

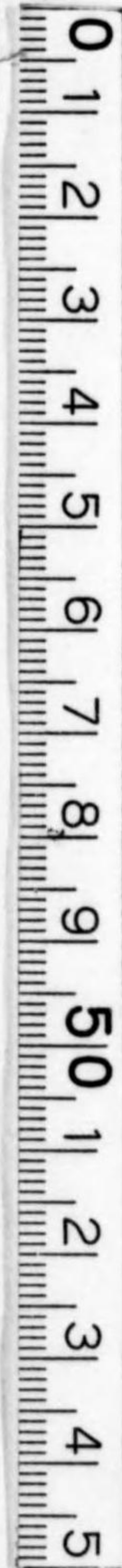
61

61-377

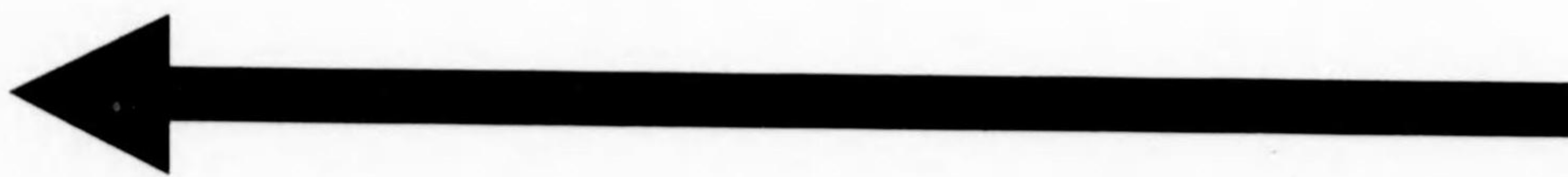


1200501274636

77



始



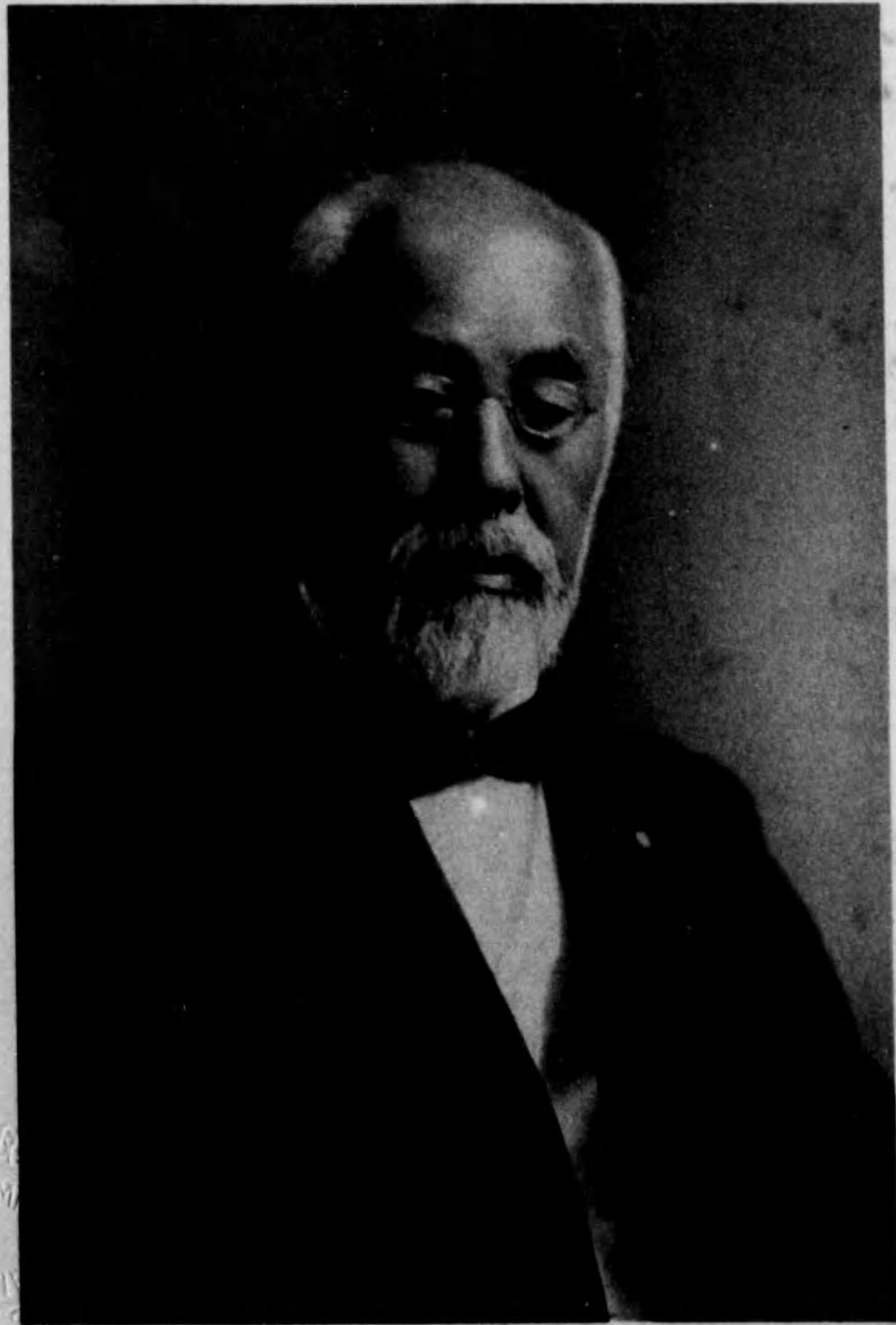


濟生長壽法

八十二翁 三宅秀英



財團法人
啓明會
藏版



著者最近ノ肖像

序

人生七十、古來稀なりとは、一般の慣用語なれども、今や衛生の發達に伴ひ、七十稀なりとせざるに至れるは、洵に慶賀すべき所なり。而して長生するとも、健康ならざるときは、却て不幸を招き、健康にして長生を享くるこそ、眞の幸福と謂ふべく、經驗に富み、蘊蓄深き人の、健康にして社會に活動するは、營に其人の幸福なるのみならず、實に國家社會の慶事なり。世間を通觀するに、壯年時代は、血氣に任かせて身體の養生を顧ず、初老期に至り、始めて、異狀あるを感じ、頓に衛生に注意するを普通とす、是れ既に時期を失へるものと謂はざるべからず。人の一生はマラソン競走の如し、長距離の競走に堪え、最終の勝利を贏ち得んには、競走のスタートを切る時より、常に養生に注意し、能く壯健にして、各その

業務に活動し、子孫の繁榮を計るべきなり。本會常に思を此に致し、今回特に醫學博士三宅秀先生に請ひて、本書を著作公刊することと爲せり。博士は斯界の權威にして、而も齡既に八十有二、今尙矍鑠として、東京帝國大學名譽教授並に貴族院議員たり、その諸方面に活動せられ、而も責任を重ぜらるゝの篤き、洵に現代の龜鑑と謂ふべし。博士本書の著述に着手せられしより約一年間、頗る規律的に稿を進められ、速にその完了を告げられたるは、博士の元氣壯者を凌ぐの實證にして、卷頭扉面の書名は博士の自筆に係り、その筆蹟の端麗なる、博士の健康を語るものなり。本書收むる所十二章、何れも吾人の期待に適應し、國民保健上裨益する所甚大なるを信ず。是れ本會が周く世人の精讀を切望する所以なり。尙本書印刷の校正は、老博士を煩はすに忍びずして、之を避けたるを以て、不備の責は凡て本會の負ふ所なり。終りに臨み、三宅

博士並にその補佐氏原佐藏博士の格段なる盡力を深謝す。

昭和四年三月

財團法人啓明會理事長 男爵 平山 成信

自 叙

近世科學の進歩は頗る急速であり、深遠なる原理に對する發明は勿論、これが應用に於ても亦迅速を極むるを見る、本書を編むにあたりて、啓明會にては從來余が體驗せし事柄を述べれば足れりとせられたのであるが、さりとて現在知られたる新事實をすてて顧みざるは甚だ惜しきことと思はれたのでかゝる點はなるべくこれを収録することに努めた。

さて古きことは曾て學校其他にて講演せる資料が十分手許に保存しあれども、新たなるものは加へんとしても、大震災に遭遇して文庫が破壊され、その後修築せる文庫は頗る狹隘となり、且つ設備の不完全なるため、用に臨んで參考の書類を搜索し、新資料を加ふることは到底不可能なるを覺りて、繁務ある氏原佐藏博士に依頼し、本書編纂に付て

の補佐として助力を求めた次第である。

近來我國の保健状態を調査することは各方面にて廣く行はれ、その報告は内務省の手を経るものが多い、同博士は内務省に在りて自らその調査の任に當り、各方面より來る報告に接することも早く、且つ常に内外に廣く目をくばつて新資料を輯めて居られるので、統計其の他に於ても、この小冊子中には収録しきれぬほどであり、却つて残念ながらこれをきりすててしまはなければならぬような事情であつた。

抑本書に述べたものは、何れも統計上の事實を根據としてあり、徒らに推測にいづることは致さぬ考へであるから、最も統計を重んじ、之には汎く内外の資料を利用した。又統計を基礎とする場合には、ただ數字を並べたばかりでは甚だ理解に苦しむものであるから、重要な點は種々の圖表を作成し、理解を便ならしめ、一目瞭然たらしめんとした、本書は全體の體裁の上から見ると、比較的統計のことが不釣合に多く見

えるかの如きは叙上の爲に外ならないのである、特に昨年御大禮を期として、養老の典を擧げられ、帝國領土の下に於ける現在高齢者の精確なる調査を得たのは、この書を編むにあつて實に僥倖の至りであり、誠に好紀念となつたのを歡び、謹んで祝賀し奉る次第である。

昭和四年三月

三宅 秀誌 寸

「衛生長壽法」目次

第一章 衛生とは何ぞや

(一—二〇頁)

執筆の理由	一
自己の體驗	二
舊慣打破の弊	三
長を採り短を捨つ	四
維新元勳の活動	五
長壽は一生を通じての心掛け	六
生命の存する限り活動	七
衛生とは何ぞや	八
衛生との語源	九
衛生の元祖	九

宗教と衛生	100
日本古代の衛生思想	100
支那古代の衛生思想	103
印度古代の衛生思想	104
埃及民族の衛生思想	104
イスラエル民族の衛生思想	105
ギリシヤ時代の衛生思想	105
ローマ時代の衛生思想	106
近代の歐洲と衛生の發達	108
日本と近代衛生學の發達	110
學術の進歩と衛生の分科	110
第二章 生殖及遺傳衛生	(111—153頁)
國家と人口	111

結婚の理想	113
婚姻の年齢	117
男女配偶者間の年齢の差	130
母性保健	131
處女期の保健	132
母性の衛生	134
妊娠及び娩産	135
母性死亡	140
日本婦人の妊孕率	141
乳兒に對する母體	142
胎教	143
死産流産早産	146
遺傳と環境の影響	147
種族の遺傳	148

環境の影響……………四八

個性の遺傳……………四九

先天的素質の遺傳……………四九

後天的に受けたる素質の遺傳……………五〇

民族衛生……………五一

第三章 乳兒の衛生

(五四—二〇頁)

初生兒……………五四

出生届……………五五

産湯……………五七

膿漏眼の豫防……………五七

産毛の處置……………五八

胎便……………五九

初乳の効能……………六〇

出生兒と男女の割合……………六〇

生兒の男女と娩産の難易……………六一

臍帶胎盤の處置……………六二

初生兒と免疫……………六五

乳幼兒の保健調査……………六六

乳兒の榮養……………六八

母乳……………六九

人工榮養……………七〇

良乳の供給……………七二

明治初年の煉乳……………七三

人工榮養の變遷……………七四

乳兒保育の注意……………七七

發育……………七七

早産兒の保育……………七八

保 温 七八

抱き寝の利害 七九

乳兒と寢床の保温 八〇

乳兒と寢具 八一

宮詣り 八二

産 衣 八二

乳兒の着物の仕立方 八四

着物の着せ方 八四

襦袢(あひつ) 八五

乳兒と睡眠 八七

離乳時の注意 八八

生 齒 九〇

齒代り 九二

乳兒の生理的發育標準 九五

笑ひ始め 九五

首すわり 九六

起上り、坐り、這ひまわり 九六

立上りと歩行 九七

發 語 九八

死産と乳兒死亡 九八

死 産 一〇〇

乳兒死亡 一〇一

地方別比較 一〇三

都鄙別比較 一〇四

生存期間別 一〇六

原因別 一〇六

各國との比較 一〇六

乳兒死亡と環境の影響 一〇七

乳兒死亡防止策……………一〇

第四章 幼兒及學齡兒童の衛生……………(一一一—一七〇頁)

人生の區別……………一一

傳染病と餘病……………一二

佝僂病……………一三

結核……………一三

瘰癧……………一三

急癇……………一五

寄生虫病……………一六

幼兒と平生の注意……………一七

衣服……………一八

飲食物……………一九

睡眠……………二〇

運動及玩具……………二〇

歌謠と舞踊……………二一

遊戯……………二二

眞の運動……………二三

幼兒死亡……………二五

義務教育と學齡兒童……………二七

就學齡の決定……………二九

幼稚園……………三一

小兒期傳染病……………三二

痘瘡……………三二

種痘……………三二

麻疹水痘……………三六

咽喉病ヂフテリ……………三七

猩紅熱……………三八

疫 痢 一三九

百日咳 一四〇

インフルエンザ 一四〇

流行性耳下腺炎 一四一

其の他 一四一

学校教育の意義 一四二

国民義務教育 一四三

特殊異常児の教育 一四四

病弱児童の教育 一四五

学校醫と学校看護婦 一四六

開放学校 一四六

学校の保健施設 一四八

劃一主義教育の弊害 一四八

家庭と学校 一四九

トラホーム 一四九

皮膚病 一五〇

學童と栄養 一五一

學童と睡眠 一五三

兒童の履物 一五四

雨具類 一五六

兒童の躰け方 一五七

教育病理治療 一五八

危害防止 一五九

男女健康上の差異 一六一

月 經 一六二

結 核 一六四

吾生ひ立ち 一六五

第五章 少青年及壯年期の衛生……………(一七二—一九九頁)

年少者と職業選擇……………一七一

移行齡……………一七四

壯丁検査……………一七五

配偶の選擇……………一七九

性慾と貞操問題……………一八〇

身體の鍛鍊……………一八一

生理的發育の限界……………一八五

職業と健康狀態……………一八六

死亡の原因……………一八八

職業と死亡との關係……………一八八

家系と職業の繼承問題……………一九五

獎健の心掛け……………一九七

第六章 保健と自然界……………(二〇〇—二三八頁)

社會の複雑と保健上の危害増加……………二〇〇

空氣の共有……………二〇一

空氣の流通……………二〇四

空氣の保淨……………二〇六

都市肺臟たる公園……………二〇九

空氣の必要……………二一二

日光の効用……………二一三

紫外線……………二一六

氣候……………二一六

溫泉……………二二〇

飲料水……………二二〇

水の備ふべき性質……………二二一

水の使用量……………二二三
 給水……………二二四
 水道水……………二二五
 井水……………二二六
 水の良否……………二二八
 給水上の標準……………二三〇
 停滞水の腐敗……………二三一
 水による浄化……………二三四
 水面の汚染……………二三五

第七章 環境の衛生

(二三九—二七四頁)

環境の影響……………二三九
 都市の噪雜……………二三九
 精神衛生……………二四三

都市と煤煙……………二四四
 路面舗装……………二四五
 都市の上下水道……………二四六
 塵芥の處分……………二四七
 都市の不潔と蠅……………二四八
 都市衛生施設……………二四九
 人口の都市集中……………二四九
 日本の人口過剰と移民……………二五一
 風土適合法……………二五二
 マラリア……………二五四
 恙虫病……………二五六
 デング熱……………二五六
 出血性黄疽……………二五七
 開墾開發……………二五七

都市農村の保健的交渉……………二五九

職業衛生……………二六〇

職業の選擇……………二六〇

職業と疾病……………二六一

職業と傷痕……………二六二

労働と勞銀……………二六三

工場衛生施設……………二六四

災害防止……………二六五

健康の保護……………二六五

職業と榮養……………二六七

農村民の榮養……………二六八

軽い労働者の榮養……………二六九

心業者の榮養……………二七〇

食事の度數……………二七〇

疲勞と休養と睡眠……………二七二

精神労働者……………二七三

第八章 清潔保持……………

(二七五—三〇二頁)

清潔の觀念……………二七五

日本人の清潔思想……………二七七

諸外國の都市……………二七九

農村衛生……………二八〇

廢殘汚物の處理……………二八二

塵芥の處分……………二八三

清潔保持の方法……………二八六

火力による清潔法……………二八七

火葬……………二八九

火の効力……………二八九

火災……………二九一

日光による清潔保持……………二九三

清淨潔齋……………二九五

衛生公德……………二九七

第九章 食物と栄養

(三〇三—三三〇頁)

食物と栄養の意義……………三〇三

食物と栄養の概念……………三〇四

ビタミン……………三〇六

礦物質……………三〇九

合理的食物……………三一—

食物と發育及び健康の關係……………三一二

維新前後の食物の沿革……………三一四

都會生活の舊慣……………三一九

第十章 活動と休養

(三三一—三四九頁)

勞作と疲勞……………三三一

休養と元氣恢復……………三三二

睡眠……………三三六

勞働時間……………三三七

從業時間と疲勞の關係……………三三八

休暇・休日及祭日……………三三九
 酒に就て……………三四三
 心業者と清遊……………三四五
 社會的慰安・娛樂施設……………三四七

第十一章 長壽衛生……………(三五〇—三九一頁)

高齢者と男女關係……………三五〇
 御大禮と養老賜杯……………三五〇
 長壽の要訣……………三五二
 食物の變遷……………三五三
 飲酒と洋酒の沿革……………三五五
 煙草に就て……………三五七
 孝養・養老の美風……………三五八
 齒牙と壽命……………三五九

老人と飲み物……………三六二
 老人と寒暑……………三六四
 衣服・寢具類……………三六七
 綿入れ用の綿に就て……………三六八
 頭寒足熱……………三七〇
 暖房……………三七一
 老人の衣服……………三七二
 老人と手足の保温……………三七四
 老人と運動……………三七六
 老人と他動的運動……………三七九
 昔の導引・今日の體操……………三八〇
 老人の疲勞と其回復方法……………三八六
 老人の利尿と便通……………三八八
 若返り法是非……………三九〇

第十二章 民族の將來

(三九二—四〇八頁)

日本民族の歴史……………三九二

我國の民勢一般……………三九三

日本人の壽命……………三九七

人種・民族の消長……………三九九

劣勢民族の衰亡……………四〇一

日本民族の使命……………四〇四

保健第一主義……………四〇六

擱筆の辭……………四〇七

—以—上—

目次終

挿圖説明

(第一表) 地方別乳兒死亡及死産 (九九頁挿圖)

此表は上下二段に各異つた表が示されてある。上段の表は大正十一年より同十五年昭和元年に至る五箇年間平均我國の出生(即ち生きて産まれたもの)毎百人に付き、乳兒(一歳未満者)の死亡するものは何人に當るかを意味したものであり、○より◎までの横線は出生百に付き乳兒死亡の數○より二〇までであることを示してある。而して向つて左端青森縣が最高率であり、秋田、富山縣等が之に次ぎ、順次右へ向つて低下し、全國とせる斜線柱は乳兒死亡率の全國平均である、故にそれより右は乳兒死亡率全國平均以下なることを意味する。

下段は大正十一年より同十五年昭和元年に至る五箇年間平均我國の人口千人に付き、死産數は何人の割合であるかを示したものである。横線○より◎までは○より三人までであると云ふ數を意味してある。而して向つて右端栃木縣を最高位とし、岩手、秋田縣と順次下つて行き全國とせる黒線柱は全國平均數である、故にそれより左は死産率全國平均以下なることを意味する。

此の二つの表中沖繩縣が何れも最低率であることは寧ろ届出關係不良なる結果であり、決して眞に良好の状態なるを示せるにあらざることを見なければならぬ。

(第二表) 各國に於ける生産及乳兒死亡 (一〇二頁挿圖)

此表も上下二段に異つた二つの表が示されてある。但し最下欄に在る年次は兩表とも共通である。

上段の表は茲に示されたる各國に於ける生産率の變遷を示したものであつて、横線のこより迄までは人口千人に付き生産數〇より四〇人までなるを意味する、而して明治十九年乃至同二十三年の五箇年平均では伊太利、獨逸、英、虞蘭及威爾斯(イングランド及ウェールズ)は何れも我國より高率であつたのに、之等歐洲諸國は漸次低下するに拘らず獨り我國のみ遞増し、今日では列強中の最高位を示してゐる。

下段の表は各國の生産(生きて生まれたもの)百人に付き一歳未満(即ち乳兒死亡)は何人に當るかを示したものであり、之も明治十九年乃至二十三年の五箇年平均では我國が最低率なりしに、其後は漸増し、反之て各國は低下の趨勢をとり、今や之等各國中で日本は最高位に上れることを明かにしたものである。

(第三表) 小兒死亡と總死亡との比較 (一〇五頁挿圖)

本表は大正十一年より同十五年昭和元年に至る五箇年平均による。我國の總死亡

と乳兒死亡の關係を明かにしたものであつて、年齢とせるは生れてよりの日數又は月數若くは年數を示し、實數とは此の五箇年間の同一年齡期間の死亡平均數であり、比例とは若し此の總死亡を假に千人としたなれば日齡・月齡・又は年齢別に如何なる比例となるかを現はしたものである。下の圖により示されたる所は出生より十四歳(即ち滿十五歳)までの小兒期の死亡者と十五歳(滿十五歳一日)以後全部の死亡者とは如何なる比例なるかを大別し、次に更に内圖が細別されてある、乳兒死亡は生後より十二箇月未滿なるは屢述の如くである。此の表により乳兒の死亡は生後日數の經たざるものほど割合に多く死亡してゐることを一見明瞭ならしめてゐる。

(第四表) 原因別死亡 (一八七頁挿圖)

此表は大正十二年より同十五年昭和元年に至る四箇年間平均とし、我國の乳兒たと老幼男女を問はず總死亡を假に千人と換算せば、其の各原因別とせる死亡の割合は如何であるかを明かにしたものである。横線のこより100までの數は死亡數である。死亡の原因別とせば下痢及腸炎が最高で一四〇以上であり、次は肺炎及氣管支肺炎、第三腦出血、第四肺結核、第五畸形及先天性弱質等であることを意味してゐる。霍亂以下は茲に現はし難きにより省略した。此表を仔細に見れば如何なる疾病で多く死ぬるものであるかと云ふ大勢が知られるであらふ。

(第五表) 出生率死亡率及自然増加率 (三九五頁挿圖)

此表は我國の人口統計が明かにせられて以降即ち明治五年より最近昭和二年に至るまで年々の人口毎千人に對する出生率、死亡率及び人口自然増加率の關係を示したものである。但し明治五年は最初の年であり調査不完全のよふであるから茲には暫らく之を除外して置くのが適當であらふ。又横線にあるこより迄までの數字は人口千人に付き何人に當るかを示せるものである。

出生率(最上位の孤線)は明治六年の二四・一より以降多少の高低はあれど其の大勢に於て増加の一方であつて、最近では三四乃至五であるが、其の中で明治三十七・八及九年に於て特に下降せるは日露戰役に多くの壯年男子が出征せる影響である。

死亡率に於ては明治六年の一九・六以降多少の高低ありしが最近も亦依然二〇内外を示し殆んど變動がない。唯此間明治十八・九年が其前後に比し特に高いのは全國的に蔓延し非常に猛威を逞ふしたコレラ流行の爲めであり、十九年の如き本病患者十五萬六千、死者約十萬八千五百に上つた結果である。又明治二十六・七年の高いのは赤痢と痘瘡が甚しく流行した爲めであり、更に大正七・八・九の三箇年間の高いのは世界的に一大流行を來せるインフルエンザによる死亡者の甚しく多數なりし影響である。

人口の自然増加率は敍上死亡率の高率に禍されて、明治十八・九年は低下し、又大正七

年の如き、其の前數年間は年々人口自然増加實數六七十萬人なりしに、大正七年にはインフルエンザ死亡者多く、僅かに二十九萬九千人弱の増加にしか過ぎなかつた。従つて此の率も甚しく低下を示してゐる。

要するに此の一表により我國人口問題の趨勢を察するに難くないことと思はれるのである。

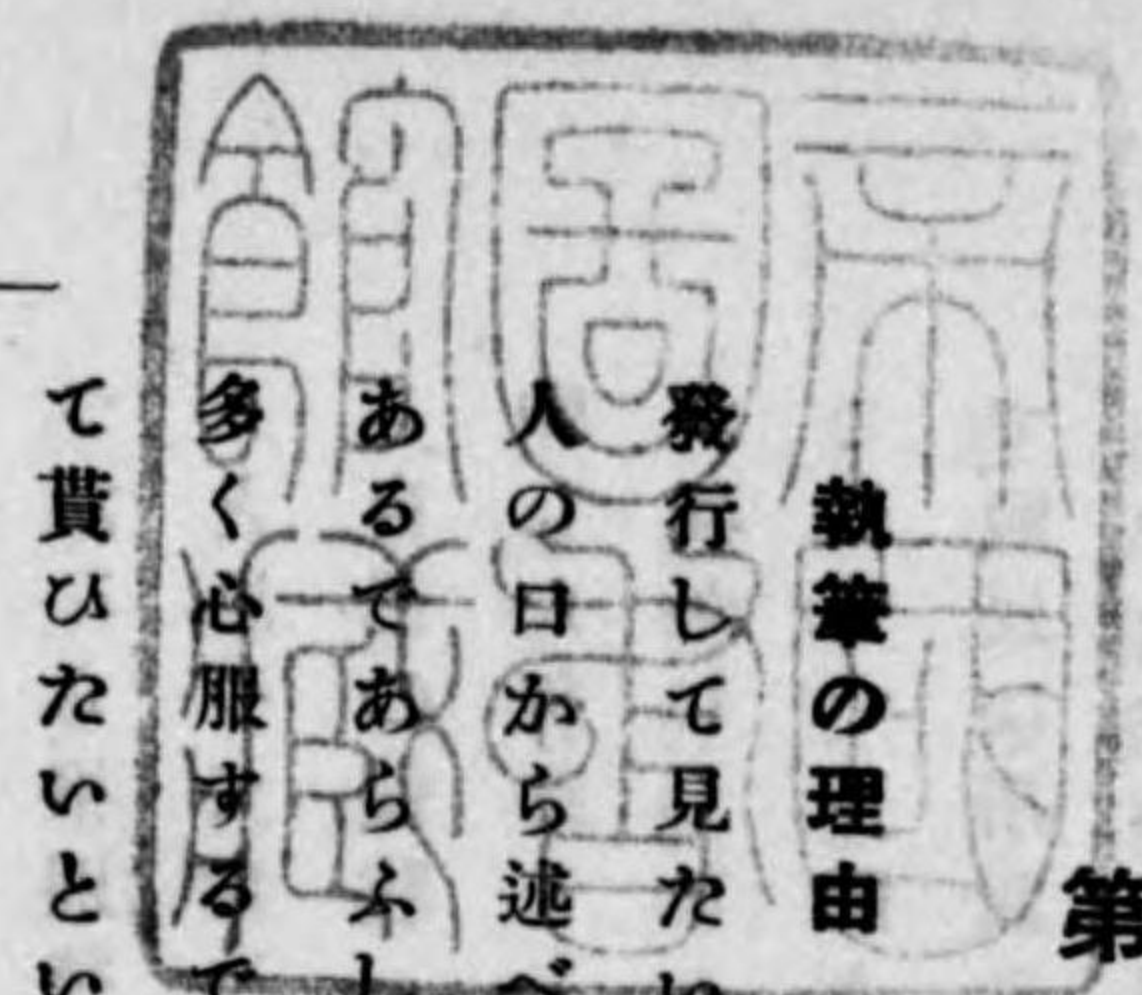
(挿圖) 波羅門導引に關する説明 (三八三頁挿圖)

