多く含むものなるが故、皮はだを除きて食する時は、自然皮膚薄弱となり、風を引き易くなるものなり、加里鹽的の人は澤庵に醬油をダブ〜かけて食するを宜しとす。

「乳のんで漬物嫌ふて肉すかばヒヨロ高くして顔は小さし

(8) 産前産後の食養

正食を守り餅入り味噌汁福神漬玄米スープ、海藻類、精進揚、つぶしあんのぼた餅を

食すれば、産輕くして乳澤山の赤ん坊の小さく生れて大きく育つものなり、併し魚類の多食、水菓子じやが芋、こしあん物、菓子、牛乳、生卵、肉類は禁物なり。諺にも子供を一人生めば母親の齒壹枚消滅すといふ程なれば昆布、ひじき、海苔、若布、荒布、澤庵等を食し骨成分を補給すべし、ポツターヌの多き牛乳を多量に飲用すれば西洋婦人の如き軟骨症、難産等が増加して、骨の弱き脚の長さ、頭の過大なる腦膜炎的の白ん坊が生れるなり、若し乳不足の時は雪花菜の味噌汁に鰹の蒲焼を入れたるものか又は鰹の天ぷらよし、脚氣水腫は卸生美に上等日本酒をませて一日數回塗布し且つ小豆と昆布の煮合、鹽鮭の頭や脊骨を昆布まさにして半日程煮たるものを食してよし油不足すれば眼病となり、梅干、生卵を多食すれば癩癧持となり、肉食過れば近眼となり、鹽氣すぎれば皮膚病となるなり、乳兒の大便は一種のパロメーターにして黄色色なるは食養の調和よく、色の青きは鹽氣不足の証據なり、故に母親が鹽氣のつよき物を食すれば直に黄金色の健康便となるは不思議の程なり、乳兒の病氣は大抵母親の

食養に原因するを以て自分一人の爲めのみならず二人前の注意を要す、昔し釋尊がお弟子の阿難目蓮に乳養のお經を説かれたるは御尤千萬なり、正味一、一パーセントの繁殖力を有する我大和民族は産前産後の食養を婦人のみに放任せず男子も其責任を分擔し身体健全、精神活潑の後繼者をドシ〜製造するは我々の義務にして亦一大名譽なり。

「女こそ……………釋迦も達磨もヒヨコ〜と生む

(9) 學齡時代の食養

近き將來に於て賢妻良母大國民たるべき學齡者は努めて飯多く副食物を少なくすべしお辨當は海苔まき胡麻鹽の握りめし最もよし、常に澤庵漬、福神漬、鹽炒豌豆、鹽煎餅、折々由余油粉を食すれば記憶力を増進すること夥し、牛乳食ばん菓子、水菓子を多食すれば貧血を來し成績不良の恐れあり強て過度の勉學を爲せば鹽氣と油氣を消耗することますます〜甚しく遂に修業証と棺箱とを交換するに至るなり是豈に本人の不幸

のみならんや實に國家の不幸なり。

(10) 四季の食養

春夏秋冬によりて衣服を異にするが如く食物もまた氣候によりて變更する必要あり、

「春にがみ夏は酢のもの秋からみ冬はあぶらと合点して食へ」

「同一の人が同一の地にありてすら氣候によりて食を異にすること斯の如し況や緯度の異なる方土の異なる大陸的西洋と島國的日本と其食政を異にするは當然なり

(11) 茶斷 鹽斷

鹽の薄き物や野菜すきの加里鹽的の體質の人は茶斷を爲せば加里鹽の超過を防ぎ貧血を免るゝことを得べく、魚類すきの那篤倫鹽的の體質の人は鹽斷を爲せば那篤倫鹽の超過を防ぎ悪疫を免るゝことを得べし、若し反對に加里鹽的の人が鹽斷を爲すならば加里鹽中毒の爲め肺病となり、那篤倫鹽的の人が茶斷を爲すならば那篤倫鹽中毒の爲

め癩病となるの恐れあり、同じ茶斷鹽斷でも用ふる人の體質により善ともなり惡ともなる、又毒ともなり薬ともなる

「水能浮船又覆船、鹽能養身又害身。」

(12) 油斷 大敵

動物たる人間が五官五臟手足の器械を運轉するに動物の脂肪を食するは宜しからず、植物性の中にも殊に胡麻油最もよし、頭寒足熱、内温外冷の効能あるが何寄の証據なり、併し懶惰なる油差の如く油をさゝずに油をうつて居ては器械が發熱して運轉の工合がわるくなり、破損の恐れあるから陰日向なく油斷なく働く所の忠實なる油差の心掛が肝要なり。

便秘、リウマチス、神経痛、關節炎、トラホーム、結膜炎、夜盲は油不足に原因す即ち油斷大病なり、

「油料理の親玉たる天ぷら、精進揚を食して下痢する人は其食法を知らざる故なり」

大根御澤山に生醬油をかけて併食すれば其患なし加里鹽を多く含む大根御は油とよく調和するものなり。

(13) 加里鹽的の病名及び原因

加里鹽病は飽氣多くして塩氣不足なり、故に海邊に轉地するをよしとすれども轉地叶はぬ人は塩氣を比較的多く食すれば其効果同じかるべし、而して重なる病名を擧ぐれば

胃擴張、慢性胃病、慢性腸加答兒、助膜炎、慢性氣管支加答兒、肺炎加答兒、心臟病、加答兒性肺炎、結核性諸症、神經衰弱、慢性腎臟炎、癌腫、月經痛、月經不調、子宮屈曲症、子宮出血、貧血、肝臟病、耳鳴、鼓膜に損傷なき聾

其原因の重なるものは
氷菓子多食、洋食、食ばんの多食、牛乳多量、鹽味の薄き植物性副食品多食、芋類殊にじやが芋鹽薄く多食。

(14) 腸壁扶斯の豫防及び食療

腸チブスは雜食者又は肉食家に限り發する病で正食者になし、故に肉や卵や魚類を多食するは宜しくない、肉、卵、魚類を多食せずとも野菜類を多食するも宜しくない、肉類や生魚を多食したる者は熱度高くして悪性のものが多い、野菜類を多食したる者は熱度低くして病症も軽く経過も宜しい。

豫防法としては患者に接近すべからず、飲食物は必ず高熱にあて、用ひ、飯七分おかず三分の割合を守れ、おかずは鹽氣つよく少量にして漬物、菜葉類、胡麻油氣を食し便通を良くせよ、折々入浴せよ。

身体がだるくしてさむけがあれば外出を見合せ身体を安靜にして攝生せよ、同時に盃一杯ほどの大根御に其一割ほどの生姜御を加へ醬油を少し加へ熱湯八勺はせ入れて之を二三椀飲んで臥床すれば發汗して腸チブスでなければ直に治癒す。

腸チブスとなれば諸種の下熱劑も効がない、故に下熱劑を用ひず玄米スープを飲ん

で自然の経過を待つが第一なり。

○食物は飯にてよし、おかずは野菜に油氣を加ふべし

○重症にて固形物を食することできぬ時は濃き玄米スープに鹽少量を加へ一日三回以上用ひよ、一回の量は一合以上三合まで宜しい、但し炒玄米壹合に水壹升を入れ二

合に製したるもの、是は飯の代用なり、又餅を大根と油揚の味噌汁の中へ入れドロ

くに煮て其汁を飲むもよし

○高熱の時は豆腐の水をしぼり麥粉を加へ五分位の厚さにし頭部か前頭部へぬり二時

間毎に取替へよ、最高熱の時は心臓へ頭部の如くぬるも宜しい

○大便のなき時は灌腸するも宜しい

○普通なれば三四週にて治癒す、決して葷瘡等の生ずるものでなし

○牛乳、豆乳、肉スープ、生卵、果物、あんるい、葡萄酒等は宜しくない、牛乳、生

卵の如き動物質を食する時は熱の亂調を來し豫後不良に陥ることあり

○正道と正食を守り自然良能にて治癒することを待つが第一の要義である決して人功を以て天功を奪ふなどの野心は宜しくない、あまり人功を要してあせる時は却て失敗する恐れあり

