

この章に筆を擱くに當りて余は讀者に警告しよう、余が診療所（東京神田區今川小路二ノ十二）を叩いて診を乞ふの人又は其の友人中にも梅毒に患り六〇六號の注射を受るも一回又二回の注射に全治したりと自ら思惟して、血清の反應即ちワッセルマン氏血精反應を省みないで、是を放擲して置く人があるが斯の様な時は一回又二回の注射にて梅毒病原菌は其の生活力を滅せられ又毒素分泌は滅せらるゝも、全治し無い以上日時は知らぬ間に再び病菌の増殖を來すものであるから、必ず血清検査上陰性になる迄其の注射を持續する事を熱望するのである。

十五、軟性下疳

軟性下疳は一種の傳染性局所病であつて陰部を蝕する疾患である、硬性下疳は梅毒の初期であるが其の軟性下疳は決して微毒ではない、而し梅毒と混合し來る事が多い。

原因 是れはデュウクレー氏菌に原因する、不潔の交接は誘因とす即ち觸接性の傳染病であるから、男女一方のこれを患ひながら、交接の媒介によつて、他の一方にこれを傳染する故に、不潔の交接を避くるは、言ふまでもなく之れが豫防の方法である。

症候 通常不潔の交媾後、二三日で是を發する最初粟子大の發疹を生じ、だんだんに膨大して膿胞を破り、遂に潰瘍を形成し、其潰瘍の周圍は赤色を呈して浸潤を呈し赤色浸潤部は又膿潰して潰瘍は愈々大となる、其女子に於ける發生部位はクラルク氏は婦人に於ける軟性及び硬性下疳に罹る三百三十二名の患者を検査し、其内子宮頸部を侵すものは八名膾宮隆部を侵襲するもの一名であると報告した、尙ほ同氏の研究の結果佛國學者の主張する様に子宮軟性下疳は獨國學者の想像するよりも多いとの説に同意すと云ふ其の龜頭或は尿道の軟性下疳を患ふる男子より子宮頸部

に感染する者多いと云ふ子宮頸部に發する潰瘍は單一なることある或は多數なることありて單唇或は兩唇或は大部を侵襲することあり、疼痛は僅微或は皆無であつて陰門の軟性下疳と併發するを普通とする其他腔の加答兒性炎症を惹起し子宮炎を伴ふこと屢々ある潰瘍は破壊性なること多くて子宮頸の一部或は大部を破壊することある、ペルニツク氏は骨盤腹膜炎を惹起したる一症を報告した、デスブレ氏は軟性下疳の子宮頸管内に感染し子宮腔に蔓延することありと云ふ子宮外口の周縁を侵襲する時は癥痕に因り狭窄を起すことある。

診斷 硬性下疳の主徴の一なる潰瘍底硬結は男子に發するものに於ては常に存在するも、女子に於ては硬結僅少なるか或は全く缺如することある、夫れだから婦人に於ける花柳病の潰瘍、即ち軟性及び硬性下疳の診斷は實に困難であつて、鼠蹊線の状態或は潰發する第二期徴候に因るでなければ容易に診斷し難い、或は全く不可

能なることあり、殊に子宮頸部を侵すものを診斷するに當り最も多く困難を感ずるものである、これ子宮構造のため其硬結を鑑識すること容易でないからである。

療法 軟性下疳は全癒すべき疾患である、若しこれに感染したる場合には、直ぐに醫療を受けなければならぬ、さうすれば日ならずして全治する。藥物療法としては、沃度仿謨、「デルマトール」等を撒布し又沃度仿謨、沃度爾を撒布し、尙下疳ワクチンの注射等効ある、又腔の深部子宮腔部等には子宮鏡を用ひ、患部を充分焼灼或は腐蝕したる後、消毒液に潤したるタンポンを挿入し二十四時間毎に交換することが必要である。

十六、横 疔

横疔は軟性下疳に屢々續發する淋巴腺炎である。然し痲疾より發する淋巴腺炎とは違ふ。通常軟性下疳の發する部位は陰部であるから、横疔の發する淋巴腺は、鼠

蹠及び大腿近接部の淋巴腺とする。

原因 軟性下疳毒が患部から吸収せられて淋巴腺を侵し、鼠蹠淋巴腺に炎症を起すに至る、尙軟性下疳毒は更に股淋巴腺に侵入する。

症候 軟性下疳の初期に於ては、鼠蹠に軽度の疼痛を發し、此部の淋巴腺は腫脹し、疼痛を發して其疼痛は益々劇増し、歩行困難になる體温稍々昇騰し淋巴腺の腫脹部は皮膚潮紅を顯はす、夫して近傍の淋巴腺も亦腫脹を來し、其周圍に炎症を起して患者到底歩行すること出来なくなる。疼痛最も甚だしくなれば皮膚は帶紫赤色に變じ自潰して膿を漏し、瘻孔を残して久しく多少の膿汁排出し、數週又は數ヶ月に涉りて治癒せぬこともある。

療法 横痃は未だ皮膚に變化を來さぬ初期ならば、沃度丁幾の塗布又は灰白軟膏の塗擦によるか、或は又水褌法によりて、靜に臥床し、攝生を守れば治癒する、既に

に皮膚に變化を來せるに於ては切開を要する、下疳ワクチンの注射は卓効ある。

第九章 女子交接不能

女子の交接不能を來すべき疾病は陰性交接不能と子宮性交接不能と及び色情缺乏症等此れである。

一、陰性交接不能症

イ 陰門及び陰の先天性に一部又は全部癒着せるものを云ふ、此れは手術に由て治癒することが出来る。

ロ 陰痿撃とは陰口の刺戟感受性過敏であつて、自覺的に痛みを感じて陰莖或は指等の挿入を困難ならしめ、甚だしいのは陰門を吹き或は軟毛を以て輕摩し或は交接の事を考ふるも迅ち陰痿を發す、本症は多く處女を侵し殊に初婚の夜に現はる

ものであつて、通常膣口の非常に狹隘なるか處女膜の硬韌なるに由る。

ハ、膣口の閉鎖又は狹窄、先天性、陰唇の癒着又は、處女膜の閉鎖より來るか亦は外傷（やけど、負傷、手術又は病的等）痘瘡等の場合に痕痕を形成し、又は陰唇象皮病、陰唇ヘルニヤ（脱腸）等に於て後天的の狹窄又は閉鎖を來すものである。

二、子宮性交接不能症

子宮脱は交接を困難ならしめ、或は嫌厭の情を起すに至るものとする。

三、女子の情慾欠乏症

春氣發動期に至れば月經時を除く外何時にても快感を感じるに拘はらず、往々にして此の淫慾缺乏し、交接を行ふも快美を感ぜざるばかりでなく、却て不快若しくは疼痛を覺へ交接を嫌忌するものがある、又早婚及び身體の發育未だ成熟せざる際に於ける妊娠分娩者に發することがある、男女相互の意思合せざるもの、年齢の懸

隔甚だしきもの及び男女の陰部に於ける諸原因就中、少女期に於ける手淫は最も本症を來し易きものとする、其他色情缺乏は、不妊症の女子も多く、此種の女子は肥満するを特徴とする、肥満は卵巢の異常より來たることも多きが故に、それで妊娠せざる所以である。

而して女子淫情の缺乏は輕微なるものに在りては尙交接に耐ゆるを以て妊娠せざるに非ざるも。之を嫌忌し厭惡するものに至りては、交接を肯んせざるが故に妊娠すべき道理なきばかりでなく、夫婦間に在りて適度に情熱を漏し歡を合する能はず、假令輕症とするも尙情熱を缺くから夫婦間は冷然相關せざるに至り、到底家庭の和合圓滿は持する事が出來ない、之れが爲め女子は益々神經沈衰憂鬱に趨き、遂には比斯的里症に陥りて病辱に呻吟するに至り、男子は情慾の漏らすべきものなく且つ何等其の妻より温情を以て迎へられぬ爲めに夫婦の愛情衰へ、或は花柳の巷に或ひ

は外妾を置きて之に情熱を注ぎて家を顧みない様になる。此の如く女子の淫情缺乏は家庭に重大なる關係を有するものである。

療法は、先づ其の原因の如何を確め、陰部の異常、疾患あるものは速かに之を除き併せて催淫療法を行ひ淫情の催起興奮を計らなければならぬ、予は淫情及び快感なしとて離婚されんとしつゝある婦人を治療し三週間に於て全治せしめ破鏡を救ふた事がある。

四、陰 瘻

最初本症を報告したるマリオン、シムス氏の定義に據れば、陰瘻は處女膜及び膈入口の劇甚なる知覺過敏と、膈括約筋高度の不隨意收縮と聯結して遂に交接を營むこと出來ぬものとなす、甚しき症に至つて、假令柔軟なる羽毛の該部に接觸するも、忽ち劇聲を放て號叫するが如き烈痛を發することある。又本症を炎症に歸する人も

るも嘗てシムス氏の實驗したる如き著明の患者は絶へて炎機を合併せぬ。

相對男子の陰萎は屢々陰瘻の原因をなす者であつて、本症は亦た屢々不幸なる離婚或は精神病の原因をなすことと少くない。

療法、唯だ處女膜の截除を施すので、ウキンケル氏は上皮蓋の乳嚢性増殖と共に構成したる基質の纖維性増殖を反復實驗した、即ち其法は尿道部に於ける處女膜起端を鑷子を以て固持し、細刀或ひは鉗を以て一側より他側に向ひ周繞して輪狀に截除する、若し處女膜起端尿道部を越へ上方に存するときは、S狀截除片の如く尿道孔縁と共に截除するを要する。

處女膜輪の一邊に於て缺損部を認定するのは甚だ興味ある者であつて、シムス氏の特に其一部を遺殘して斯く截除したのは、此殘片の陰瘻を誘起するか如何かを試験する目的であつて、後ち該片を截除するに及び、初めて確實なる治癒を得たと云

ふ。

此の如く截除したる創面は注意して縫合し、沃度フォーム「ガーゼ」を以て腔内に充塞するを良とする。

本症は單純なる擴張器に依て根治する者でない、偶々麻醉劑を應用したるため一時緩解し次で受胎し分娩することもあるが、本症の依然として現存するから徴知するに足る。

本症類似の複雑症候は、狹隘なる生殖管を以て不適當なる初回の交接を營むに依り、或は淋疾に依て起る腔入口の炎症に於て發見する者とする、シムス氏の記述する腔瘻に符合せざる斯の如き症は、炎症の治療、腔入口の單純擴張、相對男子の諭戒に因て能く其苦痛を驅除せしむる事が出来る。

腔入口の知覺過敏を伴はずして、歇斯的里性或は神經性の婦人に來たる單に

底諸筋、腔括約筋、肛門舉筋の收縮は、ヒルデブランド氏の「ペーニス、カプテウス」として記述したる症に外ならない。

斯等諸症に對しては、總て一般療法と共に對症療法を施すを以て足れりとする。

五、生殖器管閉塞

生殖器管の閉塞を區別して先天性及び後天性の二種となす。

先天性閉塞に左の種類ある。

處女膜閉塞

腔閉塞

子宮閉塞

處女膜閉塞は、ドールン氏に依れば腔閉塞と甚だ誤認し易き者にして子宮閉塞は甚だ稀有なる者である、腔閉塞に於ては腔の全部或は一部缺損し或は腔の唯だ一處

に於て中隔を以て閉塞することあり、而して其の全部缺損に至ては治療は到底出來難いものである。

後天性閉塞は腔或は子宮に發し腔閉塞は腔の炎症或ひは潰瘍に依り、子宮閉塞は亦た炎性殊に急性傳染病後の産褥に於て、或ひは強劇なる腐蝕に依て發起する者とす、其他癒着性腔炎に均しく老婦に於て粘液或ひは膿を滯溜すべき内子宮口の閉塞を認むることある。

症候、一般の閉塞は月經の缺亡であつて、春機發動期に於て經血の滯溜するため、初め定期性であつて後ちに持続性なる疼痛を以て之を徵知し得る。

此の如き月經を伴はざる疼痛は、健全なる婦人の初潮期に於て甚だ屢々遭遇する者にして、先天性閉塞も精密の檢診を受くる後初めて知る事が出来る、故に斯の如き症状を自訴する患婦に接すれば、醫士は毎常生殖器の檢索をなさなくてはならぬ。

經血愈々子宮内に滯溜するに従ひ、愈々放尿排便を困難ならしむる。

檢診に依り、腔の膨脹(腔血腫)を認め、或は久時經血の滯溜するに因り子宮頸管を擴開す、而して子宮閉塞に基因するときは原發性子宮血腫を構成する、子宮の稍々膨脹するに従ひ、又た溜血の喇叭管を擴開するの危険ありとす。

屢々血液を以て擴張せられたる喇叭管を腸詰様の感を以て觸知することあり、而して喇叭管破裂は致死的の腹膜炎を誘起するから、毎常甚だ注意して之を觸診する事が必要である。

原發性子宮血腫は雙合診を以て検査するときは、子宮は緊張し且つ弾力性に變じ頸管全く擴張し、子宮口の缺損せる圓形腫瘤を探知し得る。

子宮内口の閉塞に於ては頸部は其固有形狀を保存し、子宮體の部位に於て圓形腫瘤を認むるも、子宮消息子は決して送入する事が出來ぬ。

主に閉塞膜の截開であつて最初僅微の截開を施し蓄血をして徐々に漏出せしむ、若し上部より之を按壓し其漏泄急速に過ぐるときは、子宮底の下方に轉位するため、下腹端に於て僅かに固定したる喇叭管囊の破裂を來たすことがある、此の如き場合に遭遇したるときは即時剖腹術を施し、次で卵巢及び喇叭管を截除しなければならぬ。

六、生殖器管の重複に基因する閉塞

本症は其の診断困難であるから特に茲に記述する、即ち上章記載する如き疼痛を有するも、唯だ異なるは月經の存在であつて、之を検査するときには全生殖器管の重複即ち腔、子宮の雙重ある事を認め、或は單に子宮の重複即ち側方に於て唯だ之と並行する腫瘍を認定し得る。

殊に著しきは腫瘍一側に於て腔穹隆の缺損、子宮口の半圓狀形、及び其凹面の腔に反對の方向を取るを以て特異とする。

豫後 此の症は自然の經過に放任するも、他の閉塞に比し敢て不良でない、又假令破裂し易きも、他の開口する生殖器管の一雙に於て排出さるゝから、蓋し亦た無害なる者とする。

療法 通常閉塞症に於けると違はない、胎生子女副角の血腫であつて腫脹増加するときには剖腹術を行ふ、而して本症は大抵確診し得る者であつて廣韌帯内に有莖の腫瘍を認め、特異の構造を有するときには卵巢腫瘍と考案せしむ、若し子宮底部一側に傾斜するときには、檢者をして屢々一角子宮及び疑團ある腫瘍との診断を困難ならしむる。



男女美容編

林喜美子 著

一、昔の美人と今の美人

中古から徳川時代の美人

婦人の生命は美にあると云はれて居ります。が一概に美と云つても時世の移るに従ひ、昔と今とは美人に對する標準も異ひ、又國と國によつてもそれ〴〵異なるやうに思ひます。我國でも平安朝時代の唐風の模倣が著しくなつて、和唐兩風俗が混和して巧みに均衡を得て特趣な一風俗を生成した、初めて化粧をし初めたその頃は、眉が表情に最も關係の深いものであると尊まれ、眉を抜き取