此圖は竹中通菴著『古今變性錄卷之八下卷』に導引第十一、左二十一術ハ。坐功訣ノ法とし、端身跌坐以下多數の挿圖がある中より特に數圖を選び掲げたものであり、原圖の衣服は白衣であるが、ここには製版の都合で薄墨色とした、其の他の形態は悉く模寫による。(詳細は本文三八一頁以下參看)

衛生長壽法

醫學博士 三宅秀著

第一章 衛生とは何ぞや



執筆の理由

啓明會から衛生の心得になることを書いて小冊子をつくり廣く發行して見たい、それには衛生學者であり八十歳以上にもなつて、なほ強健である人の口から述べたものであつたならば、長い年月の間に體驗してゐることが色々あるであらふし、ただ書物に書いてあるのを讀むのとちがつて、これを讀むものが多く心服するであらうから、年寄の身體を煩してゐる氣の毒であるけれども引受けて貰ひたいといふ、御依頼が兩三年前からあつた。

しかし女子大學の講義も男女兩高等師範學校の講義も断りして専ら頭腦の疾患を養生中であるので、一旦約束をすれば投げやりにして置くことの出來ぬ性

衛生とは何ぞや

質であるから、容易に承諾が出来かねて居つたのである。然るに昨年は頭の加減も珍らしく少しよかつたので、若し氏原君にでもお頼みして新説など補足して貰つたなら、格別勞することなく頭に障るほどのこともなくして原稿が出来らるだらふと思つて遂に承諾した次第である。

自己の體驗 それで先づ劈頭に於て幸にして今日の長壽を保ち得た自身の體驗した經路を一應述べて置きたいと思ふ、丁度自分の生れた時代から色々世の中が騒がしくなり來り、六歳の時(嘉永六年癸丑)に始めて亞米利加の黒船が渡來して、これまで外國との交際などは、少しもしたこともなく鎖國主義をとつて居つたので、國民は所謂世界の大勢に通ぜず、世の中は封建政治で徳川の治世は永久に續くものと考へて居つたのであり、又従つて諸大名の采地を領してゆくことも永久に續くものと考へてゐたのである。ところが一朝ペルリが渡來して、急に通商貿易もしなくてはならなくなり、世の中の變動が餘程激しくなつて來た、又青年になる頃には王政維新で何も彼も古い制度などは一新され、外國とも交際するやうになり、こゝろ政治向の世態の變つたといふことは、幼少なものの身體には直に影響

はないよふであるけれども、青少年時代にそゝいふ變遷に逢つたものは、時勢に適應するため、大平時代に生れたものよりは、多く自分の身神を働かして生活しなくてはならず、徒らに父祖の功績を頼んで安閑とし、生活してゐることは出来ぬといふことを他からも聞かされ、自分もその氣になつて働いたといふことが、身神の良い鍛鍊となり、壽命を永く保ち、しかも比較的強健で今日の如くして居られるわけでもあらふ。青年時代に於て艱難に堪え得た努力、換言すれば周圍の狀況がそゝいふことに導いたのだと思ふのである。

舊慣打破の弊 その當時は長く太平が續いてゐた爲めに、生活上に種々の弊風があり、歐米のよふに學術技藝を磨いてゐた國と比較すると、丁度よい改革時代であるといふので、日本古來の習慣を悉く打破して何も彼も新らしいことにのみ走つたのである、しかし其の頃でもあながち日本古來の習慣が決して悉く悪いのはなかつたのであるが、舊弊を破るといふので昔からの結構な習慣までも打破して何も彼も新らしくしないと氣がすまぬと云ふよふな状態であつた。近年になつて日本の舊來の習慣にも大層結構なもののあることを外國人も日本人も氣付

いて、維新時代にそういふものを打破つたのは甚だ當を得なかつたといふことに氣付いたものがなきにしもあらずである。吾々は丁度こういふ工合に世の中が變遷する時代に生活してゐたけれども、維新の時に何もかも古い習慣なれば悉く改めなければならぬといふのは、餘りよいことではないと早くから氣付いて居つたのであつた。

長を採り短を捨つ ほかのことはとにかく、我々醫學者であるものは、當時の改革によつて人間の身體に害になるよふな點については特に他の人より早く氣が付いて居つたのである、醫學の方のことについては、昨今東洋醫道會と云ふものを設けて、印度、支那あたりの醫學を研究して其の中の良いところを起用しやうといふことになつた、それといふのは衛生の方などは仲々支那、印度には古くから發達して居つて、今日大に鼓吹されてゐる運動遊戲などを盛に行つてゐた、然るに之等は一且排斥されて、改めて歐米から入つて來た運動を盛に奨勵してゐる、しかし維新の際には何も彼も御一新で長短共に無差別に打破して、あとで氣がついてきたのもその時代としては無理のなかつたことかも知れない、明治天皇は彼の長をと

れといふことを仰せられたので、長短共にとれと仰せられたのではない、それを彼の短所までも取入れたのは大きな失策であつたと言はねばならぬ、こういふことは衛生上にも直接に關係があり、自身の身體にとつても色々の影響があつた、今日八十歳位になつてゐるものは丁度この變遷の間を實地に目撃し、踏んできたわけなのである。

維新元勳の活動 余の生れたのは嘉永元年であるから數へ年で今年(昭和四年)八十二歳である、丁度維新の時から昨年が六十一年目の戌辰であるから、維新の年は二十一歳の時であつて、その頃のこととは昨今の新聞にもよく出てゐるが、西園寺公爵が徳川並びに賊軍討伐の總督になられたのが恰かもその時であり、丁度今年八十一歳になられるのであるから、自分と格別年齢はちがつて居られない、それで總督になられたのが二十歳位であるから、今から考へると子供のよふなものであつたと云はねばならぬ、しかし維新の元勳といはれる人々は當時皆何れも三十歳にはなつて居られなかつたのである、今から考へると少しく人間が早熟で、政治を執るには早すぎると思はれる位であるけれども、周圍の環境がそういふことをし

なければならぬ時世に向いてきて居たから、志が確くて精勵すれば、年少者でも出来ぬことはなかつたのである。日本の昔からの習慣で、四十歳になると初老と云ひ、六十歳になれば子や孫に自分の事業を譲つて隠居してゐた、それは全く太平の續いてゐた弊で、今日によふな時世には六十歳になつても隠居するといふ事は適當ではない、先頃新聞に年齢四十歳頃の人の働らきを書いたものがあつたけれども、少しく世間に名を知られてゐる人は四十歳頃から働らき盛りになるので、その時分に初老などといふことを云つては居られない、況んや六十歳で隠居するといふことなどは、折角事業に熟練してこれから働らかふといふ時になつて隠退することであつて、そつといふのは泰平の弊風で、捨ててしまはなくてはならぬことであると思ふ。

長壽は一生を通じての心掛け 昔から老年になるまで達者であるのには、何か別段に攝生法でもあるのかといふことをよく云はれる。又自分の生活に充分餘裕があつて、不自由のない人は、最早他に望みがないから、せめて壽命を保つてゐたいといふのは人の望みの期するところであらふが、中途で思ひついてこれから壽

命を延ばしたいと考へて望んでも、仲々得られるものではない、自分は六十歳で還暦の祝ひをする人や、隠居するなどといふことを聞くと、甚だよろしくないと云つて、人のことではあるが意見したことも度々あつたのである。

生命の存する限り活動 七十歳以上は餘程の高齡としたものと見へて、華族方には宮中でも御優遇になり、現に七十歳になると御祝のお盃を頂いたり、又八十歳以上になると宮中で鳩杖をお許しになり、昨年は西園寺公爵も亦之を頂かれたのであつた。支那でも古い頃には七十歳から宮中杖(齒杖)を許すといふことがあつたらしいのである。七十歳以上を他から老人扱ひにして優待されるのは結構であるが、自分から精神上挫けてしまつて、早くから働かなくなつてはならないと思ふ。古稀になつたから世の中の仕事が出来ぬなどといふことはなく、命のある間は常に活々として働くといふ心掛けがあつてほしいと思ふのである。即ち叙上の見地から、日常生活に心得て置くべき個人個人の衛生法や、之と關聯する公衆衛生上のことを述べて見たいと思ふのであるが、要するに衛生といふことは衛生學と云ふ學問が先きにあつて後に出来たものではなく、人類社會の長い貴い經驗か

ら生み出されたことが多い、故に衛生の眞髓は決して新らしいことばかりではないのである。

衛生とは何ぞや 衛生學の泰斗ペツテンコーフェルは「衛生學とは健康の増進と保持に關する科學であつて、其の目的とする所は人類の健康を阻害すべきものを排除し、之を一層健康なる状態たらしめ、其の作業能率を向上せしむるに在る」と定義を下してゐる。故に衛生學とは人體の生理的機能を良く理解し且つ吾人の周圍即ち大氣日光水土地動植物界に生起するあらゆる現象を研究し、其の智識に基きて人類の保健と之が増進を期せんとするものである。而して夫等科學の教ゆる所を吾々日常の生活に取り入れて行くのが衛生或は保健である。そこで衛生學の歴史を尋ねるに、人類に於ける文化の發達に伴ひ、既に古代にも單純な經驗より出た今日の所謂衛生なるものはあつた、即ち東洋方面では如何なるものであつたかと云ふに、支那では今より四千七百餘年前、神農氏の時代に於て既に醫藥の途が開かれて居り、之れ實にエヂプトに存した衛生思想の歴史よりも千餘年以前のことには屬するのである。

衛生との語原 元來衛生の語は原と漢語であつて、現今稱する所の個人衛生、公衆衛生の如き、健康を保持するの意には適當するものでない、何故かと云ふに支那の醫籍に往々衛生の語を題するものがあれど、皆通常の醫籍であり、主として療病のことに涉り、特に養生攝生のことのみを載せたものを見ない。

衛生の元祖 歐洲に於ては衛生を稱して「ヒギアイネ」と云ふ、是れ蓋し健康を保護する所の「ヒギエイア」と稱する女神の名にとりたるものである。

支那に在りては神農を以て醫祖と稱したのは上述の如くであり、又我邦に在りては大己貴命を以て醫祖とする、蓋し此二神は亦以て衛生の守護神と爲すべきであらふ、今古史を考ふるに、神農は百艸の滋味、水泉の甘苦を嘗め、民をして之を避け、若くは求むる所を知らしめられた、又天照太神は五穀を見玉、ひて顯現蒼生の食して活くべき者なりと宜ふた、大己貴命は即ち大物主神であつて、五穀の豊饒を司り、且つ疫神を鎮遏するの神であらせられたから、乃ち衛生の神と曰ふべきである、序ながら説明せんに西洋の「ヒギエイア」は「エスクラピオス」の女であつて、其神像は體に蛇をまとい、手に杯を持ちて其蛇を養ふの狀を爲してゐる、蓋し蛇は健康の表徴

であつて今尙ほ醫家の記號とせられる、我朝の大物主神も亦倭迹の日百襲姫命を櫛笥の中に神體を顯はしし時、其形美麗なる小蛇であつて、衣紐の蟠居する如しと有り、此の如く衛生の神の蛇に因縁ある東西一轍なるは亦奇なりとせねばならぬ。

宗教と衛生 按ずるに、古代宗教を世に弘布せんとするの時は、必ず衛生法を其中に加味されたものであつて、印度、亞刺比亞の如く、宗教の尤も盛んなる古國は、往時衛生法も亦盛に行はれ、今日實施する所の清潔法、離隔法、救濟法等も亦已に備らざるに無しといふ状態であつた、故に流行病あるも、猶太人は多く之を免れて、其死亡數遙に他宗の者より僅少なりしことは、載せて歐洲の史上に明らかである、本邦に於ては古來神教ありて専ら清淨を貴び、汚穢を除くことに之れ勉め、又佛教の我邦に入りし以來、救濟の法即ち布施、供養等の方法も亦行はるるに至つた、蓋し其の清潔を要すると、救濟を行ふとは現時文化の世に行はるる衛生法に於ても亦其外に出でないのである。

日本古代の衛生思想 本邦上世の法令であつて、以て衛生律と爲すべきもの頗る多いけれども、其當時に在つては之を衛生法として史上に存せるものはない、今史傳に就きて其一二を擧ぐれば、孝德天皇大化二年(距今千二百八十三年)詔して曰はく『葬墓のこと奢るべからず、宜しく一所に收埋せしめ、汚穢散埋を得せしめず』と、是れ今日の所謂埋葬規則である、又火葬を行ふは衛生上最良の法であつて、歐洲の如きは近頃力めて之が普及を圖つてゐるが、我邦に於ては文武天皇四年(距今千二百二十九年)に始まり、大寶三年には既に持統天皇を火葬し奉つた例もあり、苟も衛生に志あるもの、傳染病流行の際には各々自ら進みて此葬法を行はんことを望むべきである。

天武天皇四年四月詔して曰く、『今より以後牛馬犬猿鶏の糞を食ふなかれ』と、是れ専ら鳥獸の肉を食するを禁ぜられたものであつて、其禁制たるや魚介の肉に及んでゐない、而して此令は今を距る千二百五十三年であつて、牧畜の法未だ盛ならざるに、之を食ふこと多きに過ぐれば其殖産を害するを以て之を禁ぜられたるものであるか、將た穢れた物として之を食ふことを禁ぜられたものであるか、それは判明でないけれども、後世に及びて本朝食鑑に、『本邦之人亦有宜牛肉者、何稱穢物、妄禁之爲有、神明之尤可據法式之禁忌』、『中略』、『上古神明深爲國民而懼天札、廢疾之害永禁』

獸肉之肥厚』と見へてゐる、又持統天皇七年(距今千二百三十六年)詔して曰はく『梨栗燕菁を勸植して五穀を助けしむ』と、是に由りて之を觀れば、専ら穀食を勸めて肉食は之を禁ぜられたものの如くである。

元明天皇和銅元年(距今千二百二十一年)衣襟の制あり曰く『今より以後衣の襟口八寸以上一尺以下、人の大小に隨て之を爲し、又衣の領は接へ作るを得、但襟口の空そと小に衣の領細く狭きを得ず』と、此の法制中に在る襟口の空くこと小なると、衣領の細狭なるを得せしめずとあるは、亦能く衛生法に適するものと謂はねばならぬ。

聖武天皇天平年間に至りては、唐土との交通漸く盛んとなり、従つて、痘瘡、麻疹、疫痢の如き悪性傳染病も亦傳播され來り、此より以來數々悪疫の流行したことが有る、而して當時悪疫を驅除するの法は、専ら祈禱讀經及び祭典を用ひ、又天平二年には施藥院の設ありて救濟のことが起つた、是より先き、文武天皇慶雲三年(距今千二百二十三年)悪疫の流行あり、行基菩薩は奏して饗禮を行ふた、次年又悪疫あり、道饗祭を行はれた、此祭は例年六月三十日に執行せられ、魍魅を防ぎ疫神を祭るのである、又例年三月三十日を以て鎮花祭を執行せられた、此祭は春花爛漫の候、疫神分散

して人を侵すが故に、大物主神を祭りて疫鬼を鎮むと云ふのである、蓋し往時は未だ疫病發生の理を詳にせざるに由り、唯汚穢なる疫鬼ありと思考し、乃ち其鬼を祭り主として清潔法を行ひしなるべく、彼の大祓の祝詞中に、穢久惡支疫鬼乃と有るも亦此れが爲めであらふ、抑々三月三十日より六月三十日に及ぶの間は、温熱の候であつて、即ち疫毒發生の時季である、而して現代の如く悪疫流行の理を詳らかにするを得たるの時に在つては、専ら溝渠廁園の清潔法を行ひ、汚穢を介して病毒の蔓延を豫防するも、惜いかな往時に在りては之を知らず、徒らに神佛に祈請して疫災を免かれんことを期望せしのみであつた、而して當時悪疫驅除の最良法と思惟せられたる祈禱讀經は必ず之を施行せられたものである、乃ち其例を擧ぐれば、天平十七年(距今千八百八十四年)疫あり祈禱す、光仁天皇寶龜四年(距今千五百五十六年)疫あり大祓を行ふ、桓武天皇延暦四年(距今千四百四十四年)、一條天皇長徳元年(距今九百三十四年)、大極殿に壽命經を誦せしむ、後深草天皇正元元年(距今六百七十年)大宮院に一切經を誦せしむといふが如き例は頗る多いのである。

支那古代の衛生思想 又支那では今より約二千四百年前に書き誌された論語

に於て、爲政の篇に『孟武伯孝を問ひける時、孔子之に答へて、父母其の疾を之れ憂ふ』
と言はれた、朱子の註は曰はく『父母をして憂へざらしむるは我身をして疾なから
しむるに如かず』とある、即ち孔子の思想には之れのみならず所々に衛生思想が明
らかに表はれてゐる。

印度古代の衛生思想 印度に於ては二千四百餘年前、釋迦の教訓中所々に衛生
に關する思想が窺はれる、例へば彼の『梵網經』中に、清潔なる樹園浴池を作り、常に醫
藥を施こし、衆くの病人を療救し、又道の近くに井を作りて渴乏せるものに飲まし
め、道の近くに厠を作りて便利處を與ふべし』と教へられ、又『僧祇律』中には、水は瀧
過して飲用すべきを説き、或は厠を作るには東に置かず北に設け、又地面に放痰を
禁じ、壺中になすべしと教へられたるが如き、實に明らかなる衛生思想である。

埃及民族の衛生思想 今を距る三千四五百年前、エヂプト民族間には明らかに
此の思想の存在を認められる、即ち當時既に解剖が行はれ、内臓寄生虫のことを知
られ、又ある種の眼病や癩病のことを知られて居り、加之ず飲食物、皮膚の清潔保持、
或は建築設計等に關する衛生上の法規さへ有つたと云ふことを徴せられるので

ある。

イスラエル民族の衛生思想 又三千二百五十年ほど前、イスラエル民族の指導
者たりしモーゼの思想は舊約聖書を通じて窺はれるのであるが、彼等の男子に行
つた割禮の如き、或は性交に付ての警告の如き、又傳染病患者發生せば非常に嚴重
なる隔離が行はれてゐたが如き、今日に見る衛生思想の發現である。

ギリシヤ時代の衛生思想 二千七百三十年前頃ギリシヤの雄邦スパルタに於
ては、當時の攝政リクルグスは武強を以て國是とし、國家は市民の健康に注意する
ことを以て第一義とせねばならぬとし、有名なる立法を制定したのであるが、殊に
市民の生活及教育法に於て尙武的訓練を高調し、彼の歴史上今日まで傳へられる
スパルタの強國を生んだのである。

ローマ時代の衛生思想 ローマでは今より二千五百年前頃、ソロン及ピタゴラ
ス王朝にては特に衛生官の任命があつた、又ギリシヤでは二千三百餘年前頃プラ
トーン及アリストートル等が正しき意味に於ける小兒教育法なる語を用ひ、體操及
び相撲の技に重きを置いて訓育したことを窺はれるのである。

古代ローマ帝國は非常に衛生に關する種々の施設が發達し、ローマ市の飲料水は清冷なる山間の水を豊富に引き來り、雨水及び家事用廢水は下水溝より排泄せしめた、其の他更に公衆浴場を市中に設けらるるに至つたことは史上と古跡とに今日尙ほ残つてゐるのである。

以上は何れも古代のことであつて、當時文化の進歩せる民族間には經驗より立脚せる今日の衛生なるものがあつた、しかし之等は到底現代と比較すべきでなく、唯歴史的沿革として語るべきに過ぎないと思ふ。

近代の歐洲と衛生の發達 降つて歐洲方面ではクリスト紀元後に至り、クリスト教は人間の肉體よりは精神の神聖なるを説き、又佛教の如きも精神淨化による成佛を高調したけれども、歐洲クリスト教國にても彼の猛烈なる惡疫たる、ペスト、コレラ、癩病、梅毒等の如きは之を非常に恐れ、其の隔離のためには病院、隔離病舎等が設けられる傾きとなつた、降つて中世紀以後には歐洲各國民間の衛生思想は發達し、斯かる方面の施設も從つて完備するに至つた、然るに眞正の意味に於て衛生とか疾病の豫防と云ふことに向つて科學的に一新紀元を劃したのは、英國の醫師

エドワード・ジエンナー(一七四九—一八二三年)により千七百九十六年に種痘法の完成したといふことであつた、更に現行はるる衛生學の發達を見るに至つたのは、十九世紀の末葉に於ける獨逸の醫學者マックス・フオン・ベツテンコッフ(一八一八—一九〇一年)の力である、彼は先づ吾々の健康は自身の病變のみならず、外界の影響により障害を蒙るものであることを知り、衛生學は獨り惡疫に對する原因を探究するに止まらず、化學及び物理學、工業及び技術の成果を日常生活上に利用し、例へば衣服、營養、空氣、土地住居の性質等に對する要求を所謂衛生的に取扱ひ、其の思想の下に解決すべきものであることを主張した。

續いて獨逸の篤學者であつて一大發見者たるローベルト・コッホ(一八四三—一九一〇年)が現れた、彼は特殊の培養基に細菌を純粹に培養する方法を發見し、其の門下生等は非常なる努力を以て、從來不明とせられてゐる各種の傳染病病原體の發見をした、例へばチフス、デフテリ、結核菌等の如き之であつた、斯かる病原體の發見以來疾病の治療及び豫防上に一大革命を起さしむるに至つたのである。

又佛蘭西にはルイ・パスツールが出て狂犬病豫防接種法を發見し、更に獨逸には

エーレルリツヒ、ワツセルマン、フリユツゲイ等の衛生學者が續出し、防疫上にも一大貢獻をなす所があつた。又英國のゴイルトン氏によりユーゼニックス(優生學)が創始され、其の學派を汲める獨逸のシャルマイヤー氏等により民族衛生學が發達した。現在日本に於ける衛生學の多くは之等諸學派の流れを汲んだものである。

日本と近代衛生學の發達 然らば我邦にては西歐の科學が入込んでくるまで衛生學上の文籍はなかつたかと云ふに、敢て然らずであり、既に二百七八十年前に貝原益軒の願生輯要あり、又元祿四年には竹中修庵の古今養性錄あり、又食物につきては本朝食鑑等があつた。前二書は略ぼ其の分類の趣を同ふし、服食起居、修養導引(今日の體操)、救急、養老、慈幼(育兒)、用藥、鍼灸、禁厭等に分ちて論じてゐた。されど科學の進歩したる今日より見れば其の説く所を異にせるものの少なくないのは免れ難い所である。

さて、熟つら衛生思想發達の變遷を顧るに、洋の東西を論ぜず、人智の發達未だ幼稚なる時代に在つては、古より病を以て神罰又は邪鬼の爲めに苦しめらるるものと考へた、故に之を治療し或は豫防するにも亦禁厭祈禱の法を以てした、然れども

支那の聖人は千年前より既に衛生の理を明かにせしものの如く、例へば「君子は敬せざることなし、身を敬するを大なりとなす、身は親の枝なり」云々の言をなせるものもある、之れ實に卓見であり凡百の疾病は身を敬しまざるより來るものであつて、敢て鬼神惡魔の所業ならざるを悟るならば直に衛生といふ考へを生ずるに至るものである、人智即ち文化の發達に伴ひ各民族間に斯る思想の變遷を経て、經驗より經驗を生じ、其の貴重なる經驗は科學の進歩と共に學術上の證明を與へられ今日の衛生學を生ずるに至つたものである。

要するに衛生は先づ己れ自ら其の身を戒慎し、而して後他人の扶助を籍るにあらざれば身を護ること能はざる老幼弱者を保護するに外ならない、我邦の稍古い書物、彼の貝原益軒の養生訓四冊の如きは此の思想を以て解説されてある、されど斯る思想にも時勢の進運と共に多少の變遷を免れない、即ち從來の衛生は主として病弱者の保護、養生と云ふが如き、退いて自ら護り其の行ひを慎しむといふ消極的の考へに發足したものが多かつたのであるが、今日に於ては寧ろ健康者は日常其の健康保持増進を策し、之が爲めには平生より積極的に身體の鍛練を圖り、不

良なる外來の影響や、日常脅かされんとする疾病に對し抵抗力を強めるといふ豫防的精神が大に加はることになつたのである。

學術の進歩と衛生の分科 學術の進歩と共に衛生も亦種々小さく専門的に分類されるに至つたけれども、之を大別して先づ個人各自の衛生を論ずるを個人衛生と云ひ、此の個人衛生を適當に一家内に應用するのを家庭衛生と云ひ、更にこの家庭衛生を綜合して廣く市町村の如き團體大にしては一國に施すことを公衆衛生と稱し、或は社會施設を中心として行ふものを社會衛生と云ふのである、加之近時漸く國際間の交通頻繁となり、疾病又は保健的各般の事項に於て國際間の衛生を必要とすることあり、茲に於てか國際衛生が生じた、現に國際聯盟本部の事業中に保健委員部の獨立あるが如き之である、斯くて之等各種の衛生を學術的根據より攻究するを何々衛生學と稱する、而して衛生がかく多岐に分かれるのは恰も天下を治むるに修身、齊家、治國、平天下を順序とするが如きものである、本篇に於ては主として個人衛生を中心とし、吾々の健康保持と増進に關係ある各方面の事實を附け加へ述べて行きたいと思ふのである。

第二章 生殖及遺傳衛生

國家と人口 抑國家の隆盛を保つには、その國の人口が多く、一般國民の體質が強健で能く働らくに堪へて、所謂能率に富むよふでなければならぬ、然るに近頃は食料との均衡上、盛に人口が繁殖すれば遂に食糧が減乏するといふ虞れで、産兒制限論などを主張する人もあるが、國民が擧つて身體強健となり、各自の擔任する業務の能率が上るよふになれば、食物を獲る手段方法も逐次進歩して格別食糧の減乏に苦しむといふこともなからふと思はれる、その點から見ても各自が專一心掛けて務むべきことは衛生法の實踐である、明治四十年頃に一時我國の出生率が殆んど頂上に達して近き將來に下り坂になるだらふといふ説をたてた人もあつたが、十二年も後れて實際大正九年頃から我國の出生率が一時漸次遞減を示してゐたので、これを見て、日本の人口は減少に傾いたかと思つて心配したこともあつたが、其後再び上昇するに至つたので、現在尙ほ日本の人口は減少せず自然増加は年々殖える一方であり、而もその殖える所以は、よしや生れる方は減じて來た