(15) 妙薬のはきよせ

○胃病患者は大聲して一日三回笑ふべし、朝な夕な晝は殊更むつましく笑は家の寶なりけり

りけり

又生姜と梅干と番茶を煎じて常に持薬とすべし

○助膜炎は油氣と鹽氣を怠らず食すべし

○齒痛は卸生姜で麥粉を練り又は麥粉に里芋の卸をねりませて外用し常に灰と鹽をま

せ合せて齒磨に用ふべし

○發熱は玄米スープを内服し豆腐に麥粉をねりませて外用すべし、氷よりも簡便にして且つ効果も著し

◎肺結核は胡麻鹽の握りめし、赤飯、豆餅、油飯、すり芋に卵、福神漬、薬味澤山の湯豆腐、佃煮、田舎味噌汁に餅と生姜を入れてよし、但し牛乳、ビスケット、水果子、肝油は禁物なり

「鹽薄き肉や卵で飯食は、結核病の煩ひはあり

「鹽から菜や味噌にて飯食は、結核病の煩ひはなし

◎便秘には焼昆布の汁二三椀又は天ぷらそばを食すべし

◎トラホームには胡麻油をつけてよし

◎糖尿病は胡麻鹽、赤飯、海藻類よし

◎縮れ毛の人は毎日怠らず氣永に海藻類を食すべし

◎リウマチスは昆布の佃煮、野菜の油煮、玄米スープ、紫蘇の實を食し生姜酒を外

せよ

◎頭痛にはりんごの汁をつけてよし

◎ね小便是餅櫃の實、玄米スープ、すり芋に卵、鹽昆布を食し干葉生姜の腰湯がよし

◎癩病は動物質を食ひすぎて入浴の怠りが原因なり、野菜海藻類を鹽薄く味噌煮とし

て食し毎日数回入浴せよ、弘法大師發明の蒸風呂ならば最もよし、脱鹽法の肝要な

り、グリーンオイルは禁物なり

◎火傷は豆腐又は雲丹、兎のむく毛、すり芋もよし

◎下痢は水飴に卵をませて飲むか又は卵と麥粉の茶碗蒸か梅干番茶の葛湯よし

◎悪疫の輕便豫防法は菖蒲湯よし

◎さなだ虫にはそばのよし

◎記憶力を増すには鹽炒豌豆か胡麻鹽がよし

◎しもやけは卸生姜に麥粉をませてはるべし

◎神経痛には紫蘇の實の鹽漬か味噌漬がよし

◎腫物には卸生姜に里芋ませてはるべし

茶の湯

◎子宮病は胡麻鹽、赤飯、福神漬、鹽鮭の頭、脊骨の昆布まき、鰯の味噌煮、野菜の油いり

◎神經衰弱は牛乳、豆乳、ばんビスケット、菓子、じやが芋、肉類が禁物で胡麻鹽、いなりすし、豆餅、精進揚が最もよし

◎貧血は番茶に醬油をさして飲むべし、天ぷらそばに大根卸を添へて就寝前に食するもよし

又生姜酒の外用、干葉の腰湯もよし

◎盲腸炎はいなりすし又胡麻鹽の握りめし、野菜の油煮、がんもどき、海藻類はよし
肉類砂糖は總て禁物なり

◎せきは蓮根の油いり又は人參飴、淺田飴もよし

◎喘息を不治病と爲す輿論は誤論なり愚論なり、根治的療法は食養法を實行するにあり、蓮根を入れた玄米スープ、味噌汁に餅、野菜の油いりがよし、但し魚類、肉類

菓子、砂糖水菓子類は禁物なり

◎四百四病は勿論腺病、脹滿にもよき妙薬は飯七分かかす三分の正食に限ると知るべし

(16) 傳染病の完全豫防法

酒は飲むべし飲むべからず、微菌は恐るべし恐るべからず微菌の恐るべきを知て其發生を知らざるは愚なり、微菌の發生を知るも其發生の根本的素因的の食因を知らざるは未だ以て良醫といふべからず惜い哉佛を造て魂を入れざるの如きなり、それ加里鹽的の體質の人にして鹽の薄きもの少なきものを多食すれば加里鹽中毒のため結核性の微菌を發生し、那篤倫鹽的の體質の人にして鹽氣の多き物、強きものを多食すれば那篤倫鹽中毒のため腸チブス、ペスト、コレラ菌の發生を免れず、三度の食事によりて微菌發生の素因を造りながら單に外部の消毒豫防にのみ空騒を爲すは内外表裏、本末輕重を誤ること甚しく其勞多くして其効少なきは當然なり、世界一の財産家と雖も恐

らく空気の消毒は不可能なるべし、寧ろ自己の体質の如何を知り食物によりて加里鹽那篤倫鹽の調和を保つ時は其勞少くして其効多大なり故に曰く

「完全無缺の傳染病豫防法は身体を健全と爲すに在り」

健全の身体は皮膚に抵抗力あり、筋肉も彈力あり黴菌發生の因縁もなく、傳染の恐れもなく、例令黴菌を飲むも消化器に呼吸器に殺菌力あるを以て東隣に那篤倫鹽中毒のペスト患者、西隣に加里鹽中毒の結核性患者發生するも爪の垢、蚊の涙程もビクビクするに足らずとす

「不知彼不知己百戰百敗、知彼知己百戰百勝」

「病ひみな日々食物のくい違ひ正しき食に煩ひはなし」

(17) 衛生寶鑑の金言

「看病不可無疑、疑則細心推求其因、問及三平、日〇」

物として原因なきはなし苟も病あらば其原因たる平日の食物を究めざるべからず、平

日の食物は身体髮膚坐行爲にまで變化を來すこと猶影の形に隨ひ響の音に應ずるが如し、是をこれ察せずして徒らに皮相の觀察を爲し病的の一局部にのみ着眼慮するは恰も庭樹を移植するに地味氣候肥料の適否を究めずして徒らに枝をきり葉を摘むが如きなり

(18) 西洋人の先覺者

西曆千八百八十八年に病没せし内科醫の泰斗バンベルグ氏の跡を襲ふて維納醫會長の椅子につきし有名なる博識卓見家のビルロート Billroth 氏の演説に曰く

「私は今日外科醫を以て此神聖なる醫會の會長に選舉せられしは實に望外の光榮である就ては今日此會長の椅子につきました其儘にて諸君にせひども申あげねばならぬことがありますそれは餘所事にはありませんが眞實を申せばもはや刃物を以て病を治することは今日すでに極点に達せしものと思ひます、此上は人間の病を治するにはせひども化學の力を以てするより外にはありませんと考へます、例之

さし當り肺病なり癌腫なり肉腫なり此等の病は大概化學の力を以て治し得るもの
と考へます、其証據は癌や肉腫を患ふる人が偶然にも丹毒に罹れば其經過中に癌
や肉腫が漸々消滅して全快したるの例は世間に乏しからず、して見れば癌や肉腫
の如き今日不治の病と爲すものは即ち化學さへ進歩すれば治し得るに相違なし云
々