つて、そこへ黛で黒々と眉を畫き、齒も黒く染め、紅々と頬を染めて化粧した婦人を最も美人と稱せられて居りました。又奈良朝時代では『……………末の珠名は胸分の廣けきむすも妹、腰細の細腰すばるの蜂處女の、その顔のきらくしきに、花の如笑みて……………』と云ふ萬葉集の和歌にもある通り、胸巾の廣い、腰の細い、姿の引締つた者を美人として大變讚美してゐたやうです。藤原時代になりますと、容儀服飾の美を競つて、化粧の術も亦、新發明をされてその風は永く後人も則るやうになりましたが、矢張り眉なども前代のやうに自然の美に叛いて人工的に眉作りと稱して、油煙と油を材料にした『こね墨』と云ふものをへらに塗つて凡ての婦人が眉を落して畫きましたり、殊にその頃の美人の最も主な條件としては、額が高く、顔の餘り白く化粧をしない、風姿の、どやかに、控へめがちなことが美しいとされて居りました。

その後ずつと、徳川時代になりますと、今迄の美人の標準がすつかり變つたものになつて來まして、歌麿や、春信の描いた浮世繪に現れた女性を見ても解る通り、細い切長の少し釣り上つた眼、小さい口、富士額、長いか細い首頸、可愛らしい手足、細長い脚、こんなのが當時の代表的美人たるの特徴になりました。このやうに徳川時代は中古の時代とは著しい變化があつて、全く奇異な感じさへ抱かせます。然しこれにも相當の理由はあつて、御承知の通り、徳川時代は封建制度の極に

達し、社會的には勿論、家庭的にも婦人の権力や位置も認められず、全く男子に寄食せねば立場がない位で、當時の婦人は家庭内でも隅つこで、男子とは異つた粗食に甘じてゐましたし、殆んど幽閉された生活をしてゐたため、全く病的と言つてもよい程の線の細い感じが肉體に現はれてゐる婦人を美人の典型のやうにさへ思はれて居りました。それと同時に婦人自身も全く人形のやうに生氣のない、玩弄物としての美を自分に見出して満足してゐた感があります。

このやうに時代の變遷に従つて、世人の美人に對する標準もそれ／＼違つて居ります。

今日の美人

所が、明治の時代になり、更らに大正の新時代になりますと、前記の中古や、徳川時代とは婦人の地位が雲泥の相異を爲して來ましたし、世人の美に對する觀念も違つて來ました。従つて又美人の條件も大いに變つたものになつたのは云ふ迄ありません。社會的や家庭的に婦人の地位が高まつた計りでなく、今迄婦人に禁物視されてゐた運動體育が獎勵され、尙以前は全く無用視されてゐた智識への要求が必要とせられて來まして、婦人の眼前は花が咲いたやうに、廣々と明るい世界が展開

されてまゐりました。現在の女性美と、過去の女性美とに相違を來たしたものは洵に當然の結果と言はねばなりません。試みに浮世繪に描かれた美人と、現在の和装、洋装に彩られたとりぐの美人とを比較、研究して見ましても、徳川時代の死んだやうな人形美は影を全くひそめてしまつて、今日では、豊麗で健康な肉體を皮とし、精神美の輝きを實としたやうな女性を理想的の美人として禮讃するやうになりましたのは一つに現代文化の賜と思ひます。

四

二、どうすれば美人になれるか

理想的の美人とは

女性と生れたからには誰れも美しくなりたいと願はないものはありませんまい。美人のことをよく「立てば芍薬、坐れば牡丹、歩む姿は百合の花」と云ひますが、これは昔、大和の國から流行出した俗語で、今ではもう古い比喻で新らしい感じは出て居りませんが、美人の姿勢を形容化して、巧みに言ひ現して居ります。でも眞の美人とはどんな女性を言ふのでせうか。一口に云へば、身體が完全に發育を遂げて、然も精神に修養を積んだ女性が理想的の美人であると思ひます。それではさう云ふ理想的の美人はどんな條件を備へてゐなければならぬかと申しますと、肉體的には圓滿な調和と、美しい均整の體格を持つて、常に運動、衛生、美粧の修練を積み、精神的には學問と高尚な趣味性に生きたならば眞の女性美が自ら輝き出づると信じます。所で、圓滿な調和均整とは髪か

五

六
たちの愛らしく、美しいことや身體全體の色調や曲線の快感の存することや、皮膚の滑膩光澤のあることや、起居動作の點、四肢軀幹のよく比例のとれてゐることでありまして、決して一少部分のみの特徴があつても駄目であります。かう云ふ理想はある點迄は、生れつきのものでありますが、日常生活と身體との關係を省み、進んでは、美容上の運動、健康上の衛生を守つたならば、長壽と艶美とを併せて得らるゝことになります。

尙これを行ふべき大切な青春の時期は過ぎ易いものでありますから、婦人にとつてはどうしてもこの時期を適當に活用さるゝことを忘れてはならないと思ひます。併しながら、いろ／＼の事情や、その人の生れつきの體質の弱點や又は身邊の境遇や、病氣のために今までの美しかつた花が凋むやうに容色が衰へる不幸な人も少くありません。自分の生れつきの體質は如何ともしかたがありませんが、病氣とか衛生上又は化粧の不用意のために美しい容姿が、不自然に衰へてゆくことは婦人にとつてまことに痛ましい限りと云はねばなりません。かう云ふ人爲的なことは出来るだけ努力して之を防ぎ止めるやうにしたいものであります。

美は女の特權

凡そ婦人の美とは、十三四歳の頃から追々現はれ始めて、十七八歳に至つて益々著しく、「鬼も十八、番茶も出花」などと云ふ時代となりますが、二十五六歳から三十歳位に至る間が全く女性美の頂點に達するのであります。それから追々と美の降り坂となつて、四十歳以後は漸く容色が衰へるのが普通であります。然しまれには十五歳位から廿歳前後の間に急に美容を發揮して、やがて急劇に容色を失つてしまふ朝顔の花のやうな素質の人もあります。西洋でも北國系統のノールエイ人や英國人の如きは却々女性美の發揮の年齢が遅いかはりに、その衰へ方も漸次的であります。南國系のフランスや、オースタリー人の如きはその美と凋落とが最も急轉的であります。これは風土の關係もありませうが、大いに身體の健康と美容とに注意するといふやうなことも、少からず影響してゐることと思ひます。

尤も日本でも、昔から女性の肉體美が決して單なる「顔よきをとめ」のみでなくして、如何なる姿勢がよく、どんな肉體が美しいか、と云ふことにあつたやうで、これは古來の詩や歌や傳説の中にも書かれて居ります。それに婦人と美とは相離れぬもので、美人即ち、美しい人と云へば其人が男とも女とも斷らなくとも必ず女に限つて居り、英語でも「ビューティー」と云ふだけで、これも美人を指すに限つてゐるのを見ても分る事であります。このやうに美は婦人の誇るべき特權でありま

入

す。然し、その女性の肉體美の中でも何と云つても、主なるものは顔でありませう。人の顔はその智慧の輝くところ、その感情の閃くところ、その健康の表れる所であります。顔は全身から見ますれば面積こそ小さいものですが、その働きの複雑なことは他の身體諸部の何處にも比べものになりません。これは一に精神の表れる所であり、全身の健康の反映する所であるからであります。洵に美と云ひ、魅力と云ひ、愛嬌と云ひ皆々顔に表れて居ります。所で、顔の美しいと云ふことは何にその要素となつて居りますかと云ふと、秀麗な眉目、端正な鼻、可憐な口唇、と云ふやうに形の美しいのと、髪や齒眼の色の色調も有力な作用を持つてゐるのであります。さうして、それらの形容や色調が快く美しく調和した所に始めて美しい顔が生れる譯であります。ですから魅力があり、愛嬌があつて人に快感を與へるやうな顔はどうしても大理石像のやうな、冷い感じではありません。温い血が頬に満ち、澄んだ瞳を持つて、愛の笑ひが口唇に漂つてゐるやうな活々として動いてゐる美でなければなりません。それではそのやうな調和した動きのある美しさは、どうして得られるかと云ひますと、第一に精神の爽快、第二に身體の健康、第三に肉體の美、以上三つが相調和したことに發現されるのでありますが、その三つと云つても之れは決して別々のものではないのであります。お互に關聯してゐるものであります。身體が健康でなければ、爽快な精神は得られません。

し、又精神の爽快が無ければ肉體美も完全に發揮することが出来ません。ですから肉體美は所詮、健康の恩澤に俟たねばならないものであります。世には自分の顔色の憔悴して行くのを、怨み悲しむ人がどんなに多いこととせう。自分の兩頬に薄紅の褪せてゆくのを如何に惱み悶える人の多いこととせう。このやうな人は、たとひ、その顔貌が美しく整つてゐるやうとも、即ち動きのある美しさがありません。健康でないからであります。これに反して、たとひ顔付の美には多少不完全な處があつても、そこに快味ある健康美が現れ、生き／＼とした力が漲つて居りますと、人もまた快き感じを受け、顔にも自然愛嬌が浮き立つて來るものであります。

美人の資格は精神美

既に身體が健康ならば、次に注意すべきは精神の修養と、化粧法の研究であります。この二つは勿論、如何なる婦人にも肝腎ではありますが、其中でも青春妙齡な方に向つて、その心得を勧めることは最も効果があり、必要なことであります。

精神の修養が、その人品に光と美とを與へることは極めて有力でありまして、性來さほどに美しく

ない人でも、修養の結果、何とも言へぬ崇高な、輝きを人に感ぜしめるものであります。精神と顔貌との相関聯してゐることは前にも述べました通りで、例へば脳髓の血液の循環が良く働いてゐれば、自然眼は活々と輝いて來ます。古來の偉人や天才と稱せられる人の顔を見ても分る通り、精神の修養と教化のある人の顔は、どことなく統一が表れて、そして扮飾で表すことの出來ない美があります。どんなに顔の美しい人に接しても、そこに、駄羅しない風采、無智の言葉や思思が見られませんでしたならば、その容貌が美しければ美しい程、その美は傷けられ、更に卑しく醜く見えるものがあります。これらの缺點は、その人の心の修養が自然に知らずくの間に見れるので、それ以外には何にもありません。それとは反して顔貌の餘り美しくない人でも、心の修養を積めば、だんくんと容貌の美以外に精神の美が表れて、容貌の缺點を補ふやうになります。

容姿の美を現すのには、どうしても精神状態が影響して來ると云ふ事に注意されたのは、古くからも行はれたことで、昔、支那で非常に美人と云はれた西施と云ふ女などは殊更らに、精神上の苦痛に自分の身を置いて、眉を顰め、苦痛を表すことに苦心したと云ふことですが、それが又當時の人々に評判になり、西施の魅力もそのために却て發揮されて、女官達も真似をするやうになつたとさへ言はれて居ります。これらを見ても精神の状态が、容姿に密接な關係があることを示す一例に

なりませう。併し現代ではこんな姑息な、皮相な方法で美を發揮すべきでは勿論ありません。もつと根本的な精神の修養を通して表れる人格美の表現へ心掛けねばなりません。この人格美こそは一時的のものではなく、年齢によつて左右されるものでなく、永遠のものでありませう。精神美には不自然さがありません。無理がありませんし、衰へがありません。却て一年々々と落着き、洗練され、光輝を増して來る本當に力強い美であります。美人にならうと思ふならば、まづこの根本の精神の美が備つて、顔貌の美も生き、青春には青春の美があり、壯年には壯年の美が生れて眞に犯すことの出來ない奥床しい美人になることが出来るのだと思ひます。

精神美はゞして養ふか

併し一般に精神修養とか、精神美とか云ひましても一向雲をつかむやうなことでして、其人の修養の如何にも依りませうし、一朝一夕に出來上るわけのものではありませんが、簡単に云へば、學問や藝術に親しむことにより、趣味性を高めて人格を作り、内心の慎みを得るにあると思ひます。さうして正しい憐憫の情を持つて、常に心に濁りがをく、本當に純真な心の状態にあることに心

掛けることが必要であります。具體的に述べますれば、

例へば常に怒る癖のあると氣がつけば、その後は注意して努めて怒らぬやうに注意をすると云ふことなども、極めて當り前のやうなことです。さう云ふ反省が永い年月に、洗練されまして、圓滿に悪癖が除去されて、自然に、穏和な相が顔に表れて来るやうになります。さうして常にこゝにことした微笑を漂へて靜かに語る春風のやうな温い心持や、平和で靜かな落付と、日光のやうに澄んだ穏かさを包んだ心になるのも精神美の基礎となるものでありませう。

人工的の美容法で他を補ふ

以上で女性の肉體と精神の美の完成されなければならぬと云ふことが、大體お分りの事と存じます。がそれと同時に、身體の上に施す化粧の技術、言ひ換へますと肉體の美でもなく、精神の美でもなく、美の手入れ、外部から與へる所の扮装の仕方も婦人にとつてまことに大切な事でありま。就ては以下追々と、その要點や方法を述べて本書の目的に副ひたいと思ひます。

凡そ婦人の扮装による美容と云ひましても、廣い範圍となりまして、頭髮から、着付はもとより、

持物に至る迄皆扮装の中に入れねばなりません。が、本書は主として化粧の秘訣、結髪の方法、衣裳の着付等の一般美容を詳しく述べたいと思ひます。これらの諸點に亘り注意を用ひましたならば、生來美貌の方は一層その美を増し、又顔や恰好や身體の上に多少の缺點がある方でもこれを修飾して、即ち人工を加へて、自然の缺點を補ひ得ました時はその缺點を隠し美しくなるを得られると思ひます。元來美容法は、兎角に怠り勝ちなものです。が、衣食住が人にとつて、一日も缺くことの出來ないやうに、婦人がその身を美しかれと繕ふことも一日も忽せにすべきものではありません。これは婦人が他人に接する禮儀の一つでもありますし、女性自身の美しい生命を保つ上にも必要なことでもあります。

三、美容の根本はこれ

肉體美と化粧美と衣裳美

凡そ美容には三つの要素が必要であります。一つは肉體美、二は化粧美、三は衣裳美で、この三つがうまく調和がとれてゐたならば立派に美人としての資格が備つてまゐります。ところで、第一の肉體美は性來或る點迄はまたねばなりません、素養や、修練でするぶん若々しく輝やかしい肉體美を發揮することが出来ます。

肉體美は健康から

即ち肉體美の根源は身體を健全にすることにあるのであります。身體を健全にして、血行を良くし、肌には生々とした光澤を有して肉體の完全な發達を計りますことに於てこそ、美容の手入も十

分効を奏し得られるのであります。故に美貌を欲せられる方は第一に全身の健康を計らなければなりません。滋養分のある食物と適度の運動を攝取して常に肉體美の養成に心掛けることが必要です。ですから世には身體の發育のみを美の發現として、體格が良くて筋肉が發達してゐればそれが最も美人であると極言する人があります。要するに肉體美の一要素として健全なる身體といふことが最も肝要なことを忘れてはなりません。それなれば健康より得る肉體美は何によつて得られるかと云ふと、それには適度の運動、程よい食事、清い日光の恵み、適當の睡眠及入浴等のことが必要であります。

適度の運動をすべし

近來は女性の間にも種々の運動を嗜むやうになつたのは結構なことです。適當な運動をして身體の健全を期すれば自然血行の循環を促すものでありますから、血氣の悪い人などはよくこの點に注意して置けば人工的の紅などを不用なくとも花のやうに美しくなります。

程よい食事が肝腎

適度の運動に伴つて食事の注意も肝腎のことです。まづい食事も運動をすれば自然うまく、營養にもなり、攝取するものによつては皮膚に影響があるやうであります。我國でも昔から青菜を食すると色が白くなるといつてゐますが、これなども理由のあることと思ひます。さうして常に胃腸を良くして置くことは皮膚の光澤を保つ上にもまことに必要なことでもあります。