としても(事實は減せず)死亡するものの数が減少すれば差引き人口は毎年殖えるのであるが、日本の現状では、出生率も著しく降らず、死亡率は反つて稍低下するので、人口の自然増加率は概して増加の一方であつて至極喜ばしいことである。出生率の減少するといふことは、世態の變遷で生活が困難に赴く一般文明の進化に伴ふのであつて、文化國では已むを得ない現象かとも思はれる、しかし死亡率の減少するといふのは確かに衛生思想普及發達の結果であると云はねばならぬ、以下少しく求嗣結婚の衛生に關し述べたいと思ふ。

結婚の理想 先づ婚姻のことであるが、正式の結婚によつて出生する公生兒は死産するものが少なく、私生兒は死産するものが多くて出生後も發育が不完全であり、一年未滿で死亡するものが多いのである、そうしてみると出生数が多い少ないといふ計數上にはばかり偏らずに、公生兒が多く生まれるとか、私生兒が多く生まれるとかいふことにまで細かに穿鑿してゆかなくてはならない、ただ出生率が減少したとか減少しないとかいふことの論ではなく、望むことは公生兒の出生の多いことである、それには正式の結婚といふことが大切である、また統計の際、健康状態の良否を有配偶者と無配偶者で比較して見ると、明らかに有配偶者の方が健康状態が良いといふことも既に知られてゐる、それであるから正式の結婚といふことが直ちに國民の衛生上大なる關係を有してゐる、歐米諸國のよふに生活が困難でその爲めに配偶者を自ら見出して結婚するといふ所では、自然晩婚の人が多くなる、結婚後に同棲することが五年間を過ぎたならば木婚式、十年間を経たならば錫婚式と云つて祝などをするのは、あまり早計だと思ふ、私は少なくとも、世間に最も知れ渡つてゐるとほり、二十五年目の銀婚式、或は五十年目の金婚式、又はその以上をも多く世間で見るよふにしたいと思ふのである、よく婚禮の祝辭に、夫婦共白髪で八千代までも同棲するといふ言葉を用ひるが、眞にその通りありたきことである、夫婦共高齢に達するように衛生に適へる生活を實踐されんことを希望するわけである。

そこで婚姻については先づ當事者男女共に健康でなければその間に擧げた子女の健全に發達することも望み難い、之に付ては自然界のことを觀察するに、彼の鷹の雌は雄に馴るる前に長時間劇しく雄を追ひ廻し、後には自ら逃げ廻りて雄の

翼の強弱を試み、然る後交尾し卵を産み、巢籠りの間には雄の給食を頼むものであるとさへ言はれてゐる。是れは強力の後嗣を得んがためである。又臺灣の蠻人も其の配偶者を求むるときは、殆んど鷹に等しく、種々の青年男子の勇氣を試して後に結婚すると云ふのである。吾々は結婚すべき當事者や、其の父母は冷靜に斯かる精神を持ち、好配を得、又は其の愛兒に配するの心掛けがあらうと思ふ。

前にも述べたとほり、長命する人の系統をよく調査する必要がある。現在我國の民法及び其の附屬法で婚姻に關する法律の規定はあるが、其の法文の上にもあるとほり年齢によつては必ず父母の許しを得なければならぬように規定されてゐるのに、自由結婚などといふ面白くない風儀があらはれてきて、男女相愛の故を以て恣に結婚などをすれば、愛戀の情に驅られて結婚はしたもの、子供を擧ぐることが出來ないのは實に嘆かましいことである。尤もこの民法は、日本の從來の舊慣を俄かに破ることをしては餘り嚴重窮屈に過ぎて宜しくないといふので、餘程結婚年齢だの或は從兄弟どふしの結婚などは寛大に規定されてゐるが、衛生上の點から云ふと今少し嚴重であつた方が安心だらうと思ふ點もある。歐米、就中北米

合衆國あたりでは、聯邦一般の國法ではないが、各州で自由に結婚に關する法律を制定し、一面には惡疾を防ぎ、一面には常習的犯罪の悪い性質の者の跡を斷たしめるために、結婚を非常に嚴重に取締つてゐる。結婚を許すにしても、悪い子孫の絶滅するよふに去勢までも施して許すといふよふなことをしてゐるところもある。それから結婚を届け出る時には必ず双方の健康證明書を提出させる規定になつてゐる州もある。日本でも結婚當事者は各々健康であるといふ事の證明を要すると法律で規定して貰ひたいといふ請願が出て、それを私が議院に紹介したこともある。無論それが實行されるか否かは分からないけれども、優生學上より遺傳の事などを考へると是非ともそふいふことはあつた方がよからうと私は賛成してゐる。しかし子供の出來ぬよふにして結婚させることは日本の國體上出來ないことかも知れないが、互に健康を證明する位のことにはあつても然るべきだと思ふ。從來の習慣で婚姻する前にはその家系に惡疾があらはれたか否かといふことは取調べるのであるが、その惡疾といふのは癩病のことで、今日廣く擴つてゐる花柳病(梅毒)などは輕視して一向惡疾の中へは入れないよふである。又最も遺傳し易い精神病、

癩癩なども輕視して癩病のように恐れては居らないように思はれる、之に反して俗に肺病といふ昔の病名では勞瘵今日の肺結核等は遺傳するものであるといつて非常に忌避してゐる、しかし今日の病理學で考へると肺病は確かに肺病として遺傳してゆくかどうかは明かでなく、單に本病に罹り易い素質は遺傳するであらふとせられてある、従つて小兒の育て方によつては腺病質の人でも必ず肺病を發するものではないように思はれる、さういふ風に一般世間で考へてゐることと醫學者の見るのとは少しづつ異つてゐる點がある、その點は大に注意すべき事項であらふと思ふ、近親の結婚がその間に不具者、瘡啞者を出すことは統計上明らかになつてゐるから、専門の學者からは三等親間の結婚は絶対に禁じ、或は四等親までも結婚は止めた方がよいといふ意見も出てゐる、これらも結婚に就て注意すべき點だと思ふ、それから結婚の目的は後嗣の子孫を求めるといふのであるから、成るべく早く子福者系統と縁組する方がよいと思はれる、實際子供がほしいから結婚するといふのであつても、昔の女大學のよふに子無きは去るといふようなのは、實に無慘な氣の毒な議論である、幸にして日本の民族は不妊者が少ないよふであり、

而も不妊の原因が女の身體にばかりあるものではなくて、男子にその原因のある場合の方が多いのである、現に私に見てゐる統計では七割は男子に、三割は女子に缺點があるとしてある、實に昔のように女子にばかり罪があるよふに思つたのは苛酷極つた話だと思はれる。

婚姻の年齢 昔のように極めて若い年齢で配偶者を求めるといふことは、時勢の變遷で次第に減ずることとなつた、しかし日本の國風では家系を重んずるから、成るべく早く後嗣者を得たいと思ふのは免れない、さういふ場合にはやむを得ないが民法規定の女子十五歳男子十七歳といふ如き早婚は廢めて、なるべくは婚姻はあそくした方がよい、それは新婚者夫婦の身體のためにも、又其の間に生まれた子供のためにも良いのである、その理由は、兩親の身體さへもまだ充分發育しあはらないうちに出來た子供は、身體は勿論健康を缺ぎ、又子供を養育する上に於ても兩親が若いために完全な注意を缺ぐといふ恐れがあるからである、丁年にも達しない者がたとへ法律で許してあつても結婚するといふことはあまり奨められないことである、統計によつて見るも、二十歳以前に實際結婚するといふことは追々

少なくなる状態を示して居り、男女共に二十歳以上二十五歳迄の間に結婚するの
が今の處一番多いよふである、女子の妊孕する機能の最も盛んなのは二十歳から
四十歳迄の間であるから、假にこの二十年間に八人の子供を生むとすると、妊娠期
が満九箇月、産後母乳で子供を哺乳する期間が一年とし、そうして次の子供を妊娠
する間が又九箇月とすると、都合二年半おきに一人づつ子供が出来るわけになる、
毎年子などといふ頻繁な産をしては、兎角母親の身體を害ふものである、今述
べたように二年半毎に一兒を産することは最も理想に叶つてゐる、それはただ衛
生上で云ふばかりでなく、續けて出産すると一家の經濟上からも都合が悪く、子供
を養育するにも悪い、衛生上から云へば専ら母親の健康が危険であつて、少しも身
體の休まる暇がないのであるから、今述べた二年半毎に産むのが最も理想ならん
と思はれる、しかし内閣統計局で大正十四年の事實に付き調査した所によると、母
親の二二・八歳までに嫡出子總數の四分の一が生れ、二七・一歳までに二分の一を生
み、三三・八歳までに四分の三が生れてゐるのであつて、この事は年若い母性が比較
的短かい年齢間隔に於て分娩し、三十四歳以降は其の期間が漸次延長して行くの

を認められるであらふ、事實に於て二十歳臺の母性は、年子か又は少なくとも二年
半内外に一人の子を生んでゐたものが、三十歳となれば其の期間が延びて間遠に
なるのである、故に此點よりせば婦女子の婚期が約五年延びれば二人、十年遅く
れば約四人の小兒數を減せしむる結果となるも見られるのであらふ。

普通は結婚後大抵二年以内には妊孕するものであるが、あまり晩婚にならない
よふに、二十歳から三十歳迄の間に結婚するのが一番よからうと思はれる、そこで
結婚後初妊までの時日を二年以内とすると、結婚後二年以内に子供が出来ないと、
これは生涯子供なし即ち石婦ではりはしないかと頻に心配する若い婦人が
あるが、一年半や二年位で子供が出来ぬからとて心配するには及ばないだらふと
思ふ、前にも云つたとほり、不妊症はその原因が男子の身體にあることが多く、男子
にある缺點はたとへ醫師の診断を受けてその原因が明らかになつても、尙ほ治療
するのは餘程困難である、女子にその原因があるのは、この節は婦人科の醫學が進
歩してゐるから専門の醫師の診察を受けて氣長に養生をしたり、或は手術等を受
けると全快して子福者になることがある、また新婦の生活が一變して生家に居つ

た時と俄かに生活状態が異なるようになると、病氣でも何でもなくて妊孕期のよく
 れることがある、生活の變動が身體に及ぼす影響を考へると、紡績工場又は煙草製
 造所の女工等が非常に働らくとそのため月經が少なくなつたり、或はまるで無
 くなつたりすることがある、それであるから女工でなくとも、生活が急に變じて勞
 働することが多くなると妊孕期がよそくなる、その場合は病氣ではないから、必ず
 しも醫師にかからなくとも良く、心配せずに生活を寛かにしてみたらばよから
 ふと思ふのである。

男女配偶者間の年齢の差 これは男子が年長で女子が年若であるといふのが
 通例であるが、支那の古い生理説でもその妊孕期は男は六十四歳迄、女は四十九歳
 迄といふことが見えて居り、女子の方が早く妊孕期を失ふから、男子が年上で女子
 が年下といふのは自然の道理で至極よいと思はれる、然らば年齢はどの位の差が
 あるのがよいかと云へば、先づ五歳から十歳位までが相當であらうと思はれる、統
 計上からもさういふことが示されてゐる、餘り年齢の違つてゐるのは妊娠の上に
 も不適當であり、其の間に儲けた子供も虚弱である、男子が一旦配偶者を失つて年

齡の至極若い後妻を迎へる時には、随分年齢のちがつた夫婦がそこに成立つが、そ
 れでも婦人の方が若ければ妊娠しないことはないのである、つまり年齢が大層ち
 がつても子供を擧げることがはあるが、その子供は虚弱であるといふことを知つて
 ゐて、よく注意したらよからふと思ふのである。

母性保健 人生には楷梯がある、生理上學者は便宜人生に時期を分つこと左の
 如くである、

- 初生兒……………(生後十日頃迄)
- 乳兒期……………(生後一箇年)
- 幼兒期……………(一—六年)
- 學齡期……………(七—一三年)
- 移行期(少年少女期)……………(之より男女兩性が分る、即ち之は
- 學齡期後春機發動期に入るまでである)
- 青年期……………(春機發動期に入りてより發育完
- 成二十五歳頃までである)

壯年期……………(二五—六〇歳迄)
 老年期……………(六〇歳以上)

青年期以後男女は明らかに區別され、女は處女として完成し母性期に入るのである。又今假りに大正七年の統計によつて更に之を細かく分けて見ると略ぼ次の數が得られる。

- 〇—一四歳(小兒總數)……………一九、八八九、四〇〇人
- (同上中女兒數)……………(九、八二七、〇〇〇人)
- 一五—五〇歳の女性(妊孕齡)……………一三、四八四、六〇〇人
- 一五—二〇歳の女性(之を今假に處女と見做す)……………二、六六六、四〇〇人
- 一五—五〇歳の女性中有配偶者(母性)……………七、四六四、六〇〇人

此の約七百四十六萬五千人こそ眞の母性である。

處女期の保健 處女期に屬するものは凡そ二百六十六萬六千人(此中に多少既婚者あらん)であるが、此の期に入るや月經が初潮し初めて完全に婦人となつたとの感を強くし、身神共に女としての影響を受くるよふになるが、なるべく従前の如く十分活潑に運動させ、身神の鍛練をつづけしめるが良い、而して身神の完成を期し母體の完全なる發達をとげしめねばならぬ、之には合理的の運動と、なるべく榮養を多く給し、多食せしむるが良い、此の時代は病魔殊に結核に最も侵され易い時期であるから、清新なる大氣に親ましめ、榮養をとり、運動をなすだけ努めしむることが必要である。

此の時代の女性に結核の多いのは殊に日本で著しい所であつて、今總死亡千人中一〇—三〇歳迄の結核死亡を見るに、大正五—十一年迄の七箇年平均では次のよふである。

全結核	一〇—一五年	一五—二〇年	二〇—二五年	二五—三〇年
男……………	八九・二五……………	三・六八……………	一三・六五……………	一五・四九……………
女……………	一〇五・七〇……………	九・六九……………	二二・〇九……………	一八・二七……………
				一二・四五……………

即ち男性に比し女性の結核死亡の多きこと十乃至十五年では約三倍、十五乃至二十年では約二倍に當つてゐる。

更に之をまとめて觀察すると總死亡千につき結核關係は次の如くなる。

全結核死	一〇—三〇歳の結核死	(其の他の年齢)
男……………八九・一五……………	四三・三〇……………	(四五・八五)
女……………一〇五・七〇……………	六二・五〇……………	(四三・二〇)

二〇—三〇歳は殊に盛んに妊娠分娩し、又授乳の大役ある年齢である、而して此間吾國の虚弱なる女性が如何に多く結核で死亡してゐるかを認められるであらふ、此の男女の差がかくまでに多いと云ふことは文化國では日本のみの現象である、而して此の特に虚弱なる日本の婦女子が生んだ子供に生活力の薄弱な嬰兒の多いことは免かれ難い所であらふ。

母性の衛生 眞の母性有資格者は一五—五十歳の妊孕年齢に屬する女性中の有配偶者七百四十六萬四千六百人こそ天下晴れての母性である、而して母性の生理的大役とも云ふべきは、妊娠、分娩、授乳、育児といふことである、餘程身體に注意し、榮養を多くとり睡眠を多くし、出来る限り過勞を避けるよふに注意しないと健康を害される恐れが多いのである、されば昔スバルタでは此の大役に耐えしめんがために女子の教養には非常に注意を拂つた。

妊娠及び娩産 凡そ妊娠娩産といふことは女子の天職であるから、天然にまかせておいて不攝生さへしなれば危険のない筈のものであるが、妊娠してゐる時もしてゐない時のよふに慎みを忘れて一向無頓着であることは危険である、さりとて病人ではないから平日の生活を一變して仕事を擲つなどいふことはよろしくない、なるべく注意をしつつ平日の生活を續けてゆくことが一番良いだらふと思ふ、内務省の衛生局では、妊産婦の心得とか又は、お産の前後などといふ小冊子を發行して、國民の慎み守るべき道を宣傳してゐるから、それを讀んでよく守つたらよからふと思ふ。

要するに飲食物の攝生や、或は重いものを持ちあげるなどか、高い所へ手をあげるななどといふ日常世間にある動作の戒めや、其の他むづかしいものもあるが、私はその方の専門家ではないから一々此處では述べずに小冊子に譲つておきたい。妊娠は格別女子の身體に危害を與へるものではないが、妊娠の初期にくる俗に云ふ「つわり」即ち惡阻が起つてきて、食物の嗜好が變るとか、或は胸が悪くて時々嘔吐するとかいふことがある、全く「つわり」氣のない人もあれど、初妊の時は多少「つわ

り氣のあるものが多いようである、悪阻は妊娠の最初の一二箇月間であつて、段々胎兒の成長すると共につわり氣の無くなるのが常である、五箇月以上にもなつてもつわり氣が多くてそのために食氣が細くなつて、多少危険を見るといふよふになる、つわり氣を得ず折角妊娠したものを途中で人工的に流産させてしまはなくてはならぬといふ不幸を見ることもあるから、軽いつわりならば勿論醫師に見せる必要もないが、長く續くときは醫師にかけないと折角の妊娠が無益になることがある、そのほか妊娠中に種々軽い病症を現はしてくることもあるが、此處ではすべて略しておくこととする。

それから女子の死亡率を統計によつて見ると、この妊娠の最も盛んな年齢の死亡が一番多く、しかも古來言つてゐた三十三歳の厄年の頃が一番妊孕の機能の盛んな頃であつて、本厄、前厄といふことを云ふが實際その頃に死ぬ人が多い、男子にも二十五歳と四十二歳の兩度の厄年がある、その方は統計上罹病死亡の關係が明らかでない、そこで歐洲の國々でもこういういふことがあるかと思つて統計を調べて見ると、埃太利、洪牙利、伊太利、和蘭、この四國では丁度日本の厄年にあたる頃に女子

の死亡が餘計になつてゐると云ふ説がある、これが果して妊娠のためであるかどうかは原因がつきとめてないが、或は日本と同じ原因からくるのではないかともし思はれる、もう一つ厄年頃に死亡の原因となるのは結核である、近頃の説によると、結核は老年になつてからは餘り罹るものではなくて、多くは幼少の頃に感染するのであると云つてゐる、或はそうかも知れない、しかしそれが一時體內に潜伏してゐて、何かことがあるとその時現れて、遂に生命を奪つてゆくよふになる、それには前に述べたよふに、あまり屢々妊娠すると兎角その時に結核症が起つてくるのである、直接妊孕死亡の方の數に入れてよいかどうかは別として、産後の肥立ちが悪いとそのためにも死亡することがある、漢法では癩癆といふ名をつけてゐる。

老人のところでは老人の扶養をする人のない時には養老院を設けて老人を養ふといふことを述べるから、此處では産院に就て一言して置きたい、貧困のものが妊娠の月が進んで勞働に當ることも家事に當ることも出来ぬ場合に、安心して分娩を終ることの出来るよふに設けた産院といふものが歐洲では舊來からよく出来てゐたのであるが、日本でも社會事業として近來少しづつそういうことを始めた

よふである、一體このことは、大變風儀上に關係のあることで、産院では生まれた子供の始末までもしてやらなければならぬ場合も多いから、親が自ら産み放して養育してゆくことが出来ねば孤兒のかたちになるから、廣くそういう者を收容する孤兒院をも設けてかからなくてはならぬ、そこで、分娩させて孤兒の始末までしてやるといふことになる、と風儀上に關係するといふのは、所謂私生兒の生産を黙認して促がすことになり、産院の方でも自分の地位をかくしてあとの子供の始末をして貰ふといふような人が多くなると、一方からいへば斯様な人々でさへ安らかに出産が出来るといふのは人道に叶つたことではあるが、又裏面から云ふと正式の結婚による出産でない所謂私生兒を産出することを促すよふになつて、大に考へなくてはならぬことだと思ふのである。

茲で一寸日常の生活慣習と娩産の難易につき少しく述べんに、世の文化が進むにつれて娩産の困難を増すようである、日本の女子は歐米の女子とちがつて出産に臨んでの覺悟がよく、忍耐強いよふに思はれる、近頃米國では無痛娩産法なども行はれる、しかし翻つて考へると、従來の日本婦人の衣服、起居動作が幾分か娩産を

軽くさせてゐるのかもしれない、近頃は日本の婦人でも洋服を着て立働いてゐるものが多いのであるが、それに對して日本式に坐つてゐる女子を比較してみると、骨盤傾斜の角度が、後者が少くて三十三度乃至四十四度であつて、洋服を着て直立若くは少し反り身になつてゐる姿勢から見ると日本式に坐つてゐるものの方は前屈みであるが、たとへ外観は立派でなくとも、娩産の時の苦痛は前屈みの人の方に少いのであらふ、そこで文化が進むに従つて娩産の困難を増すといふことは、一つには女子の身體が柔弱になつてくるといふことも原因であらう、日本でも中流以下の卑賤なものは、娩産の時に醫師を迎へるなどといふことはないが、高貴の人々は醫師を立會はせて「早め薬」「催生薬」といふものを用ひてゐた習慣があつた、昔の「早め薬」とは少しくちがふが、女子の身體が柔弱になると子宮の收縮力が不足になるから、幾分か薬の力をかりなければならぬことになつてくる、西洋流の醫學が廣く日本で行はれるよふになつてきて、矢張娩産の時に子宮の收縮を促すために、又後産を樂に産み下させる爲に薬を飲ませることを常のよふに心得てゐる人があるが、丁度生れたばかりの初生兒に薬を飲ませると同様に、不必要な場合に

藥三昧をするといふことは誠に悪い習慣である。

母性死亡 妊娠及産に因する死亡を又母性死亡と云ふのである、而して妊娠及産は女性にのみ許されたる天職であるが、此のためには多くの女性が死亡するといふことは前述の如くである、而して最近の吾國では次の如くである。

	實數	總死亡千に付母性死亡	生産千に付母性死亡
大正十一年	六、五六五	五・二	三・三
同 十二年	六、八九七	五・二	三・三
同 十三年	六、二七三	五・〇	三・一
同 十四年	六、三〇九	五・二	三・〇
昭和十五年	五、七二一	四・九	二・七
以上五箇年平均	六、三五八	五・一	三・一

即ち妊娠は病氣ではないが母性にとりては過大なる生理的負擔であつて、日本全國で妊娠分娩により最近五箇年平均では一箇年約六千四百人の母性が死んでゐる、即ち一日に付き約二十人の女性が妊娠のために殺されてゐるのである。

日本婦人の妊孕率

日本の出產總數は内地では大正十五年昭和元年に(生産及死産を合し)二、二二八、四三三人であつたから、一日には六、一〇五人三分、一時間には二五四人四分、一分間には四人二分の割合で生れたのである。

然るに昨年は未だ各年齢階級別、人口關係及配偶有無の關係が不明であるから、此の事情の明らかなる大正十四年第二回國勢調査の結果をかりて、其の翌年の出產數に關し計算すれば略ぼ次の如くである。

一五—五〇歳の女性總數	一四、〇九九、六〇〇
同上中有配偶の母性	九、五九四、六〇〇
大正十五年昭和元年の出產(生産死産を含む)	二、二二八、四〇〇
有配偶の母性百に對する妊孕率	二三・二二
出產一に對する有配偶の母性數	四・三〇

即ち此の年齢階級に屬する有配偶の母性四人三分に付き一人の出產がある割合であつて、之を大正七年の事實、有配偶の母性百に對する妊孕率二五・七八%、出產一に對する有配偶の母性三人八分五厘と較ぶれば、此の八箇年間に吾國婦人の妊

孕率は二五五%だけ低下せるを認められる。

乳児に對する母體 乳児に對する唯一の榮養供給者としての母體は極めて重大なる意義を有するものである、大戦中獨逸では一般國民の榮養が缺乏し、ために母乳は不良となり、母乳哺育兒の發育殊に骨質、齒牙發育は牛乳榮養兒よりも不良となつたのである、日本の農村婦人の粗食と母乳の關係は如何であらふ、農村小兒の發育不良なることと思ひ較ぶれば意味深長であるよふに考へられる、日本の女性は一層榮養に注意し、是非とも今よりも多く蛋白質をとる必要があるのではないかと思ふ。

母體は又小兒に對する鑄型である、體格に於て又性格に於て然りである、健康にして體力強き女性は良く男性を制禦し得るであらふ、男子の要求に耐えうる能力殊に體力といふことは人間生活、殊に家庭生活の平和と貞潔を保つ上に於ける必須條件であらふ、人の妻として男性を制し得るなれば、不純なる婦人を介して花柳病の惡魔が、夫の身體を通じ家庭に侵入する機會をなからしむるであらふ。

米國の婦人は良く強健なる體力により男性を支配すると稱せられてゐる、婦人の活潑と健康とは婦人の美貌と家庭平和の根源である、婦人と花とは美しくすぎることはない、國家と吾が夫と子女のために、健康美を増すことに心掛けねばならぬ。

胎教 支那の古い頃から妊娠中に守るべき攝生法を甚だ嚴しく説いてゐるものがあるが、その方は身體に關するよりは主に精神上のことを説いてゐるのであつて、少しく迂遠な感じを起させないでもないが、追々遺傳學所謂優生學又は民族衛生學などがひらけて、仔細に研究されてくると、古代から教へ來つてゐる胎教などといふものは全く架空の説であると云つて一概に斥くべきものではなからうと思はれる。母親の腹は借物などと云つて一時日本でも母體を一向に省みなかつた時代もあり、父から傳つた種ばかり尊いものによふに云つてゐた、こういう工合に母親を輕視するのは、今考へると間違つてゐたよふに思はれる、先づ胎教といふ文字に書いてある表面だけを見て、それだけの狭い意味のものだと思つてゐるから迂遠だなどと云ふのであるけれども、深い意味を玩味してみると、文字の表面の意味ばかりでなく、餘程深い哲學上の研究がしてあつたものによふである、一

例をあげると妊婦は座臥共に端正でなくてはならぬといふことがある、身體を曲げてゐると其の爲めに胎兒の位置が變るよふなことを云つてゐるが、實際は胎兒は水中に浮游してゐるよふなもので、坐り方や寝方に依つて位置の格別變るよふなものではない、しかし何事も正しくといふのは、つまり思想を正しくもつて邪まな心を抱くなといふことで、悪い心を起すと子供にまでその缺點が傳るから、成長の後不良な精神を起させないよふにするには、決して母親が間違つた心を抱いてはならない、母胎内で養つてゐる間に正しくしなければならぬといふ戒めで、これは優生學又は民族衛生學上大切にしなければならぬことだと思ふ。

妊婦の身體的衛生に關しては、日本の現在に於ても喧ましく論ぜられるのであるが、之と其の重要性に於ては敢て劣らない妊婦の精神衛生に付て多く注意されないのは遺憾である、要するに此の胎教とは妊婦の精神衛生に重きを置きて説きたるものである、支那では彼の禮記の中に、婦人が子を孕むと必ず胎教があると云ひ、又朱子の小學に「婦人子を妊娠ば寝るに側せず、坐するに邊せず、立つに蹕かたあしだちせず、邪味を食はず、席正しからざれば坐せず、目邪食を見ず、耳淫聲を聽かず

夜は則ち警をして詩を誦し正事を道はしむ、此の如くならば則ち生子形容端正、才人に過ぐ」と説き、更に降つて唐の時代に陳邈の妻鄭氏は「女孝經」中に胎教のことを記し、又宋の宋若華女史の「女論語」、清の王節の「女範捷錄」等の中にも胎教の必要を説いてあると謂はるる、之等は皆良く朱子の小學に於ける思想の傳承が多いよふである。