(19) 橋本醫學博士の先見

「現今に於ける醫學の發達は尙未だ解剖的則ち顯微鏡的の探求なるも化學的の發達
に據らざれば到底醫學の完全を告ぐる能はず云々

(20) ソロモンの箴言に擬して

悪を播く者は禍を積り善さ樹はよき果を結ぶ。邪味の流行海、雜食の交際海に漂ふ者
は、多病短命を其身に受け、悲みと涙を六親九族に及さん。善縁ある人よ、化學的食
養法の眞理を探ぐるに隠れたる寶の如く、守ること眸子の如くせよ、無病長壽は招

かざるも來り、喜びと笑は汝の家庭に溢れん。

(21) 我黨の目的

○小目的 病を療するにあり。

◎中目的 聖人治レ於レ不レ乱故無レ乱、良醫療レ於レ不レ病故無レ病、ころばぬさきの杖で

始より無病長壽と爲すにあり。

○大目的 東方君子國の子孫として祖先に耻ぢぬ偉大なる体格人格を造り光榮ある皇

運の無究を圖るに在るなり。

食養善惡表

善之部

飯七分副食物三分
無砂半搗米
おかずは野菜多く
肉卵魚少々
野菜皮むかず鹽か
らく
味噌汁
玄米貳割ませの飯
漬物

佃煮
胡麻鹽
鉄華味噌
胡麻味噌
赤飯に胡麻鹽
小豆めし
握りめし
櫻めし
いなりずし

ごもくずし
胡麻汁
胡麻合
蓮根牛蒡鳥肉油入
筍鯨昆布油いり
筍鯨の煮合
小豆昆布煮合
里芋鯨煮合
豌豆ごまめ煮合

油揚げひじき蒟蒻の煮合
油揚げねぎ牛蒡煮合
大豆鯨煮合
大豆荒布煮合
蓮根と小豆と鹽のいとこ煮
鯨と茄子のべたみそ煮

鹽鮭の雪花菜汁
鹽鮭の頭脊骨の昆布まき
茄子のしぎやき
すり芋に卵醬油
味噌汁に餅と生姜
おろし入
雪花菜の油いり
お雑煮
さつまいも汁
湯豆腐
田楽

田舎汁粉
餅
だんご
おはぎ
玄米煎餅
鹽炒豌豆
つぶしあん物
玄米スープ
双鹽効脾胃
梅干生姜番茶
醬油に番茶
七味香煎粉

是は凡そ
糯玄米 五合
黒豆 貳合
黒胡麻 五合
山藥 貳拾匁
胡桃 適宜
鹽 適宜
砂糖 適宜
の割合にて調和すべし
けんちん蒸
よせなべ
鯛かけ豆腐

野菜のたゞきあげ
但動物少々交せ
干魚の油やき
豆腐の縮鍋
大根卸し
同 天ぶら
同 精進揚
同 生鮭
同 鹽鮭
同 さしみ
同 そば
同 焼油揚

同 めざし
同 鯉ぶし
同 がんもどき
同 卵やき

同 壘いわし
同 数の子
同 うなぎ
天ぶらの衣は

麥粉 壹升
卵 三個
酒 一個
の割合にて調和すべし

◎ 惡之部

混砂米
副食物多食
肉スープ
牛乳
豆乳

ばん
ビスケット
菓子
こしあん物
りんご

みかん
じゃが芋
さつまい芋
きんごん
介虫類

ミルク
ジャム
珈琲

化學的食養會趣旨

人身に一日も缺く可からざる者は第一食物に指を屈せざるを得ず食物は實に吾人の生命なり精神なり豈重んぜざる可けんや若し食其當を得ざるに於ては不安多病天死となりて體心二者の發育營養を阻害す、亦之れ慎まざる可けんや、食よく人を活かし食よく人を殺し食よく人を天にし壽にし食よく人を造り亦よく人に似るた人を造るとは宜なる哉人身の最大基礎たる生命及び精神たるどころの食は亦これ人世の生命なり精神なり食その當を得ば世治まり當を得ずんば世亂る、此れに由て之を觀れば、食物の問題は人世上一日片時も忽緒に附す可からざるものなり、故に本會は爰に最も信頼する化學的食養の大家石塚左玄先生を顧問とし化學的食養會なる者を組織し毎月一回これが講話研究會を開きて、會員相互の利益を計ると同時に且つこの主題を世に鼓吹發揮せん爲め機關雜誌を發刊して以て食養の本分を知らしめ大にしては、富國強兵の基礎を固ため小にしては一身一家の健全を計りて正食的の人格を成育し幾許か國家の爲

め貢獻するところあらんことを期待す、請ふ時勢に感じ國を憂ふるの同志士揮つて賛
成入會の榮を賜ひ、以て本會微衷の在るところを補翼せられんことを。

明治四十年十月

化學的食養會

發起人

(順はろい)

贊成者

(順はろい)

- | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|----------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-------|
| 衆議院議員 | 原田 | 龜井 | 德久 | 根津 | 中原 | 内田 | 町田 | 仁尾 | 細川 | 德川 | 岡崎 | 川崎 | 谷村 | 田村 | 松平 | 前田 | 貴族院議員 |
| 貴族院議員 | 原田 | 龜井 | 德久 | 根津 | 中原 | 内田 | 町田 | 仁尾 | 細川 | 德川 | 岡崎 | 川崎 | 谷村 | 田村 | 松平 | 前田 | 貴族院議員 |
| 東亞同文會幹事長 | 德久 | 根津 | 中原 | 内田 | 町田 | 仁尾 | 細川 | 德川 | 岡崎 | 川崎 | 川崎 | 川崎 | 川崎 | 川崎 | 川崎 | 川崎 | 貴族院議員 |
| 齒科醫士 | 德久 | 根津 | 中原 | 内田 | 町田 | 仁尾 | 細川 | 德川 | 岡崎 | 川崎 | 川崎 | 川崎 | 川崎 | 川崎 | 川崎 | 川崎 | 貴族院議員 |
| 正六位勳五等 | 德久 | 根津 | 中原 | 内田 | 町田 | 仁尾 | 細川 | 德川 | 岡崎 | 川崎 | 川崎 | 川崎 | 川崎 | 川崎 | 川崎 | 川崎 | 貴族院議員 |
| 高山社長 | 德久 | 根津 | 中原 | 内田 | 町田 | 仁尾 | 細川 | 德川 | 岡崎 | 川崎 | 川崎 | 川崎 | 川崎 | 川崎 | 川崎 | 川崎 | 貴族院議員 |
| 貴族院議員 | 德久 | 根津 | 中原 | 内田 | 町田 | 仁尾 | 細川 | 德川 | 岡崎 | 川崎 | 川崎 | 川崎 | 川崎 | 川崎 | 川崎 | 川崎 | 貴族院議員 |
| 文學博士議定官 | 德久 | 根津 | 中原 | 内田 | 町田 | 仁尾 | 細川 | 德川 | 岡崎 | 川崎 | 川崎 | 川崎 | 川崎 | 川崎 | 川崎 | 川崎 | 貴族院議員 |
| 伯爵 | 德久 | 根津 | 中原 | 内田 | 町田 | 仁尾 | 細川 | 德川 | 岡崎 | 川崎 | 川崎 | 川崎 | 川崎 | 川崎 | 川崎 | 川崎 | 貴族院議員 |
| 陸軍中將男爵 | 德久 | 根津 | 中原 | 内田 | 町田 | 仁尾 | 細川 | 德川 | 岡崎 | 川崎 | 川崎 | 川崎 | 川崎 | 川崎 | 川崎 | 川崎 | 貴族院議員 |
| 陸軍大將子爵 | 德久 | 根津 | 中原 | 内田 | 町田 | 仁尾 | 細川 | 德川 | 岡崎 | 川崎 | 川崎 | 川崎 | 川崎 | 川崎 | 川崎 | 川崎 | 貴族院議員 |
| 貴族院議員子爵 | 德久 | 根津 | 中原 | 内田 | 町田 | 仁尾 | 細川 | 德川 | 岡崎 | 川崎 | 川崎 | 川崎 | 川崎 | 川崎 | 川崎 | 川崎 | 貴族院議員 |
| 陸軍少將 | 德久 | 根津 | 中原 | 内田 | 町田 | 仁尾 | 細川 | 德川 | 岡崎 | 川崎 | 川崎 | 川崎 | 川崎 | 川崎 | 川崎 | 川崎 | 貴族院議員 |
| 伯爵 | 德久 | 根津 | 中原 | 内田 | 町田 | 仁尾 | 細川 | 德川 | 岡崎 | 川崎 | 川崎 | 川崎 | 川崎 | 川崎 | 川崎 | 川崎 | 貴族院議員 |
| 貴族院議員 | 德久 | 根津 | 中原 | 内田 | 町田 | 仁尾 | 細川 | 德川 | 岡崎 | 川崎 | 川崎 | 川崎 | 川崎 | 川崎 | 川崎 | 川崎 | 貴族院議員 |