適當の睡眠を取る事

常に精神を爽かに、疲勞を癒すのには睡眠ほどよいものはありません。少し健康を害してゐてもよく睡眠さへすれば忽ち快復してしまふことは誰れでも経験のあることと思ひます。従つて睡眠を缺くことがあれば自然に生々とした感じが薄く、自然に艶のない顔色になつてお化粧なども洵にみにくいものになつてしまひます。睡眠はどうしても一日七時間以上を取る必要があると思ひます。

清い日光の恵みに

眞に美しい肉體を保つにはどうしても清らかな空氣と日光の程よく當る所に生活しなければなりません。煤煙の多い所や、濁つた空氣の悪い所や、日光の直射の烈しい場所ではいくらお化粧をし

てもその効果を十分現すことが出来ません。その例によく一見美しくお化粧をしてゐるやうに見へてもよく見ると、混雑な場所などでは目に見えぬ塵や埃りが白粉の上に溜つて毛穴を蔽ひ、灰色になつてゐる方を見ることがあります。又日光の恵みの餘りゆたかでない時は自然顔色も青白く病的の感じが現れて眞の美しさを發揮することが出来ません。

化粧は合理的な方法で

茲に言ふまでもなく、お化粧は一番自分に似合ふ方法を以てしませんと、かへつて自然の美を破壊してしまふ惧れがありまして、お化粧の意義にそむき本當のお化粧の意義にそむき眞美のお化粧の目的は達せられないことになります。ですからお化粧の方法と秘訣をよく知つて、自分の顔の缺陷をも同時に自覺して、それらの缺點を補ふやうな方法でなされなければなりません。さうすれば、色の黒い方、青い方、脂肪の多い方、荒れ性の方等それ／＼合理的なお化粧法で、するぶん若々しさと美しさを發揮することが出来ます。

四、皮膚の手入はマツサージ

美しく垢ぬけをする法

いかにも垢ぬけのした人とよく言ふことがありますが、これは申す迄もなく皮膚の手入れにあることで、顔は勿論のこと、襟脚、手足の地肌を美しくすることで、この皮膚をととのへることは最も時日のかゝりますことです。

美しい地肌になりますにはやはり、内部から氣をつけてかゝらねばなりません。第一に健康、それにはまづ運動を適宜にして、便秘症の方は毎朝必ずコップに一杯の冷水を、食前に飲用しますとよろしいのです、それから食物は皮膚と最も關係の深いものでして、新鮮な果實や野菜を多く摂取する程、血液の循環をよく皮膚を美しくしてくれます。果物は文明人程多く食べます。ビタミンAを含む肉類や、魚類などは榮養の方から云つても攝取するのは勿論必要なことです。

扱てこれらの内部からの注意は美容上いつも怠つてはならないものですが、外部からの最も効果の早い垢ぬけする方法は、何と云つてもマツサージでせう。マツサージにも色々の方法があり、それに要する器具もありますが、まづ誰れにも出来る簡単な方法を申述べませう。

これはタオルとコールドクリーム（油性）さへあればよろしいのです。まづタオルを鍋に入れて蒸すか、お湯でしほるか兎に角熱くしまして、顔や襟をむし、それを二三回繰り返しますと、恰度充分に入浴しましたあとのやうに、皮膚の毛孔が開いて來ます。油性のクリーム（ハイゼニツククリーム）をまんべんなく塗りまして、一度綺麗に拭き取つてしまします。それから両手の指で靜かに摩擦をはじめます。これは下から上へ向けて、額は横に、眼のまはりもそれにそつて、決してきめに逆らはぬやうにしなければなりません。このやうにして凡そ十五六分間位なめらかに摩擦をつゞけますと、指先も顔もほつと櫻色になります。そこで洗粉のとかしたのを脱脂綿につけて、クリームの残りを綺麗に取り去つてしまふのです。この時は石鹼でもよろしいが、洗粉の方がよく落ちます。そして、マツサージをします時は必ず、顔や〇と共に手を忘れぬやうに、手はやはり手元から胸の方へ向けて、逆に摩擦するのです。

マッサージは何時したらよいか

マッサージは夜休む前がよろしいので、晝のお白粉を落とすと同時に、毎日でも隔日でもやるのがよいのです。かうしてマッサージをしてますと、ほんの暫くの間に見違へる程肌が美しく輝き、ニキビ、ソバカス、吹出物等も除去することが出来ます。それに血行がよくなりますし、小皺などふせぎますのは勿論です。マッサージをすると、却て小皺がよるものなどといふ方もあります。が、小皺のよるやうな下手なマッサージをしては大變で、それは強く摩擦し過ぎたり、きめに逆つて摩擦したりするからです。今誌しましたやうに、マッサージをほどこしましたら、絶対にそのやうな憂ひはなく、永久に若々しく艶のよい皮膚を持つことが出来ます。

よく色が黒いからと云つて、過酸化水素を用ひることがありますが、あれは皮膚を大變損ねますから、脂肪性の方なら兎も角、荒れ性の方などはまづ用ひない方がよろしいのです。過酸化水素をつけて、少しは色が白くなつても、生え際や、眉の毛が赤く傷められてしまつて中々なほらないとは、よく聞くことです。これによつて傷められた眉など今度新しく生える迄はどうすることも出

来ないのです。それからこれは少し贅澤かも知れませんが、毎日三合乃至五合づゝの牛乳を召し上りますと、永遠に老ひを知らぬ艶やかな肌でゐられます。牛乳の嫌ひな方は冷水をどんどん召し上るとよろしいのです。美容上水は胃腸を害せぬ程度いくら飲んででも有益無害ですから。

洗顔の注意

洗顔に用ゐるお湯は極く自然な、ぬるくなく熱くないものを洗面器に取り、タオルで顔を蒸し、毛穴が開いて垢や脂肪の浮き出た時に、純良な石鹼の泡や糠汁で、額の生えぎわや耳鼻の是等凹んだ所を毛根の逆に極く軽く洗ひ、高い所は洗ひすぎぬやうに平均にせねばなりません。強く洗ひ過ぎると皮膚を傷め荒れます。皮膚の硬質細胞を取る事を適當にすれば、ハタケなど出来る事もなく、荒れる心配ありません。お湯を使つたり、風呂に入つた後などで、顔のほてつたのを冷たい空気に當てると弛緩してゐた皮膚が俄かに縮みますので、早く顔に皺が寄り易いものです。これを豫防するには乾いた手拭か又はガーゼで押し敲くやうに摩擦すれば、血色をよくし、皺の發生するやうな憂ひはありません。又大抵の荒れ性の方も二三度糠汁を使つて、夜寝る時クリームを塗けて休めば癒ります。軽い石鹼の後には砂の無い糠汁が第一であります。

五、化粧の順序とその方法

白粉をつける前の注意

扱て洗顔がすみましたら次ぎは襟の化粧に移るのが順序ですが、その前に白粉をつける注意を述べませう。白粉をつけるにはその人各々の顔立なり、皮膚の素質に依つて、一概には云はれませんが、第一にお化粧の下地を作らねばなりません。これにはクリームを用いることが普通ですが、又このクリームには有性と乾性との二種がありますが、顔に脂肪の浮出る様な方なれば乾性のクリームを用ひなければいけません。カサ／＼と皮膚の乾く俗に云ふ荒れ性の方は地肌の脂肪を平均にして相應の脂肪を補ふ爲めに有性のクリームが必要です。さうしてこのクリームを使用する場合は手で塗りまくるより、ハンカチーフかガーゼを指先に捲いて、鼻の上から塗り始め萬遍なく塗り擴ける方がよろしいのです。手をつけるには餘程よく手を洗つてからでないとい、白粉とクリームが附着

して斑になる憂ひがありますから注意を要します。かうして白粉を塗る下地を作つてから、襟のお化粧を始めるのです。

まづ第一に固煉白粉を板刷毛によく含ませて萬遍なしに塗り擴げます。年の若い方なれば少し濃い目に、年の召した方なれば少し薄目に牡丹刷毛で押へるやうにして白粉を落ち付かせ、水刷毛で押し叩くやうにしてその上を尙も洗ひ落すのです。さうして置いて暫くしてよく乾いた牡丹刷毛で、軽く馴染らし、その上を手拭で押へておくのであります。

顔の化粧

襟の化粧が出来ましたら、顔の化粧に取りかゝります。襟のお化粧をしてゐる間に、顔に脂肪が浮き出してゐますから、又一度顔の下地を直してから白粉をつけなければなりません。これは一寸したことですがよく忘れ勝ちですからよく御注意をして置きます。さうして襟よりも薄く、臙脂刷毛に水白粉なり、更にそれを又薄く溶いた白粉なりを含ませて、鼻筋を中心に段々兩頬にかけて薄くひろげてほがすやうにし、板刷毛にも白粉を含ませて置いて、その刷毛で毛穴を逆に顎、顎と云

ふ順序に塗り、その上に乾いた牡丹刷毛で、白粉を押えながら刷きます。さうして、又その上に少しも白粉氣のない水刷毛で撫でながら刷きます。額は自然に脂肪の最も多く浮き出るところですから、却て下地は引かない方がよろしいやうです。云ふ迄もなく白粉の選擇は白粉は自らの肌合ふ色合のものを選んで塗らなければなりません。額の白粉は一般に誰れにも合ふ肉色とか、黄色の白粉が適してゐます。舶來の肉色、佛國製のビノー水白粉などなれば、顔全體に一樣に塗り、生え際にも塗りひろげ、乾くのを待つて其の白粉をガアーゼで拭き取り、生え際の毛の中にもすり込むやうにして拭きとれば、生地から美しく見えて、綺麗にお化粧が出来ます。さうして水白粉を塗り上げてから、その上に少量の粉白粉を粉刷毛で、鼻筋から刷き、むらを仕上げるのであります。

白粉の選擇が必要

それから白粉の選擇ですが、まづ煉白粉に限らず、第一に鉛分を含んでゐないと云ふことが最も必要條件であります。そして、伸びとつけ具合の良いのが性質の良い品であることを證明して居ります。煉白粉は化粧方法にもよりますが、化粧を永く保たせるには適當して居ります。色のついた

白粉によつては顔に色が染まることがありますが、かう云ふ種類のもものは悪性であることは勿論です。すから注意をしなければなりません。水白粉はとかく皮膚を荒らす性質を擁つて居りますから、必ずクリームと併用することを忘れてはなりません。粉白粉はまづ粉末状態の良いことが第一條件です。そして粘着性があり、蔽ふ力が十分にあり、つけてビロード色の艶があり、ベルベットと云つたやうな感じを持ったもので、ちようど絹糸のやうな觸感を與へて、よく混合して居るものが良いのであります。粉末のザラ／＼したものとヤボク／＼するものはつきの悪いことが明らかであります。外出先で一吋白粉直しに用ひるのにコムバクトは澱粉の餘り多くないものでないと、パツフに白粉がつき悪く、澱粉の少ないものと、粉つほくなつて、顔につきが良くありませんから、適當の量の澱粉、つまり固結する材料を含んだものを選ばねばなりません。

頬紅と口紅のさし方

頬紅はその使ひやうによつては容色の形が著しく變ることがあります。よく餘り頬紅を濃くさして下品な感じを思はせる婦人を見掛けることがありますから、頬紅は生地ほの赤さを偲ぶやうに程よくつけることが肝心です。さうすれば一層白粉の白さの中に明るみが浮んで花のやうな美しさ

を見せてくれます。

口紅は近頃は餘り平常はさしませんが、程よくさしてゐるのは健康を象徴してゐるやうで氣持のよいものです。厚い唇を薄く見せたり、大きい口を小さく見せたりするには白粉と相俟つて紅を用ひねばなりません。これは厚化粧などの場合は殊に必要です。この時には紅筆に菓子^シの飴か、リスリンを一すつけて紅を含ませ、適當に濃く塗ると光りを及びて一層引き立ちます。

尙頬紅は色素のあまり多くないもので、つけた時にしみにならないやうな品を選ばねばなりません。一概に頬と云つても、肌の色と顔の部位に依つて、自ら選擇を異にせねばなりません。又口紅も唇の荒れに用ひる時と、單に化粧に用ひる時に依つて、その選擇する口紅の性質を異にする必要があります。荒れる時はなるべく脂肪性の多いもの、單に口紅の化粧に用ひる時は日本在來のものでもさしつかへはありません。けれども、日本在來の口紅は齒に附着すると、齒がだんく黒く染まつてゆく缺點がありますから餘程注意せねばなりません。水紅ですと、沈澱のないアルカリ性の弱いもので、出來得れば中性のものを用ひたいものであります。

眉と生えぎわの直し方

眉は濃くも薄くもその人各々の顔立に従つて補はなければなりません。又額の生えぎわも同様その人各々の形によつて繕はなければなりません。眉毛は平常もよく手入れをしませんと毛が赤くなつたり薄く脱けたりしますから常に油をつけなければなりません。お化粧をした場合は眉の濃く粧ふ必要のない方でも、ほんの少量のチツクか、ボマードを眉ブラシに附け眉毛の上に引けば光澤が出て、眉毛の營養のためにもよろしいのです。薄い方は尙更、^{まゆすみ}黛を眉筆に含ませ、油を引いてある上に思ふやうに適宜に地肌にはなるべくつけぬやうにして、毛のうら眉毛の眞中から左右に引き伸すのであります。次に生えぎわは餘程手際よく巧にほかさないと、わざとらしくなり勝ちのものですから寧ろ前髪や、鬚の出し加減なりで格好をよく見せるやうに工夫をした方が安全のやうです。尙黛の引き方はその人特有の形を變更することなしにそのまゝの形を美化する心持で引き方を研究することが一番良い方法であることは云ふ迄ありません。

現代的の眉は、眼との間を近くよせて細く先の方を下けて西洋の婦人の眉のやうに引きますが、我が國在來の眉の美は俗に柳眉と云つて、眼と眉との間が廣く三ヶ月形にやさしい形に引いて居ります。このやうに黛を引くにもその人特有の形に従つて自然をくづさず引くことが必要であります。

鼻の形を美しくするには

鼻は顔の中心點のやうなもので、顔中でとかく目立ち安いものです。鼻の形は横から見た時、その形が整つてゐるのを理想的なものとしてゐます。かう云ふ方は白粉も目立たぬやうに耳のわきから前に向つて頬紅をつけることに依つて一層形よく端正の美しさを現はします。低い鼻の方は白粉を濃い目に鼻筋に塗るか、兩側の小鼻にうすく紅を引くかして鼻に注目され勝ちな他人の視線を他所の方を美しくしてよちらで引きつけると云ふやうにします。例へば口元を美しくするとか、眉を美しくするとかいふこととあります。

頬紅も普通よりやゝ白い位にして置いて、鼻から頬へ向つて横にながすやうにしますと、自然鼻筋が高く見えます。さうして、粉白粉をつけて、頬紅とのさかひ目をほかしてしまふと云ふことも低い鼻を美しく見せる一法であります。又小鼻の大きく開いた即ち獅々鼻には小鼻に肉色の白粉を極く薄く塗り、鼻筋をやゝ濃く塗りますと廣がつてゐる鼻も細り高く見えます。返り鼻には鼻の穴の所に白粉を塗りますと、何れも多少形が變つたやうに格好よく見えるのであります。それから俗に赤鼻と云ふ赤い鼻の方は是非光線療法によらなければなりません。さうしてアルコール性のもの