日本に於ける胎教の思想は、勿論支那より傳はつたもので、明曆四年に辻原之甫が前述の「女孝經」を翻譯して胎教と云ふことを教へ、其後香月啓益は「婦人壽草」を、又藤井氏は「婦人養草」を著して胎教のことを紹介してゐる、それから元録の頃、大阪の稻生恒軒が「蠡斯草」といふ安産手引書を著し、胎内よりの教育のことを論じてゐる。

歐洲では十五世紀に於ける伊太利の人道教育家ヴェギウス氏初めて之を説き、近代に至り獨逸のデーリング氏は胎内教育に關し述べてゐる、其の他例示すれば多數であるが、上來掲げたるが如く何れも胎教は胎兒が母體內にある時に、母の身體を通じて優良なる資質を與へんとするものであつて、之に關する幾多の興味深

い挿話もあれど、茲には略する。

憶ふに胎教の効果如何は確證を以て論じ得ないけれども、母親が妊娠中に於ける節制は、遺傳學上より見ても徒爾ならざるべしと信ずるものである。

死産・流産・早産 健康なる母性が受胎すれば、其の後何等の障害なく経過するに於ては、約四十週即ち二百八十日にして分娩するものである、而して之が所謂生理的に月満ちて何等の故障なく分娩し得たる場合であつて、吾々は定期分娩と云ひ、その生まれた初生児は普通獨立の生活を營み得るものである、又それ以後にくるものを晩産と云ふ。

然るに母體の疾病若くは傷害等の爲めに胎児が死亡して娩出されることがある、之を死産と云ふ、尙ほ妊娠六箇月即ち二十八週までのものを流産と云ひ、其の生まれた子供はよしや多少の生活反應があつたにせよ直に死亡するのが常である、二十八週以後三十八週までの出産を早産と云ひ、之は保育の方法宜しきを得れば生命を保ち得るものであるが、其の早産が早ければ早いほど育て難い、三十九週乃至四十週のものには即ち定期分娩である。

流産の數字的統計は之を確實に知り難いけれども、死産に付ては各國の統計が明らかである、例へば日本内地では人口千に付き、大正十一・二年は各二・三、同十三乃至十五年昭和元年の率は各二・一である、之を各國に比較すれば、瑞西、和蘭、丁抹、瑞典、諾威等は此の率〇・五内外である、如何に我邦に死産が多いかを察せられる、尙ほ之を他の異つた比較から觀察し、出生百に對し最近五箇年間に於ける全國平均死産率は五・九であり、尙ほ詳細を示せば次の如くである。

大正十一年	六・三	大正十四年	五・六
同 十二年	六・一	同 十五年	五・六
同 十三年	五・九	以上五箇年平均	五・九

英領の新開地であり、未だ殖民地の域を脱せない濠洲のニュー・ジラランドでさへ出生百に對する死産率は大正十二年より昭和二年に至る五箇年平均は三・二弱である、之につけても特に吾國では母性の衛生思想啓發及び妊婦の保健的注意の必要を思はざるを得ないものである。

遺傳と環境の影響 遺傳と環境の影響とは往々誤解され易いのであるが、之に

はそれぞれ二三の實例をとつて述べて見たいと思ふ。

種族の遺傳 昔から瓜の蔓に茄子はならないと云つてゐる、しかし同じ瓜の蔓よりよい瓜を獲、又茄子の枝より大きい茄子は得られる、之を種族の遺傳と云ふ、今實例を以て示せば、植物界にある、即ち松、杉、檜等の實は小さいが、之れが適良なる山地に落つれば、百年を経て所謂天を摩するの巨木となり得る、梅、桃の實は大きいが年経るも巨木とはなり得ない、落花生の實も粒は大きい、しかし蒔けば地を這ふ短かい草たるに過ぎない、又玉蜀黍の一粒は、蒔けば數十日で人の身長よりも伸びるが一年草である、更に動物界の實例を見るに、二十日鼠はどこまでも彼の指の大きさをたると二十日鼠にすぎない、巨象の子はあくまで巨象である、斯くの如きは之を種族の遺傳と云ふのである。

環境の影響 往々誤解があるから一寸觸れて置きたい、植物界に於ても肥沃の地と瘦地とに蒔きし種の運命は自ら異なるものであり、又鉢植えと野生との間にも發育上差異がある、動物界殊に蜜蜂の王蜂や、白蟻中の王白蟻の出来るのはたまたま卵として生みつけられた巢の中の位置により、又は食物、榮養の關係より來る差

異により生ずる、人間界にては之れほど顯著ではないが、しかも之に類した現象がある、例へば裕福者と細民との間の子供に見る發育の差異の如き之れである、而して人種界にてはエスキモー、日本人、フキリツピン人、ラテン、チエウトン、アングロサクソンなど其の大きさの差がある、之は要するに種族遺傳の差異のみでなく、氣候、慣習、早晩婚、榮養、寄生蟲、合理的運動の有無等により生ずる環境の相違が影響するものである。

個性の遺傳 之には個人の性質が後裔に遺傳する場合と、遺傳しない場合の二つの方面がある。

先天的素質の遺傳 之は良惡共に子孫に遺傳する、例へば家系に於て良質遺傳の例を挙げれば、ダーヴキン家、ジョンナサン、エドワールド家及びホーヘンツォルレン王家等の如き之であり、又日本では名門としては島津家、學者としては箕作一家の如き之であり、尙ほ良い方では長壽者の遺傳もある。惡質遺傳の例として、ナボレオン家には癩癩、癌の遺傳があつたとか、米國の社會では最も有名な話であるが、ジエウクス、イシユマエル家系等は悖德不良の徒の簇出するものであるといふが

如く、先天性の遺傳は實に注意せざるべからざるものがある。

素質及び疾病の遺傳に付き解説して見るなれば、素質に於ては腺病質、結核、癩病、短命、矮少體格、肥胖質、齒列不整、母斑、精神低能、犯罪傾向等の素質は遺傳する、疾病では血友病、色盲、癩癩、腦溢血、精神病、腎臟病等も好んで遺傳するよふである、例へば癩癩の遺傳に關する實例は、エシユベリア氏によれば、一三六名の癩癩病患者から五三三名の小兒が生まれたが、その二割弱以外のものは悉く癩癩性の病氣又は神經病者であつたといふことが報告されてある。不具、畸形の遺傳としては、兔唇、少指症、多趾症等は遺傳する。

後天的に受けたる素質の遺傳 之には遺傳するものと遺傳しないものがある、遺傳せざるものとしては、例へば外傷による四肢の切斷、外傷性失明、外傷性鼓膜の破裂等の如き生殖細胞を害はざるものは遺傳しない。

遺傳するものとしては、胚種原形質即ち生殖細胞を害ふものであり、これを民族毒と云ふのであるが、例へば工業的に受くるものでは鉛中毒があり、又母親の厚化粧も此の類である、慢性の酒精中毒は睾丸萎縮を來し、その子孫には癩癩、腦膜炎、瘰

癧、低能、異常性格者等を生ずるものである。

微毒の害としては早流産、畸形、低能、白痴及び神經精神病者等を生ずるものであつて、斯くの如きは何れも後天性に受けたる性質なれども遺傳する。

以上により民族を害する不良の影響あるものの禍因は略ぼ明らかになつたことと思ふ、仍て民族衛生上の社會施設は之等の智識を基礎として行はれるべきものである。

民族衛生 ゴールトン卿は一八二二年英國のパーミンガム市在に生れ、九十歳の高齢を以て一九一一年歿したが、彼は進化論の鼻祖チャールズ・ダーウキンの従弟であつた、今より六十年前一八六九年に『遺傳的天才と其の法則と結果に關する調査』を發表し、今日吾人の云ふ遺傳に基ける民族衛生學的思想を述べた、其後一八七四年發行の『人間の能力』中に始めてユウゼニツクスの語を用ひたのが之れ今日の優生學又は民族衛生學の發端であつた。

民族衛生學とは何ぞやといふことに付き、ゴールトン氏の主張せる所は『後裔民族の身體的、精神的方面に對し、良好又は不良なる影響を及ぼすべき事實を研究す

る科學である」とした。

ゴールトン氏の思想に基き、個性の遺傳(優良素質及病的素質)を明らかにし、環境の影響を改善し、又民族を優良に改善するためには優種の繁殖助長を圖り、不良な環境を改善し、不良素質の遺傳を阻止し得べき方策を研究するものであつて、殊にこの思想が獨逸に入りてより「民族」を中心としての精神が濃厚となるに至つた。民族衛生上の社會施設に關する思想は古くより存在したことは上述の如くであるが、スバルタの攝政リクルグスは立法を以て、身分あるものの家系に出生する嬰兒は、體格検査を受けしむることとし、虛弱者は捨てさせて養育せしめず、健康兒は七歳までは父母の家庭に置くも、其の後は男女共に一定年齢迄國家が養育し、健全なる有資格者にのみ結婚を許した。

プラトンは其著「國家と律法」中にソクラテスと一青年の間答に籍りて民族衛生的思想を高調し、「國家」中には結婚に際しての制限、體質と年齢との制限を説き、勇者に多妻主義を許し、其の子孫を繁殖せしむべしと述べてゐる。律法中には獨身税を主張し、現伊太利に於てムッソリニ實行)飲酒の後裔に及ぼす害毒を説き、配偶撰擇上に對する國家の制裁を説いてゐる。

又此の種改良の實際施設は、農業、畜産界では盛んに行はれ、麥、稻の撰種、馬、牛、羊、豚、家禽等の種の撰擇上に實用されてゐる。然るに之れを支配する人間は反つて勝手氣儘のよふである。しかし、人間としては何人も美を好む、蓼食ふ虫も好々とは云ふが、何人たりとも自ら好んで醜婦を娶るものは少ない傾向を有する。此のことはやがて長い歲月の間人類界を支配し、漸次良質の遺傳を繼承し來つたものであらふ。

第三章 乳兒の衛生

初生兒 人の兒が此の世に生れ出るのに生きて産れるのと、既に生まれ出る前から生活力を失はれたものとして娩出せられるものとある。此の生きて産まれるのを生産或は出生と云ひ、死んで産まれるのを死産と云ふのである。此の生きて産み下された嬰兒はこれを初生兒と云ひ、これまで母の胎内にあつて自然に養育されてゐたものが、急に外界の刺戟を身體に受けて、呼吸や飲食の機轉を自ら營むよふになつたのであるから、生活の状態に一大變動を被るのであり、此の時期は大に他人の扶養を要する時である。母の胎内であれば氣候の寒暖の爲めに自己の身體の溫度を失ふこともなく、四時母の體溫で暖められて居り、又自分の身體は羊水即ち胎液の中に浮游してゐるから、母體に激動を受けたり又は母體に位置の變化があつても、それらは皆自身には直達しない、それから身體を養ふべき酸素瓦斯も、榮養分も皆母體の血液を介してこれを攝取し、自身の體内に生じた有害な瓦斯も一本の臍帶を通じて又母體に還送するよふになつてゐる、しかし一朝生れ落つれば、呼吸も初めてあがる産聲と共に自分で營むよふになり、滋養分は乳を吸ふことに始り、自體内で發温して體溫も保たなければならぬよふになる、それ故に生母は勿論其の他、傍の人が極めて幼弱なこの子供の成育を扶けなければならぬ。出産の刹那に少しでも扶養を怠る時には、月滿ちて生れた胎兒でも活氣をあらはすことなくしてそのままに終ることがある。

私生兒には死産が多いのは各國に於ける事例が一致し、吾國でも然りであるがそれは或は故意に打棄てておいて扶養を怠るよふなことはないであらふか、斯様な不幸を除くためには、豫め産婆の熟練といふことが必要である、譬へ産兒が假死の状態で産出された場合でも一應は起死回生の方法を試みる必要がある、然るに地方に行くに舊弊の從來産婆など云ふものが今も尙ほ残つてゐて、此の大切な注意を怠るよふな場合もないではあるまいかと思はれる。

出生届 出産届出の期限は、最初に發布された戸籍法によると、出産後十日以内とあつたが、其の後十四日以内に改正されたかと思ふ、この戸籍法の發布される前は、七夜前に名を付けて七夜迄に出産届を出したよふに記憶してゐる、然るに戸籍

法が制定されると共に、種々の不便から十日に日数が延長され、更に十四日に改正されたのである。何故に出産届の日限が延びたことを我々が穿鑿するかと云ふと、生死統計を作る際に、或はこれを研究するに當つて、生れてから後死亡するものは生後半月間に殊更に多いのであつて、新らしい統計年鑑を見ると、生後一箇月は特に五日間毎に細別して死亡数を掲げてある、そふして出産届が十日以後に於くてもよいといふことになる、と生れてすぐに死んだ場合には、出産届と死亡届と二度の重複する手数を省いて或は死産届にするかもしれない、徒らに死産のみ多くなると云ふ誤つた結果が現れる、そふすると結局大切な精密の統計を得ることが出来ぬといふ惧れがあるからである、加之此の生後時日の経たない間ほど多くの初生児が死ぬるのであるから、若し乳児死亡の防止策を講ずるよふな場合に、れば、寸刻も早く出生のあつたことを知り、それ等に對しては出来得る限り速かに社會的保護施設を講じ、可憐なる生靈を救ふの必要があるのである。されば英國の如き乳児保健に對する社會施設の普及に伴ひ、出産告知法と云ふ法律に改正を加へ、出生届出を生後十四日以内より、三日以内とし、更に最近では時間の餘裕を置

かず速刻官憲へ届出でなければならぬこととし、それにより出生児の所在を早く知り適當なる保護を加ふるよふになつてから非常に乳児死亡の低下を來すに至つたのである。從來古くから吾國の如き此の初生児死亡の多きことを經驗してゐる爲め、少くとも七夜まで生きて居り、生活力のあることを確かめ、名を付して出生の届出をする習慣ではなかつたかとも思ふ。之は將來改めなければならぬ時代が来るかも知れない。そこで最も危険な生誕後第一箇月を経て、二箇月、三箇月と過ぎてゆくうちに、段々身體も丈夫になるものである。

産湯 産湯をつかはせるといふことは、胎内に在りし頃の汚穢を洗ひ去る意味であるから、先づ眼、口、鼻等を微温湯に濕した布片にて拭ひ淨むることが大切である、身體を洗ふには別の湯盥に微温湯を用意し、身體中に新らしい生ませの鶏卵の黄味を塗つて洗ふとか、刺戟の少い石鹼を用ひて丁寧に全身を洗ふ等のことは至極宜しい。

膿漏眼の豫防 盲學校で生徒の身體検査を行つてその失明の原因を調査して見ると、初生児の時膿漏眼を患つて失明したといふものがかなり多い、それ故に産

湯を使つた後では必ず硝酸銀液の豫防的點眼法を行つておく方が宜しい、之は各府縣共規則により産婆は必ず行はねばならぬことになつてゐる、殊に近頃は花柳病の蔓延が頗る廣く、且上流の婦人にも不知不識の間にこの病に罹つてゐるものもあり、又よしや罹つてゐないとしても産婆には有無の識別がつかないから別に害もない故に豫防的に行はしめるのが安全である。

産毛の處置 昔から胎内にゐる間に發生したものはすべて穢れたものとしてゐるから頭部の毛髪までも穢れたものとして産毛を剃り落してしまふ習慣があつて、今でもなほ産毛を保存しないものがある、しかし産毛はすてておいても久しく身體に付いてゐるものではなく、自然に生へかはずして新しい穢れない毛髪が生へてくる、産毛を剃り落さずにおくと生涯毛髪が悪くて黒色の美しい毛が生へないといふことを心配する人もあるが、決してその心配はないと思ふ、剃り落さずにおいても自然生へ代ると共に立派な毛が生へてくる、尤も同じ人種の間でも生涯赤毛の人もあれど、これは決して産毛を残しておいたからではない、私自身も生れた當時に産毛を剃らなかつた一人であるが、今こそ白くなつて居れど一時は黒く

て澤山あつた、私の兄弟は皆産毛を保存して育てられて來たのである。

胎便 胎兒が胎内に在る時には、自然少しばかり胎液即ち羊水を飲んでゐるから、それが腹中に入つてゐる、それ故に生後初めて大便の通じのある時には、その色は薄黒く、これは胎屎と名付けてあるが、東京では俗に「かにはば」と云つてゐる、その大便は不潔なものではあらふが決して毒物ではない、それを胎毒といふ想像的な毒物のよふに考へて、生れるや否やこの毒物を排除してしまはなければならぬ、薬を飲ませてまでも早く排除しやふとしてゐるものもある、その時飲ませる薬は漢法では甘連湯と云ふ、日本の古い頃は甘物あまものと云つた、その甘物あまものはかんぞう甘草が主成分であるけれども、だいわ大黃、わうれん黃連、紅花を加へて四味を調合したものであるから、甘物といつても、大黃あまのも、黃連あまのも皆苦いもので、唯、甘草あまのが甘いばかりである、それから廣く用ひられてゐた「まくり」といふものは、海人草といふ海藻であつて、その主なる效能は廣く世間に蔓延してゐる寄生虫の一種即ち蛔虫の適薬である。胎内で發生してそこで成育した初生兒の腹中に蛔虫が存在してゐるといふことは恐らくないのであるから、生れ乍らに直に「まくり」を飲ませる必要もなから

ふと思ふ、甘連湯のよふに甘物の入つた下劑を用ひて殊更に胎毒を下してしまふにも及ばないであらふ。

初乳の效能 子供が生れるとその生母の乳房から乳汁が分泌されるよふになる。此の最初の乳を初乳と云ひその乳は色が少しく黄色を帯びて居り、此の乳を與へると通じを促して下劑の代用になる、自然にさういふ機轉が備つてゐるから別段に病氣もないのに薬を飲ますなどといふ習慣は廢した方が良いと思ふ、度々述べることであるが、天然によい仕掛けになつてゐるのであるから、その道に従つてゆく方がよろしい、衛生の原則、常道はそこにあるのである、即ち母の初乳を與ふれば自ら便通をも得られるよふな成分となつてゐる。

出生兒と男女の割合 日本では常に男子の数が多くなつて居り、出生の時に男子が少し多く生れるのである、若しこれで死亡の時に男子の方が少ければ、或は男女数の比例が變つてゆくかもしれないけれども、死亡も男子の方が多い割合になつてゐるから男が多く女が少いといふことになつて變りなく比例が保たれてゐるのだと思はれる、しかし男女数の地方別を見ると女子の多き地方があり、且つ其

の地方の追々數を増すを見ると男多女少の比例も文化と並行して將來は此比例も更るかも知れぬ。

生兒の男女と娩産の難易 出生の場合に男女を比較して見ると、第一男子を生むのは女子を生むより出産が多少困難である、その理由は男子と女子とを比較すると、出生時に男子が三疝ある場合に、女子は充分發育してゐても二九疝しかないといふ割合になつて居り、女子の方は身體が小さいから出産が樂である、それ故に産の時間が長引いたり、苦しんだりしてゐる間に假死の状態で生れたり、或は産婆が不熟練であつたりすると遂に死産に終つてしまふよふなことになる、又確かなことは云はれないが、男子の方が育て難いよふである、それが爲めであるか男子が多く生れてゐるから、育て難く乳兒の間に死亡したりするものが多いのを見込んだものの如くにも思はれるよふである。

結婚は後嗣を求めるためのものであるから、始めての出産に男子が生まれると、大きにお手柄などと云ふて親に對し祝つたり讃めたりすることが常であるが、さて初産の時に女子を生むと、何の意味か知らないが一姫二太郎と稱して初めは

女子の方が結構だなどと云つて、産婦の力を落さぬよふにしてゐる、生理上から考へても悪阻即ちつはり病みも男子を妊孕した場合の方が強く女子の方が軽いと云ふのであり、出産の場合に臨んでも女子の方が身體が小さいから、初めての妊娠、初めての分娩には女子の方が總て苦しみも少く、従つて危険も少いだらふと思ふ、その子を育てる場合に當つても、乳の吸ひ方でも何でも男子の方が盛であるから、乳の足りないといふこともあらふ、最初に女子を生んでゐると、次に男子が生まれても既に手慣れてゐるからその方が至極都合がよからふと思はれる。

滿一歳までは極めて幼弱な時期であるが、幸にして此時期を経て二年以上五年迄、六年以上十年迄になると、又育て方に於ても一變する頃であるから、内務省は夏冬に對する子供の育て方の心得を「夏と子供」「冬と子供」といふ薄い二冊の小冊子にして公刊してゐる、それらを参考したら宜しからふといふことを宣傳しておくものである。

臍帶、胎盤の處置 子供が生れた時に第一に臍帶を切り、産湯を使はせるといふことは、都會では勿論産婆がするが、田舎ではそれを專業にしてゐるものが無くて、

自分で度々出産して經驗のあるものが頼まれて行つて初生兒の始末をする、そういふ不自由な土地では充分なことは望まれない、なるべく現代の産婦取扱方を心得た者を用ひ得るよふにしたいと思ふ、産婆でもただ業務に熟練してゐるばかりで頑固なことを云つて今日の新しいことを用ひないよふなものもあり、又彼等に社會的良心がない爲めに風儀の亂れた地方では種々の不正が行はれ、社會的罪惡を助長して行くよふな實情もありはしないかとも思はれる、かくては人口繁殖上の障害になる場合もあらふ、國家で世話をやいて、今日の衛生法を心得え、十分責任を感ずる産婆を普及させるよふに仕組まれたいと望むのである。

その第一は、前に述べた死産數を減ずるよふにし、第二には初生兒膿漏眼といふものために生れもつかぬ不具者をつくることを防ぎ、又一つには臍の緒を切斷する時の手當の不充分なるために發する臍風ほうづきむしなどの發しないように致したいからである、詳細な比較はしたことはないが、歐洲では産婦が怖るべき産褥熱といふ傳染病に罹つて死亡するので大に警戒してゐる、日本ではそれ程多くはないよふである、この産褥熱が産婦にあると、生れた子供の方にも感染して

ゆくから、十分産婦と初生兒と兩方に注意を拂はなければならぬ場合がある。
臍の緒を切斷して胎盤即ち胞衣(えな)を土器に入れてそれを地中に埋めるといふことは、高貴の家では嚴重な儀式が昔からあつて、その胞衣を埋めるのも、一旦切離してしまつた胞衣と初生兒との間に自ら連絡が存在してゐるといふ迷信で大切に始末することになつてゐるが、これは全く迷信であるからそのよふなことは必要がないと衛生上の點から許り云へば云へないこともないが、何もそこまで立入つて啄を入れるにも及ぶまいと思ふから斷案は下さない、切斷して捨てる方の胞衣については何も云ふことはないが、さて臍の緒を切るといふことは、此の世に生れた初生兒の無疵の身體に初めて人工的に切れ物を以て創をつけるのであるから、これには十分衛生的の注意を拂はなければならぬと思ふ、しかしそれは衛生的な注意だけで、別段に儀式等は用ひないでも宜しい、精神は主として清潔を保つといふことにあると思ふ、殊に創所を清潔にする即ち切斷に用ひる鋏(昔は小刀)、臍の緒を括る糸、又創所を包む繻帶類は充分に消毒したものを用ひるべきである、又取上げをする人の手、指等も充分に清潔法を行つた上で處置しなければならぬ、元

來臍帶は切りすてておけば自然の作用で乾いて落ちてしまふものであるから、清潔にさへしておけば格別心配はいらないのであるが、臍の緒が落ちてもそのあとが乾かずに爛れたよふになることがあるから、充分乾枯するまでは清潔に保つ必要があるものである。

初生兒と免疫 斯くして生れ落ちた初生兒は恐るべき天然痘又は其他の傳染病に對する感染力が薄いはずのもので即ち母體より受けた免疫力がある程度までは存すると云はれてゐるのであるが、それとて決して油斷はならない、現に最近東京市内にも天然痘が流行した時に、生母が天然痘に罹つてこれを傳染病院に移送し、子供を家に残して行つたところが、その子供も天然痘を發して居つたといふ實例を見るようなわけであるから、流行時には安心の爲めに初生兒にも種痘をした方がよからふと思ふ、尤も生後一年以内には國民の義務種痘がある、それから、麻疹のことであるが、昔からこれも命定めなどと云つてゐた位に重くみたものであつて、これに對しては未だ種痘のように確かな豫防法がない、生れたばかりの子供は感染力がうすいと思つて油斷をしてゐたところが、余の孫は七夜も經ない間に

感染して、幸に経過は軽かつたので麻疹のために歿しはしなかつたが、兎角其の後の發育不十分で誕生祝ひに到らずして歿したよふなこともあるから麻疹でも天痘然でも初生兒だからとて油断は出来ないのである。

乳幼兒の保健調査 明治の初年に獨逸から大學へ來た教師の話を聞くと、廣く見渡したところで、日本の幼兒に對する特別の衛生法は未だ何も整つてゐないのに、案外に幼兒の發育が良くて、容貌を見てもここにこして母の懷に抱かれてゐる。これは、都會でも田舎へ行つてみても同様で、幼兒は眞に元氣である、本國から來てみてこれには驚いた、どうして斯様に幼兒の發育が良いか、畢竟母親が一年でも二年でも次の子供の出來る迄は母乳で育ててゐるといふことが自然衛生法に叶つてゐるのだとみえるといふ説をたててゐた。然るに此頃は其の趣が變つて乳兒の死亡數が夥しく増加したのであるから、充分に注意を加へなければならぬと將來を氣遣つてゐる悲觀説も出だしたのである。

そこで内務省では主として小兒の保健事務を起さうとして、保健衛生調査會の中に小兒の保健部を特設し、委員と内務省の専務職員諸君は協力し、種々有益なる

研究が發表されてゐる。又他面手近な東京市に付き實地の調査をして見ることにし、自分は委員長として之に當ることになつたのである。しかし廣い東京市で一度に十五區に手をつけては十分な調査も出來ず、費用も夥しいことであるから、本所、日本橋、赤坂の三區について實地調査を始めたのであるが、そのうちに震災が起つて折角集蒐した調査小票の多數が烏有に歸したのであつた。しかし其の中で残存し、確實にして信據される材料をとりまとめ略ぼ集計を終へ、最近之が完成され、相當興味ある資料を得られたのである。

此の三區は先づ東京市として市民生活階級よりせば上中下を代表したものであり即ち赤坂區は比較的生活狀態良好なる居住者多く、周圍の保健的環境も良く、日本橋は商業地域にて保健的環境は中であり、本所は東京市としては下層生活階級の居住者比較的多き所であると共に、周圍の保健狀態も不良の部に屬するのであるが、それ等の三區に付き調査した所によると、出生のあつた家の家族一人當り疊數は三區平均として二・一六であり、内譯とすれば赤坂區二疊九六、日本橋區二疊七〇、本所區一疊八九であつて、之でも大體生活階級的一端が現れて居る、そこで

乳兒が罹病して死亡したものに付き、發病より醫療を受けるに至つた期間が五日以内のものは、總數百分中赤坂は九四・三三であるのに、日本橋は九三・四五、本所は八九・六二であつて、三區平均では九〇・五二となる、即ち生活状態の裕福なるものほど早く手當をなし得てゐるのである。又乳兒死亡百中一箇月未滿の死亡率は、三區平均三一・三七であるが、之を三區別に見れば赤坂二八・〇、日本橋三〇・二、本所三一・九であり、生活状況の不良なるものほど生後早く死ぬるものが比較的多いのである。此の詳細は茲に述べることは出来ないが、かくして實際的の調査を行ふに伴ひ、種々の社會的關係が明かにせられて來る、それ等の示す所によつて、諸般の施設が合理的に計劃され、其の社會的施設の普及に伴ひ、乳兒死亡も次第に減ぜしむることを得るに至るものであらふ。