陸軍少將	榑原昇造
海軍少將	坂本一
貴族院議員男爵	佐野延勝
	三井八郎次郎
	三井得右衛門

化學的食養會々則

- 第一條 本會は世人に化學的食養法を知らしめ之に由りて健全の身體と精神を養成するを以て目的とす
- 第二條 本會の名稱を化學的食養會と名く
- 第三條 本會事務所を東京市牛込區市ヶ谷谷町五十一番地に設置す
- 第四條 會員たらんと欲するものは住所姓名を記載し一ケ年分の會費を添へ本會事務所に申込むべし
- 第五條 本會講話會場を日本橋區萬町常盤木俱樂部に設置す
- 第六條 本會は第一條の旨趣を貫徹せんか爲め毎月八日本會講話會場に於て食養講話又は演說會を開催す
但し會場若くは時日變更せしときは食養雜誌に於て之を報知す
- 第七條 本會は第一條の目的を貫徹せんか爲め毎月五日食養雜誌を發刊し會員に頒布す
- 第八條 本會員壹百名以上を有する地方に於ては本會の承認を経て支部を設置するとを得

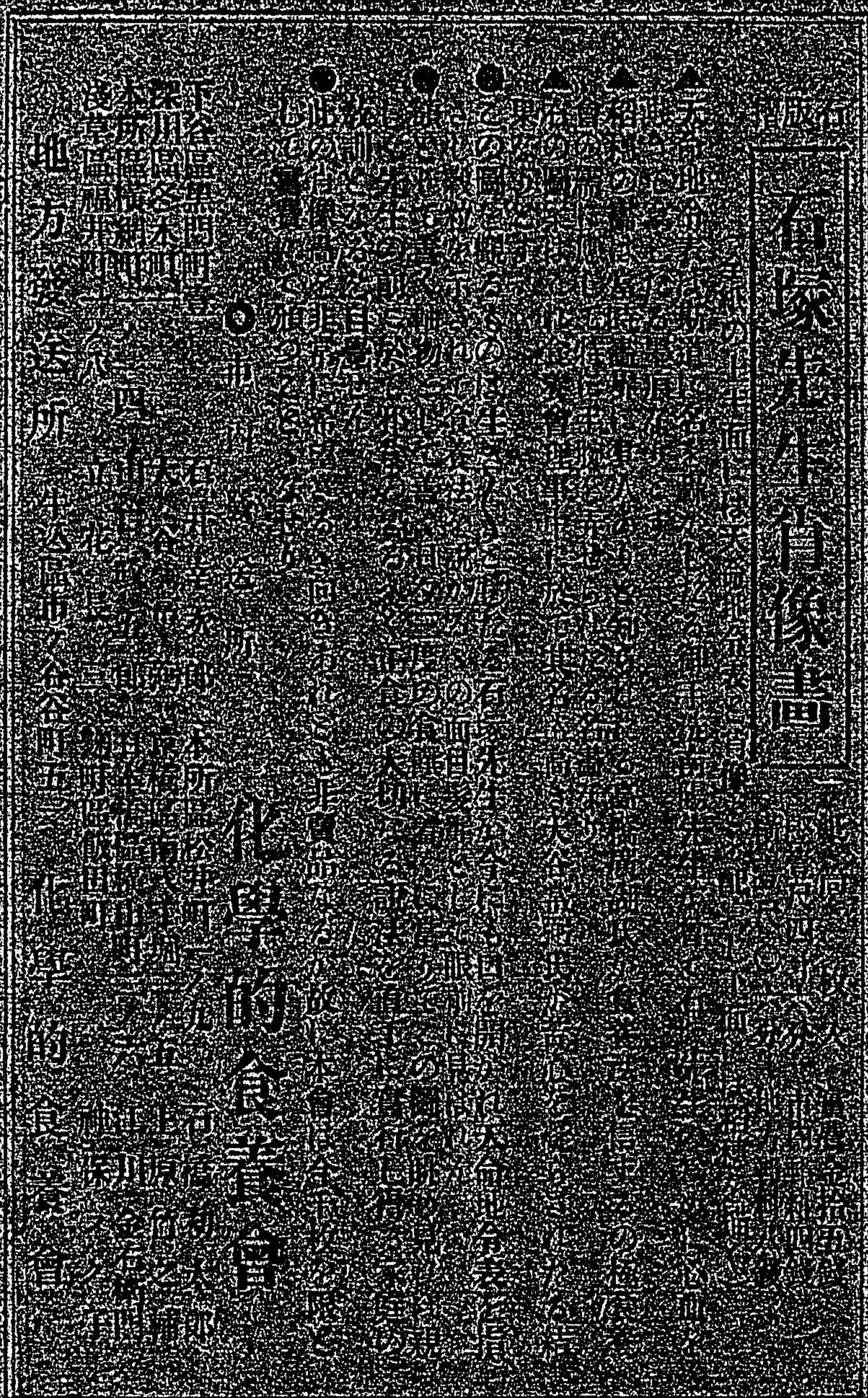
第九條 本會に會長一名顧問一名副顧問一名評議員若干名理事十二名會計一名を置く
第十條 會長は會務を主宰し顧問は講話會場に於て講話し又は食養法の質問に應じ副
顧問は之を補佐す評議員は重大の會務を審議し理事は會長の指揮に由り會務
を處理す會計は金錢上の出納を擔當す

第十一條 會長評議員會計は理事之れを推薦し理事は總會に於て之れを選擧す其任期
は各一ケ年とし滿期再選するを得

第十二條 會費は一ケ年金壹圓八拾錢とし前納するものとす
但し時宜に由り二期に分納するを得

明治四十年十月

化學的食養會



第九條 本會に會長一名顧問一名副顧問一名評議員若干名理事十二名會計一名を置く
 第十條 會長は會務を主宰し顧問は講話會場に於て講話し又は食養法の質問に應じ副
 顧問は之を補佐す評議員は重大の會務を審議し理事は會長の指揮に由り會務
 を處理す會計は金錢上の出納を擔當す