刺激性のものをとらぬやうに注意しなければなりません。

眼付の矯正

眼の美しさは顔全體に大きな支配をすることは云ふ迄もないことで、眼の美しさは表情にも關係がありますし、従つてこれは修練の結果による必要であります。眼の形は各々一様ではありませんから化粧方法によつて或る程度まで、美しく見せることが出来ます。即ち釣り眼の人、眼尻の上つた人は險があつて氣高く見受けませんが、餘りに過ぎた方はそれを柔かく見せる爲めには、眉を下り加減に塗り、眼の下に頬紅を施せば柔か味が出て來ます。又下り眼は少しは愛嬌のある優しさをそなへては居りますが、眦を眉の間を上方の方にほかし、頬紅を塗りさへしますと、變つたやうに見せられます。それから張り眼、出眼とは眦のはれ上つたので眼の下と眉の間の白粉を薄く、睫毛のまわりに頬紅で隈どることによつて矯正されます。窪み眼は出眼と反對に眦の上に白粉を濃く塗ると幾らか涼しい目元に見えます。又眼尻の切れの少ない眼は、眼尻に極く薄く墨を入れますから、紅をさすと切れ長の美しい眼付に見えます。小さい細い眼には下の睫毛に薄く墨を入れますと大きい輝かしい眼付になります。この下睫毛に墨を入れる傾向は近來の流行になつて居ります

が、ほのかにほかすやうに手際よく描きませんと、不快な感じを與へます。これは洋風の化粧の影響の一つでありますから外國の婦人の墨の入れ方なども機會があつたら研究するとよい参考になると存じます。

眼鏡をかけた人は、眼のあたりが白く見えたり、或ひはその箇所が影が出来たりし勝ちですから、頬紅のつけ方で、直すやうにします。それも頬の真中ばかり強くするといふ事なしに、又鼻のあたりに濃淡をつけずに、耳の横頬をほかすやうに致します。そして白粉を極く薄く全體塗らねばなりません。それから眼の輪廓の黒い方を時折り見かけますが、これは眼の縁の皮膚が薄い爲めに、傷害を受けやすく、烈しい外氣に當つて遂に黒くなるのです。年を取るに従つて一層目立つやうになりますから、これは洗顔の時常に注意して、指先で局部をマツザードをすることによつて自然に防ぐやうにします。

黒い顔の化粧法

黒い顔と云つても、非常にいやな黒さの方と、所謂淺黒い質の方とがあります。が顔の黒い方の

化粧法はまづ、地肌の手入れが大切で皮下の新陳代謝を盛んにして肌に艶を出し、洋風の化粧法を用ひた方が効果があると思ひます。それには紅を主とした化粧によります。紅はフランス紅のやうにやゝ黒味を帯びたものを用ひます。臉から頬にかけて紅でほかすのです。その上に粉白粉をして、クリームを平に伸ばし、おさへるやうにしてつけるのです。その上に更らに粉白粉をつけます。黒さをかくすやうにと、濃くつけることは大の禁物で、どこ迄も薄い化粧を丁寧に行ふことが肝要です。さうしてなるべく眉に黒さを集中させるやうに、額なども濃くつけると生えぎわが大變汚く見へますから此點に特に注意をしますと、あか抜けのした化粧映えのした顔に見えます。

青い顔の化粧法

顔の色の青いといふことは、中には生れつきの體質から來る方もありますが、多くは病氣のためか、さもなくば榮養不良のため、又は食物の不調節に依る原因であらうと思ひますが、そのうち病氣から來てゐる方が一番多いと思ひますから、顔色が青かつたら第一に病源を質して適宜の療法をすることは云ふ迄もありませんが、食物の消化に注意して便通をよくすることも美容上必要なこと

であります。化粧法としては、顔の青色に反抗する爲めに、無理に紅色の化粧料を用ゐる事は避けねばなりません。却て青い皮膚と、白粉の色との區別がはつきりついて、日光に當つたりすると、猶更不快な感じを現はします。殊に白色の白粉は青白さを助長するやうになりますから極く薄くつけねばなりません。肌色、肉色の白粉を用ひるのが一番適當な方法です。頬紅も白粉をつけてから用ひずに、最初洗顔の後にクリームをつけてから、眼の下から廣く薄くつけ、白粉はその上につけるやうにすると肌色、肉色の白粉が、下の頬紅と良い工合にとけ合つて十分生き生きした自然の赤さを現はして來ます。口紅や黛もあまり濃くすると却つて顔の青さを目立たせますから程度にせねばなりません。

赤い顔の化粧法

赤い顔の方は大抵は脂肪性の人が多く、丸顔の方が多いやうです。顔の赤さも頬のみが極端に紅潮を呈してゐるやうな方がありますから、白粉も濃淡なしに、平らにつけておいて、頬紅で手加減をします。白粉は純白なものを用ひ、顔の中心から四方に向つて伸すやうな要領で化粧することが

肝要です。出來ますことなれば粉白粉を薄く引かれる程度にして置きたいものであります。又丸顔の特徴として顎が短いのですから、顎を長く見せる爲めには局部を心持濃くつけることも必要です。濃白粉の場合は、水白粉の薄いのを刷毛で、普通の方より數多く塗りますと、地肌の赤さがすつかり隠されます。頬紅は頬全體にさゝすに地肌の赤を中心に周圍をほかすやうな心持で薄くせばよいのです。

瘦せた顔の化粧法

頬の瘦せた、骨張つた方は年も老けて見えますし、活々とした感じも薄く、ふくよかな豊さも何處にも見出せないものです。かう云ふ方の化粧はどう云ふ風にして缺點を補ふかと云ふと矢張り紅と白粉とによつて矯正せねばなりません。即ち紅は肉を低く見せ、白粉は高く見せることを上手に應用してゆくことが秘訣です。ですから、頬骨の上には紅を程よくさして、頬には少し濃い目に白粉をつけますと、全體均整のとれたふくらみのある若々しい顔になります。

簡単な化粧料の見分方

美粧の効果から見て、化粧品を撰ぶことも極めて必要なことであります。一時的の流行や、新聞雑誌の誇大な廣告に惑はされて、新しい化粧品があれば早速それを買つて見たり、評判が良いと云へば直ちにそれを使ふと云ふやうに、自らと化粧品との立場を考慮しないで、平氣で用ひてゐる方が多いやうですが、立場を考へると云ふことは、化粧効果をよりよく現はす爲めには非常に大切な事でありませう。立場と云ふのは、化粧品の性質と自らの皮膚の性質と使用する場合との關係であります。もつと平たく言へば、荒れ性の肌、脂肪性の肌とそれぞれ性質に依つて、その肌に適合する化粧品を用ひることです。單に狹義の目的と、生地を荒らすとか、日焼けを防ぐとかの目的に依つても、又その目的に適合する化粧品を選択することが必要であります。従つて買ふ人が自分と化粧品との立場をよく考へて使用することが最も大切であります。次に述べますことは極めて一般的なことですが、上述の旨を充分理解せられた上の参考にして頂きたいのであります。

化粧石鹼はどんな品がよいか

石鹼の種類としては薬用石鹼、化粧石鹼、洗濯石鹼等がありますが、茲では化粧石鹼に就て申しませう。單に化粧石鹼と云つても、中々一概に見分けるのは難かしいことですが、一般に粧用上の價值から見れば、水分の多い即ち容易に早く水に溶けて無くなつてしまふものは良いとは云はれなく、游離アルカリ性の含むものは悪いと云はれねばなりません。中性のものでしたら難はありません。アルカリ性を含んでゐるか、どうかを見分ける方法としては石鹼をアルコールに溶かして、それにフェノルフタリン溶液を一滴注いで見ると、紫赤色に變色しますからよく分ります。簡單に見分ける方法は、嘗めて見るとアルカリ特有の味があるからすぐ分ります。泡沫は、細かい泡立のよいものが良いとせられてゐます。

化粧水

化粧水にもいろいろの種類性質がありますが、概括的に云ふと、アルカリ性、中性、酸性のものとかう三種に區別することが出来ます。そしてその化粧水の性質に依つて、使用する人の皮膚の性

質と化粧の目的に應じて、それらの化粧水としての特色と價值があるのであります。ですから自分の皮膚の性質と化粧の目的とに依つて化粧水の選擇を異にしなければならぬのは云ふ迄もありません。よく自分の肌の性質に合ふか、合はぬかを考へずに使ふ方がありますが、これは使用上の經驗から自分の肌に適ふ化粧水を選らばねばなりません。

ク リ ー ム

クリームを見分けるのに當つてまづ第一に知らねばならないのは、寒い時と、暖かい時とに依つて使用する品の異なることであります。

冬の寒い間、又は寒地で使用するには所謂コールドクリームがあります。良いクリームでもバニシングクリームなどであつては、寒い時と所では極めて、効果が弱いのですから、コールドクリームを使用した方がよろしいのです。コールドクリームは日本人にはどんなものが良いかと云ふと、硼酸のなるべく多量に入つたものが良く、バニシングクリームはリスリンが濃く含有されてゐるものが日本人に適當してゐるやうです。然し一般にバニシングクリームはよく鹼化されたもので中性であると云ふことが大切であります。游離アルカリのないと云ふことも亦必要であります。游離の脂

肪酸を多く含んでゐますと、白粉のつけを悪くしますからこれも注意を要します。それからコールドクリームに用ひた脂肪あぶらが臭味のあるものは良くありません。礦物油を用ひてある時は油の中に往硫黄を含んでゐますから肌を害ふ事がありますから注意を要することでありませう。又クリームの中に含有した香料のために色の變化を來たすもの、香料の爲めに皮膚に刺戟を感じしむるのはいくつかない證據です。含有してゐるリスリンも刺戟を與へますがこれは少しも差しつかへがありませんから、香料の刺戟とリスリンの刺戟とを見分けねばなりません。これは、嘗めて見るとリスリンは甘く、すぐ舌に消えますが、香料の刺戟は強く却々消えませぬから分ります。

白 粉

白粉の種類は實に多くあります。先づ煉白粉、粉白粉、水白粉、生白粉、紙白粉、海綿白粉、に又着色の白粉には七色もありますがこれも人各々の皮膚の素質に依つて色素が異なりますから其人に適合する白粉に依つて化粧せねば本當の美しい完全な化粧は出来ません。

煉白粉は主に襟りに多く用ひられますが、純白なきめの細い、鉛分の含有しないのが理想品です、が薄めて何度も塗るやうにしなければなりません。水白粉は主として、顔料として用ひられて、

和洋種々ありますが、着色の品は染料に十分注意して用ひることが大切です。

三八

香 水

西洋の少女はすみれの香りがすると云はれて居りますが、日本の婦人は何んの匂ひがしませう。その人の好みに依つて選擇を異にするのは云ふ迄もありませんが、大體、落ちついた温雅な香りをするのでよく、鋭いイラ／＼した香りはよくないものです。香水に色のついてゐるのがありますが、あれは決して悪くなつたのではなく、香水は香りを本位として製造するものですから、中には温度光線の影響のために色がついて變色するものゝあるのは當然です。使用方法としてわぢかに着物などへつけるのはよくありません。間接的に、つまり簞笥の中に瓶の口を開けて、倒れないやうにして入れて置き、香りを着物に移すとか、身體につける時もぢかにではなく、顔なら耳たぶのうしろとか、手なれば腕の内側などにつけて、間接的にやはらかく香はせることが好ましいと思ひます。尚香水は光線と、熱とに對して極めて鋭敏ですから、常に冷暗な所に保存して置かねばなりません。

六、手と足を美しくするには

恥かしい手足の汚なさ

わが國でも近來手足の化粧と云ふことを稱へられました。西洋人程、手足の化粧に一般ではまだ留意してゐません。が西洋の婦人は顔や襟などよりも寧ろ、手や足を美しくする事にどれ程苦心しそして研究してゐるかわかりません。手足を見ればその人の品性が分るとさへ云はれて居ります。手は常に清潔にする事が大切であります。どんな用をなすにも皆手を使ひますし、況して婦人は食事の世話から、萬端の用をするのですから、一寸の間も不潔にならぬやう注意して置かねばなりません。いつも手や足をきれいにしして置きますれば、何時何處で足袋や、靴下を脱いで素足になりましても、亦どんな會合に出て大勢の前に自分の手を曝しても、少しも恥かしい思などせずすみま

三九

す上に、手足の形よく整つて、然かも美しく扮装されて居りますことは見る人にもいかにも上品さと淑かさを思はせます。顔ばかり如何に化粧に念を入れましても、膝の上においた手の爪が黒く垢で埋つてゐましたり、顔や髪の毛が美しくてもお化粧をした時の白粉が指の間に残つてゐるやうな有様でしたら、一目で折角の美しさを破壊してしまふことになりませう。

尙足に就ては今日では、凡ての美容法が驚く程發達しましたが、足まで美しくなりたいと望まれる方は極くまれであります。又それを望まれました所で、西洋人に比して短い脚が、急に型よく伸びるわけではありません。ですから日本婦人の脚は皆一様に太く短かくて不恰好であります。従つて洋装の場合など一向に映えないのは誠に残念なことでありませう。然し今日何と云つても、仕方がありませんが、せめて西洋婦人に真似の出来ぬ、日本婦人のみが誇り得る素足の美を發揮してこれと對抗したいものであります。けれどもこの素足の美も日常、心にかけて手入を怠つてゐましては却て汚い足をさらけ出さねばなりませんから、平常から手をかけておく事が大切であります。

手の化粧

手は勿論、顔程に白くなくともよろしいのですが、顔や襟の化粧をしましたならば、必ずそのあとで、手にも白粉をつけて欲しいものであります。まづ指先の方を上にもむけて、マッサージクリームを上から下に向つて、何度も萬遍なく、指の間から手の甲へ塗つて、マッサージを致します。さうして手の肌がこれでまづ整ひましたら微温湯で洗ひ落してしまひます。さうして今度はコールドクリームを手の裏表と、手首から腕に煉つておきまして、乾いたタオルで良くふきとつて、水白粉なり、粉白粉なりをもみ込み、ざつと洗ひ落し、押したゞくやうに拭き取るのであります。最近クリームと白粉代のレートメリーなどを水で薄すめて塗つておく方もあります。尙手のふつくらとした形のよいことや、指先が太くならずいつも指先の細くあることは、常に手のマッサージを行つて血行をよくし、皮膚を荒らさぬやうに心掛けることが肝要であります。

簡単に出来る美爪術

手の爪の櫻貝のやうに美しいことは、自分で氣持のよい計りでなく、見る人にも本常に快いものであります。すんなり細長く伸びた指先にきれいな爪の並つてゐることにその人の品性が表れてゐる

と云つても過言ではありません。美爪術をするにも最近では高價な器具がありますが茲では誰れにも出來ます簡単な方法を述べませう。

先づ手先を暫く、微温湯に入れて置き、爪の柔くなるのをまつて、其の人の好みにまかせて形は細長くも、圓くも亦平たくも、とにかく短かく切つてしまひます。さうして、サンドペーパーか鋼鐵のやすりを切り口にかけて形を思ふやうに矯正します。それから、石鹼水に約十分程指を浸して、ブラシで爪の洗濯を致します。さうすると、爪の周囲の皮が柔かくなりますから皮壓かわおしで皮を押します。皮を壓しますと、石鹼水でかねて柔かくなつてゐますから、すつかり爪から離れてその後、白い小爪出來ます。それを皮は切り缺でおした皮を切り取つてしまふのです。次にアルコールを脱脂綿につけて、爪のまはりをすつかり消毒します。そして、そのあとに煉紅を塗り、磨き粉をつけて磨きます。磨き終りましたら、齒ブラシで粉をよく拂ひ落し、タオルで拭いて、再び磨粉でこすります。それから更に水紅、又は鉛筆のやうな楊子で磨き直しを致します。革で摩擦をしてもよろしいのです。見る／＼中に美しい光澤ある爪になります。一度經驗を得れば誰れにもたやすく行はれます。終ひには暇さへあれば爪を磨くやうになりませうが、せめて一週間に一度位は爪の手入をして常に美しい爪でありたいと思ひます。