乳兒の榮養 昔の様に母親が膝に抱へてゐて、その乳で一年も二年もゆるゆると養育してゐるといふよふなことは、結構ではあるが、世態の變遷で養育法の變るのは仕方のないことだらうと思ふ、併し又昔とちがつて、牛乳等が容易に得られるよふになつたから、一面には牛乳で養育した方が母乳で養育するよりは便利であ

り、又牛乳で養ふ方が文化的な生活だなどと思つて、あまり牛乳に頼りすぎて衛生上には幾分か不利なることもあるよふに思ふ。

母乳 元來母乳をやめなければならぬ場合は、生母が病氣であるか、或は母乳が不足でやむをえない時に、それに代るべき乳母を以て、その乳母に托するとか、或は里子にやるとかいふことをするのが當然の處置なのである、決して人乳の代りに牛乳を與へるといふことは自然ではなく、天理に反してゐるのである、昔のうちに二年も三年も生母の乳を哺乳させてゐても、その乳の性質は始終同様ではなく、母乳の變化して來るに従つて、兒童の取るべき養分に不足を來すのである、しかし二歳にも三歳にもなつた小兒は決して母乳許りで生活してゐるのではなく、他の食物も食べられるよふになるから、その不足の部分は他の食物で補ひがついてゆくのである、若しその生母が妊娠でもした徴候があれば、哺乳をやめる方が宜しい、それはひとり子供の爲めばかりでなく、母親のためにも宜しいのである。

それから母乳と乳兒の年齢との間には多少關係があるから、たとへ母乳を擇ぶにしても、里子にやるにしても、その小兒の生れ月が甚しく隔つてゐない婦人を擇

ぶが良い、それは月の隔りが多くなるに伴ひ、乳汁の性質が漸次に變つて來て、其の兒の發育に適しない爲である。

人乳は乳兒の消化力に最もよく適合してゐるものであるから、少し分量を誤つて、乳の出るままに乳兒が食つて飲みすぎた場合でも、哺乳後直に飲みすぎた部分は吐いてしまふから、子供が普通の健康状態で乳を吐くのは一向惧るるに足りない、自然に餘つた乳を吐いて、食べ過ぎを制してゐる様なものである。若し充分乳がある場合には、満腹すれば大抵は乳首を離してしまつて直におとなしく眠るのが常である、長い時間乳房に取りついておつて、哺乳をやめると泣いて落付いて眠らないといふよふな場合には、醫師と相談の上何かこれを補ふものを與へなくてはならない、即ち牛乳か山羊乳を用ひるのが常である。

人工營養 人乳以外では普通あるところの牛乳の他に、山羊の乳は其性質が人間の乳に似てゐるから、山羊の乳が得られるならば或は牛乳より宜しいかもしれないが、人乳ならば生れ年の大抵近い乳母を擇ぶのであるが、生れたばかりの小兒に獸畜の乳を與へよふとするには、なるべく人乳に似るよう湯水を加へて稀釋

したり、甘味を補ふために砂糖を加へたりする、子供の月數の加ふるに従つて稀釋する水の分量を加減しなくてはならない、其の湯水の分量の調合が仲々むづかしく、又一回に與へる分量もむづかしい、前に飲んだ乳がよく消化吸収された後にあとの乳を與へなくてならないから、哺乳をする度數も面倒であり、又與へる分量も一々丁寧に量つて過不及のないよふにしなければならぬ、人乳ならば温度は何時も飲み頃になつてゐるが、牛乳であると熱過ぎたり、ぬるすぎたりして、これも仲々面倒なものである、又牛乳そのものにも良否があり、或は夏期などでは腐敗に傾いたよふなものもあらふ。

折角性質の良い新しい牛乳を得て、これを消毒し腐敗しないよふにしておいても、愈々小兒に與へる時に、哺乳器(俗に云ふうばいらす)に微菌等が附着してゐれば、それ程注意した手數も全く無益になり、一種の毒物の様になつて、胃腸を害する惧れがある、若しそつといふ様なことが數十日或は數箇月に亘つたりすると、發育すべき幼兒が段々衰弱して、榮養不良になり行くのであつて、實に牛乳や山羊乳で養育するといふことは面倒なものである。

良乳の供給 今日歐米諸國は日本と比較して、成人の食料も小兒の食料も、即ち牛乳や山羊乳の如きものも、甚だ廉價であり、食糧の検査もよく行届いてゐて、少しでも高い價を拂へばそれ相當な精良品が安心して得られるよふな工合になつてゐるが、日本は總て食料が皆高價で、その上衛生法も行届いてゐるとは言へ、價が高いから必ず精良品だとは保證しかねるのは、實に遺憾なことである。衛生法が行届くといふよりは、寧ろこれを販賣する商人に道德心が缺けて居り、ただ高價に賣つて利益を得んことにとめてゐるから、取締の目を潜つてよからぬことを企ててゐるものが多くて、安心してよい牛乳を買ふといふことが出来ない、そこで前にも述べた小兒の保健衛生を調査する委員などは、せめて僅か數箇所でもよいから特別に安心の出来るよい品質の牛乳、山羊乳の販賣所を設立したらよからうとの建議なども致してゐる。

乳兒が死亡するのは、季節に従つて多少がある、就中夏期炎熱の時には腸胃病で死亡するものが非常に多い、これは確に食事の不良に基くものと推定して誤らないのであらふ、そこで社會事業としてこの育て難い乳兒を、保育園を設けてそこに

預つて養育することに歐米各國では頻に努めてゐるよふであるが、それよりは模範牛乳販賣所といふよふなものが先に出来て、廣く良乳を手に入れることが容易く出来る方がよいかとも思ふ、中産以上の人で少しくこれに氣が付けば、實に不安でたまらないのであらふ。

明治初年の煉乳 今では明治初年の様に不便なことはないのであるけれども、それでもまだ不足を感じるので、決して今のままで満足してはゐない、余が自分の子女を養育する時分、即ち凡そ五十年程前には、山羊の乳などといふことは殆ど望まれないのであつて、牛乳も今のよふには容易に得ることが出来なく、折々配達してこない時などがあり、已むを得ず、さういふ時の爲に煉乳などを用意して、應急の間に合はせてゐたことがある、その當時前に述べた獨逸の教師の説では、不安心な生乳より、米國製の鷲印の煉乳を母乳代りに始終用ひてゐたらよからふと奨められたこともあるが、あまり糖分が多く甘すぎるので、どうも消化不良をおこしそうであるから、ただ教師の命令に面と向つて服従しないのもわるいので、吾々夫婦申し合せて體よく教師の前を繕つてはゐいたのである、尤も其の頃の煉乳は鑛詰法

が不完全な時分であるから、砂糖を多く入れなければ久しく保存し難いので、腐敗を防ぐために多量の砂糖を混入してあつた。今日では煉乳の製法も大に改良せられ、甘すぎる程の砂糖分を入れないのもある位である。もとより牛乳を人間の乳に近くするには、多少の砂糖を加へなくてはならないが、今日ではそういう良い煉乳も輸入されてゐる。教師にすすめられはするが、矢張生乳を用ひ、やむをえない時だけ煉乳を用ひてゐたのである。

人工養の變遷 それより前に溯つて、一向牛乳を得ることの出来なかつた時代に、どうしても人乳が得られなかつたら、如何にして子供を養育してゐたかといふと、やむをえず粉質をもつて乳に代へてゐたのである。その粉質のものは「乳の粉」と云つて、寒晒しの白玉粉のよふな粉であつた。又一旦米を炊いて飯にし、それを乾して細かく石臼で軋いたもの、つまり白玉粉と同様のものに熱湯を注いで砂糖を混入して食べさせてゐた。今日の「粉ミルク」とか「乳の粉」は牛乳を乾燥し粉にしてあるのであるが、昔のは全くそれとはちがつて動物質のものが入らないのであつた。人乳の得難い場合に田舎ではどうしてゐるかといふことを聞いたのに、田舎では

普通の米飯を大人がよく噛んでおいて、それに湯を注ぐと乳の様なものになる。その重湯の様なものを子供に飲ませてゐたのである。よく老人の齒のないものなどを、一旦炊いだ米飯を更に搗鉢で搗つて養つたといふ話があるが、それと違つて齒のある大人が米粒をよく噛み碎いて乳の様なものにして食べさせるといふことは、實によい發明で、自然唾液が混じて澱粉質は皆糖分に變化されて子供に與へられるのであるから、頗る理に叶つたよいことが田舎には有ると思つて感心をしたこともあつた。

今一つは、飴で乳のない子を育てるといふことがある。昔からの小説、怪談などにあるが、産婦が子供を残して死ぬると、産婦うぶめ鳥になつて化けて來て、飴を買つていつて、その飴をしゃぶらせて子供を育てたといふ話がある。飴で子供を育てるのも亦法に叶つた育て方であらふ。人乳の代りに牛乳を盛に用ひた時代には、幼児がまだ格別成長しない間は、澱粉質許りで養つてもその澱粉を糖化するだけの唾液の分泌がないから、澱粉で育てるのは無益だといふ様に澱粉養育法は大層斥けられたものである。又牛乳に甘味をつける砂糖も、蔗糖を加へては消化吸収が十分でな

い、それであるから滋養の效に富んだ滋養糖といふものを、遙々獨逸から輸入して来て、それを加へた方がよいと云つてゐる。しかし豈はからんやその滋養糖は一名麥芽糖で、麥芽を煎じて飴を作つて、それを粉にしたものが即ち滋養糖である。今日では我々が平常用ひてゐる飴は、麥芽からこしらへたのではなく、米に麴を加へて甘酒にして、その甘酒の糖分を搾つて造つたもので、云はば本物でない。昔の麥芽から取つた飴は正眞の麥芽糖で、滋養糖と同物である。内務省の奨める乳兒養育法を見ても、六七箇月からは乳の他に米の煎汁即ち重湯、野菜のスープ、果物の搾り汁等を與へてよいといふことがみえてゐる。余の友人の一人は、生後四五箇月目から重湯や極めて軟かい粥を乳以外に與へてゐる。その人の説に従ふと是が齒の發生を促進すると云ふのである。早く澱粉質や植物性のものを與へると、齒の發生を促すといふのであるが、或はそういふことがあるかもしれない。齒の原質になる石灰分は、食物や飲料の中から取るには相違ないが、未だその石灰分が消化吸収されて、血液の中まで入つてゆく徑路は十分明瞭になつてゐない。或は野菜、穀類を乳の他に食べさせるといふのはよいことかもしれない。一歳未滿の乳兒には、乳のほかは一

切與へてはならないといふのは多少偏狹の説に過ぎるよふに思はれる。

乳兒保育の注意 乳兒保育に關する常識に付て、少しく述べて見たい。

發育 乳兒は發育成長の爲に滋養分を攝取し、又生活、發溫の源資として乳汁を飲むのである。身體の溫度を保つには、その材料として燃料を要し、昔は汽船に石炭を唯一の燃料として積込んだものであるが、今日では流動性の重油を用ひる様になつた。人間の身體でも少量で發溫力の強いもの即ち油質のものが消化吸収せられ易く、且完全に燃焼せられるから、天然自然に恵まれた乳汁の中にある乳酪と稱するものは殆ど皆油質のものである。人體の竈は古來燃油裝置になつてゐるので、乳兒の竈では油を燃焼して發溫するが、竈の割合には溫度を發散放出する皮膚の表面が廣すぎる。それ故身體の小さい乳兒は少し保護を怠ると心底まで冷えとほつてくるような危険がある。

この危険を免れる保護法の第一は燃料の供給を充分にすること、哺乳量不足すると危険が来る。第二は皮膚の表面から放散する失溫を防ぐことである。これは即ち衣服の效用である。第三には外部より體溫の不足を補ふことであつて、例へ

ば寒氣の盛な時には母親が己れの肌に懐いて肌の温度で温めるのが常である。

早産兒の保育 月足らずで生れた早産兒は、漸く幽かに呼吸し得るのみで、乳を吸ふ力さへもないのである。これを育てるのには、クーオース(解箱)といふ箱の中へ入れて、軽い蒲團で包んで晝夜間斷なく温かい濕つた空氣を箱の中へ通じてやれば、殆んど母の胎内で養はるると同様に成育をとげて、次第に呼吸力も強くなり、乳汁を吸ふことも出来る様になる。その間は一向乳汁を飲ませずにおいても身體の外部から温氣を送つてやれば、乳を吸ふて自分の身體で發温する代りになる。そうしてみると乳を飲むといふことは身體成長のための滋養分といふよりは、寧ろ發温を扶くる材料であることが明白である。發温は片時もやすむことは出来ぬものであるから、人工を以て外部から温の不足を補ふてやれば多少發育成長はおくれても、生命に別條はないのである。

保温 そこで寒冷の時期には、嬰兒を單獨に寢床の中に置くには、必ず湯婆を以て充分にその寢具を暖めて、且その餘分の温度を以て嬰兒の身體の冷えぬよふにする注意が必要である。行火のよふに火を以て寢具を暖めると、夜具の中の空氣が

乾燥して宜しくない、又温度の過不足を生じ易く、熱しすぎたり冷えすぎたりする。それ故湯婆の方がよい、最も簡便なのは人の肌であたためることで、即ち生母の寢床に入れて乳兒の抱寢をするといふことは、保温の點からのみ云へば最も天理に叶つてゐるものであらふ。

抱き寢の利害 近頃は抱き寢をすることについて種々缺點を搜し出して、子供を別に離して寢かすことの利を頻りに唱へてゐるものがある。その抱き寢の危険として惧れるのは、乳房で乳兒の鼻口を覆つて呼吸の出来ぬよふにして窒息せしめるといふことである。成程昔から鼻口を乳房でおさへて大切な子供を失つたことは往々ある、又母が抱いて寢てゐると、乳を飲ませることがつい不規則になつてきて、無用に乳を飲ませ過ぎるといふよふな悪い習慣が付くから、矢張子供は離しておいて寒ければ湯婆を入れて暖める方がよろしい、しかしそうは云ふものの湯婆にせよ暖かい寢床に寢かすといふのは、頗る不注意を要し手数を要することで、乳房で子供を窒息壓死せしめるといふのは、頗る不注意から起ることで、湯婆などで特別に夜具を暖めておくだけの手数をすれば、抱き寢をしても壓死させるよ

ふな憂はないだらうと思はれる。

新聞紙上などで見ると、生れたばかりの嬰兒ではないよふであるが、寒氣を懼れて夜具を厚く掛けすぎ、その重さで中の子供が窒息したといふよふなことがあつた、これらは大不注意者の好適例であらふ、そのよふにして寒氣を凌がせるからと云つても、壓死する程の重い蒲團を掛けるなどといふのは、氣の毒ながら大に嘲笑しなればならぬ事柄である、外國では臥床即ちベッドを用ひるから、自らそのベッドの大きさにも限りがある、従來の日本の習慣で疊の上へ床を敷いて寝る場合には、よくよく幅の狭い蒲團でなければ赤子一人位抱き寝の出来ぬ筈はないと思はれる。

乳兒と寢床の保温 子供を別の臥床に寝かすとすれば、勿論その寢具一式を子供の身體から發生する温度で温めるわけにはゆかないから、この場合に温度を長く保たしむるには、是非とも湯婆を入れてやらなければならぬことにならふ、その夜具の如きも重さを母親の身體で擔ふよふになれば宜しいが、これも子供の身體で擔はなければならぬよふになれば、今新聞の例をひいた通りに、重みで壓死する

るなどといふことがないとも云へないのである。

乳兒と寢具 氣候の寒冷な時には成るべく軽い夜具を作るが宜しい、夏期になれば勿論體温を奪はれて害を被るといふよりは、寧ろ子供が暑いために夜具を脱いで、その爲めに俗に云ふ寢冷えで風邪になつたり、或は腹部を冷して下痢などを來すこともある、そういう場合には、夜具の作り方を更へて、寢冷えをしてはならない、腹部のところだけに蒲團の掛るよふな工夫をしたものもある、それは薄い小蒲團で、幅は五六寸で長さが二尺位である、その中へ綿ばかりでなく小豆を兩端に入れて重りにし、中のところだけを腹部に掛るよふにして、小豆の重みで蒲團の動かないよふにしてある、これは腹を冷さないといふ理由ばかりでなく、腹部を程よくあさへてゐるので、心地よく子供が安眠するものである、乳兒が成長してからは、寢衣の仕立を特別にし、腹掛けと股引のつながつたもの、所謂コムビネーションなどを着せることもあるが、これは又後に述べることにする。

産毛を剃り落す習慣のあつた時代には、眞綿をのせて帽子の代りにしたり、或は毛糸で編んだ帽子をつくつたりしたが、これは外出さへしななければ産毛を保存し

ておく場合には帽子は不必要だと思ふ。

宮詣り 舊來我邦の習慣で一定の日數を経ると産士の神社に宮詣りとして參詣しなければならぬ、如何に天候が不良でも寒氣が激しくても、帽子を被せたり産衣を新調して着かざらせたりして參詣させる、衛生上から考へると頗る危険なことだと思ふ、小兒科の専門の醫師に聞いて見ると、宮詣りの歸途に風邪に罹つて、救ふことの出来ぬよふな病を發するといふのが屢々あるよふである、初生兒は暑氣より寒氣を恐れなければならぬ筈であるから、寒い時にはこの習慣をみあはせる方がよからふと思ふ。

産衣 産衣の一つとしては第一が肌着である、昔からの云ひ傳へでは、肌着木綿の染色には茜染のものか、又は鬱金染のものが、特別衛生上によいよふに云つてゐる、今日の科學上の検査では孰れが好いかといふことの研究が一向届いてゐない、翻つて考へて見ると、凡そ十年程以前に女子大學で衣服の講義をしてゐた時分に、衣服の染色は必ず衛生上研究すべき事柄であつて、その當時染色として喧ましいことを云つたのは、何か毒の瓦斯でも發生するよふなことばかりが衛生上の注意

事項となつて居た昨今になつて外國でも日本でも染色を注意するよふになつて、殊に研究の注意をひいてゐるのは、太陽の光線が分解されて、紫外線を多く通すか否か、他の色が透ることを、外部で止めるかといふことである。

日本の様に綿を入れて袷にし、何枚も襲ねて着るといふ時には、どの染色が人の肌にも最も密接な關係があるのか、それすら明らかでない、故に子供の肌着に黄色がよいか赤色がよいかも分らない、しかも昔用ひた鬱金、茜といふ染草は今も用ひない、専ら「アニリン色素」のみ用ひられる時代であるから、昔用ひた正眞の植物性の色素で染めたもので試験をしなくては本當のことは分らない。

九十歳、百歳といふよふな非常な高齢者になると、祝に用ひるのは紅染のよふな赤であつた、若しそらういふ昔の染色であると紫外線を肌までとほすといふことがあれば實に面白い研究であると思はれる、しかし染色なしの白(晒し)で充分良からふと思ふ、元來衣服の保温力の最も強いものは、毛布、毛糸の編物である、又嬰兒の肌着は汚れ易いものであるから度々洗濯をしなくてはならない、それには毛布よりも矢張白木綿がよいと思ふ、高貴の方でさへ白木綿をお用ひになる様に承つてゐ

る、特別の利益が見出されない以上は洗濯で色の褪めるものよりは白木綿の方がよいであらふ。

乳児の着物の仕方 乳児の着物は日本の普通の習慣では寛かな仕立であるから、所謂一つ身でよからうと思ふ、西洋でも極く小さい間は窮屈に作らずにただ毛布で包んでおくのを見かける、そしてその包んだ合せ目の所は安全ピンのよふなもので留めてゐるのを見かける、窮屈な衣服を子服に着せないといふためには、そうするより外に仕方がない、生れたばかりの子供は久しく狭い胎内にゐた習慣を失はずに手足を縮めてゐるよふであるから、團子のよふにして包んでおくのはあたりまへだらうと思ふ。

着物の着せ方 日本の着物であると衽先きに付けた附け紐で合せておくし、しかも下前になつてゐる方の一本は俗に云ふ八つ口から出して寛く巻いておき、ピンのよふなものをを用ひないのは、危険でなくて良いと思はれる、ただ帯で着物を縛る時に注意しなければならぬことは、あまり強く縛ると呼吸機能を妨げる場合もあらふし、三年も五年もそれを續けると胸部の下に横に溝が出来て胸の畸型を

生じたり、胸廓が狭くなつたりする、故に附け紐の締め方や、或はその高さなどに付ては色々注文があるよふである、女子が七歳になつて帯解の祝をする時には、附け紐は無しにするといふ祝だそうであるが、附紐は無くしても矢張下締めだとか、伊達巻きだとか幾本も細い帯をかたく巻く方の習慣を残しては、あまり損徳はないよふに思ふ、とにかく小児の衣服ばかりでなく、大人の衣服でもその裁縫にはまだ衛生上改善を要する點は澤山あらふ。子供の時に八つ口といふ脇穴の明いてゐるのは、新鮮な空氣が入つて来て換氣を促すから、大人になつてもつけておきたいよふなことを云つてゐる人もある。

襦袢(おむつ) 乳児の時殊に注意すべきは襦袢である、之には舊來特別の織物もなかつたので、柔かい地薄の木綿を用ひてゐた、今日では水分をよく吸収する織物、例へば綿紗(ガーゼ)のよふなものが特別に出来てゐる、又水分を通さぬ爲めの不滲透性の護謨引防水布等も出来てゐるから甚だ便利である、しかしその作り方については、昔風のものもあり、又近年改良されて三角形に作つたものもある、その三角形に拵らへたのは、三角の中の尖りを股に挟んでその左右の端を小児の腹部に巻

き付けておくのであつて、これは小兒が足を動かすのに邪魔にならないでよいといふのである、昔流に長方形に作つた襦袢は、別に柔かい布で股挟みといふものを作つて股間に挟み、幾重にも重ねた襦袢の両端で腹部を包むのである、寛かに包めば良いけれども、固く包むと自由に足を動かすことが出来ない、小兒は幾分か窮屈を感じるであらふ、今日によふに適當な材料があつて小水の外へ漏れ出さないよふに薄く重ねた襦袢を當てて、その上防水布で作つた袋のよふなもので小兒の足から腹部邊りまでを包むと、小水の漏れる惧れはないが、布が濕つてゐれば溫度を奪ふので冷くなるのは免れない。

小水で襦袢が濡れると、一向感覺もないよふな小さい乳兒でも、第一には冷たいし、第二には不愉快を覺えるともみえて、泣いたりして落付いて眠らないよふなこともある、それ故成るべく濡れた襦袢は乾いた温かいものと取替へるのが必要である、襦袢を日向で乾燥させる時には、或は毛蟲のよふな蟲が附着してゐたり、その他木の葉や棘が附いてゐることがあるから、小兒に當てる時にはよくそのことを検査して小兒を苦しめないよふにすべきである、云ふまでもないのであるが、衣服や

夜具に針がささつてゐて急に子供が泣き出して、久しく泣きやまぬといふことなども往々ある。

乳兒と睡眠 乳兒は腹が空くと目が覺めて乳を求め、飲ませて胃が飽滿すると又直に眠るのである、小兒は睡眠の間に成長するといふが、その通りで、多分の時を睡眠に費してゐる、何か特別に變つたことがなければ、乳を飲む時だけ目を覺して居り、殆んど四六時中眠り續けであると云つてもよい位である、この睡眠を持続させるのには、第一に衣服襦袢等何でもあまり窮屈にしないよふにし、強く縛ることをやめて、夜具は重すぎないよふにし、その上溫度の寒暖を程よく保つことが肝要である、夏は午睡をするのに蠅蚊蚤などを防ぐために、子供用の母衣蚊帳を作つて用ひたものであるが、近頃は疊の上に直接に子供を寝かさず特別に小兒用の寢臺を設けて寝かすよふなこともする、夏期には前に述べたとほり母親が抱き寝をして肌で暖めてやる必要もないから、寢臺にした方が幾分か涼しくもあり、又その縁を高くしておけば夜着をすべり落したりするといふこともない、或は夜具を脱ぐと寝冷えをするからと云つて、掛蒲團と敷蒲團とに紐を付けて縛るなどといふ

工夫をした人もあるよふである。

外國でも日本でも子供を寝かすのに、搖籃の中に入れて軽く揺り動かすと、心地よく眠るもので、至極手数が省けてよいものだらふと思はれる、東京邊りの都會ではこの搖籃を用ひないけれども、先年小兒保健展覽會を開いた時に、各地方で用ひてゐるものを集めて見たのに、種類も多く簡便なものもあつた、手を省くために搖籃を用ひるのは宜いが、手のあるにまかせて懷き抱へたり、或は脊負つて眠らせるなどといふ習慣をつけると、取返しのかねよふに手の掛ることになるものである、そのために衛生上の缺點がないとしても、さういふ手数のかかることはなるべく斥けた方がよいであらふ。

離乳時の注意 嬰兒の發育成長は、生後半歳を経ればその體重は二倍となり、滿一年即ち誕生になれば生れた時の三倍になるのが常である、そこで滿一箇年間乳で養育するとすれば、突然食物をかへては小兒の身體に變動を來すのであるから、先づ離乳の用意として母乳を減じて漸々に牛乳にかへ、その上に鶏卵とか穀物等によふな澱粉質のものを混じて離乳の豫備をするのが宜しい、尤も二歳から五歳

位迄の小兒期には、成長が甚だ迅速であるから、従つて飲食の消化も盛であるが、身體が小さいので胃も小さく、一度に多量の食物を食べておくといふことは出来なから頻りにおなかが空いてくる、そこで食事は大人のよふに三度と限らずに、午前にも午後にも間食を與へるが、それでも胃腸を害ふのは稀である、離乳の前後、即ち齒の發生する頃には穀類を與へるのがよいといふのであるが、穀類の中でも成分が異なるので、燕麥が最も良いといふ説もある、それは燕麥は硅酸分だの曹達鹽だのに富んでゐるからであるが、苦土は少いよふである、米は苦土分は多いが燐に乏しい、小麥や裸麥は燐分は多いが硫黄分に乏しい、さういふ風に同じ穀類でも一方に富んでゐるものは一方に乏しいといふ缺點があるから、若しその邊を嚴重に鑿穿していつたならば、種々のものを混食して一方に偏らないのが理想であらふ。

野菜類であると西洋流に云へば菠薐草(ほうれん草)が鐵分に富んでゐるといふのであるけれども、通例用ひてゐる大根、胡蘿蔔、蕪、日本で廣く用ひられてゐる百合、蓮根、慈姑などの様な、葉や莖を用ひず根だけを用ふる根類などにも餘程よい成分があるのであらふ、しかし此頃は専ら、ビタミン説が盛で、ビタミンの多少(榮養

の章下に詳述にばかり兎角眼をつけてゐるけれども、食物の灰分中に在る土類、鹽類、鐵分などといふものを輕視することは出来ない、礦物質は身體の發育上に於ける主柱ともなるべき骨格齒牙等の如き、身體硬固組織の發達上極めて重要な性質を有するものである。

生齒 此の時期は盛に齒の生へる時分であるから、齒の成長を促すもの、齒の性を丈夫にするものを餘程注意して撰擇する必要があると思つて、こゝにいふ點にまですて立入つて述べたのである。