第十一條 會長評議員會計は理事之れを推薦し理事は總會に於て之れを選舉す其任期
 は各一ケ年とし滿期再選するを得

第十二條 會費は一ケ年金壹圓八拾錢とし前納するものとす
 但し時宜に由り二期に分納するを得

明治四十年十月

化學的食養會

石版摺

石塚先生肖像畫

紙筒一枚入 實費金拾五錢
 横壹尺四寸六分 市内郵料四錢
 横壹尺〇六分 地方郵料八錢

▲天命地令表は斯道に名を轟かしたる御手洗南陽先生が曾て石塚先生の爲めに心血を
 踐きて寫したる墨痕なりとす
 ▲稻穂の畫は當時畫界に其人ありと知られたる高橋廣湖氏が食養法を信するの極食養
 會の需に應じて特に手腕を弄せられたる名畫なり
 ▲右の圖案はこれ食養會理事中に於て其名も高き大谷常弼氏が苦心を凝らされたる結
 果なりとす
 ●この圖を觀るものは生き／＼としたる石塚先生が今にも口を開かれ天命地令表を指
 さし穀粒を示されて食養法を説かるゝの面目髮髯として眼前に見はれん
 ●額として善く軸物として善く日夕三度の食饌に着くに當りてこの圖を眺め見れば親
 しく先生の前に於て邪食の恐るへく正食の大切なる説法を直下に實行し得る家庭の
 教訓となるを自覺せん
 ●此の肖像畫を非常に希望するゝ向きあれども非賣品なるが故に本會は今千枚を限と
 して實費にて頒つことゝなせり

○市内發送所

化學的食養會

- | | | | |
|-----------|-------|------------|--------|
| 下谷區黒門町壹 | 石井幸次郎 | 本所區松井町一ノ九 | 石橋初太郎 |
| 深川區冬木町一 | 大谷常弼 | 京橋區南八丁堀二ノ五 | 上原竹之輔 |
| 本所區横網町一ノ四 | 山口政五郎 | 日本橋區横山町二ノ六 | 江川金右衛門 |
| 淺草區福井町一ノ八 | 立花長三 | 麴町區飯田町 | 神保フク子 |
- 地方發送所 牛込區市ヶ谷谷町五一 化學的食養會

增訂
七版
食物養生法割引廣告

發刊以來非常ある好評を博ちつゝある
本書は今回食養會員に限り壹割引にて
發賣候間此段廣告す

東京市牛込區市ヶ谷谷町五一

化學的食養會事務所

電話番町九四八

石塚左玄先生著 增補改訂七版

通俗
食物養生法

一名化學的食養體心論

如何にして長壽を保つべき乎

石塚式食養法を守るにあり

全一冊
實價金壹圓
郵税金六錢

○著者夙に醫學の蘊奥を究め該博なる學識と緻密なる經驗とによりて本書を著
はし前人未發の大眞理を提供して人生の最大疑問を解決せり此書一度上梓
せられしや世人は朝霧の裡より旭日の昇るを見るが如く忽ちにして人生の健
病壽夭將た賢愚の屹るゝ所以を氷解し日常食養の忽にすべからざる眞理を知
悉するに至れり

○本書は石塚式の理法を平易簡明に説明し主として實際的應用に適切ならしめ
たり護身の秘訣家庭の重寶として推選するに憚らざる也

○好評噴々重版七回に及びたる本書は先生晩年特に老練なる食理の趣向を加へ
改訂増補せられたるが故に石塚式食養法の眞髓は茲に遺憾なく發揮せられ人
生長壽の一大福音は世界同胞の前に宣傳せられたり

發賣 東京 東神 三 省 店 書 堂 振 替 口 座 七 九 五 一

奇効可驚天下空前之新方劑

●血を増し肉を肥したんせきをしづえ下り腹を治す
大日本化學的食養會顧問 石塚左玄先生指導

補血 人 蔘 飴
強壯

主治効能
貧血症 病後衰弱症 熱病 肺病 せんそく 感冒 百日咳
其他たんせき一切 下痢 其他腸胃諸病 小兒五疳驚風 神經痛
盜汗 神經衰弱症 れうまぢす 痔疾 疝氣 遺尿等凡て冷へる症
器諸病 麻痺症 中暑 中寒 婦人血の道 産前産後 男女生殖

定價 大罐十四日分金壹圓 中罐七日分金六拾錢 小罐四日分四拾錢
但し化學的食養會員に限り原價の一割五分引

發賣本舖 韓國平壤南門通 菊名千壽堂藥房
代理頒賣所 化學的食養會事務所
内地一手販賣 淺草區福井町一ノ八 立花長三
振替貯金口座壹四三八四

廣告

食養會員外のれ方で食養法の食ひものと
四季折りくくの調理法または通俗食養法
のれ話につき御希望にて十人以上の團體
で御申込あらば何時たりとも無報酬にて
出張いたし御話申し上げます

淺草區福井町一の八

明治四十三年七月

舊 宮澤長三
改め 立花長三

從六位勳四等 石塚左玄先生 **食養道歌かるた** 桐箱入 一組 金五拾錢
紙箱入 一組 金四拾五錢

禍は口より出て病は口から入るとは人の能く知るところなれども慎かたきは口にして美味ものが食たくなり鳥や魚や牛肉や知つたか振りの西洋料理を無暗矢鱈に詰込んで身體ばかり加心まで何時か病氣になるのも知らず偶々養生する人は食を減して胃の肺を締め消化が良いの否いのと食るたんびに心配して營養不良に陥るもの皆是食養の法を知らざるからなり美味ものに毒あれば不味ものに滋養となるあり滋養物とて食過ぎなば却て害を醸すべく毒とて時には滋養となる實に食合は肝要ならずや此歌留多は化學的食養の大家石塚先生の詠まれたる食養道歌の眞髓を面白く楽しく實行するに便ならしめんが爲に作りたり人々之れを辨なば忠實で壯健で根氣よく無事安穩長壽すること請合なれば願くは此法を廣く世間に擴めたいとの考いから這回先生の承諾を得て發行したる次第なり

發行人 東京市本所區松井町 一丁目九番地 **石橋初太郎**

特賣廣告

化學的食養會顧問故石塚先生御證明
同會顧問岡部剛雄先生御證明
化學的食養會御指定製造

純粹無類 日本産 **胡麻**

純粹無類 日本産 **大豆**

大豆 小

理想 **無砂米大販賣所**

本所區橫網町一丁目十四番地

小川屋 **山口政五郎**

(電浪三〇三二)

● 人の智育徳育體育の發達を培

石塚先生の賞揚を得たる本店販賣の米麥

真正無砂精米模範販賣

故石塚先生の御賞賛を蒙りたる

衛生杉谷式真正無砂半搗衛生米

真正無砂 上白米(鶴松竹梅龜印各種)並に

真正無砂 上白麥保證附真正無砂純良糠御手洗用、御漬物用、小鳥の餌用其他

右各種共枴量正確釜きよく風味佳良

代金貳圓以上の御注文は市内無料配達致候

專賣特許杉谷式製造販賣元

無砂早搗精穀機

杉杉谷商店

淺草區駒形町十二番地

培養は無砂米麥を食ふて心體を造るに在り

● 麥を食ふてを驗る玉へ

化學的食養會御指定品

玄米製

食養菓子

東京市神田區紺屋町十番地

今川橋松屋吳服店向横丁左側

中和堂 市川菊次郎

化學的食養會御指定品

玄米製

本胡麻あげせんべい

其外いろいろ

神田區表神保町拾番地

外堀線の通り

神保堂

● 人の智育徳育體育の發達を培

石塚先生の賞揚を得たる本店販賣の米麥

真正無砂精米模範販賣

故石塚先生の御賞賛を蒙りたる

衛生杉谷式真正無砂半搗衛生米

真正上白米(鶴松竹梅龜印各種)並に

真正上白麥保證附真正純良糠(御手洗用、御漬物用、小鳥の餌用其他)