足の化粧

足の化粧はとかく等閑にしやすいものですが、かう云ふ隠れてゐる所にも一層の注意をして綺麗にして置くことは婦人の平時の心掛けが僂ばれて床しいものであります。

殊に夏、婦人の素足を誇る時に汚い足を表してゐては興ざめの思ひがします。煤煙の多い都會の人や足の裏の脂肪の多く出る人などは殊更らに足袋なども汚れ易く、着物の裾や、疊を汚し自分でも不愉快なれば、他目にも醜惡なものです。又爪のために足袋の指先が破れてゐたりしては一層折角の顔や衣裳が美しくとも、その一點で落第であります。ですから足の化粧も亦必要になつてゐります。足の化粧は大體手の化粧と大差はありません、常に清潔にし、足の指と指の間は垢の溜りやすいものですから、時々マサージクリームを塗り込んで、垢を浮かせよく乾いたタオルできれいにふきとる必要があります。常に足袋をはいてゐる場合が多いので、素足の時の他は白粉を塗り込むことは要しませんが、洗つたあとは脂肪性の少いクリームを足の甲によくつけて皮膚の荒れぬやうにして置くことが肝要であります。足の美爪術と同じ方法ですが、足の爪は手よりも硬いのが普

通ですから、手より幾分厚目の道具を用ひねばなりません。つけますクリームや紅は手の時のとす
つかり同じでよろしいのです。

四四

脂手や脂足の手法

脂肪手、脂肪足もまた、誠に氣持の悪いものであります。あまり肉類を欲しいとは思ひませんが
なるべく脂肪の多い食物を減じ、度々熱いお湯で洗ふとよろしいのです。洗つても洗つたまゝでは
いけませんから、よく拭いてマスター十番をつけてよく揉み込むか、アローミンをつけて擦り込むと
暫くするとサラ／＼して居ります。裁縫などなさる時、側へそれを持つて来て置き、手がぬら／＼し
て來ましたら、すぐそれを繰り返し、かう云ふ習慣をつけますと自然に脂肪が出るのが薄く、弱りま
す。また脂肪足の方は足袋や靴下、下駄などもすぐ汚れて、足は不快な冷たさを感じますのみなら
ずそれがひどくなると、水蟲などになつてしまひますから、脂肪手と同じやうに、度々熱湯で洗ひ
タンノホルム一分と滑石二分とを混合した粉末を塗布すると大變にさつぱりとなります。

七、最も大切な髮容の美しさ

化粧や衣裳を引立てる

我國の婦人は昔から黒髮の美を尙び、それを一つの誇りにしてゐます。よく女の美は髮容にある
とさへ云はれて居ります位です。従つて家庭上又は社交場裡に於ても、髮容の亂れは婦人として最
も忌む所で、他人に對しては失禮にもなりますし、自分自身も不愉快であります。ですから常に正
しく結髮してゐますことは、頭腦も鮮明になり精神も爽快に、自然人品も高まり他人にも快感を與
へます。故に化粧の中でも、髮容を整へることは最も大切で、婦人の身の廻り一切を支配すると同
時に、他の化粧や衣裳を引立てる事になります。一般の婦人が全身の裝飾の中に髮容を最も重きを
置いて、日夜美しくなる工夫を凝すのも誠に無理なき事かと思ひます。毛髮の美しい持主になりた
いのは婦人と生れて、誰れしも亦願はぬ人はありますまい。

四五

髪を美しくする營養

髪毛のふさ／＼と水の滴るやうに黒いのは誰れしも望む所ですが、不幸にして良い髪のもでない人は、一層努力して髪を保護し、毛の營養に努め、脱毛を防ぎ少しでも毛髪をふやし、一寸でも毛を伸すやうに注意せねばなりません。髪の手入にも、毛髪は皮膚の變形でありますから、常に日光と新鮮な空氣の中に十分の營養を取らないと美髪にはなりません。尙、身體に適當な運動が必要であるやうに、丈夫な長い毛髪を育てるには櫛や、ブラシで梳いて、軽い刺戟を與へることが大切であります。これは櫛の齒が軽く皮膚の面を摩擦して、血液の循環をよくし、毛根の發育を助けるからです。又一日、五分間位づゝ頭の地肌を十分兩手の拇指、人差指、中指で軽くびつたりあてゝマッサージをすることも、必要なことであります。

それから、これは日本髪の場合は到底望めぬことですが、人手を借らずに結へる洋髪の場合は、就床前に忘れずほぐして、まづブラシで埃を收り、極くゆるく巻いて寝みますと、安眠もとれば、髪の清潔を保つことにもなり、抜毛を防ぐ爲めにも効果があります。又毛髪の艶を増す食物と

しては、海藻類、牛乳、胡麻の類が特効があります。髪のもに艶がなくバサ／＼としてゐますと、延いては顔色にまでかゝはつて、美しい肌の冴も隠されてしまいますから外部の手入と共に、内部から營養を與へて髪の艶を増すやうにせねばなりません。

洗髪 の 注意

洗料と洗ひ方

髪を洗ひますにも、洗料として、布海苔とか、鶏卵の白味とか、椿油の搾り粕とか、他に種々の洗ひの藥品もありますが、どれでも使ひ刷れたものがよろしいと思ひます。唯石鹼は特別の方は別として、ともすると毛がカサ／＼として光澤が出ませんから注意せねばなりません。

まづ布海苔で洗ふとしますれば、どろ／＼になる迄布海苔を煮沸して、何のまぢりのない品なればそのまゝ、微温湯を少し混じて置きます。さうして、解いてある髪を其中で丁寧にまづ毛の先を五六寸ばかり洗ひ、後根元から毛の端の方へ、毛の生えなりに指を二三本頭の地に當てゝ幾度にも

そのまゝ毛のはしまで洗つて行きます。その時髪が多い人は幾つにも根元を分けて、櫛で指先でする様解きさけるのであります。そして幾度にも、毛の地からさきまで、一通り洗ひ、それから尙一度微温湯でよく濯ぎ、最後は度々湯を更へ、湯に濁りの浮かないまで洗ひ掛けねばなりません。髪は洗料の如何よりも洗ひ方が大切で、洗ひが粗漏であつたならば、落ちこぼれたり、又毛髪に光澤をなくして、癖がつき、ふけが多く始末にならないやうになる事があります。洗ひ方により今迄細い毛が太くなつたり、又少ない癖のある毛も多くなる驗しもあつて、知らずく美しい髪になるものです。それからこれは夏の場合ですが、夏季は水で洗ふ方も少くないやうですが、水は垢や油の溶解力がないために、髪洗に無理をして、然も充分で清められませんし、洗つたあとで地肌がほてり、毛根の組織を損ひやすく、毛根の弱い人は禿になることがありますから必ず、微温湯で洗はねばなりません。

洗髪の数と時期

洗髪の数も其人の毛髪と脂の出やうによつてちがひますが、冬は少くとも月に二回はするやうにし春から夏へかけて、頭部から分泌物の多い出る頃は更に一回又は二回を増して月に三四回はせ

ねばなりません。殊に和風の束髪や、日本髪の方は一週に一度、即ち月に四回は必ず洗ひ度いものです。尤もこれは若い方や子供さんのことですが、年をとつてゐられる方は髪のもも薄く少くなつてゐる關係上、頭部から出る時も少いものですから若い方に比して、一回や二回は減じてもよろしいのですが、それとても洗へば洗ふ程、毛髪のためによいと云ふことを考に置かねばなりません。然し洗髪としてはならない時があります。それは、食事の前後から、身體の加減が悪い時は止めねばなりません。又洗髪の間は成たけ午前中の、日光の強い時がよく、午後遅く、日光が陰つてからですと、乾きが悪い計りでなく、風邪を引いたりすることがありますからよく注意せねばなりません。

又、夜や、寒い時分に髪を洗はねばならない時はあたりの寒くないやう、又隙から風の洩らないやうにしてからにしませんと、毛を濡らすために思はぬ病氣を引き起したりします。

洗ひ方が悪いと

髪の簡単な洗ひ方は前にも一寸述べましたが、よく若い時分に何んともなかつた髪の毛が中年頃から癖毛になつたとか、又は切れ毛が出来るとか云ふことをきゝますが、それは大抵、髪の洗ひ方

が悪い爲めになつたのと、その手入れの仕方が悪いことから生ずるのであります。勿論、一回や二回洗つたからと云つてすぐ癖毛や、切れ毛になると云ふ分ではありませんが、その悪い洗ひ方が幾度もつゞいた揚句がついにぬぐふことの出来ない様に、毛に癖をつけたり、又毛を悪くするのであります。ですから髪の洗ひ方は、洗料を選択するより、もつと注意を要するのであります。

もう一つ大切な注意

それから、今一つ洗髪について注意したいことは大抵の人が洗ふと云ふと、毛先ばかりに氣を奪はれ、又毛先から中程までを丁寧に洗つて、毛の根本や、頭の方の洗ひが届かぬことが多いのです。これは自分で洗ひますから、どうしても手が毛の根本や地肌に届かぬと云ふこともありませんが、一つには毛髪と云ふと、唯生えてゐる毛髪と云ふことだけを考へて、その毛髪がどこからどうして生えてゐると云ふことを考へてゐない、氣がついてゐない事に基因してゐるのであります。つまり毛は野の草のやうなもので、野原が垢や脂で埋れて營養が衰へて來れば、その生えてゐる草も亦枯れてしまふと同じ理屈を忘れるからであります。そこで洗髪には毛髪の全體をよく洗ふといふことは勿論のこと、殊に毛の根本、更にその生えてゐる頭の地をよく洗つて、毛の養分を新しくすると云

ふことを忘れぬやうにせねばなりません、この理由から洗髪の時、必ず指を頭の地に突き込み、少し痛みを感じる位に、強く摩擦し、よく洗ふことが肝心であります。さうして洗つたならば、毛髪に洗ひ粉の残りや、槽などが附いてゐないかをよくしらべて見ることです。この前後の洗ひ方が不十分ですと、それが原因して更に種々の障害を與へますから、濯ぎ湯は決して儉約せず、湯が濁らぬ所まで換へ湯をせねばなりません。

洗髪がすんだなら

髪がすつかり洗へましたら、今度は櫛で一度、靜かに梳いて、よく乾いたタオルで水氣を取り、更に荒櫛を入れて毛を前の方に垂らしてはタオルで拭き、氣永に陰干で乾かします。その時濡れた毛は決して直接日光に當て、乾してはなりません。直接日光に當てますと折角の黒髪の艶を悪くします、又櫛を乾してゐる時は入れてはなりません。毛を切つたり、こんごらかへしてしましますから。然しこの時、髪のほぐれてゐるのを機會として、指を毛の地肌に當て靜かにマッサージをすることは快よい計りでなく、毛根を刺戟して強くする上に大變有効であります。又毛の濡れてゐるま外へ出て、寒い風に當つたりしてはいけません。よく髪を洗ふと風邪を引くと云はれますが、こ

れは濡れたまゝで風に當るからであります。さうしてすつかり乾き切りましたら、椿油を少し指先につけ、毛の根本によく揉み込むのです。これは毛に營養を與へる最もよい方法であります。濡れてゐるうちに毛に油をつけますと、毛を早く悪くしますからよくありません。のみならず、結髪をせぬ場合の油は、毛につけるより毛の根本の方、地肌へつけるのが合理的です。ですからマツサージをする時指に油をつけてすれば一舉兩得の譯であります。又急ぐ場合などは、うすく前髪の所を幾枚にも毛筋立で分けて乾かせば、いくらか早く乾いて癖のつく事が少いのであります。尤も乾きすぎでは癖を出しますから氣をつけねばなりません。そんな時は初めから。前髪、鬢、と別々に分けて乾かすのもよい方法であります。尙髪は時々、先の方を剪んでおくと伸びがよく、毛がふえると云ひます。故に洗つた時に、一寸剪んでおくとよろしいと思ひます。

櫛の入れ方毛の梳き方

髪には櫛の齒を入れますと、地肌の血行をよくし、空氣を入れ、毛の發育を助ける根本となるのであります。櫛を使ふ順序はまづ、十分に荒櫛で毛を梳き解かしふけを取り、荒櫛を用ひたのち梳櫛

で梳きます。

梳き櫛は、すき毛を程よい加減に櫛の齒に挟んで使ひますと、髪の中の汚れが皆、その梳櫛のすき毛に附着して取れます。細かい梳櫛でも毛さへはさんでおけば、齒がとれるやうな事がなく、いく度びもその毛を取り替へれば櫛もよごれず、髪の中の毛もよごれず、氣持よく取れます。尤も新らしい梳櫛は初め一度は梳毛を挿まぬ方がよろしいのです。一度梳いたら癖直しをして後れ毛のある人は毛の裏に鬢付け、ボマードをつけて、毛の落ちないやうにして、水油を手で頭の真中根元に塗り塗り手に残つてゐる油を前から鬢と云ふ順序に塗り、その上一度荒齒で解き、尙梳櫛で梳くと一層美しい光澤が出て立派な髪となります。髪を梳くには荒櫛、中櫛、鬢櫛、鬢出し、毛筋立、梳櫛、荒目の七枚は一通り備へて置いた方が便利であります。

束髪の場合は充分荒櫛で梳き解かした後、頭髪香水を地肌へつけて、指で頭部をマツサージをし次に水油を地肌にすり込み、ブラシで幾度もくく梳き解かしつけ汚れを取るのであります。

癖直しとフケの手入

癖直しの湯は沸騰した熱い程よろしいのですが、地肌にくれぬ様注意しなければいけません。癖直しの布は木綿巾一尺の布を四つに折るのが丁度よい加減であります。布はなるべく固くしほらなければ氣持が悪いやうです。殊に薄い毛で柔かな毛の人には固くしほつた布でないと、毛がべとべとにぬれて沈んでふくれず、寝てしまつて結び難いものです。

布の使ひ方は、布を熱湯の中に入れて浸して熱を與へ、固くしほつて丁度顔を蒸す時の加減の温度にし、毛並に布を押へながら蒸すやうに布で又撫で、は櫛で搔くのです。尤も布は一度使ふ度に熱い湯でしほらねばなりません。癖のある人などは、湯を火に掛けながら布を使ふ方がよろしいのです。

まづ前髪、兩鬢、鬢と云ふ順に押へながら蒸す様に布で毛並を撫で櫛で搔き、癖を直して行くのです。又前髪、鬢の生え際などは髪を一度筋立て薄く一分計りに横幅に分けて生え際におろし、分け目の所に癖直しの布をあて、下に撫でおろし、その毛を幾重にも分けて毛をおろし癖直をしますと、際から毛がふくれて格好がよくなるのであります。

若し縮毛の方であるならば、ゴシ／＼と毛を癖直するよりこの缺點を利用して、この縮れ毛で洋風の束髪にでも結ふと、自然によい粧りが出来て一段と見榮がする譯であります。

癖直しの布は用ひた後は、必ず石鹼か曹達でよく洗ひすゝひで乾かして置かねばなりません。幾度もよごれた油のついてゐる布で當てますと、癖直しに却て毛が汚れます。又水氣のある布ですと直ぐ毛が臭くなります。癖直し用の金盥は定めておいて、油が付いて汚れた時は梳毛で拭きますと綺麗になります。