齒といふものは文明になるほど弱くなり野蠻人ほど齒が丈夫だといふことがあるならば、子供の時から丈夫な齒の生へるよふに養生をさせることが、必要だと思ふ、そこで齒の生へる順序を述べて見やう、多少人によつて早く生へ初める人も後れる人もあるが、齒の發生がおそいから必ずしも乳兒が病身で虛弱だといふことを心配するには及ばない、ただ離乳をする時期とは多少關係があるから、齒のおそく發生する子供は離乳期を延ばすといふ位の斟酌で宜しい。

初めて齒の發生するのは、早い人ならば四箇月目位、普通は先づ半年で、六七箇月

位で下顎の前齒が二本生へて、それから約二箇月後に上顎の前齒が前後して四枚生へ、丁度滿一歳の頃になつて下顎の外門齒が二枚生へる、次は俗に云ふ糸切齒即ち犬齒をとばして、第一臼齒が發生する、こゝにいふよふに齒が奥齒まで發生して來たのは、最早乳を廢して、齒をつかつてものを嚙んで食べても良いといふ證據であるから、丁度この頃には離乳をしてもよい、故に八箇月目頃から離乳準備として、食物を徐々にかへてゆくのがよい、それから一年半位の時に上下四枚の犬齒が生へ、滿二歳位で第二臼齒が上下四枚生へる、そこで年齢から云ふて、滿二歳から二歳半位迄の間に、乳齒上下二十枚は生へ揃ふわけである。

齒の發生する時の徴候は、齒齦がむづ痒くなるので乳首を嚙んだり、或は涎を常より多く流したり、涎掛けの必要な頃である、或は玩具を口に入れて嚙んだり、舐しゃぶりの用を爲すとき、口を尖らして息を吹くよふなことなどをするが、多少氣慄しくなつたり、じれたり、熱が出たりする、盛に齒の發生しやうといふ時には、頭部に血液が餘計に行くから、刺戟を受けることも多くなる、しかしこれは病氣ではない、子供が虛弱であると、その刺戟のために痙攣を起すことなどもあるが、よく注意さへし

て居れば別に醫師にみせるほどのこともないであらふ。

齒代り 乳齒は生へ揃つた後に『齒代り』といつて永久齒と乳齒が生へかはるのである、而して此の齒代りの初めは學齡兒童期に入つてからであるが、特に其の章下に持つて行つて引離して述べるのも如何かと思はれるので、此所に序ながら述べて置きたい、齒牙は骨質の一種ではあるが他の骨質とは違つて非常に組織が緻密なもので、齒牙の細胞間には骨に於けるよりも一層微細なる石灰粒が密に充たされてゐる、骨は一度形は出来ても後から後から石灰分や榮養が輸入されて發育し大きくなり、硬固にもなるのであるが、齒牙の組織殊に象牙質や瑛瑯質の如きは陶器の如く緻密であり、完成後は榮養質を運んで行くことも出来ない程であるから、一度び出来上つてしまへば再び取返しのつかないものである、故に永久齒は生涯の寶であつて、しかも人の年齢と密接な關係があり、齒の丈夫な人は長命するといふほどのものであるから、乳齒の發生する時よりは一層注意を要するのである。永久齒の發生時に如何に注意を要するものであるかの一端として、極めて興味が多い獨逸の實例を述べて見たい、歐洲大戰中聯合國は獨逸國に對し飢餓封鎖を行

ひ、國外より一切の食糧品を輸入せしめず、國內の榮養品は極端に缺乏し、大都市に於ては切符制度により食糧品の配給を行つたが、切符は貰つても食糧には容易にあり着けない日が續いた、故に家庭の主婦などは食ふや食はずで榮養が非常に不良となつた、其の時代に生れ母乳で育つた小兒の乳齒は殆んど全部齲齒となり、無論それ等の小兒は一般體格の發育も不良である、然るに其の間に牛乳で育つたものは、齲齒が多くなかつた、此の事實が不可思議なので、學者が其の齒牙に付て研究して見ると、齒牙組織は普通の如く緻密でなく、石灰の微粒が沈着してゐることも粗である、故に一度び齲齒が始まるなれば直ちに深部に入つて侵してしまふのであることが分つた、反して牛乳で育つたものは普通の齒牙組織と大差がなかつた、此のことは母體の榮養不足から來た母乳の乳質不良により、齒牙に石灰分の沈着が悪かつたことを立證せられる、牛乳は乳牛が平生の如く牧草を食つてゐたので乳質に變化が無かつた爲である、即ちかくの如く齒牙は其の形が出来上ると、其の後獨逸の實例の如く平和克復し、榮養が平生の如く得られるよふになつても、齒牙の質の改造は不可能である、然るに一般の骨骼は榮養の回復により多少恢復され

行くものである。次に便宜上茲に齒代りの初から永久齒が全部生へ揃ふまでのことを一括して述べることにする。

既に乳齒が生へ揃つてゐるから、その後の齒齦(空地のところ)へ奥齒(臼齒)が上下四枚生へる、日本では第一に生へてくる永久齒に格別名稱を附してはゐないよふであるが、獨逸邊りでは六年齒と云つてゐる、そこで七八歳の頃になると、乳齒の前齒の色が變つて汚くなり、俗にいふ「みそつば」になり、それが自然に腐朽して脱け落ちる、そして七八歳位から九歳位迄の間に前齒が永久齒と全部入れ代る、若し前齒が抜けないであとから永久齒が成長してきて乳齒を押し出してくると、齒列が悪くなつて「八重齒」などになる懼れがある、そういふ時には乳齒はとれる筈のものであるから、その朽ちた乳齒を早く抜いて永久齒の生へ易いよふにしてやるのが當然である、素人が手をつけると多少失策することがあれど、此頃は都會でも田舎でも齒科醫が普及してゐるから、なるべく齒科醫師にかけるがよいであらふ、前齒の抜けるのは老人の抜齒のように苦しむものではない、乳齒の奥齒は早くから痛んだりすることがあるが、そいふ場合に、もう脱けかはる時ならば格別手當も要し

ないけれども、噛むのに大切な齒であり、又齒痛の苦しみは子供の成長に害があるから、齶齒が出来たならば手當しておくこともよい、手當の出来ぬ時には抜齒するもよい、近頃は齒科の技術も進歩して齒列の悪いのは未だ子供の骨の固まらないうちに顎骨の形から矯正することが出来る、そうすれば後に亂杭齒といふほどのことにはならない、十歳十一歳の頃に上下の顎に四枚の犬齒(糸切り齒)を生じ、十三歳にして大白齒四本を生じ、最後に十六歳から二十四五歳迄の間に智齒即ち俗にいふ「不知親齒」を生ずるのである、しかしこの「不知親齒」の生へる年齢は大層おくれて三十歳位になつて生へてくることもある、女子などでは生涯生へずにゐて、齒の數の足りないものも多く見かけられる、兎に角「不知親齒」の生へるのが發育の止つた證據である、それ故二十四五歳位まで人體は發育成長してゆくものだと思つて差支へなからふと信ずる。

乳兒の生理的發育標準　ここで取り纏めて乳兒期に於ける其の生理的發育の標準を述べて見よふと思ふ。

笑ひ始め　幼兒の「智惠付き」の目標とも見るべく先づ四五十日目頃から周圍の

人々のあやすことに反應して笑ひ始めるのが常である。

首すわり 三四箇月目、即ち約百日もすると首が据る、此の首が据るまでは首のぐらぐらとせぬよふに懐き抱へるにも餘程注意を要するものであるが、首が据るよふになつて來るとその時分からは子供を背負つて歩くことが出来る。西洋人の習慣では、子供を背負ふなどといふことはないが、日本では昔から背に子供を負ふことが都會でも田舎でも同様な習慣となつてゐる、一時はそれが宜しくないといふ説をたてる人もあつたが、又専門の醫師で、人間の背に負ふてゐるといふことは必ずしもすてたものではない、子供の骨の固まらないうちに、西洋でするよふに子供を立たして横に抱くのは却て骨が曲つたりする惧れがあるから、人間の背に負ふ方が安全であらふといふ説を聞いて、私は大に安心した、しかし此の節は乳母車などといふものが出来たから、子供の守をする者などが、背に負つて屋外を歩くなどといふことは、昔のよふに廣くは行はれない。

起上り、坐り、這ひまわり 五六箇月經つと幼兒は自分で頭をもちあげて寝返りをする位になり、七箇月になると俗に七月の投坐りといつて足を前に延して坐る

ことを覚える、八箇月頃から這ひまわるやうになるから、餘程油斷が出来なくなつて、或は高い所から落ちるとか、又はその邊に散らばつてゐるものを拾ひ食ひしたり、何でも口へ持つて行くよふになり、不潔のものも一向かまはずに食べたり、或は危険な釘のよふなものでも落ち散つてゐるとつい口へ持つて行つたりするところがあるから、よく氣を付けることが肝要である、日本式の疊の上を自由に這ひまわるといふことも、一面から云へば危険であるが、又背骨の曲りを來さない爲めには決して悪いことではない、西洋では床面が汚れてゐるから勿論子供に床上を這はせるといふ習慣はないが、日本の住宅ではそのことについてはかなり便利である。

立上りと歩行 九箇月になると物に掴まつて立つよふになり、即ち掴まり立ちをする、よく障子の腰、棧等に掴まつて立ち、段々一足、二足づつ歩行を試みるよふになり、それから本當に歩けるよふになるのは、滿一箇年か或は一年半位經つた頃からである、概して女兒は男兒より歩き始めなどは早い傾向がある。

外國では子の歩行を練習させる爲めに特別に機械をこしらへて、三本足又は四

ぬる小兒のことを云ふのである。又死産とは生まれる時即ち分娩時既に死亡してゐて、生れ出て後呼吸をしないものを云ふのである。而して死産の多い所には、虚弱な小兒の多く生まれることを意味し、従つて乳兒死亡も多いのが普通である。故にこの二つを關聯して述べることにする。

死産 日本に於て大正十五年昭和元年中に於て、届出でられた死産の全國總數は十二萬四千餘であり、人口千に付きての死産率は二・〇五(第一表参照)となり、又生産百に付きての死産率は五・六に當つてゐる。今最近五箇年間此の生産百に付きての死産率を擧ぐれば、次の如くである。

大正十一年	六六	同 十四年	六一
同 十二年	六五	大正十五年	五七
同 十三年	六三	昭和元年	五七
		平均	六二

即ち百人生きて生まるれば、六人二分の死んで産まれるものがあると云ふ割合である。而して最近五箇年間地方府縣別に生産百に付き死産率平均をとつて見ると、常に首位を占めてゐるのは關東平野の四縣であつて、高率のものから順次掲

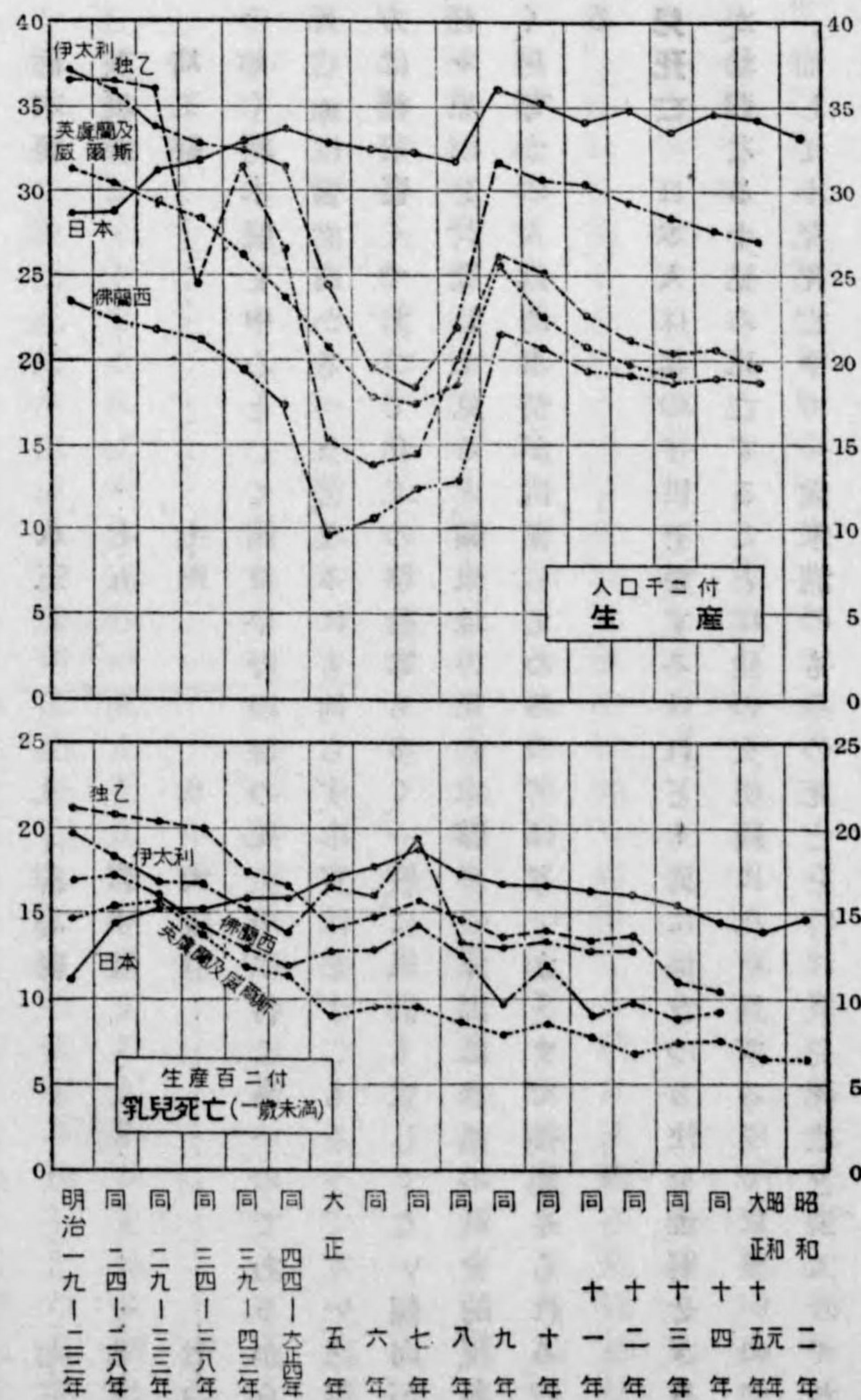
ぐれば

1, 栃木縣	八三	4, 群馬縣	七三
2, 茨城縣	七五	5, 岩手縣	七二
3, 埼玉縣	七四	6, 大阪府	七〇

斯の如く栃木縣を中心として關東平野四縣の死産率は特に高いのであるから、乳兒死亡率は當然高かるべき筈なるにも拘らず、事實は必ずしもそうでない、之等の地方は機業盛んであつて女工の移動等も多く、一般に風儀も宜しくない傾向がある、種々原因を討究して見ると、關東地方死産率夥多の原因は普通の社會的現象でなく、何等かの人為的事情が伏在してゐるのではないかとまで推想せられるのである。

乳兒死亡 日本人は其の子供を愛するけれども、眞に保育の方法を理解せざる爲めか、幼弱なる小兒の死亡することは、他の文明國に比を見ざるまでに多いのである。而して小兒死亡中で一歳未滿のもの死亡を特に乳兒死亡と云ふのであるが、今茲に以下其の概要を述べることとする。

各國ニ於ケル生産及乳兒死亡



日本の出生率は明治六年の人口千に付一七・二より漸次上昇し、今日の約三五に至るまで五十有餘年間に二倍に増加してゐる。(挿圖参照)

又乳兒死亡は明治十九—二十三年の五箇年間平均出生百に付き一一・七よりも漸増して(第二表参照)大正五—八年は一七以上になり、其後僅かに減じ一五内外になつたが、要するに四十年前より今尙ほ高い、而して最近六箇年間にては出生百に付き一歳未満の死亡次の如くである。

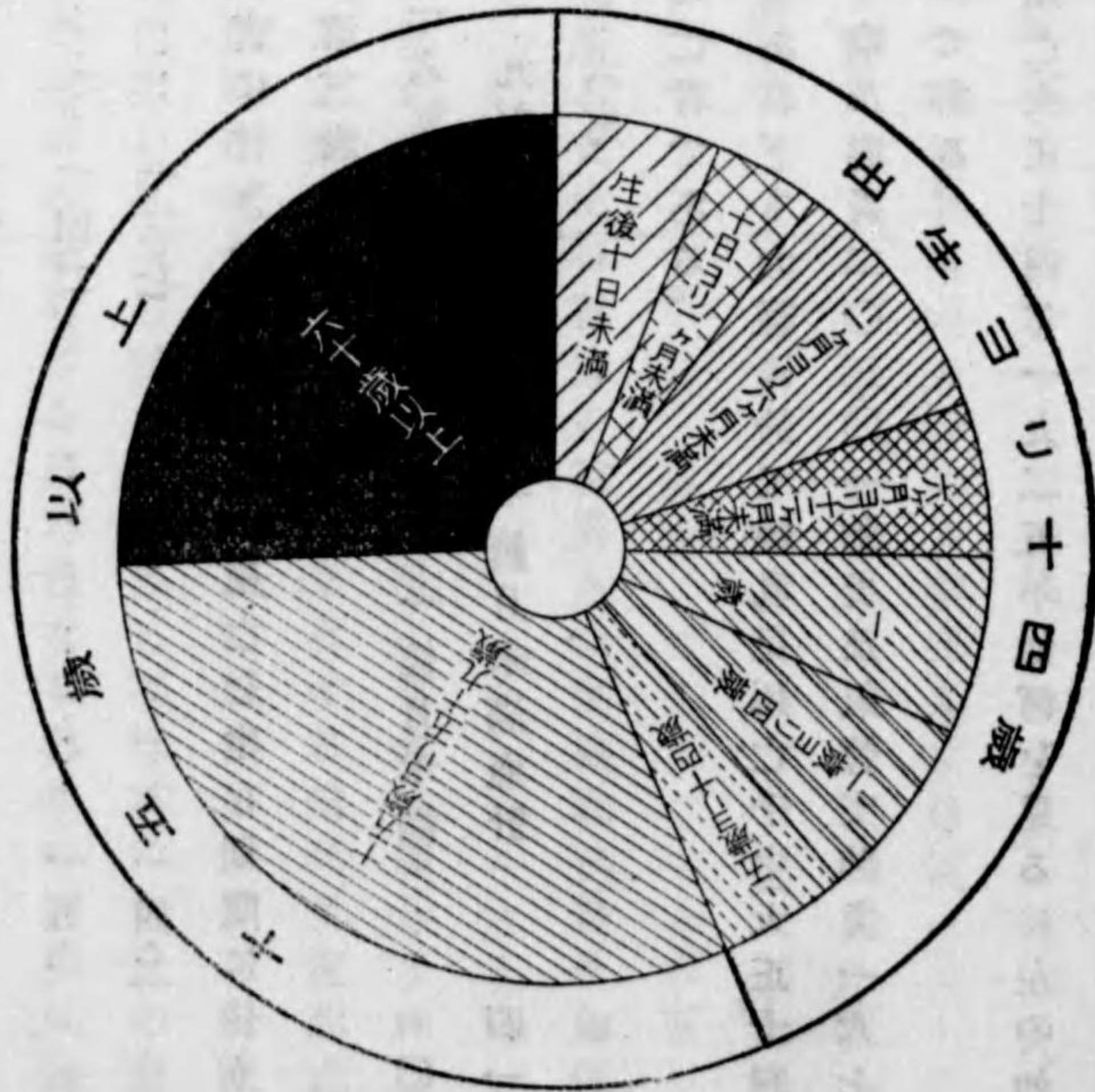
大正 十年	一六・八	大正十三年	一五・六
大正十一年	一六・六	大正十四年	一四・二
大正十二年	一六・三	昭和元年	一三・七

乳兒死亡は之を公生、私生別とせば私生兒に多いのは統計上にも明かである。地方別比較 次に地方別とし乳兒死亡の高いのは北陸、東北、關東、大阪等であり一覽表的に示せば左の如くである。

1, 青森	二二・四	大正十四年	一九・〇	富山	二〇・五
自 大正九年 平均		大正十五年			
至 大正十三年		昭和元年			

小兒死亡ト總死亡トノ比較 (自大正十一年至昭和元年平均)

年齢	實數	比例
生後10日未満	77,631	62.2
10日以上1ヶ月未満	49,485	39.6
1-6ヶ月未満	9	0.0
6-12ヶ月未満	112,298	89.9
1-2歳	72,574	58.1
2-4歳	20	0.0
4-5歳	80,428	64.4
5-14歳	82,208	65.8
15-59歳	59,695	47.8
60歳以上	381,742	305.6
年齢不詳	332,932	266.5
總計	1,249,161	1,000.0



2, 大阪	二二二
3, 秋田	二〇九
4, 石川	二〇八
5, 富山	二〇五
6, 福井	二〇二
7, 茨城	一九四

石川	一八八
富山	一八五
秋田	一八四
福井	一八一
大阪	一八〇
茨城	一七五

青森	一九七
石川	一八八
秋田	一八八
福井	一七四
山形	一七一
千葉	一六〇

即ち最も低きは沖繩の六一七、鹿児島の一〇内外あれど之は統計上の價値は信じ難く、離島の届出關係等を考慮せば自ら明かである、しかし九州は概して低いやうに思はれる。

都鄙別比較 都鄙別として觀察するに常に大都市に於て高いのは次表によつて知られるであらふ。

大正十一年	全國平均	人口十萬以上の都市
同十二年	一六六	一八一
同十三年	一六三	一九四

同	十三年	一五六	一六三
同	十四年	一四二	一五一
同	十五年	一三七	一四二
昭和元	年

生存期間別 大正十五年の事實に付き一歳未満者の死亡を生存期間に依り區別すると次の通りである。(詳細第三表参照)

生後五日未満	一六%	一五日—一箇月未満	一〇%
五—一〇日未満	九%	以上一箇月未満通計	四一%
一〇—一五日未満	六%			

即ち四一%は一箇月未満の死亡者である。

原因別 都鄙により多少の差あれども、大體に於て總乳兒死亡千中(大正十四年)畸形及先天性弱質二三六〇〇、下痢及腸炎二〇三〇一、肺炎及氣管支肺炎一六七一六、腦膜炎六九八五と云ふが如きである。

各國との比較 外國の乳兒死亡(大正十四年、一九二五年)如何を見るに左の如くである。(各國政府發行の統計書による)。

シヤム	日本	英威國	佛國	獨逸	和蘭	丁抹
一七・四	一四・二	七・五	八・九	一〇・五	五・九	八・〇
1. カルカッタ		三二・六		4. ポストン		八・五
2. バンコック		二四・五		5. パーミンガム		七・八
3. 大阪		一八・六		6. 紐育		六・五

即ち都市の大小とは關係なく、寧ろ文化の程度の差異と、社會施設の普及如何とに影響されるものであらふ。

乳兒死亡と環境の影響 乳兒死亡に及ぼす社會的環境の害毒に關しては世人周知の如くであり、工業都市たる吾大阪が、職工、工女を多く有する爲め、乳兒死亡上不利なる地位に在ることは幾分認めないと云ふのではない、しかし世界文化國の都市では、かかる不良の環境も既に之を征服し得てゐるから、要は其の市民の自覺と努力の足る足らぬの問題である、その足らざる所不良なる都市の環境は依然として残さるるものである。

衛生學者等は云ふ、「若木を植えても育たない所では小兒は育たぬ」と。しかも此の若木に對し最も有害なるは煤煙である。「煤煙の都市大阪」を想ふ時に、日本に於ては勿論、世界文化國の大都市中大阪の如く黒煙天を掩ふの都市は、歐米各國を親しく巡視しても、多く其の例を認め得ない所である、實に都市空氣の汚染は恐るべく、殊に幼少なる乳兒に對しては、其の健康をおびやかす惡魔の息であると思ふ。

煤煙の都市には若木は育たぬ、東京でも本所深川に街路樹を植付けんことは、震災前至難であつた、斯る都市には乳兒死亡率高く、小兒の發育も不良である、曾て大阪市の乳兒死亡率二五〇内外を示せる大正六、七年の頃、歐米に於ける有煙・無煙の都市の乳兒死亡率を夫々の國の公報を基礎とし比較して見たことがある、其の際次の如き統計を見出し得たのである。

國	都市	乳兒死亡率	煤煙多き都市	乳兒死亡率
英國	オックスフォード	六〇	リヴァプール	一三〇
米國	ニュー・ヨーク	九・九	シカゴ	一三〇
獨逸	ベルリン	一一・八	ブレスラウ	二一・五

日本 東京

一八〇

大阪

二五・五

英國に於けるロンドンの煤煙害毒調査委員會の調査によれば、同市の日照時間の多寡と死亡率の影響は有力なる此方面の資料であり、又米國のニュー・ヨーク市では夙に煤煙發生禁止法を制定して之を勵行し、汽車、汽船等の公共交通機關と雖も、市に入る三哩前より有煙燃料の使用を禁じ、市内にては勿論有煙燃料の使用を嚴禁し、工場の煙筒より立昇る煙の性質に關しては、スモーク・ヌイサンス(煤煙による非衛生状態)の監視員が絶えず之を視察してゐる、斯くて世界第一の都市を誇る人口稠密の大都市の天空に煙雲の掩ふなく、同法實施後一般市民の死亡率減じ、殊に乳兒死亡率の激減を見るに至つたことも有名なる事實であり、遂にシカゴも數年來之に學ばんとするに至り、彼のさしもの黒煙天をこがし、ミシガン湖畔爲に一、大煤煙の都市を現出し、米人をしてシカゴには老人と子供は生存されずとまで嗟嘆せしめたほどであり、吾人外來の遊子をして吾大阪にも劣らざる惡魔の都市の如く思はしめたものであつたが、今日では乳兒死亡率非常に減じ、米國公衆衛生協會所定の都市衛生状態採點表により、甲の部類に入るに至つたと云ふ事實は、シカ

ゴ市民の努力が克く酬ひられたのを立證するものである、而して今日シカゴ市民が市民の肺臓を潔むる爲めに煤煙を除き、之に清新なる大氣を供給せしめんが爲め公園系統を完美ならしめ、世界有数の公園都市を完成したことは一シカゴ市の誇りたるに止まらず、眞に人類の誇りである。吾人は殊に乳兒保健上より見ても、都市の煤煙を除き、其の空氣の清淨を確保するは甚だ必要なりと思ふものである。

乳兒死亡防止策 此の乳兒死亡の高いことを防止せんとするには、先づ社會的環境の改善、即ち兩親の經濟狀況を良好ならしめ、母性の保護を徹底するよふにし、又不良なる空氣を清淨にし、住居の改善、榮養の注意、非衛生狀況の改善等、擧げて數ふべからざるものあれど、最も必要なる施設は公共團體、又は私的團體立の母性及小兒保健所を普及せしめ、此の常置的機關を通じ、受持區域内の母性及乳兒の保健狀況に注意せしめ、必要なる實際的補助をなし、健康の傷害せらるることを豫防するに在る、又此の施設は延長して幼兒時代にも及ぼすべきである。