右各種共樹量正確金さよく風味佳良

代金貳圓以上の御注文は市内無料配達致候

專賣特許杉谷式製造販賣元

無砂早搗精穀機

杉谷商店

淺草區駒形町十二番地

養は無砂米麥を食ふて心體を造るに在り

● 米を食ふて心體を造るに在り

化學的食養會御指定品

玄米製

食養菓子

東京市神田區紺屋町十番地

今川橋松屋吳服店向横丁左側

中和堂 市川菊次郎

化學的食養會御指定品

玄米製

本胡麻あげせんべい

其外いろいろ

神田區表神保町拾番地

外堀線の通り

神保堂

拜啓時下新緑の候各位益々御清適奉大賀候陳者弊館開業以來
皆様の御愛顧を蒙り日に益々繁營仕り候段御高庇の外無之と
奉深謝候就ては聊か御禮の爲え是れ迄の庭園に遺憾なく一大
改良充分なる手入を仕り新撰なる新空氣の流通好く尙賄等に
至りては最も食養法に叶ひて調理仕り居り候間賑々敷御來館
の程奉願上候

● 勉強は健康に依てなる !!

● 健康は養生にあり !!

● 養生は食養法に依る !!

食養法高等御下宿 保 養 館

牛込區大久保余丁町五五

借 樂 燒

源烈公民俗の驕奢に趨くを慨けかせられ徳の美に善導せんとの深大の理想に因り今
の常磐公園則借樂園裡に窯を築き文教武治の間に茶器および家具を焼かしめ給ひしよ
り始む古雅愛すべきものあり風流韻士之を敬重し遠近士人亦た之を欽仰し當時借樂
燒の名高きを致せしが世運推移廢藩と俱に文物舊を去りて新しきに就き其製作殆ど絶
無に屬し其名僅に存せり矣松翁深く信念せる所あり明君の御遺法を奉し又先輩に頼り
て大に資する所を得苦心經營薪新の意匠をも加ひて茲に借樂燒を興復すべきの端緒に
就き清き樂みの料として之を發賣する事となしぬ
源烈公藩治に心力を致されしは勲業を緊切とし最も農民の千難萬苦を念とせられ朝夕
の御膳の上には**農人形**を置き必ず先一箸を人形に供し而かして後食せらるゝを
常とし給ひり松翁其原型に則り借樂燒もて農人形を製作し博雅の賞鑑に供せんといす
此の**農人形**と**其他の製品**を明治四十年十一
月**行幸結城大本營の天覽**に供進奉り辱も
御**買上の天恩**を拜せり 松翁感泣措く所を知らず愈益奮然振起し
て斯業の向上に努め報効するあらんとす 水戸 常盤祠畔

農人形

定價箱入 壹個 金拾五錢 小包料四個まで八錢

借樂燒製造元

廣田松翁謹白

大割引の趣意

化學的食養の調和

壹冊	賣	金五錢	郵稅貳錢
五拾冊以上		金四錢	小包料當方
百冊以上		金參錢	負擔の事

一、我黨の恩人食醫の大家、石塚左玄先生の創見に係る、化學的食養法の眞理の一端を普及するの急務を感じ、曩に特志家、佐久間莊一、阿部吾市、岡本儀兵衛、大塚四郎、淺野石炭部員諸氏の喜捨金を仰ぎ、非賣品として三千五百冊を印刷せしも、限りある財を以て限りなき需用に應ずること能はざるを以て、大割引の便法を設け發賣のことに變更せしものなり

一、既に會員たるお方には、非食養者を勧誘する方便として、施本用に適切なりと信ずるが故、同胞を救はんが爲め、病敵退治の爲め、國家に寄附せらるゝ思召を以て、一冊にてもより多く（ドン）、御注文あらんことを切望するものなり

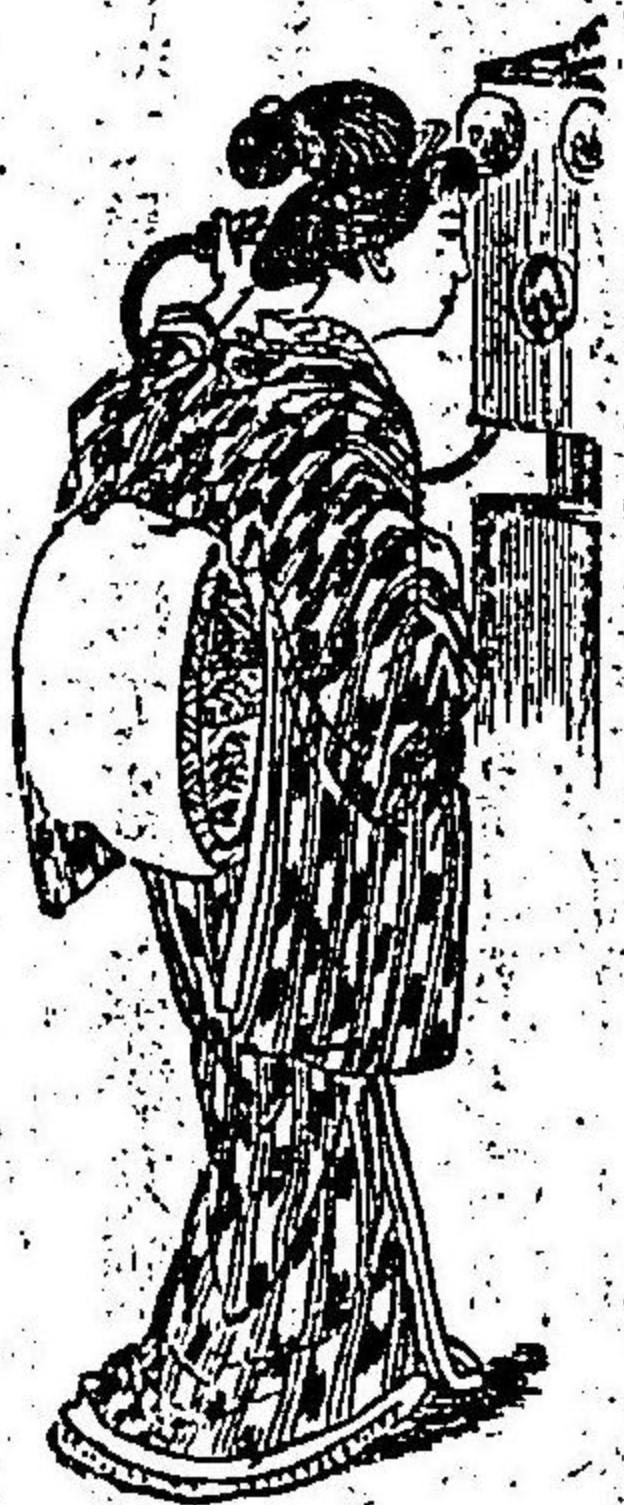
一、當時流行の腸チブス病の原因及び豫防法食療法に關しては特に詳記せしを以て健否に拘はらず此際須らく一讀の必要あるべし