フケはどんなに頭をきれいにしておいても自然に出来るもので、殊に春先とか、夏から秋へかけでは大抵の人の頭にフケを生ずるものです、が殊にフケの多い人は洗髪を他の人より多くするのは勿論、洗髪には加里石鹼を使用する方がよろしいのです。加里石鹼は皮脂を溶かし、皮膚を清潔にするには一番よいものですから。然しこの場合は必ず水で洗ふことを避けて微温湯にせねば毛を痛めやすひものですから注意せねばなりません。

他人の手を借りず髪を撫でつけるには

日本髪は自分で髪を撫でつけて、四五日前に結つた時より却つて、美しい良い格好になることがあります。自分で撫でつけるのにはまづ、金盥に湯を取り、鬢の毛を毛筋立て揚げておくのです。

後れ毛に、毛の裏と先とに少し鬢附をつけて、鬢の真中に左の手を入れ鬢の右側を掻き上げ、手を除けて左の側を掻き上げ、両側をつまんで、真直ぐ上の方に掻き上げて、兩鬢の棒を抜いて、鬢櫛で一度鬢の裏を掻き、あまり掻き出さないやうにして一寸表からも解きすかしてから鬢の形を撫でつけるのです。丸鬢や島田には埃の溜つてゐる事がありますからよく拭きとり、荒目の櫛を入れておきます。銀杏返しも鬢についてゐる埃を拭き取り、片方の輪に手を入れて、毛筋で掻き是れにも荒目を入れて、おきます。鬢を解くには、鬢櫛で、上鬢にも其人に寫りのよいやうに解き、自分の顔に似合ふやうに深齒で、ふくらみを入れて掻き出すのです。前髪は上に解き上げて、毛の溜がある時は前髪の元結を切つて溜りの毛を取つて新しく結び直してもよろしいのです。このやうにして自然、修練を積みますと、骨を覺へ込んで自分で撫でつけて、まるで結立のやうに綺麗に格好を直すことが出来ます。

梳き毛を入れるには

梳毛を多量に入れるのは衛生上餘りよくはありませんが、殆んど梳毛をしてゐない人は今日では

無いと云つてよい位でせう。日本髪は梳毛にはその髪によつていろいろの種類もありますが、若い方の日本髪の毛の薄いのは餘り見よいものではありませんから、梳毛を入れるとしても、毛の休養をさせるやうに努めねばなりません。ですから日本髪の場合も理想的に云へば、西洋人のやうに就床の時解いて寝るとよいと云ふことになりましたが、これは至難なこと、思ひます。

束髪の場合も日本髪に用ひる普通のものでも差支へがありませんが、入れたあとの形にふわりとした趣や、調子が出ませんから、ローブによつたもので、それを荒櫛でそく／＼ほごすと、柔くもや／＼になる梳毛が出来て、入れても軽しい洋風の束髪に似つかはしい在來の梳毛に優るものが出て來ます。

かもしも最近、梳毛の流行につれて、「耳隠しのかもし」「房形のかもし」も出来てゐまして、それぞれの流行の鬢形が、毛の少ない人には便利になつて居りますから結び用に從つて用ひたならば至極重寶であります。

髪と姿の調和

結髪にも、顔、姿、衣裳、季節、などと調和がなくてはなりません。いかに顔の化粧が整つても髪が似合つてゐなければ全體が見苦しいものになつてしまひます。自分の容貌によく似合ふやうに心掛けて髪形を作り、髪の結び方によつて顔の美を引立たせるやうに工夫しなければなりません。

又髪と身體の調和、姿と髪の均整と云ふことも考へねばなりません。體の大きい人が小さい髪を結ふてゐたり、小さい體の人が大きな髪を結つてゐては全體の調和を破ります。ですから自分の身體に應じた髪はどう云ふ髪が合ふかと云ふことも念頭に置いてしなければなりません。

衣裳と髪との調和も圖らねばならないことは云ふ迄ありません。簡單に云へば、濫味な衣裳の時は、髪も濫味に、派手な着物を着た場合には自ら、髪も派手に結ぶやうにしなければ其の衣裳も髪も二つながら引立たないのであります。それから季節に應じ、例へば冬は幾らか、大振りに結び上げて、夏は總體小振りにしますと、暖かにも涼し氣にも、見えるものです。

容姿に依つて異なる結び方

圓い顔の人には

◇日本髪の場合

日本髪では前から見た前髪は丸味をもたせ、中形に分け、生え際の所は少し細氣味にとり、心持高い目にふつくりと丸味を持たせると、顔が長く見え調和がよくとれるのであります。兩鬢は鬢幅を少し長く廣い目にして横に張り出さぬやう、瓜形にして生え際全部の毛を前に掻き出して、頬の方へ少し埋め氣味にして置くとこれも顔が長目に見えます。横から見た形は鬢山を上げ氣味にして鬢前が生え際に少し被さる様に、ふつくらと浮み出て縦に長目にして耳の邊りから鬢端を上げ加減にして頸を長く見せ、鬢端尻に鬢は添はし、程よく加減をします。どう云ふ鬢でも前から見た鬢はもとどりを高目にとり、鬢が平らにならない様、前から見て高い位にする顔長く見せません。鬢はいづれかと云ふと長目にする方がよいのですが、殊更らしくしてはいけません。全體をふつくらさせ、頸すじの生え際の邊りで埋め加減に掻き出し、横からすかして見た所のもどりから鬢の先までの直線が餘り丸く張り出さぬやうにして、鬢先は丸味をつけ、格好よく結び上げれば頸がやさしく長く見え、従つて圓い顔も長く調和よくなります。

◇束髪の場合

圓い顔の人は、前は真中か、又は七三に分けますか、「耳隠し」にしなければいけません。それから出した「耳隠し」の毛の後方の鬢の毛は出来るだけ張らぬやうに根に取りつけ、毛は稍高目に結ぶとよろしいのであります。尙この「耳隠し」は其人の顔の幅次第でいくら出してもよろしいのですが、その後ろの鬢の毛を張り出して横にふくらませますと、圓い顔は却て圓くなりますから張り出してはなりません。さうしてその鬢の毛と鬢とが一つになつて後ろから見た時大きく擴がらぬやうな鬢を結びますと、ちようど日本鬢の鬢の細くなつてゐるのと同じ感じを見せるやうになつて、圓い顔の人は頸が細くすつきりと致します。

又前を分けるにも、ぴつたりと毛が額につくやうな分け形をしてはなりません。それでは矢張り額が丸出しに見えますから、必ずその分けた兩方の毛にコテを當て、ウエーヴして額の上の毛を高く起し、ピンも毛にぴつたりとつくものを選ぶよりも幾らか高く飛び出したものを用ひるやうにするとうよろしいのであります。

細長い顔の人には

◇日本鬢の場合

細長い顔と云ふのは、多く額と、顎が長いのですから、前髪に丸味を持たせて、生え際の所を少し太い氣味に大きくとり、額に少し被るやう直立させ、やさしくふつくと見えるやうにします。兩鬢も鬢幅を心持せまく、短かく横に張り出し、平かにしなければなりません。横から見た時は鬢の形は鬢山を低い目に、前髪の横と平均させ、鬢尻は程よい加減にして置くとよろしいのです。何の鬢でももとどりは低い目にとり、鬢があまり高くならぬやう平らに周圍に平均に釣合をとります。横から見た鬢は顔も頸も長すぎるのであつたならば、鬢の毛をたつぷりと多くとつて、短か目に丸く出し、長く出さぬやう、又短か過ぎないやうに、全體餘り搔き出さない程に結び上げると鬢の形が横に擴がつて見て、長い顔と調和がよくとれます。

◇束髪の場合

束髪の場合は、細い顔の方は前を七三に分けるのが一番似合ひます。さうして分けた毛を後ろの根に持つてゆく時にも出来るだけ、張るやうにしなければなりません。鬢の髪も後ろを幾らか張り出して、全體が横に擴がるやうにすると、顔に丸味をつけるのであります。それから鬢も低く、稍平らに結へるやうな形のものを選んで、鬢も頸すぢから直ぐ搔き上げずに、多少ふくらみを與へますと自然、幅が出来ますから丸く見えます。「耳隠し」は却てよけいに顔を細長く見えますから、若し結

ふ時は極く小さくすることが必要であります。ピンも細い顔の人は反對に、幅廣のものを差した方がよろしいと思ひます。

普通の顔の人には

◇日本髪の場合

圓くも、細長くもないつまり極く普通の顔の方は髪も普通の型でよいのですが、普通の標準としては、前髪は少し細味を持たせて中形に取り、生え際は細氣味に分けて、稍高く起しますと、顔がいくらか細く、所謂瓜實顔に見えます。兩鬢は、鬢幅を前髪の生えぎわの分目の所から縦に長くして、横に張り出さぬやう、頬、横額の生えぎわを埋め氣味に掻き出すと格好よくなります。鬢の形は鬢山をゆるくして、生へ際の所へ浮み出て被さるやうに、額の格好をとり、縦に長目にして耳の中程の所から上げた氣味にして頸を長く見せ、鬢尻は鬢に添はして加減よくすることが肝腎であります。この時生へ下りの少ない人や、短かい人は鬢を下向きに掻き長く見せるやうにするとよろしいのです。又鬢は何鬢でも、もとどりを少し高目にとり、鬢が平にならぬやう、前髪と平均の高さにしますと顔と釣合がとれた美しい髪容を示します。横から見たところも、もとどりが高く、鬢も大きく平均に高い目に結び上げる方が釣合がとれます。鬢も普通でよろしいのであります。それから脊の低い人は全體の髪形としては、もとどりを高くして鬢も高い目にするのがよろしいのです。鬢は鬢窓をあけぬやうにしなければなりません。鬢は頸のすつきり長く見へるやうに、もとどりを高くしておきますと、脊も自然にすんなり長く見えます。

◇束髪の場合

束髪は極く普通の特徴のない方は、前は真中から、分けて、ウェーヴを分け目から兩方へ流しかけ、「耳かくし」をして、鬢の毛はふわりとつめ氣味に掻きあげ、鬢は幾分細形のを選んで、低く結ふと品がありすつきりと見えます。七三や、オールバックは餘程、自分の顔に釣り合ふやうに考へてからでないとい合はないものであります。殊にオールバックは細面で、額のせまい方に限るやうです。額の廣い方や、額の圓い方には餘り似合ひません。

束髪を結ふ時の心得

最近では特別の他は、一般に誰れでも束髪に結つてゐる方が多いでせう。勿論、束髪と云つても

種々形がありますが、普通束髪を結ぶ必要なことを述べることに致しませう。

六四

洋風束髪に用ふるもの

束髪を結びますに用ひる道具は、まづコテがなんと云つても第一の道具でコテの使い方一つで、いろいろのよい形にするのですからコテの使用法、が一番大切であります。次にブラシ、櫛、ピン、ヘヤーネット、それに束髪用の油などであります。

コテの使い方

コテは毛に波を打たせるために用ひるのと、毛を縮らせるのに用ひるものとの二つがあります。がコテの使い方は中々修練がいるものです。

コテは、火鉢の火なり、又はアルコールランプなどで温めます。温めるには普通靴の方を火の上に、身を上に出します。火鉢に入れる時は上も下もありません。唯そのまゝ突き込みます。又コテは上半部の方を主に使ふものですから、火の上に置く時はコテの先の方が温まるやうにせねばなりません。コテの温め加減は、熱くなく、ぬるくなく丁度よい程でなければ、熱いと毛を焼きますし、

ぬるい時は毛が思ふやうに波立ちません。まづコテが温まりましたら取り出し、匂ひを嗅いでみて、丁度よいころでしたら、新聞紙を小さくしたのをコテの間に挟んで見て、それがちょうど狐色になるか、ならぬ所を加減として使ふとよろしいのです。

波(ウエーヴ)のかけ方

コテの焼きがほどよく出来ましたら、波を打たせやうとする毛を、右の手に持った細かい櫛で揃へながら搔いて一寸つつばらした所でコテをさし込みます。そこでぐいと一つ押へて毛に癖をつけコテをあけて、そこへついた溝を深めるために下からコテを押します。それから今度はコテを六七分毛先を離して、そこで押へながら、力を入れて一卷しますとそこに筋が出来ますから、前と同じやうに一寸逃げ、その出来た溝を深めるために、下からコテを押し當て、出来た溝をはつきりさせるのであります。そこで又六七分コテを毛先にづらし、そこで止め、コテを押し一巻き巻いて溝を作り、一寸コテを逃がして、下から又押しつけて、その溝をはつきりさせます。凡てこの要領で進めてゆけばウエーヴは割に簡単に出来るものです。

コテを當てる時は、毛を少し、それから薄く取つて、コテが十分に利くやうにせねばいけません。

六五

又ウエーヴは表に出る毛の部分だけへウエーヴすればよいのですから、毛は薄く上面の部分だけで取つてウエーヴするものであります。コテを押へたあと、又毛を巻いたあととは、コテを一寸抜いて、その出来た溝のあとを押へることを忘れてはなりません。さうせずに、唯一度押へたまゝ又巻いただけでは、溝が深くつきませんから、直ぐ又戻つてしまつて折角つけた波も消へてしまひます。従つて波の溝を深くしたくない時は、却てこの下から押付るやうにせねばなりません。波の溝を深くしたくない時は、この下から押へることをやちずに、コテを一度押へたまゝ、一卷きしたまゝにおく方がよろしいのです。

鬢の所へウエーヴする時には、兩鬢の波が揃はぬやうではおかしいものですから、それも注意せねばなりません。それから、櫛を絶へずコテの下へ入れるやうにしないと、地肌に當つて火傷する恐れがありますから、これも注意せねばいけません。

コテで毛を縮すには

コテで一部分を縮すには、まづ縮らさうとする毛を櫛で搔き下ろしておきましてから、コテの身の方をあけて、先でその毛の末端を挟み、そこからグル／＼とコテの全體上側に毛を巻きつけるの

であります。この縮らせ方はなか／＼コテが利かないものですが、初め毛を挟んで巻く時、一つ巻いたら、その巻いた毛の上に左の指を揃へて、その毛がコテにしつかりくつつくやうに押へねばなりません。そして、全體巻き終へましたならば、コテの末端をあげるやうにして、少しコテを逆に戻しながら、コテを抜くのであります。この時、ぐつと一さんに抜きますと、折角房になつた毛が散らばつてもぢや／＼になることがあります。コテで、波を打たせたり縮らせたり、するには以上のやうな方法に大體よるのが普通ですから、實際にコテを使ふ人の工夫で、自分のやりよいやうに案出することも肝腎なことでありまゝ。

馬蹄型の波の立たせ方

七三なら七三、半々に真中に分けるなら分けて、おいてその片方から薄く少し毛を分けて、毛の下から上をむけて櫛を入れて毛を並べ、コテを右手にもつて、溝の方を毛の下から上をむけて挟み、二巻ほどクル／＼と巻いて型をつけ、コテを又元通りの位置へ返したところで前と今度は反対の方向へ一卷まき、それをかへしたならば、毛を挟んだまゝ櫛と一緒に一寸ばかり、すべらかして次のウエーヴにかゝります櫛は前の方に出すのでしたら、真すぐにすべらさないで少し前の方へゆがめ

てすべらします。その更り、次の二巻きのウェーブは前のと反対に一巻きし、前にすべらした側の反対にすべらして行きます。すると大きく波がうねり出来るわけです。幅のせまいコテを使へばこれを何度となく繰り返へしてゆく内には美しい馬蹄型の波がいくつも重なつて出来ます。コテはあまり幅が廣すぎても狭すぎてもいけません中位のものを選んで用ひると大變都合よくいきます。