第四章 幼兒及學齡兒童の衛生

人生の區別 人生を區別して種々の名稱を附するのであるが、普通乳兒期を終つて滿一年以上六年に至るまでを幼兒と云ひ、七年から十三年、即ち小學年齡のものを學齡兒と云ひ、十四年から春機發動期までを少年期又は移行齡と云ふ、(即ち女兒なれば月經の初潮までを少女、男兒なれば變聲期までを少年と言ふ)それより二十五歳頃迄を青年、二十五歳頃より六十歳頃迄を壯年、それ以後を老年と稱するものが普通であるとは既述の如くである、即ち之より此の順序に従つて幼兒期の衛生に關し述べて行きたいと思ふ。

乳兒期に在りては日毎に身神共に發育して行く時期であり、此の時代に於て健全なる發育を遂げしめることは、やがて其の一生涯を通じて健康の基礎を築くものであり、極めて重要なることである、之に反して重病に侵され、或は社會的環境の不幸より其の發育を阻害せしむることは、其のものの生涯に於けるスタートにまづきを與へるものであつて、恰かも種を蒔いて、芽生へ後早々之が發育をこぢら

すよふなものであり、健全なる人間を作り上げる上に於て不良なる影響を與へるものである。故に、此の時期の衛生保育に付ては特別の注意を拂はねばならない。

傳染病と餘病 既に乳兒の條下で述べた諸種の傳染病に罹つて厄を果してしまへば、全く強健になつて生涯同じ傳染病には罹らない、しかし病氣によつては二度も三度も繰り返すこともある、又本病は軽く経過しても、後に所謂餘病を貽すこともある、例へば普通の風邪或はのどはれ、咽喉腫だと思つてゐる間に、中耳炎を發して鼓膜が破れ、或は耳漏を残すこともある、そういふ子供が學校へ入學するまでは、身體検査をしないから親も知らずにゐるが、學校に来て耳の遠いのに氣が付いたり、或は身體検査で鼓膜の破れてゐるのを發見することが往々ある、それから今一つは腎臟炎である、之は何か他の病氣に罹つた後に現れてくるものもあり、親でも素人には判らず、くはしい診察をうけて始めて、以前傳染病を患つた時に、腎臟を侵されてゐたといふことを知り得る位のもので、こゝろいふのは一寸豫防法がないうよふなものであるけれども、傳染病が軽くすんだからといつてすてておかずに、丁寧に小水の検査でもしてもらつておけば後のために良いと思ふ。

佝僂病 それから西洋に廣く擴つてゐる病氣で佝僂病といふ骨の軟かくなる病氣がある、甚しいのになると日本でも骨無しと云つて、立つ事の出來ぬばかりでなく、正しく坐ることさへも出來ないよふなものがある、幸にして日本ではこの病氣の流行するところが、例へば富山縣氷見郡とか、石川縣とか、いふよふに地方的に定つてゐるよふで、西洋のよふには擴つてゐない、何故にそゝいふ病に罹るのか、これまでは病理がよく分らなかつたのであつたが、日光の當らない紫外光線の乏しい薄暗い室に住んでゐる子供、又食料中のビタミンの少いものを食べてゐる子供等が罹るもので、其原因がほゞ明らかになつたから、今後其等の點を考慮し豫防したならば、このよふな病氣は外國のよふに蔓延せず終るだらふと思はれる。

結核 結核は日本には非常に多く擴つて居り、主にその著しく發現してくるのは青年以後である、しかし結核菌が始めて人の身體に入るのは、幼兒の離乳の頃から五六歳乃至七八歳の頃までの間であつて、食物中から結核菌が腸を貫いて身體の諸部へ行き、主として淋巴腺のよふなところへ入つて潜伏してゐるのである。

癩癧 昔漢法家の唱へてゐた頃には、結核といふ名稱はほかの意味にその名が

付いてゐた、小兒の折に身體諸部の淋巴腺の腫れる病氣があるが、これには漢法家は、此の今日の淋巴腺結核に對し瘰癧といふ名をつけてゐた、青年以上になると瘰癧といふ名稱の病氣がなくなつて、肺結核、其の他の部位の結核となつて現れる、しかし實際は結核菌が早くから身體に入つて、淋巴腺の中などに潜んでゐて、青年の頃に身體の作用が一變するその隙を窺ひ之に乗じて現はれてくるのである、そうして見るとこの怖るべき結核の蔓延を豫防して其の患者を少なくしよふとするには、小兒期の頃から出来るだけ氣をつけて豫防しなくてはならないのである。

又漢法家の方で云ふ所の脾疳といふ病氣が子供にある、これは手足が非常に瘦せて細くなり、腹部ばかり大きくなつて身體の榮養が非常に悪くなるのである、これは結核菌が腸の間にある腸間膜腺といふ淋巴腺に付いたもので、一寸急には治癒し難い病氣であるけれども、同じ脾疳の病人で目に星が出来て所謂「角膜乾燥症」と云ふ病を起すことがある、それは肝油を朝の味噌汁の中へ二三滴入れて飲むと忽ち癒る、今日では何も彼も「グキタミン」説であるから、肝油の中に尊い「グキタミン」を含んでゐてそれが急に效くのであるといふことが明らかになつて來た、その眼

の星は少し手後れになると生涯の傷になつてしまふ。

前に述べた瘰癧といふものは生來弱い子供に起るもので、ある時は眼病になつたり、或る時は耳漏になつたり、又は皮膚に濕疹や頭瘡などを生じる、そう云ふ種々の症狀のある時は、漢法家の云ふ瘰癧の名があたらないから一概に胎毒と稱して居る、腹の中から胎毒といふ毒をうけて、成長の際外表に發するのだといふよふなことを云つた時代もあつたが、今日は皆腺病の中に算入すべきものである、これは餘程氣長に轉地療養などして本復させるよふにしなければならぬ。

急癩 漢法家の方に「癩」といふ病氣がある、之は今日の醫學よりせば種々なる病氣の一症候たることが多いが、要するに急に發してくる瘰癧であるから醫師の方でも急癩といふ名をつけてゐる、これは一向油斷の出來ぬ病氣で、前兆も何もなしに樂しげに遊んでゐる子供が卒然手足に瘰癧をおこして眼が上づつて呼吸も脈も絶えるものである、傍に人が居て手當をすればよいが、そうでなければそれなりになつてしまふかも知れない、急に高熱を發する前兆としてこの症の起つてくることもあり、又癩癧のある系統の子供であると癩癧の始まりかも知れない、風邪で

四十度もあるよふな高熱を發する前によくこの急痲がくることがある、又現在云つてゐる腦膜炎(舊稱驚風)の始まりかもしれない、この急痲を發した時には勿論醫師に診療を頼まなければならぬ。

寄生蟲病 漢法では小兒の病氣に「疳症」といふのがあつた、或は疳の虫などと云つてゐるが、これはどうも支那流の説が憶測で、疳の虫などといふ寄生虫は未だに發見されてはゐない、疳症といふのは神經過敏で氣候しく、又憤悶したりするような症病を疳といふ名をつけたのである。

小兒の腹中に生ずる寄生蟲は幾種類もあるが、通例最も多いものは蛔蟲と蟯蟲である、蛔蟲は大人にも仲々廣く擴つて居り、子供に對しては大害を及ぼすものであるから、小兒の病氣といへばすぐ蛔蟲からくるものではないかと考へさせられるほどである、ただ平日鼻孔を指先でほじつたり、或は肛門を痒ゆがつたり、陰具を玩んだりすることがあつた、或は、さういふものを不行儀な癖だとして見逃してゐることもあれば、又一步進んで蟲の所爲だと氣の付くこともある、それは事實蟲のゐる時に起る症狀であるから、セメン、サントニン、海人草などいふ蟲下し即ち驅蟲藥を

飲ませて蟲を驅除してしまふ方がよい、學校へ出る位の子供で蟲に惱まされてゐるものが、蟲下しで腹から蟲を出してしまふと、めつきり成績がよくなるなどといふことがある。

蟯蟲は極めて小さい蟲で、肛門の所にゐて自然に這ひ出すことがある、しかし小さいものであるから、ついで注意をひかずに居ることが往々ある、見付けたら容易に灌腸などで除くことが出来るから驅除すれば良い。

内務省で農村保健衛生實地調査を行へる際、全村民の糞便検査を行つて見ると、其の八五%内外までは、何等かの寄生蟲卵を有してゐることを認め、殊に幼兒や學校兒童にも甚だ多いことを見出してゐる、大に注意すべき所であらふ。

幼兒と平生の注意 極めて頑固でない幼兒は飢を訴へる時に食を求めて泣く位のもので、寒暖が急變しても寒さを訴へたりしないから、餘程注意してゐなければ風邪に罹り易い、又風邪をひいて多少熱が出てゐても、平日の如く遊んでゐることがあるから、傍の者が細密に注意して、些かでもかはつたことがあれば衣服を重ねるとか、醫師に見てもらふとかいふことをしなければならぬ、困ることには子供が

醫師の診療をうけることを恐れるものがある、平常からおなじみの醫師をこしらへておく必要があらふ、そのない家庭では小兒相談所に行つて診断を受くるもよいであらふ、醫師に診察をうける際に、口を開いて咽喉の奥をよく見せない子供がある、そういうふのは家庭で母親が毎晩寝る前に何でもよいから含嗽剤で含嗽しきれいになつたところを口を開いて咽喉を見せる習慣を子供につけておくと餘程樂である、子供にはよく吸入をさせることがあるが、これも醫師では恐れたり嫌つたりする場合があれど、その位のことには母親がしてやれば嬉んでさせるものであるから、平常左程のことは不必要だと思つても、病氣の時の準備としてそういうふことに慣らしておく方がよいと思ふ。

衣服 幼兒の衣服は軽くて暖かい寛やかなものがよいことは、丁度乳兒の時と同じで、手足の運動を自由にすることの出来るよふに裁縫するが宜しい、就學兒は學校で制服を拵へて必ずそれを着けさせるところもあるが、幼稚園時代までは無理強ひして洋服でなければならぬといふことは無論ないから、扶養者の好きなものを着せてよいと思ふ。

飲食物 食物は二年半頃からは全く大人と同様なもので宜い、ただ齒が乳齒であるから餘り固いものは避け、なるべく軟かいものの方がよい、分量は多少制限しない、好きなものばかり法外に餘計に食べるから多少斟酌制限を加へる必要があらふ、子供は甘いものを好むのであるから、砂糖でつくつた菓子類をやつても、又果物を食べたあとでも、必ず口を嗽ぐ習慣を付けないと齲齒が出来る懼れがある。又夜尿をしないよふに夕食時に既に飲料を制限することもあるが、或はそれほどにしなくても夜分になつてから無暗に飲食させないよふにすればよい、日本では冷水を禁じて必ず湯茶を飲ますよふに昔からなつてゐたが、西洋流の醫學が發達してから、子供にはなるべく湯茶でなく、水を飲ますがよいと云ふに至つた、維新後に赤痢、コレラなどの下痢病が流行してより、井戸から直に汲み立ての生水を飲むのをやかましく云ふよふになつた、慣れない人が生水を飲むと下痢して良くない、故に安全なる水道水なれば子供にはなるべく生水を飲み慣はしてゐいた方がよいと思ふ、一旦沸かしてさました湯は一種の臭氣があつてまことに美味しくないものである。

睡眠 小兒期は頻りに成育する時期であるから睡眠は乳兒と同様に十分にとらせる必要がある、幼稚園の年齢までならば午前にも午後にも一度づつ午睡させる位にする方が宜しい、近年は小學校の兒童でも、日永の時分には午睡時間といふものを割當てて一度午睡させる場合がある、夜はなるべく早く日が暮れたら直に床に入る位にさせるのも良いと思ふ、朝もあまり早起きさせずに十分眠らせる方が良い、それから夜尿の豫防は飲食を慎むことと、寢に就く前に必ず放尿させることである、それでも時としては遺尿をすることがあれば餘り叱責せずに傍の人が時々起して便所へ連れてゆくよふにすることも必要である、夜尿には二通りあつて、通例ある方の疲勞のために粗相をするのは、晝間の運動が過ぎ、餘り熟睡して便氣を催してきても目が覺めないのである、そういう場合には傍の人が面倒でも起して便所へ連れてゆけば良い、そういう原因も何もなく小水を漏らすのは種々の病氣が原因であるから醫師に相談する方が良い。

運動及玩具 小兒の睡眠と運動は離る可らざる關係がある、つまり運動を激しくして疲勞がくればそれに準じて睡眠も十分に長くさせなければならぬ、元來小

兒はすてておいても運動が出来るよふになれば身體を動かすものであつて、その運動も徒手でするのでなく多少玩具が手傳つて興味を添へるよふになる、このことは實に自然に發達するものであつて、如何なる野蠻の國民でもそれ相當に、不細工ながら子供の玩具が出来てゐる、中には開明なりと自ら信じてゐる國民よりも却て野蠻人の方に面白い玩具などもある位で、近頃は子供を教養するのにも興味を以て深く研究するよふになつて來たから、玩具も一つの研究材料となつて、ただ自國の兒童教養の爲めに研究を遂げるのではなく、或は新案を起して自國で製造して、これを海外の市場で販賣するといふよふな一大事業にまで進化して來てゐるから、唯その子供の發育を扶けるといふ以外に教育上の利害等も充分研究されるよふになつたのは眞に喜ばしいことである。

歌謠と舞踊 それから今一つは歌謠と舞踊である、昔から歌もあり又多少手拍子などをとつて別に樂器を加へずに踊るなどといふことはあつたが、それも今日の如くに研究をして進化せしめるといふほどではなかつたのであるから、近頃になつてその方の運動も大に面目を改めたよふである。ちつと坐つてゐて遊ぶ習

慣を少なくするのは大に力のあることと思はれる。

遊戯 極く幼年の頃は男女共區別なしに同じよふな運動、同じよふな玩具をもつて遊んでゐたものが、少し年齢が長じてくると自らその好むところが異つてくるものであつて、男児の方は棒切れだの竹の折れだのといふものをもつて諸方を叩きたてて遊びまわり、女兒の方は人形や又は人形でなくとも布に綿を入れて猿の形に拵へたり、人形の首のよふなものにして、これを人形と同じよふに懐き抱へたり、背負つたりして遊ぶよふになる、夫等の點になると、どちらかといへば男の子の方は走りあるく方の運動の傾きが餘計で、女の方は坐つて遊ぶことの方が多くなつてくる、少し年が長じてくると自分で毬を拵へたり、手玉を造つたりして、手細工をすることも覺えるし、又はそれらを用ひて遊ぶ技術を要する遊戯もするよふになり、或は双六とか加留多とかいふよふな當て物をしてみたり、男の方であると獨樂を廻し、凧を揚げたりする、春になると上を向いて空を見るよふに凧を揚げるとか、冬の陰氣な時には地の方を向いて獨樂を廻して遊ぶとかいふよふなことを云ふのであるが、決してそれほど深い理由のあつたものではない、すべてこゝろいふ

ものは子供の玩具としてはごく面白いもので、皆手先の技を敏捷にし、不知不識の間に興に乗じて身體を動かす、歩行もし、又走りもし、遠いものを目測して正確に知るよふになる、遠い所へ物を投げて命中させるといふことは、石投げでも雪投げでも、距離の遠近を見て自分の手腕の筋肉の緊張の程度を調節するものであつて、天然に巧者なものもあるであらふが、多くは何遍となく面白半分に練習して自然上達するものであるから、決して學校教育ばかりに委せず、自然の赴くところに従つてのんびりと無邪氣に遊ばせておいて、遊戯の上手になるよふにするといふことは、智能教育にばかり走るより宜いと思ふ。

眞の運動 序ながら今此處で一寸述べて置きたいのは、この節は青年及び青年以上の人が運動するのに、勝負といふ點に執着して競技をするよふであるが、あまり小さい子供の時から勝負といふことを強く教へ込むのは如何なるものであらふか、多少は勝負の意味が含まれなければ全く無意味で、進んでその運動をしないといふこともあらふけれども、唯勝ちさへすればよいといふことになる、運動競技に限らず室内遊戯たる加留多遊びなどでも、兎角卑怯で狡猾なことをしたり、色

色な悪い習慣を得るよふになり易いから、それを避けるにはあまり勝負にのみ重きを置かぬよふにさせたいと思ふのである。

昔は一般の教育が放任主義であり、ただ武士が己の子弟を育てるのに幼年の頃から多少規則だつた教育を施したのみで、農工商の子女は殆ど野育ちといつてもよい位の放任であつたから、運動競技も木登りをするとか、ごく平易なところで鬼ごつこなどといふよふなことばかりであり、相撲をとることもあつた、今日の學校では體操は勿論正課として男女共に課せられて居り、遊戯も規定されてゐるからこれについては啄を容れる必要もないが、昔風の放任教育でも全く無意味なものではなく、有害危険なものさへ除けば、自然子供の身體の發育を助け、又自己の危険を救ひ、人の危険をも救ふことのたすけにはなつて居たと思ふ。木登りなどは惡いたづらと云はれてゐたのであるが、梯子もなしに高所へ登つて其處から飛び下りるなどといふのは、今日の機械體操のよふなもので、自然に昔から習ひ覺えてゐたのである。女の方の子供に對しては身體を動かす方の遊戯が昔からなかつたのであるが、三島博士は日本の踊りを頻りに稱揚されて居つたよふである。しか

し舞とか踊りとかいふものになれば、これは自然にすてゝいて出来ることではなく、矢張師匠にでもついて學ばなければならぬ、男女共通なもので春夏秋の郊外の楽しみとしては、摘草、花見、螢狩り、紅葉狩り、茸狩り、貝拾ひ等がある、今日では運動會なども十分廣く行はれるよふになつてゐるから、譬へ餘裕のある家庭の子弟でなくとも、なるべく屋外に出て長時間走りまわつて、ほどよく疲れて眠るよふにすることが最も結構だと思ふのである。殊に幼児期の運動遊戯は彼等をして快潤ならしむるのみならず、かかる身體鍛鍊によりて身體を強健ならしめ、學齡に達した後通學するに至る前に於て、其の健康状態が充分勉學に堪へ得るよふ基礎が出来るのであつて、誠に望ましいことである。

幼児死亡 乳兒期に死亡率の高いのは既述の如くであるが、幼児期も之に次いで其の死亡率が高いものである、今最近の公表にかかる内閣統計局の報告によれば、大正十四年及び大正十五年昭和元年に於ける總死亡を千とせば、其の年齢別死亡率の關係は次の如くである。

	總數	〇—五歲	〇—一歲	一—二歲	二—三歲	三—四歲	四—五歲
大正十四年	一、〇〇〇・〇	三八一・一	二四五・三	六七・八	三三・八	二〇・九	一三・三
大正十五年	一、〇〇〇・〇	三七七・七	二四九・二	六四・七	三一・二	二〇・〇	一二・七
昭和元年							

即ち此の統計では五—六歳未滿者の死亡率は明かでないが、生後五歳未滿者の死亡率のみにも、最近大正十五年昭和元年にては、總死亡の約三割七分八厘を占め、此中乳兒死亡の約二割五分を控除すれば、二乃至五歳未滿のみの死亡率は尙ほ一割二分八厘を占めてゐる、而して學齡兒童期中の六乃至一〇歳の此の率二分六厘なるに比すれば非常の差異があらふ。

幼兒死亡に於ける男女兩性の比較は總死亡千に付(大正十五年昭和元年)きては、二乃至五歳の男兒死亡率は一二・五、女兒一三・一六であつて稍女兒に多いのを認められる、乳兒期の死亡率は男兒に在りて女兒に於けるよりも高いのと比較し多少の興味あらふと思はれるのである。

かくして人の子も亦彼の春先きにお玉杓子から變態して、水中より次第に陸上に這ひ上つた蛙の子の如く、或は人の足に踏みつぶされ、又は鳥や其の他のものか

ら啄ばまれ、若くは天候の爲め干上つて路傍に死滅するよふに、人間も生れ落ちてから、初生兒中に多數死亡し、更に乳兒期中にも多く死亡し、又幼兒期に入り大きい篩にかけられたよふに、次から次へと虚弱なものは死亡し、相當篩ひ残された小兒が學齡期へと送り込まれて行くのである。

義務教育と學齡兒童 我邦では、教育令により滿六年に達すれば國民は義務として、小學校に通學し教育を受けなければならないことになつてゐる、故に之を義務教育といふのである。而してその教育を受けてゐる期間のものを學齡兒童と稱し、内閣統計局の統計では六歳乃至十四歳のものを之に包含して擧げられてゐる。

我國では年々學齡に達する兒童の数はどれほどあるかと云ふに、最近大正十四年第二回國勢調査の結果によれば、男六十五萬五千七百餘、女六十四萬七千七百餘人、計百三十萬三千五百餘名である、而して茲に學齡兒童數如何を溯つて明治十一年以降に付き十箇年毎に比較して見ると次の如くであつた(但し百以下切捨てとす)

	總數	就學	不就學
明治十一年	五、二七八、五〇〇	二、一七九、二〇〇	三、〇九九、三〇〇
同二十一年	六、九二〇、三〇〇	三、二七七、四〇〇	三、六四二、八〇〇
同三十一年	七、一二五、九〇〇	四、九一〇、三〇〇	二、二一五、五〇〇
同四十一年	七、二六四、七〇〇	七、一〇七、二〇〇	一、五七、五〇〇
大正七年	八、三五三、一〇〇	八、二五七、九〇〇	九五、二〇〇
大正十三年	九、三七四、二〇〇	九、三一八、四〇〇	五五、八〇〇
明治三十一年	八三・〇	八七・九	九〇・〇
同三十六年	八二・五	八五・六	八八・一
同四十一年	八一・二	八五・六	八八・一
大正二年	一六四・二	一七三・五	一七八・一
大正七年			

即ち學齡兒童の總數は漸増し、此の約五十年間に殆んど倍加してゐる、而して就學數も著しく増し、反て不就學數は著しく減ずるに至つた。此の學齡兒童數の人口千に對する比例は次の如くである。

之によつて見れば學齡期にあるものは總人口千中の百七、八十を示してゐる、而して男女の關係は常に男が高いのである。

之等兒童を收容する小學校の變遷を觀察するに、尋常小學校は明治十年に二五、〇〇〇校で、十六年の三〇、〇〇〇校までは漸増したが、十七年以後は二十八年に前年より著しく増加したのを除き大體漸減し、大正十三年には八、〇〇〇校となつた、高等小學校も概して減少した、即ち明治十九年の三、八〇〇校が翌年には一、四〇〇校に激減し、翌年より二十四年迄漸増し二十五年に稍減じたが、再び三十五年迄漸増を示し、三十六年より漸減し、大正十三年には僅か一六五校に過ぎない、之に反して尋常高等小學校は、明治二十五年一、〇〇〇校であつたのが、逐年増加し大正十三年では一七、〇〇〇校に達した、此の三者の合計所謂小學校總數は大正十三年に、二五、四八五校で、明治十年に比べると僅々二六の増加に過ぎないが、生徒數は明治十年の二、一六二、〇〇〇に對し、大正十三年には九、一八八、〇〇〇人となつてゐる。

以上に於て知らるるが如く、我邦では生産増加に伴ひ學齡兒童の數を増し、従つて之を收容すべき所謂小學校數も教育の普及と共に益増加するに至つたのである。

就學齡の決定 滿六年に達して國民に義務教育として教育を受けさせなければ

ばならぬといふことを命令に定めるのは餘程研究を要することであり、加減に外國の眞似をして決するといふことは出来ない、日本で最初に教育令を發布した時分には、斯ることに就ては研究が届いてゐなかつたのであるが、滿六年を教育年齢と定めた外國の例に倣つたのである、しかし徒に外國の例にばかり倣ふといふのは許されないことであるから、文部省でも就學齡取調といふことをしてよく調査した所が、六年になれば腦の發育が充分になり、相當智識の注入に差支へないことが明かとなつたので、滿六年以後即ち七年から義務教育を授けてよいといふことを確定した。

しかしそれでも今迄は自分の勝手に遊び暮してゐた子供が、學校の規則に縛られて、規則正しく學業を授けられるといふのは、餘程精神上影響を及ぼすものであるから、新入學生に對しては大に斟酌を加へてはあるけれども、入學當時は多少弱るものもある。

そこで滿六歳になるまで自由勝手に遊ばせずに、小學校に入る豫備として幼稚園に二箇年位入れて、學科に重きをおかず遊戯の時間に危険でない科目を擇んで

大勢集つて遊ぶといふよふな習慣を授けて、面白く楽しく準備の年月を送らせることになつた、幼稚園に入れて置くと、一方から見れば小學校へ入つてからも慣れてゐるから、始めて課業に就くよりも身體は勿論樂であつて、進歩も早いから良いと云ふよふな説もあるが、又一方では反對に無邪氣に勝手に遊んで何の束縛も受けないといふことは、子供の本質に叶ふ樂園的生活であり、其の發達上にも大に喜ばしいことであるのみならず、幼兒にとりて温かい母親の膝ほど良い樂天地はない筈であるから、頑是ない四歳頃から冷たい他人の手にかけるのは間違つてゐる、滿六年迄はそいふ準備をさせるよふなところに入れずに、自由に發達させる方が良いといふ説も亦有力であつて、同じ教育家の中にも二つの説が分かれてゐる。

幼稚園 元來幼稚園といふものは、獨逸語の「キンデルガルテン」から發達してきたもので、心から世話してくれる暖かい家庭と母とのなき幼兒を引取り、保護を加へる所の今日でいふ托兒所の延長であつて、教育を旨とせず危険でないよふに預つて守をするだけの場所に過ぎなかつた、労働者の親の手を妨げないよふにして愉快に一日子供を遊ばせておくところであつたものが、自然程度の低い學校のよ

ふなものに變つて、殊に日本の如き寧ろ反つてブルジョア階級の爲めに虚榮的に利用されるよふになつてきたのは決して歡ぶべきことではない、學校進入の準備だといふ精神でなく、幼児の健康が母親を離れて安全であれば、私共はいづれが利益であり、いづれが衛生上良いかといふことは、園児の取扱方の如何にもあるので、どちらをお勧めすることも出来ないと思ふ。

小兒期傳染病 初生兒の時に既に述べた通りに、小兒は至つて傳染病に罹り易いものである、昔からの經驗で明らかな様に、生涯に一度罹れば二度と同病に感染することのないといふ疱瘡、麻疹、水痘等は皆生涯の役目としてあつて、一度は罹らなければならぬもので、その一度を子供の時にしておけば、二度と罹らないといふところから、それが自然小兒の病氣と云ふわけになつて來るのである。

痘瘡 之は昔は「命定め」きりよう定めとまで言はれたもので、今日の如く種痘法による豫防の方法を知らず、小兒期中に何人も一度は之を免かれ得ないものとなつてゐた。

種痘 茲で種痘に關することを述べて置くが良いかと思ふので一と通りま

めて述べて見たい。余自身の話をすると、余が生れた年には牛痘を接種すること即ち種痘術は、和蘭人から傳習してゐたが、牛痘苗といふ種を遠く歐洲から取寄せゐるのに甚しく苦心する最中であつた、その當時の醫師は、日本の醫師も和蘭の醫師も苦心して痘苗を得て種痘を日本に擴めたいといふことに努めてゐた、その苦心の中に、未だ種痘をしない子供を母なり乳母なりが附添つて旅行し、之に種痘をして、その痘疱の中の膿を取つては次の未痘兒の腕にうえるといふよふにして色々な苦心をした様子もあつたが、余の生れた時(嘉永元年十一月)には、江戸では未だ牛痘漿といふものは得られなかつたのである、そこで仕方がないから軽い天然痘の患者の膿汁をとつて、その時までには漢法では鼻孔へその痘瘡の毒を吹き込んだのであつたが、吹き込み痘瘡(蘭法を折衷して鼻孔へ病毒を吹き込むのはやめて、現在種痘をするのと同様に双針(ランセット)で左右の上膊へ二顆づつうえたのである、然るに牛痘であると、大抵うえたところより他には痘瘡は發生しないのであるが、天然痘であるからうえたのは二顆であつても左右各々母疱の傍らに一つの娘疱が出来て、今尙かすかに左右三顆宛の痘痕(あばた)が残つてゐる、牛痘であるとい