一、財布の豊そな患者に對しては、水薬一品で足るものにも、散薬丸薬の數種を調劑し或は一週間で治する者をも、二週間も三週も引延す温飽屋的の惡徳醫者多しといふ者ありと雖も、吾人は之を信せず、否或は之あらん、蓋し僅少なるのみ？訴を聽くこと我猶人の如し必ず訴なからしめん、病患を視ること我猶人の如し必ず病患なからしめんとの同情心に富める博愛仁慈の良醫必ず多きを信じて毫も疑はざる所なり。然れども天地人の三才をも顧みず、醫學食政を萬國共通の郵便切手と同視して、盲信的に崇拜的に輸入濫用し滋養分は動物性の肉卵牛乳スープに限るものと偏信し、大に之を鼓吹したる結果、病氣製造、患者續出の惡現象を來したるには非ざるかの疑なき能はず。遮莫濟世救民の天職ある小醫中醫大醫各位に於て、色眼鏡を用ふることなく虚心平氣以てこの小冊子の宿引によりて、遂に食養法の堂奥に達せらるゝならば、其國家を益すること實に多大なりと信するものなり

一、種痘發明の當時惡魔と罵倒せられたる善那は、今や帝室博物館前の銅像となれり、大根醫者、反對醫者と誹られたる石塚先生も、他日真正の輿論によりて、名譽ある銅像の建設を見るは、吾人の期して疑はざる所なり。聊か報恩の爲め、斯道普及の一方便として、日曜日に限り食養講話を爲すことあるべし、但し日曜外は石炭堀に多忙なり

天祐を感謝しつゝ、

著作兼發行者敬白



明治四十三年七月三十日印刷
同 年七月卅一日發行

定價金五錢

福島縣石城郡湯本村大字湯本字吹谷九十番地

著作兼發行者 角地藤太郎

福島縣石城郡平町壹丁目

印刷者 坂本

福島縣石城郡平町壹丁目拾五番地

印刷所 平活版

福島縣石城郡平町貳丁目廿九番地

大賣捌所 關内米三

61
89

一、種痘發明の當時悪魔と罵倒せられたる善那は、今や帝室博物館前の銅像となれり、大根醫者ハ反對醫者と誹られたる石塚先生も、他日真正の輿論によりて、名譽ある銅像の建設を見るは、吾人の期して疑はざる所なり。聊か報恩の爲め、斯道普及の一方便として、日曜日限り食養講話を爲すことあるべし。祖も日曜外は石炭堀に多忙なり。

天祐を感謝しつゝ、

著作兼發行者敬白



明治四十三年七月三十日印刷
同 年七月卅一日發行

定價金五錢

福島縣石城郡湯本村大字湯本字吹谷九十番地

著作兼發行者 角 地 藤 太 郎

福島縣石城郡平町壹丁目

印刷者 坂 本

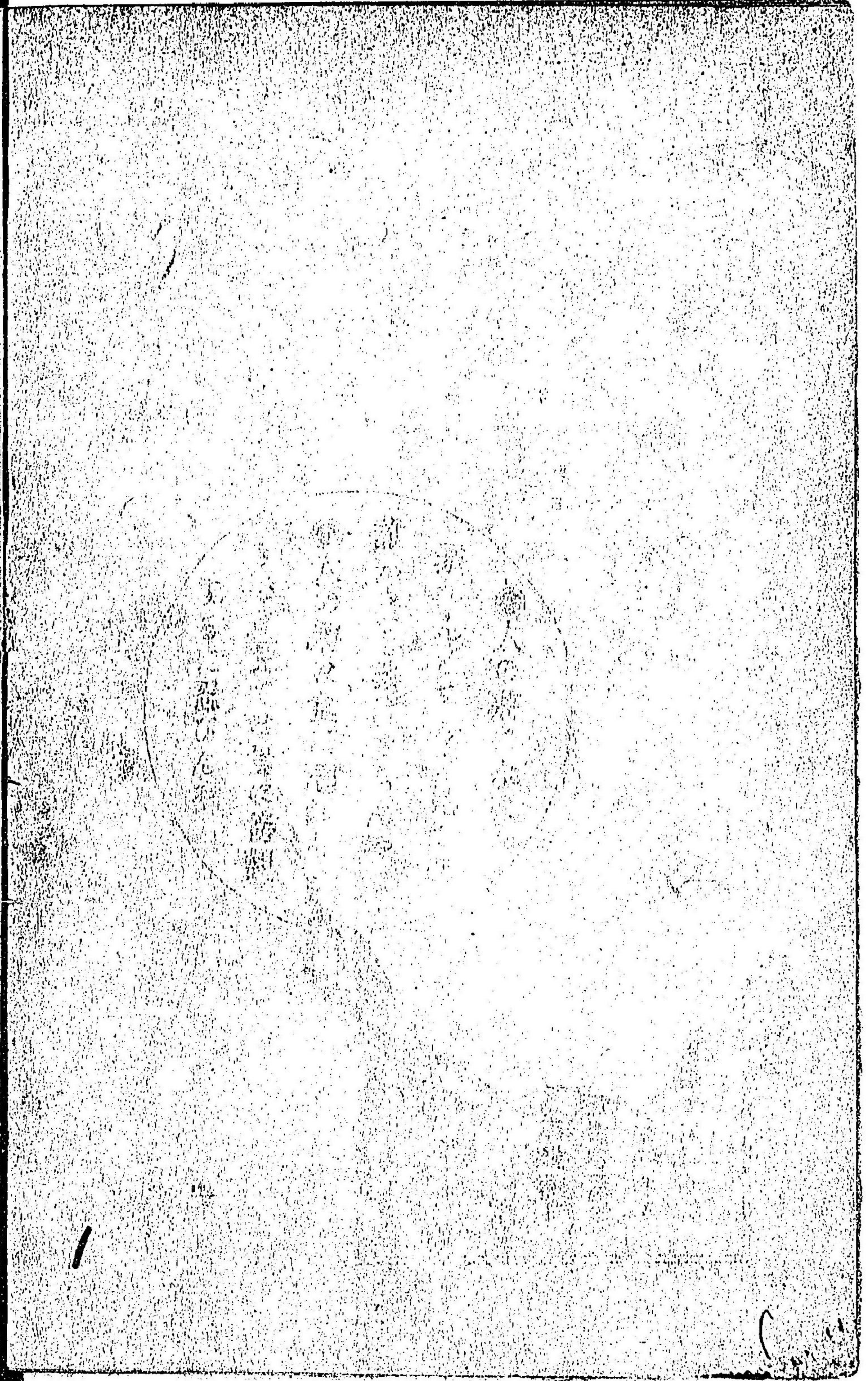
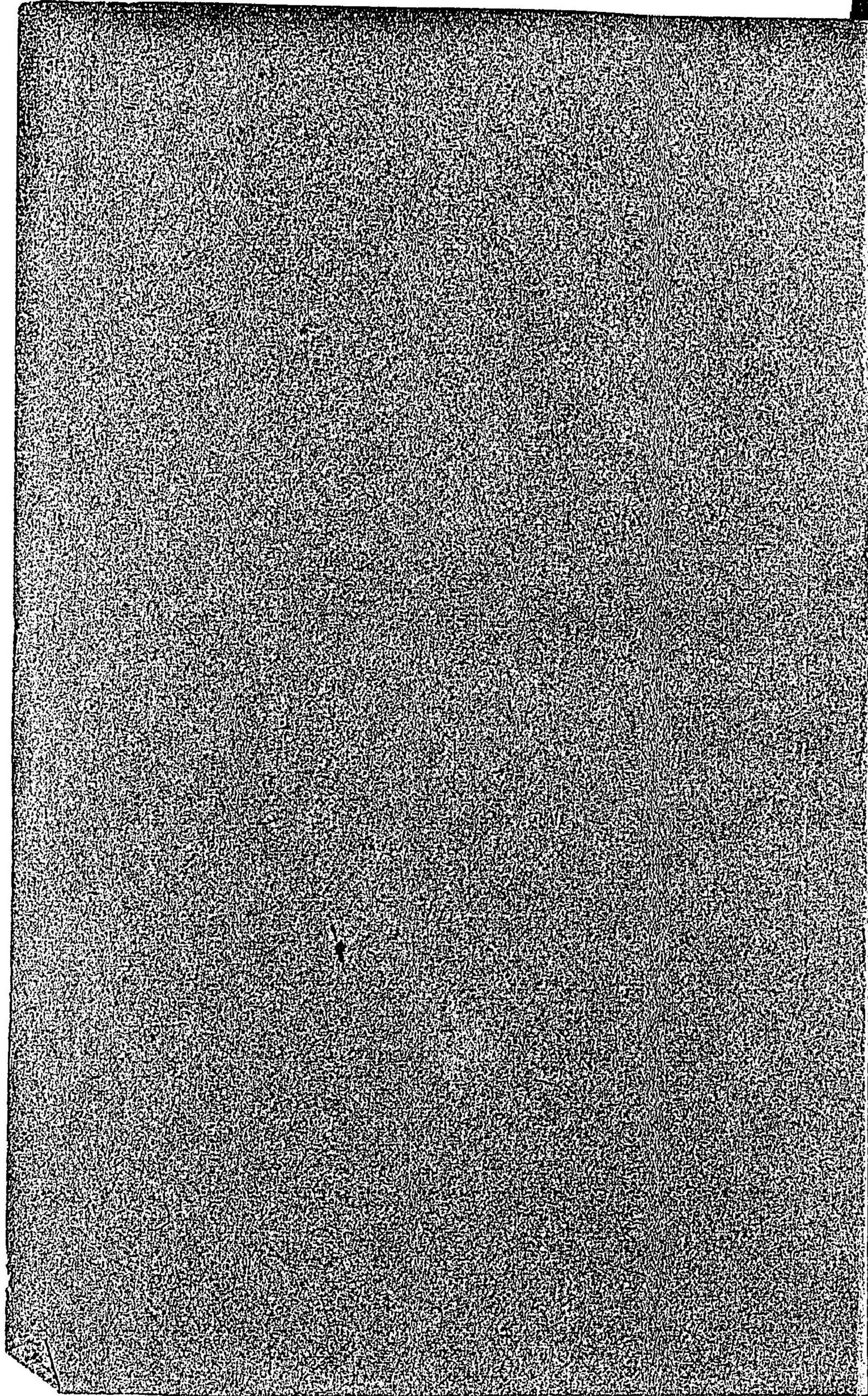
福島縣石城郡平町壹丁目拾五番地