其他の道具

ブラシは逆毛をほぐしますのに使ひます。毛の堅くまばらものがよろしく、結び上げに用ひるものは、稍密なものがよく、いづれもその毛は堅いのがよろしいのであります。

ピンは、ゴム、セルロイド、鋼鐵製等があります。その内ゴムやセルロイド製のは寸法が大きいため在來の「ひさし髪」や、普通の束髪によく用ひられ、その他は大抵鋼鐵製のものを使用します。そのピンは大小の種類が澤山ありますが、一寸臺のピンが一番使用の範圍も廣いし、使ひ頃であります。ピンは毛の亂れぬため、又は根や鬚やを留めるのに用ひますことは云ふ迄もありませんが、毛へさす時は一寸下へ押し加減にさし込み、さし込んだら、その兩端を軽く摘んで、ピンが上

をつかむやうにして上に留め込んで、手を放しますと、よく留ります。

ヘヤーネットの被せ方

ヘヤーネットは細い網の帽子のやうなものですから、かぶせつけませんと中々やり憎いものです。まづヘヤーネットを兩手を甲の方を上にして廣げましたら、丸く頭一ぱいに被せるやうにふくらまして、前髪の中央にあてそつと後ろまでかぶせておいて、小さいピンで、その前髪の中央の所から順に留め、最後に後ろの鬚に來た時、鬚の上に被せ、餘りはグル／＼と巻いて鬚の下に押し込みピンで留めるのであります。

洋櫛の選び方とさし方

洋櫛は髪を飾るに一番大切な役目をするものでありますから、毛の形によつて洋櫛も變へねばなりません。一般に洋風の束髪は櫛一つで髪形の調和をとるものですから、七三のやうに前の方が不規則に分けられて、均整のとれてるない髪には洋櫛のさす場所は當然、七三の三の方にさして、七の高さに調和をとるべきであります。けれどもそれは勿論全體の調和を破らない程度に用ゆべきで

餘り突飛なものや、さし方を殊更に變へるのは髪が卑しく見えますから注意せねばなりません。

七三の結び方

七三の結び方は、中根と鬢が出来上つて、前髪の方が、中央と左右の三つに毛を分けた時には、中央の毛を額の格好によつて、コテをかけ、ふくらませる加減によつて逆毛を立てまして、形がつきましたならば、ブラシで毛並を揃へ、根へ持つていつて、ピンで留めて置きます。右の方が、七とか六とかに分けられてゐる場合には、中央の前髪が出来ましたならば、右の方の鬢にかゝります。これも中央の部分と同じやうに、よい加減にコテをかけ、根の方の揃ふやうに解きながら根元へ集めます。最後に三とか四とかの少い毛を前と同じやうの方法を繰り返へして根に集めるのでありますが、これは少なく分けられた毛の方から先にしますと、多い方の毛に押へられ勝ちで、少い方の毛がふわりとゆきませんから、多い方の毛へ集めるのがよいのであります。ピンで留めたのは最後に結ゆへるとしつかりします。

耳隠しの結び方

「耳かくし」は全部耳をかくすのと、半分かくすのと、耳の上へ被さる程度にするのとあります。毛の持つて行き方も上鬢から耳の上へ毛を持つてゆく方法と、下鬢から上鬢へ搔き上げる方法と、又日本髪のやうな調子に後ろから、生へ際の方へ向はせるのとあります。要するに結び方は種々ありますが、自分に一番やりよく、顔に似合ふ方法を選ぶのが一番よいのであります。コテは二段位かけるのが丁度加減がよいやうです。耳かくしの部分をふはりとさせるには、耳の後ろから逆毛をたて、毛ブラシでまとめて毛に心を入れてふくらませ、捻ぢながら根にもつていつて、ピンで留めます。これは兩耳とも同じやり方で、「耳かくし」を二段に分けられた時も同じ方法であります。

洋装の時の髪

洋装の時の毛はまづ出来るだけ、髪を小さく結ふことにしなければなりません。洋装をして帽子を被りますと、普通の束髪では帽子が普通のものでは間に合はず、唯でさへ日本の婦人は髪の方が大きくなりがちですから、頭計り大きく脊が著しく小さく見えて全體の調和をすつかり崩してしまいます。ですから洋装の時は、毛もウエーヴせず、逆毛も起さず、寧ろ、ひつつめに結ふ心地で結

はねばなりません。髷はなるべく高く天上に持つてくるやうにつけねばなりません。日本人の洋装で帽子の被り方のおかしいのは大抵髷の大きいのと、髷が低いからで、帽子を後から深く込んで、前へぐつとつばを引いて眉深く被ることが出来ませんから、大きい頭に、大きい帽子がちよこんと乗つてゐるやうで醜いのであります。髷は根紐などで、中根を取りつけず、寧ろ自由に動くやう、柔かく結ふやうにしなければなりません。帽子を被つてつぶれもすれば、上下左右に少しは動くやうにして置いて髷を柔かく根に取り付けておくやうにせねばなりません。尙洋装の場合は是非「耳かくし」に結つて、それも毛を出来るだけ出すやうにして多少縮らすことが必要です。さうして帽子を被つてから、「耳かくし」の毛を引き出して形をつけ、帽子と顔との調和をとることも大切であります。若し毛の少い方や、縮らすことの出来ない人には「耳かくし」の入毛を使つた方が、自分の毛をいぢるよりも格好よくします。

断髪 of 髪にするなら

近來、婦人の洋装が普及されるにつけて「この調和の上から断髪をする人が大分多くなりました。

断髪は結髪に比して時間も經濟であり、衛生上にも有益であります。日本在來の髪に比較すると髮形の美と云ふ點から矢張り四圍の状態、服装などから推して日本髪の方が優つてゐるやうに思ひます。併し自ら一長一短があるわけで、これも一つの大きな流行と云はねばなりません。此點で断髪は成るべく日本の風俗と同化さすやうにしたいと思へます。そこで断髪 of 切り方ですが、これも變遷して來ましたが最近ではつと短い、耳の現れる程度 of のものが流行して來たやうです。併しこれはやはり顎のあたり迄あつて、鋏をかけてある方が和服の場合にも調和してゐると思ひます。いづれにしても切る時は一緒に束ねて切つてはなかくよく揃はず、それを揃はせ様として、段々短く切り込むやうなことになりますから、少しづつ櫛にとつて銳利な鋏で切つてゆきます。澤山一緒にしますと、髪 of 弾力で鋏が思ふやうに使はれないものです。それで、切る時の注意としてはこの位に切らうと思ふ長さよりも心持、四五分は長目に切るやうにしないと、あとで揃へる時に段々短くなつてしまひます。鋏は毛と直角になるやうに使ひます。次ぎに断髪 of 種類に就いて云ひますと、断髪で極く短く切つてゐるのは、ウェーブを掛けないで、掛けても毛先に極く少しかけて、毛先が丸く波をうつ位にして、只頬にかゝる毛を幅廣で鋏でノの字形に頬へ彎曲さして形をつけて置きます。少し長い毛になると、横に分けてウェーブを掛けるのと、馬蹄型にコーセルウェーブを

掛けてゆくの、毛先の方に特に厚くかけて毛を下から解いて、逆毛を立て、恰度オールバック髷なしのやうな格好にするのであります。これは日本服の時でも調和します。帽子をかぶりましたら頬から出た毛は極く少しづつ毛先だけにカールして、いくつも重ね合したのと、ふわ／＼に毛をおこしたのと、たゞ單にウエーヴを大きくかけて、頬にノの字に引き出したのと、又大きなカールをして、斜めなり横なりに出しておくのとあります。このカールはカールしやうと思ふ毛を櫛で平らに並べ、鋺をやゝ熱く焼いて、紙に當てゝみて、薄くあとがつく位の加減にして溝を上にして、毛先を挟み、くる／＼と内側に上れるだけ上げてゆつて、そこでかち／＼ときめつけて、他の布でこの毛を抑へそのまゝそつと引き出します。すると毛は巻かれたまゝの筒になつてゐますから、その中にすき毛を細長く巻いて入れ込み、斜めなり横なりに位置を定めて、毛をピンで動かないやうに止めておきます。最近ではわざ／＼髪を切らないで、然かも洋装をした時、帽子下の毛を断髪に見せる爲め、他の髪で巧みに作られたものがあります。云ふ迄もなくこれを使ふ時には、絶対に帽子をぬいではなりません。現代の婦人で洋装さるゝ方も、時にはどうしても純日本式の服装をしなければならぬ場合がありますから、この假裝的の断髪方法もよろしい時があります。

結髪に大切な油

日本髪と云はず、束髪と言はず結髪には最も大切なのは髪油です。髪油は髪を育てる肥料のやうなもので。髪油の選擇を餘程注意しませんと取りかへしのつかない事になります。

一般に油は植物性の物をよいとして、礦物性のものは不適當であると云はれて居ります。併し植物性の油でさへあれば必ず髪油として理想的であるかと云ひますと。さうでもありません。植物油の中でも一番髪油として理想的な品は空氣中に容易に乾燥しない品がよろしいのであります。又同じ乾燥の油でも、色のないもの又は淡黄色で匂ひの少ない、然も空氣中で常温に何等の化學的變化を起さないやうなものでなければなりません。つまり椿油、山茶花油等は髪油としては理想的なものであつて、菜種油とか、麻子油とか落花生油と云つたやうな油は毛髪用としては餘りよいとは云はれません。昔から日本では椿油、歐米ではオリブ油が理想的の髪油と賞用されて居りますがこれ等の餘り純粹のものゝ中にはその粘度の工合や、その他の物理的性状のためにこれに他の種の油を混じなければ髪油として不適當である場合がありますから、一概に純粹の椿油だから又はオリ

ーブ油だからと云つて過信をせぬやうに注意することも大切であります。

よく純植物性の髪油と名付けて賣つてゐながらその實は六割も八割もが礦物油から出來てゐると云ふやうな製品が可成りあります。髪油中に礦物油が多量に含まれてゐますと、この爲めに知らずくゝの内に髪の毛が棕櫚の毛のやうに赤くなつたり毛の質を害ねたりしますから餘程注意せねばなりません。髪油の見分け方は可成りの熟練を要しますが極く簡単な方法を述べますと、髪油の表面に青光りの光澤を放つもの、髪油を甜めて見てひどく石油のやうな臭味を有するもの、髪油に火をつけて見ると燃えなくともブス／＼と火がつくもの、等は礦物性のものと見て差し支がありません。それから、最近では若い婦人の間に可成り軟性のボマード類が使用されるやうになりました。ボマードも植物性と、動物性又は礦物性のものとありますから餘程注意して選擇を誤らないやうにしなければなりません。

結髪用の香水

頭髪用の香水としてはこれも種類が多くありますが、大抵同じやうな性質のもので、フケを去り毛を強壯にし、脱毛を防ぐために作られたものですが、これも一流の信用ある定評の品を選擇して用ひねばなりません。

八、衣裳の着付はかうする

自分の姿を自覺して

婦人にとつて、化粧と同様、衣裳も美容の上に大きな使命を持つて居りますことは言ふ迄もありません。昔から馬子にも衣裳、髪容と言はれてゐるやうに、衣裳次第で、その人の姿はどうにでもなるものです。併しこの場合、身體と衣裳の調和と云ふことが最も大切なことであります。つまり自分の姿をよく自覺して、それに適合した衣裳を選ぶと云ふことが肝要であります。さうして、着付の上手、下手、着物の縞柄の選び方、色彩の配合に注意しまして、調和を完全に圖りますれば、化粧と衣裳とが一つに調和した美容を作り出して、上品な姿になります。

併し女性が、自分の美しさを引立てるために一生懸命になる餘り、自分の柄と、化粧や服裝との釣合ひなどを考へずに、たゞ人目を引きさへすればいゝと云ふやうに、するぶん突飛な風をする人も

あります。それがため、美しいと云ふよりも却て醜くなるにも關はらず、奇抜な化粧や衣裳をつける人がありますが、さう云ふのは少し自分で考へねばならぬと思ひます。近しい人々が注意をすべきでせう。化粧や衣裳が調和を得ると、得ないとはその人の柄にあるばかりでなく、又生活的背景が大變關係すると思ひます、昔から「身分相應」と云ふことがありますが、どんなに美しく着飾つたとしても、その人の生活的背景がそれに調和しなければ、つまり身に應じたものでなければ決して調和しないと思ひます。たとへ美しい人でも、身分不相應に着飾つたりしますと、それはその人の美を助成するよりも却て自然に持つてゐる美迄を殺いでしまふやうな結果になります。その人の美がまた衣裳の柄や色彩の美しさの蔭にかくれてしまつて、化粧や衣裳の美しさだけが目立つやうな場合もあります。自分の美しさを引立たせるための化粧や衣裳が却て自分の美を隠してしまふやうな結果になつてしまつては、まことに、つまらない話です。

衣裳で自分の美しさを引立たせるには矢張り、洗練された感覺と、智的な頭の働きが必要であります。

流行と衣裳

最近は何れも彼れも流行を追つて、流行であれば自分の身分や、境遇、年齢も考へずにする傾向がありますが、自分に最も調和する服装を選び、又時と場所に從つた嗜好を凝らさねばなりません。流行品必ずしも良い趣味のもの計りではありませんから、吳々も流行に準ぜず、自分の柄にはどんな柄や、模様縞が似合ふかを研究せねばなりません。

衣裳と色彩

衣裳の色合は、決して一つや二つの色から出来上つた單純な配合ではないのでありますから、各自衣裳の主要な部分の色を標準として選ばねばなりません。着物の色合は主として、顔の色によつて選擇するのが大切でありますし、又柄や模様は主に着る人の身體によつて異なるのであります。大體色の感じを云ひますと、赤は情熱を表し、至誠、愉快等のやうな感じを持つて居ります。黄色は光明、知識、平和と云つたやうな意味を表します。青色は若さ、生長、莊嚴等の靜かな氣持を表して居ります。黒は一般に、嚴肅、沈黙等の意味を持つて居ります。それに依つてそれ／＼時と場所と年齢とを考へて禮儀を失せぬやうに心掛けねばなりません。例へば陽氣な場所には赤とか紫系統のものを用ひ、祝典、哀悼を表するやうな時には黒色を用ひるのが普通であります。柄も上品な柄

と、賤しい感じを起す柄がありますから、自然その選び方によつてその人の品格を來しますから常に注意せねばなりません。

衣裳と調和

衣裳の中でも半襟は、顔と着物の中間にあつて、配色の中心となるものですから、自分の顔に似合ふ半襟を選ぶことも必要なことであります。例へば白い顔の人には、大抵の色の半襟が似合ひますが、色の黒い顔の人は稍黒みのある色合のものを選ばなければ益々顔の色を黒く見せてしまひます。又着物が半襟と同じやうな色合であつた時は、その中間の下着に異なる色のものを用ひれば、衿元の様子が大變美しく、顔まで引立つのであります。帯と着物との關係でも同じわけで、この配色と云ふことは大切でありますから自分で見分ける事が必要であります。

柄合や模様を選択も亦必要なのは云ふ迄もありません。その好みによつてその人の品格を高めますれば、又賤しくも見せるものであります。又體格も、柄や模様によつて、その人の缺點を補ひ、美を助成するやうにもなります。例へば瘦せて脊の高い人には、縞であれば、横縞や縦縞でもあま

り鮮明でないものを用ひ、横縞物なれば横に廣がつてゐるやうなものと、縦に幾分か廣く見せ自然太つて格好よく見せるものであります。

それとは反對に、脊の低い人は縞物なれば、縦に細い縞で成るべくはつきりとしたものを採り、模様物はやさしい細長いものを選びますといくらか脊が高く細く見へるのであります。横縞や、格子のやうな柄はつとめて用ひないやうにしなければなりません。