接種すれば永久に豫防の効力があるか無いかといふことが試験されてゐるが、私のは天然痘であるから永久に効力があるだらふとは思はれるが、念のため天然痘が流行すると、その都度牛痘漿を接種してゐる、今迄は感染しなかつたのであつたが、四五年前に種痘をした時などは、いささか疑はしい位のものが感染した、即ち自分の身體でこゝろいふ工合に怠らず試験してゐるのである。

さて待ちこがれてゐた痘苗が始めて長崎へ着いたのは、嘉永二年であるけれども、遠い長崎に着いたのであるから直に江戸には來なかつた、先づ京都へ届き、それから江戸にも越前の福井邊りにも段々擴がつて行つた、余の妹などは江戸に居り乍ら長崎傳來の牛痘苗をうえたものである、この種痘の時にうえる種は、最初こそ牛から取つたが、あとは人から人へとうえ繼いだり、或はその膿汁でうえついたり、又はその痘癩に水を注いで磨り砕いたりしてうえついたのであるから、何時までもさういふ風にしてとつた人傳苗は豫防の効力が十分でなく、次第に効力が淡くなることもあらふ、又そのうえついだ子供の身體に徹毒の様な惡疾があつたなれば、その毒物も混入するだらうといふ惧れで、人體に發生した痘漿を再び犢牛に種

へ戻して純粹の牛痘苗にして人間に接種するのがよいといふ發明が出來た、即ち之れは再歸痘苗の發明である、そこで自分の子女には再歸痘苗のよいのを種へてやらふと思つて、丁度其の頃大學に來て居つた獨逸教師に依頼して、米國の軍隊にうえる確かな痘苗を取寄せてうえてみたが、不幸にして痘漿がよくなかつたのか、種痘する時期が悪かつたのか、二三次とも不善感であつた、そこでやむを得ず當時東京で得られる人傳苗を用ひたが、後に間もなく日本で再歸痘漿が出來るようになったから、今では充分思ふ通りに種痘が出來るようになった、それと同時に法律も改正され、國民は一般に初生兒の時と十歳の時に必ず義務として種痘をしなければならぬといふ國法が出來た、之はなるべく手のかからぬよふに生涯に二度といふことが規定されてあるが、流行の時にはその都度再三種痘を試みる方が安全なるは勿論である、現に今でも一歳から十歳までの間は種痘をしなくても天然痘に罹ることはない安全請合であるとは決して法律では保障してゐない、又人傳苗を用ひて居た時と、今日の再歸痘漿をうえる時とでは、その接種法にも差異があるし、又效力も少しは異なるから、安心の爲には流行の來つた毎に再三試みる方がよ

いのである、殊に就學時前の如き、出來うれば念の爲め更に種痘して出すと云ふが如きは親たるものの慈悲である。

種痘ではないが、他の傳染病の豫防に、かつて漢法の古い法として棄てられてゐた鼻孔よりの吹込法が、近頃になつて注射や接種の代りに用ひられるよふになつた、實に長命してゐると、往きつ戻りつして種々のことが變化してゆく有様が見取らるるのである。

麻疹水痘 麻疹(はしか)水痘(とびひ)等については未だ豫防法がないのであるから、なるべく傳染を避けるよふに患者や家族のものに接しないよふにするの外途がないのである、即ちうつらないように要慎せよといふのであるが、又一説には子供の時にこの役目を果してしまへば、大人になつて罹病するよりは病症が軽く経過するから、早く小兒のうちに役目を果した方がよいといふ論もある、しかし麻疹の如く幼少時には併發症を起し易いから、なるべく年長兒となつてからの方がまだしも良いであらふ。

昔は痘瘡のことを「いも」と云ひ、その頃には水痘は「水いも」と云つてゐた、矢張痘瘡

のよふに大粒の發疹があつて、その中に膿でなく水をもつてゐるから「水いも」と云つてゐたのである、かなり熱の強いこともあれど、その水が乾いて痕がきれいに癒るのが常であるが、處置を誤ると不潔になつて腐敗したよふなかたちになることもある、それほど重いのであると随分危険なことがないでもないが、格別重い方の傳染病ではないから、之は相當年長となれば子供の中に罹つてしまふ方がよいだらふかとも考へられる。

咽喉病チフテリ それから咽喉の病氣で、俗に「のどはれ」と云つて風邪に罹るとすぐ扁桃腺が腫れて咽喉が塞がるよふなことがある、これは體質にもより、生涯に一度ではなく、風邪さへひけば必ず咽喉の腫れる小兒もある、亞米利加邊りでは、近頃扁桃腺が何の役にも立たず、風邪になればすぐはれたり、或は其處から傳染病が入るといふような有害無益なものであるから、截取つた方がよいといふことを云つて、頻りに扁桃腺を切除することが流行するよふであるが、今日のところでは未だ左程扁桃腺を目的の仇のよふにして切り除くにも及ぶまいと思はれる、若しその子供が虚弱であるならば、後に至つて結核などに罹り易いこともあるので、無論

そういう時には醫師に相談して手當をするがよからふと思ふ。

咽喉の疾病では古來漢法で云つてゐる馬脾風、即ちデフテリイは惧るべきもので、咽喉が義膜で塞つて呼吸が出来なくなると、昔は殆んど治療の手段がなくて恐怖してゐたのであるが、今では血清で治療も出来、豫防注射をすることも出来るから、案外昔のように恐ろしくはなくなつたが、傳染力は激しいものであるから、なるべく早く手當をして手後れとならぬよふにしなければならぬ。

猩紅熱 猩紅熱といふ傳染病は明治の初年迄は本當に見た人がなかつた、それは日本にそういう病毒が傳つてこなかつたのかも知れない、東方亞細亞には或はなかつたのかも知れない、濠洲には確かになくて西洋から傳つて來たといふことが書物にも見えてゐるから、矢張日本では明治の初年頃まではなかつたのであらふ、初めて獨逸教師が來てこれは歐洲で云ふ猩紅熱だといふことを示されたので、始めて知つた位であつて、無論この病が小兒に廣く流行するなどといふことはなかつた、この病は西洋と交通が頻繁になるに従つて東方へ傳來し來つたのは、郵便物で傳つたのであらふといふ説がある、種々の點で私共は實證を知つてゐる、これ

は支那のことであるが、天津の郵便局にこの病が初めて入つてきた時には、局員、配達夫までも傳染して、一時休業する位に大流行したことがあると云ふ、一生涯に一度患へばよいのであるから、西洋では皆子供の時に罹つて居り、従つて大人が罹ることがない、日本へは近頃傳つたのであるから、大人でもこの病に罹つてゐないものは子供同様に侵される。

子供が學校からこの病氣をうけて來て、母姉などがその看護をしてゐると、傳染病は年齢には關係ないから、大人でも侵され、子供は全快しても母親が死亡したといふ例は私共のよく承知してゐる所である。

疫痢 疫痢といふ傳染病は、私共壯年の頃までは東京では餘り見なかつたのである、近いところでは名古屋には、はやてといふ病があるといふのを聞いてゐた、又九州には以前からあり、今では東京にも澤山ある、これは痢病のよふなものであるが、痢病であると下痢する方であるが、疫痢はまだ下痢しないうちに命を取られるのである、急速に激甚に症狀を起して、朝患ひついて晩には死亡するといふ位に激しいものである、この疫痢は年齢に關係のあるものとみえて、子供にはこういう恐

ろしい症状を發するのであるが、大人には決してない。

百日咳 疫といふ文字に續いて疫咳といふものを序に述べておきたい、疫咳といふのは俗にいふ百日咳であり、疫といふ字のついた病は子供のうちの一つの役目としてある。これは百日咳といふ位で咳が前後百日も續くといふ激しい痙攣性の咳が出るのである、咳き込んでくると顔の色まで變つて今にも呼吸が止まりそうになる、食事でもしたあとであると、皆吐出してしまふといふ位に長い間續く病氣であるから子供の身體は衰弱する、これも子供の病と思つてゐたが、子供の看病をしてゐる一家庭が皆之に罹ることがあるから油断はならない。

インフルエンザ 又毎年ではないけれども、昨今も日本全國に點々流行してゐる流行性感冒(インフルエンザ)、これも子供に多く流行して、現に或地方では缺席者が多くて學校が開かれぬといふ位であり、大正七八年の世界的大流行時には老幼病弱者の死亡率は極めて高かつたのである。

流行性耳下腺炎 耳下腺炎は俗に云ふお多福風であつて、小學校に通學するよふになると殆んど免かれ難い病氣である。

その他 チフス、コレラ、赤痢、ペスト等の各種の傳染病も皆小兒をも侵すのである、しかし幼稚園、小學校、托兒所等の子供の多く集まるところでは、特に學校傳染病豫防法といふものがあり、特に學童に必要な豫防の方法が示されてある、又さういふ所と交通して家庭にも傳染病が段々擴つてゆくのであるから、それらはそれぞれ法規の命ずる所に従つて豫防消毒などする必要がある。

學校教育の意義 小兒が學齡に達しない前は、家庭に於て小兒を養育するのに一定の義務がないから勝手に育ててゐるので、個人個人の育兒の方法は調査し難いことである。社會事業に當つてゐる人が孤兒を養育する所謂育兒院のよふなところで多數の兒童に就て研究した成績が少しばかり分つてゐても、もとよりこれを以て標準として普通の家庭に示すわけには行かない、然るに一旦足を學齡に踏み入れると、兒童の身體は家庭生活と學校生活の二面に分れ、一面は家庭で衣服飲食、起臥の世話を受け、一面は學校でも作法、食事の世話などを受けるよふになる、例へば食後に口を嗽ぐとか、或は理髪とか入浴とかいふよふなことまで學校で世話を受ける場合さへある、つまり學校の教育は家庭ですべきものを幾分か分擔す

る意味である、しかし學校としては義務で兒童を集め教養するのであるから、家々に任せておくよりは其の形式的方面に於ては餘程その手段方法が統一せられてゐる、又國家としても人の子弟を預るのであれば、無駄な費用をかけずにその最も適切なる方法を調査研究しつつあるから、昔よりは新らしいことが年一年と改良されて行くのである。

國民義務教育 現行の教育制度として國民の義務教育は七年から十三年までの六年に制限されてあり、これは男女の區別なく貴賤貧富の差別もない所謂劃一主義で、地方僻遠の地では特別の除外例はありとするも、なるべくこの普通教育だけは四民平等に授けて置かうといふ意味らしく察せられる、此義務を猶豫又は免除される場合は、一つは疾病のため、一つは貧困のためである、しかしこの貧困といふ方は、その市町村邊りから無學の兒童の出ないよふにするために特別の貧民學校を設けるか、或は學資金を補助して特別に學校を設けずに普通の學校で學ばしめるかしてゐるのであるが、或はその父兄より子弟のものが兎角貧民扱ひを受け、ることを好まないで偏僻根性を起したりすることがあるから、教育の根本の精神

の如くなるべく貧富の差別をつけない形式をとりたいたと思ふ。しかし事實に於て貧富無差別といふと學校の整理には餘程むづかしいことがある、それらの缺點は追々述べよふと思ふのであるが、貧困なものゝ勸めて一旦入學させても長く學校教育を續けて居らずに直に休學し、父兄の内職の手傳ひなどにつくものがかなり多いよふである。

特殊異常兒の教育 病氣或は素質の關係であるが、入學させても普通の兒童と同様に學業の進歩は望まれないものがある、例へば低能兒、白痴、それらは學校へ收容しても矢張特別な級でも設けて教へなければならぬ、外國では病症別即ち各種の異常兒に對しては特別な學校を設けてゐるところもある、例へば重聽、聾者學校、歩行の不自由な者に入る跛學校、又は不具者の爲めの不具者學校、又は結核、腺病質兒童の爲めの郊外保養學校などといふよふな同種の病のある子供だけ集めて特殊學校を設けてゐる位で、ただ就學期を猶豫したばかりでは教育の目的を達することが出来ないのである、近年では著しく少なくなつたやうであるが、かの一時懼れられたトラホーム等は、殆んどトラホーム學校といふものを設けて生徒を隔

離せねばならぬかと思ふほど多いこともあつた。

病弱兒童の教育 往時は入學試験の時體格検査をして生徒を入れるなどといふことが嚴重に行はれなかつたから、入學させてみたものの案外に子供が虚弱であるとか、病氣があるとかいふよふなことが近年段々細かく分るよふになり、學校醫の方でも少し丁寧に診断をなし、又技術の方も進んでゐるから、入學の時身體検査で病氣といふことが分ればしばらく猶豫をもち、學校へ入つてから後發病した子供は、一方は教員の方へ通知して授業を輕減したり、又は家庭の方へ通知して養生を促がすといふほどに學校衛生といふ事業が著しく進歩して來てゐる、兒童保護としてはこの位國家に利益のあるものはないと思ふ。

更に進んで、病弱兒は夏期休業の際に山や海に一時の臨時療養所を設けて、特別な扱ひをするといふことも近年では出来るよふになつた、この學校衛生といふことは、三十年ばかり前からあつたのであるけれども、少數の學校醫に色々な重い任務を負はせて居り、身體検査の如きことでも精密にはすることが出来なく、大概は入學の時に身體検査をせずに收容して、一學期位學校で教へて始めて目に缺

點があるとか、耳に缺點があるとかいふことを發見するよふな有様であつた、若しこれが傳染しない病氣であればよいが、そうでない時には、分つた頃には既に他の生徒が感染してゐるといふよふなことになる。

學校醫と學校看護婦 元來は學校醫の任務といふものは、學校の中で急病が起るとか、怪我をするとかいふ時の手當をする位のものであつたけれども、今日では身體検査を定期に行つて生徒の發育状態を調査したり、身長、體重、胸圍、脊柱等身體中をもあまねく丁寧に検査してゐるから、心臟、肺臟の隠れたる疾病をも搜し出され、そして生徒は學校の方で行はれる體操競技等に與つてよいかどうかといふことの安心も得られるのである。

實に學校醫の仕事は重大で責任が重すぎると思はれるほどである、しかし醫師でなくともよい場合に醫師の力を冗費するのは遺憾なことだと思つてゐたところが、近年は外國で行はれるよふに學校看護婦といふものを置くよふになつた、これは常時學校に詰めきりにしてゐるから、醫師に時々診察を受けるといふ位でなく、殆んどその生徒の個性までも親しく見てゐて精密に注意を拂ふことが出来る

よふになつて、ただ學校へ兒童を托してゐたといふばかりでなく、細かい所までも學校で注意して呉れ、身體の番人をして呉れるよふになつたのは實に結構なところと思ふ。

開放學校 この節では日本でも出來たよふであるが、開放學校といふのをアメリカあたりでやつてゐる、開放といふのは窓を開け放しておくといふことである、いつそ開け放して家の中で教授するか、全然野天教授にするかといふことは疑問であるが、窓を開いての結果は大層成績がよいなどといはれる、日本でも野天教授を學習院で試みてゐるが、別に教室を設けるのでなく、假に中庭のようなところで授業を開いたこともあるが、生徒の頭を惱めないで非常に成績がよいと云はれた、それであるべく野天教授にしたらよからふと云つてゐる、どこでもあまり學校が立派になつて生徒の精神が緊張しすぎて困つた結果今のような野天教授を考へつくよふになつたのであらふ。

學校の保健施設 それから學校で溫浴を設けたりするところもある、湯に入ると精神が爽快になつて疲勞が恢復して、當日の授業時間は生徒が喜んで授業を受

けるといふよふな結果を見るに至つた、しかし日本で果してそこまで外國流を真似る必要があるかどふか疑問である、半面は家庭、半面は學校で生活してゐるのであるから、家庭で身體の清潔に注意すればあなたがち學校に浴場を設けなければならぬこともないであらふ。

此の節はプール(游泳場)を設けるのであるが、最初出來た時分には結構なものが出來たと感心したのであつたが、海岸に近い所で澤山に海水や河水を汲み入れて始終取かへることの出來るところでは結構であるが、上水をつかつて井戸水をつかつて、始終その汚れた水を新らしくするといふことはどうしても十分に行はれ難い、水の中へ青苔などが生へるといふ非難もある、アメリカでも最初プールを造る時には、水を清潔にすることまでは考へなかつたのであらうが、遂には多量の水が忽ちにして不潔になるので、これを汲みかへる代りにクロールガスで淨化して泳ぐことになつてゐるよふである、日本では飲料水の井戸を僅かばかりの「晒し粉」で消毒しても臭いと云つて嫌惡されるが、アメリカ人は多少慣れてゐるからプールの水の鹽素臭いの位は平氣であるのかもしれない。

劃一主義教育の弊害 日本では庶民均等の教育をするといふので誰も彼も小學校に入り、中學校に入るといふ風になつてゐるが、イギリスあたりでは家庭教師をよんで自宅修業が充分出来るよふになつて居り、日本よりは餘程自由教育である、それ故子弟がのんきで、何年間でこの學校を出なければならぬといふ制限がないから、極くのんびりと教育をうけることが出来る、どうも日本のよふに高等な學課を學びたいとか、高尚な生活をしてゆかふといふものは、もう少し頭を苦しませないよふに教育制度をかへてゆかなくてはならない、現に昨今試験地獄といふ言葉が新規に出来てゐるほどであるから、小學校を経て中學校へ入るものの苦しみはよくよく苦しいものと考へられる、それは一つは自分ばかりでなく、生徒の父兄が餘りあせりすぎて、少しでも充分な教育を受けさせたいといふよふな精神で子弟を督勵するのと、入學者を餘計に出すは其の校の名譽と好評を得るために、教師の方からも勉強せよと云つて平生から宿題を澤山課したりするから、試験期ばかりでなく平日生徒の精神が萎縮してしまつて、折角身體の發育しやうといふ時に阻まれるのは、眞に衛生上から考へて嘆かましいことである、この試験地獄のこと

に就ては今度色々な規則が改正になつても、試験について何だかいまはしい嫌疑沙汰を生じたりする、どうしても試験に及第しかねたものは頭が變になつたり、甚しきは自殺したりするといふ可哀そうなことが起るのである。

家庭と學校 就學兒童を通じてその家庭の貧富、生活程度を窺ひ知り、又兒童養育法の一部をも窺ひ知ることが出来る、例へば生徒の衣服、携帯品、學校用具等が自由を得られてゐるか、或は又分にすぎてゐると思はれるよふな點も知ることが出来る、衣服だの携帯具だのも清潔といふ程度であれば他人の迷惑にはならないけれども、兎角衣服が不潔であつたり、就中頭髮が不潔であると、寄生蟲を持ちこんできて同級生に迷惑を及ぼすものである、ただその不潔兒に接近したもののばかりではなく、教室内の空氣が臭くなつて、そのために教室内の生徒全部の勉強力が衰へてくるから、教師も家庭もかかる點には注意せねばならない。

トラホーム 學校で一時やかましく云つてゐた眼病の一つにトラホームといふ傳染病がある、この病などは學校で如何に嚴重に取締りをして、家庭が一向平氣で不潔にしてゐればその目的を達することが出来ない、内務省ではその點につ

いて「トラホトムの豫防」といふ小冊子を發行してゐる。幾分かこれらの宣傳がきいたとみえて、十年以前に比較すると著しく減少の傾向が認められた。或學校ではトラホトムの生徒にマークを付けて自然侮辱するよふな取扱ひをしたとみえて、憤慨の餘り自殺した生徒さへある。こゝにいふ病を輕視して家庭で一向かまはないのも困るが、又餘りに嚴重にその病人を斥けるよふなことをすると、今のよふな氣の毒な結果を生ずる場合もある。

皮膚病 白癬といふ頭に出來る皮膚病で俗に「しらくも」と云つてゐるものがある。この白癬は都會地の兒童でも以前は多くあつたが、都會地の衛生思想の向上と醫療普及の爲め、此の患者は殆んどなく、今では田舎の子供の病氣といふよふになつてしまつた。それでも低い階級の家庭の兒童は折々白癬を生じてゐるものがある。若しこゝにいふ病氣などある兒童を見れば、それから宣傳していつて、段々下層社會の家庭でも清潔だけは大切に守らなければならぬといふことを知らしめるよふにありたいと思ふのである。其の他各種の傳染性皮膚病や、不潔より來る頭虱、衣虱、疥癬などの撲滅に付ても學校と家庭との聯絡が必要である。

學童と營養 携帯食糧即ち辨當であるが、これは上流中流では大切な子供であるから、なるべく滋養に富んだものをさづけるつもりで肉類だの玉子だのといふものを副食にし、或はサンドキッチを持つてくる人もあるが、中流以下では先づ鮭の鹽引、煮豆などを持つてくるのは上等な方で、單に握り飯或は海苔卷といふよふなものを持つてくるのは別に云ふところはないが、飯の代りに燒藜を代用するものなどは、どうしても恥づかしがつて他の兒童と一緒に食事をしない、もう一層氣の毒なのは、家庭が皆二食以上なし得ず、晝食は抜きであると云ふ兒童である。何故辨當を持つてこないかと聞くと、逃げる言葉がなくて家へ行つて食事をしますと答へる。家へ歸つても無論食事はしないので、だた其の場をつくらふために家へ歸ると詐つて構外へ行つてそれだけの時間を消費してゐるといふ可哀そうなこともある。殊に東京は震災を受けて一時は餘程家庭でも悲惨な状態に陥り、生徒の身體が著しく悪くなつたことがあるので、せめて一度でも辨當の時に學校で皆に廉くて滋養になるものを供給しやうといふ企をした、即ち學校給食といふことを諸方で唱へる人が出來て實行された。このことは狭くみれば學校衛生であるけれど

も、一方では又社會的の仕事で、晝食も抜きにせねばならぬといふ可憐の兒童を救ひ、其の健康を増し、身神の發達を十分ならしむるの效があり、甚だ結構なことだと私共は思つてゐる、しかも榮養研究所は特別に骨をおつて、比較的廉價で滋養になるものの献立をつくり、學校給養のことに力をつくされてゐるよふである。

實は辨當のことでは學校の方でも昔から餘程困つて居り、盛夏の時は晝迄に腐敗することもあつて下痢を起し、又冬は寒氣で辨當が凍り、之を食べると過敏な兒童は胃腸を害することがある、西洋でも毎日冷たい辨當を食べさせると遂に子供の胃が悪くなるといつて、食事時にはただの湯茶の供給をするほかに、熱い牛乳とかスープとかいふものを學校で給することは始終やつてゐたのである、又寒國で辨當の凍るといふことを防ぐために小さい辨當戸棚を造つてそれに火鉢を入れて、その戸棚の中へ辨當を入れ、あたためるよふにしたこともあるが、なるほどそれは辨當の凍るのだけは防がるけれど、若し副食物が陳いものであると溫氣のため食物が却て腐敗するといふきらひがあつて、これも餘りよい結果でない場合も起つた、辨當をもつて學校へ行くことをやめて、なるべく食事は家庭でするのが良い

と主張する人もあり、現にフランスなどの小學校では、之が實行されてゐる、しかし途中が遠いと兎角往復に時が費へ、家へ歸つてよく噛んで食べるといふ習慣がつかないといふ缺點もある、それ故に先づ教員が教室に出て監督し、一緒にゆつくり噛んで食事なをし、又他人と共に行儀よく食事をするといふ習慣をつけるために、夏・冬夫々の注意をなし、辨當は學校で食べる方が吾國の實狀では寧ろ良いであらふ、これを學校で給すれば往復の荷物の目方も減ずるし、色々の點で便利である、しかし學校給食を全部の生徒に共通的に行ふことは、無料とせば市町村の負擔嵩み、又有料とせば家庭の經濟上難點が生じ、加之其の調理上安全を期し難く、可否何れかは容易に決せられない。

學童と睡眠 學齡兒の睡眠については、どうも十分に睡眠を與へないと學校の成績がよろしくない、學校へ來て授業時間中に居睡りをしたりして、そいふ兒童は、どうも成績が良くない、このことは日本よりも矢張獨逸で早くから調査してゐるが、睡眠の不足はどうしても貧窮な下層社會のものに多いのが常である、それは狹隘なところへごたごたと一緒に大勢眠るから、十分熟睡が出来ないのであらふ、

殊に歐洲のよふに一つベッドの上へ二人以上の人が寝る習慣であると、一人が動けば隣のものが必要目覚めるといふよふになる、ドイツでベッドの上へ何人寝るかといふよふな調査をして見た所が、頭と足とを入れ違ひにして少なくて三四人多くて極端な場合には十二三人も一つのベッドに子供が寝たといふことがあつた、日本でも三疊敷へ五人寝るとか六人寝るとかいふよふに、狹隘なところへ一緒に寝てゐるが、それではどうしても睡眠は不十分にならざるを得ない、こふいふことも一々家庭について研究してみなくても、學校の成績から溯つて養育の模様を知ることが出来る。

兒童の履物 學校兒童の履物について一言せんに、支那の北方の女子には悪い習慣があつて、纏足といつて小兒の時分から足の大きくならぬよふに繃帯をかけて、殿しく巻いて爪立つて歩くよふな悪い習慣があつた、幸にして日本にはそふいふ悪い習慣はないけれども、學校では主に内外兼用の出来るよふに自ら靴を奨勵するよふになつた、そこで靴を穿かせて見ると、女の子などは足の小さいのをよいことと思つて、なるべく小さい靴を好んで穿く風がある、これは日本ばかりでなく

古くから靴を用ひてゐる外國でも、小さい靴で生れもつかぬ不具者をつくるといつて嘆息してゐるものすらある、小さい靴を好むといふのは甚だ宜しくないこととて、寒い時には足の先が冷えて困難をする、なるべく靴の下穿きを澤山にはかせて、格恰は悪くなつても足の方を温めておくことは必要である。

それに今一つは日本人は支那人よりも靴を造る術がどうも上手でないよふである、護謨靴ならばともかく、革で拵へたのであると縫目から兎角雨水が入つて、靴下が濡れてゐることがある、若しその濡れた靴下が足の温度で乾くといふことになれば、それだけ足の温度を奪ふことになるので、汗で濡れても水で濡れても、靴下の濡れてゐるのは甚だ不衛生なものである、かよふなことが續いてゐると、足の趾の間に濕疹を生ずることが往々ある、現に日本ではさほど寒氣が強くないけれども、獨逸では道路で立話してもして暫く立止つてゐると靴の裏から頻りに足の温度を奪ふので、足の先に覺えがないよふになる、それであるから靴の裏面へ厚い毛布を縫ひつけたり、老人になると毛皮をつけたり、色々なことをして靴を自然大きく寛やかにする傾になつてゐる、又昨今の新聞で見ると、外國でも靴に用ひる革の