印刷所 平 活 版

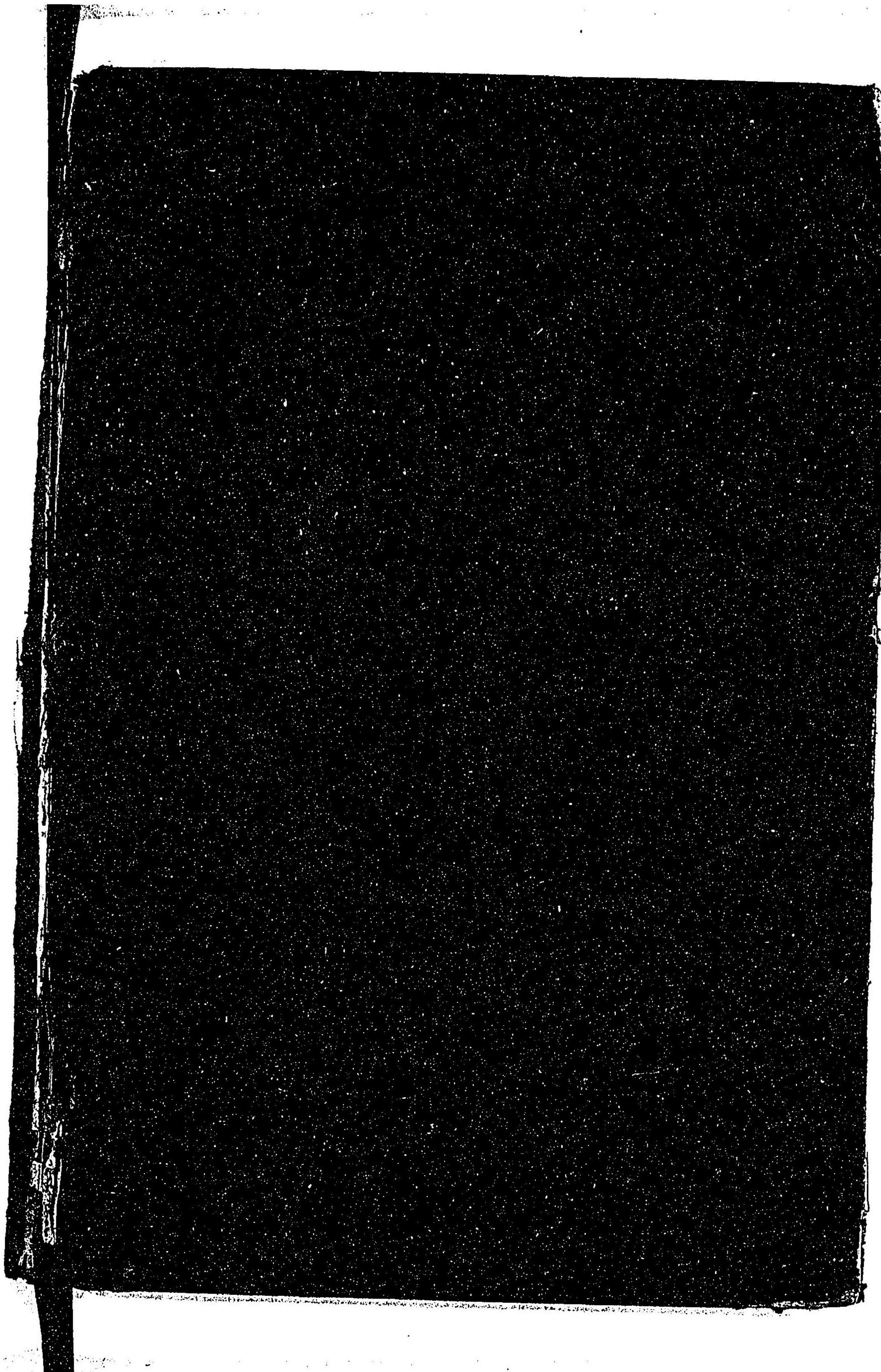
福島縣石城郡平町貳丁目廿九番地

大賣捌所 關 内 米 三

61
89



67
89



6
89

060429-000-7

61-89

化学的食養の調和

角地 藤太郎 / 著

M43

CBM-0258