又衣裳は時期と、場所に應じなければなりません。四季折々にふさはしい衣裳をつけることは云ふ迄もなく、場所背景にも適應した服装をせねばなりません。

春は色合、柄行なども暖い感じの軽いもの、夏は見るから涼しさうな水草の模様などがよろしく秋は靜かな、落ちついてゐる時季ですから、靜かな感じな模様がよく、冬は防寒を備へた暖かさうな身なりが肝要であります。

場所に於ても、婚禮の席とか、園遊會の會場に行く盛装の場合は晴れやかに装はねば愉快な気分も表はれません。同様に凶事などの場合は餘りけはくしい装ひは慎むべきであります。

着付は大切な注意

衣裳は着こなして、どんな着物でも風彩が上り、又醜くも見へます。自分の體格の缺點は着物でそれを隠すやうにせねばなりません。併し着こなしが如何に上手でも衣裳の仕立て方が自分にぴつたり合つてゐないと、折角の美服も晴れ立ちませんからどんな格好の方でも、着物は身體に合せて上手に仕立てねばなりません。一般的の着付の注意は第一に着くづれのしないやうにすること、第二は衣裳の柄や、帶の模様を成るべく生かして着付けをするやうにしたいものです。美しく見せ得るものを隠れてしまつては着榮へがしません。それから一つは釣合と云ふことを考へて、如何に帶のよい模様を澤山出さうと思つても、小さい身體に大きい派手過ぎる結び方などをしては姿を悪く見せますから、すべて着る人と、着物と帶と場合等を綜合して適當に取扱ふべきであります。

二つの着付け

着物の着付には俗に、お端折りと、お引づりとの二種があります。普通平常着の場合はお端折りで、婚禮などの式服の場合は裾長に着付けるのであります。着物は自分で着るのは申す迄もないことですが、前述のやうにその時季にふさはしい服装をすることが大切であります。着物を着るには襟肩の脊筋は、帶の所までは、眞直ぐにしますが、腰より下は少し右に多く、即ち下前に寄せて、

上前を一度一寸合せて見て、格好を糺り置き、下前を腰骨の所まで持つて来て襦きびを裏返し重ねたまま揃へて上前を合せて、兩方の裾の脇筋を自分の足で一寸押へ、長短の格好を取り腰骨の上の所に紐を當て締めるのであります。この扱しき帶は絹物よりは、メリンスの様な物がすべらずによく締まるものです。前は餘り襦の上らぬがよろしいのですが、襟はその人に應じて格好を取り合せて、合せた所に紐を當てがひしめて、その上を伊達巻で崩れないやうにしめて、身體全體の格好をとるのであります。

背の低い肥えた人の着付

肥つた脊の低い人はお端折を高くして、お端折り込みを少なく下を長くするのであります。お端折り込みの多い時は、紐を一本よけいに用ひて、全部の所を帶の下へ入れておくのであります。それに、肥つた方は大抵お乳が大きいものですから、肌襦袢の上を晒し布で巻き付け、腰廻りへも布を巻いて、引き締めます。無暗に細く見せやうとするより、ダブ／＼とした感じがないやうにするのが肝心です。お端折は前を二寸位にしましたら、後ろはそれよりたつぷり出して、その上へ伊達

巻をしめ、お尻の大きいのを隠すには帯を一重巻いたら後へ小枕を當て、その上へ帯を結びますと帯の垂れと身體の間に隙が出来ますからお尻のふくらみが隠れます。

肥つてゐるからと云つて着物の襟幅を広く折りますと、よけいに胸の邊が重々しく野暮に見へるものです。襟をつくらふにも、衣紋を抜く時に肩明を少し大きくあけることが肝心です。帯もお太鼓の時は、着物を脊に縦皺を寄せて着ますと、肩幅の廣いのが狭く見えます。胸の厚い方は帯を低く結ばないやうに、又肩幅ばかり廣い方は中央を丸くして、上部の端が肩まで届くやうな結び方になりますと格好よくなります。

又肥つた方は帯を餘り強く締めてお腹を細くするよりは、身體一樣の太さに巻いて、帯から腰の方へ平らに見せますと、肩や腰の太いのが分りません。衣裳の模様や縞は前述のやう、縦縞のやうなものを選べば幾分高く細くすつきりとした姿に見へます。

撫で肩に見せるには

怒り肩の人や、猫脊の方で、肩に丸味をつけるやうに着付けるには、襦袢の襟は首へ巻きつけな

いやうに肩へすべらして合せます。襟の合せ方一つで、普通の肩でもすらりとした格好にも、怒り肩にも見へるものであります。怒り肩の人は衣紋を廣く抜き、着物の衿は仕立てる時少し衿芯を入れて縫りさせますと衿に嵩が出来て他の部分が低くなります。

首の短い方も、衿は首の下から肩へかけて寝かして合せ、衿裏へ半紙を忘れずに挟みませんと、首の短い方はアゴが解れた時や、頭を動かして襟の格好をこはす事があります。

羽織を着た時には

羽織を着ました時は、羽織下の帯はなるべく高い所で結び、結び目が横に擴がらないやうに、真中の上部を高くします。羽織を着ましても矢張り着崩れがしないやうにきちんとして置きませんと襟がはだかり、裾が擴がつて来て見苦しくなります。それから羽織と着物の袖丈を綺麗に揃へるにはどうしても着物の袖付を少しゆるめて置かなければいけません。これは帯を結ぶ前に定めておくべきで、結んでしまつてからでは袖付をつまみ出しますと、胸の形が早くくすれるものになります。

羽織の襟は殊に姿と關係が深いもので、肥つた方は襟幅を廣くし、肩幅の廣い方は後ろで二つに

折つた襟が肩の邊からすぐ開くやうに、乳付の上で襟を少しゆるめてつけると上の方からよく反ります。

半襟の注意

半襟も着物と同じやうに、四季に従つて、その色合なり柄なり、模様を異にしなければなりません。例へば夏の半襟に櫻の模様のあるものを掛けてゐては餘り見よいものでなく、暑くらしい感じを起させます。夏は涼しげな絹か紗などの地質と色合の涼しいものとか、あつさりとした模様を配したものを用ひ、春は薄物の中間の地合に花鳥などの模様の淡色のものが一般に誰れにでも似合ひます。又襟の出し工合も冬は暖かさうに幾分厚く出し、夏は冷し氣に細つそりのぞかせる程度にしておくとよろしいものであります。尙これもその人に應じて、姿なり髪の格好なりに依つて違へなければなりません。

胸の廣い人は太く厚く出し、洋髪の場合は細目に出すとうつりがよろしいのです。

長襦袢と伊達巻のつけ方

肌着の上へ長襦袢をつけましたならば、まづ襟元の格好に注意して、ぐつと衣紋を抜いて、前を程よく合せましたら、伊達巻を上の方から巻き初めます。それで若し長襦袢の丈が長過ぎる時には襟の格好をつけて一旦伊達巻を巻き終つてから、裾を適宜の長さに定めて、餘分だけは伊達巻のすぐ下でたくし揚げてかさばらぬやうに伊達巻の下へ入れます。さうして後ろ紐をずつと下へ引いて伊達巻の上を堅く締めますと、衣紋を作つたのが崩れません。長襦袢を着た時、すぐ後ろ紐を締めてしまいますと何の役にも立ちません。

伊達巻は、伊達巻の幅だけに巻かないで、帯のやうに廣く巻きながら、襟の形や裾の格好を定めてしまひ、これを着付の土臺にするのですから長襦袢を上手に着れば、衣裳の着崩れもないわけがあります。

帯の結び方

帯は服装の中心となるもので、美容の上から云つても大切なものであります。帯の色や柄や、結び方がよいと姿を一段と美しく見せますから、着物と配合のよい色合、柄行のものを選ばねばなりません。さうしてその帯の結び方によつて帯の模様を生かすことと、身體の格好に應じそれぞれ工夫を凝らす必要があります。帯の種類も丸帯、片側帯その中でも丈の長いものも、短かいものも、幅の廣いのも、狭いのも厚いのも薄いのもあります。それに帯の結び方は年齢によつても多少の相異があります。若い方には、服装によつて種々流行の結び方があります。式服や、訪問着を着る時は變つた結び方の方が味はひが出て引立つものであります。普通一般は從來の習慣からお太鼓と定つて居ります。

帯を締めるに就ての注意としては、その人の身體つきに合せて締めることが大切で、帯を胸高にしめるのが流行すると云つて、誰れも彼れも、高々と帯をしめるのは大きな間違ひであります。細つそりとした人ならば胸高も美しいものですが、肥つた人はます／＼その豊かな身體を裏書きするやうなものになりますから、お乳の上から帯をするやうなことはやめなければなりません。棚尻の人が高く結んだのや、肩幅の廣い人が高く結んだのは見苦しいものです。

帯を結ぶに先立つてはその帯に汚みや、よごれがありはせぬかを驗べ、又模様が倒さに表はれてゐないかをよく氣をつけることが必要であります。脊の低い方はなるべく、高目に帯から裾の方へ長く見へるやうに結び、脊の非常に高い方はこれと反對に適當にし、瘦せた方は横に廣く結び上げますと調和がとれます。それから地質の硬い織物の丸帯などは自分で締めるより、他の人に結んで貰ふやうにすべきであります。

帯は後ろの結び方ばかりでなく、前も大切です。帯を少し斜に締める方もあるやうですが、粹向の服装や中年の方の輕装のやうな時なら格別、普通の場合は矢張り眞直ぐに締めた方が上品であります。帯揚は若い方の盛装の時は、前の上で廣ける方が華やかです。これは別に帯揚を締めて置いてからほんの裝飾として用ひるもので、後ろから前へ持つて來ましたら、まづ右を美しく帯の上へかけて美しく廣げ、左の方で帯に挟みましたら、左の方をそれに被せるやうにして右で止めるのであります。胴が太い割に短い帯揚げでしたら、後では芯に被せず、身體に添つて巻くと前でたつぶり使へます。

お太鼓の上手な結び方

お太鼓は日常最も結ばれる一般的なものでありまして、誰れでもお太鼓を結べない方はありません

まいが、格好よくは却々結べないものですから、簡単に上手に結べる方法を述べませう。大抵の方はお太鼓の帯の結ぶ邊が凹んでゐるものですが、それは高い芯を使ひますからで、ゴロ／＼してよい格好に出来ないのではありません。それには帯揚げの芯なり、又は小枕のやうなものを一つ挟んでから帯を巻きますと、帯の後ろが丸く巻けますのと、帯揚げ止めにも兼用が出来ます。かうしておいて晝夜帯なれば引抜かず、普通でしたら引抜きます。尤も帯の模様が上下の區別のないものならば格別花鳥や風景のやうな柄を倒さまにしたくないものは、かうして引抜かない締方にした方が模様がよく出ます。又どうしても結びたくない。つまり結び皺を厭ふ方は手を下にとつて巻き、一方折りに曲けて假りの紐で結へ、帯揚げをしてからこの紐を取つてしまふやうにしてもよろしいのです。さて帯が締りましたら、帯揚げは垂れの長さを適宜にきめてそこへ帯揚げを當て、上は結び目よりも少し先で、帯揚げを當てた部分に幅をよく揃へてから、ぐつと上の方へ帯揚げをするのです。お太鼓の山の格好はその人の好み／＼もあり、又は年齢や、髪によつて相異があります。

洋髪のお太鼓結び

束髪の場合は、着物の襟もあまり衣紋を作りませんから、お太鼓の格好も極くさつぱりとした感

じにした方が一般に似合ひます。若い方でしたら山形を丸く出して、帯を身體にびたりとつけて帯揚げを締め、山の下を少しふくらませます。垂れの方は上と同じやうに丸くしますので、格好をつけたならば假紐で締めて置きますと形がくづれません。同じ束髪でも舊式なのは日本髪と同じやうでよろしいのですが、最近の「七三」や「耳かくし」の洋髪の時はお太鼓の時は身體へびつたりつけた方がよく似合つて調和がとれます。

日本髪のお太鼓結び

日本髪のお太鼓は帯揚げの邊が高くなつてゐる方が上品な感じを表します。下を折り込みました時、下の端とその下の垂れを一所に持つてぐつと上へ持つて引くと、その部分が曲つて、下部と垂れと平均して斜になり、引いた方の上が帯揚げの少し下で一寸ふくらみます。

粹に結びますには、帯揚げを脊へ當てた時左右の母指で帯揚げの下側になつた二枚を強く押へてぐつと下へ引くと、帯の兩側が身體に添つて引締り、お太鼓の中央でだぶ／＼した全部の物がなくなり、粹な形になつて見えます。

夏帯の上手な結び方

九二

夏帯の中でも單帯は芯がありませんから、薄くて皺になりがちでなかくよい格好に結び憎いものです。徒らにギュー／＼引締めて、皺をつけますと、一寸では直りませず帯も痛みやすいものですから、引き締めないやうな結び方にする方がよろしいのです。まづ手を下にとつて巻きましたら、後ろでは下へ折つて二つ折りに擴け、巻いてある帯の下側から上へ輪に抜き、垂れになる部分を残して置きます。これを引締めますには、手とかけを一緒にもち、右上と左下へ斜めに引きますと、巻いてある所が好み通りに引締り、帯には後ろの三角形の部分に折り目がつくだけで、他には少しも皺が出来ませんから、いつまでも新らしい帯のやうに皺もよらず、地質もいたみません。これは最初の中は一寸締め難いものですがたん／＼慣れますと、普通に結ぶより却て楽な位になります。解く時には垂れを下へ引き出すのです。帯揚を當てます時は、上が山形になるやうにして下は垂れと共に格好をつけ、少し斜にしますときりツとして來まして見た目も涼しさうであります。半幅帯は締め方によつて、なかく氣の利いた形になるものです。單帯のやうな結び方にしてもよろしく、又は引き抜かずに垂れを残しておいて、帯揚をしましてから掛けは斜めに向けて、丁度手と結

び合せるやうな氣持で結びますと、キチンと出來上つて、幅の狭いものですから何處へも皺がなく小ぢんまりとして格好よく出來上ります。

格好のよい着物の仕立方

衣裳を着付けるのには、着こなしの上手下手にも勿論ありますが、又着物の仕立方にも大變關係があります。仕立方によつて、その人の姿をよくも見せ、缺點をも隠す事が出來ます。着物の仕立方は矢張り、その人各々の體格によつてその身に合ふやうに仕立上げなければ恰好よく、姿を表す事が出來ません。つきゑりをする人は普通に襟肩をあげてある着物なれば、五分位に丸味をつけ、襟をつけますとよろしいのです。さうでなければ初めから三分か、五分後に襟肩をあげればよいのです。つきゑりをしますと従つて、袖付を前後變へなければなりません。後ろの袖付を五分減らして前に五分餘計附ければよいのです。振り袖などの袖丈は大振りが三尺か二尺八寸、中振りが二尺五寸位にしまして、袖付も上等な品になる程少なく、三寸五分か四寸位に付けます。帯を結ぶにも袖付が多くついてゐるは、帯を上の方に結ぶことが出來ませんから、袖付を少くする程上に帯が結

九三

べるのであります。多く付けた場合には帯を無理に上に結ばうとしますと、後ろの脇にふくらみが出来て、高く上げておいた帯がすぐ崩れて來ます。ですから袖付を少なくして置きますと、ふくらみも入らず脇に無理がなく心地よい格好に出來上ります。

瘦せて胸幅の狭い方には衣服の抱だを普通より狭くするとよろしいのです。胸幅の廣い方は襟幅を總體狭く仕立てますとよろしく、肩付の張つた方には襟幅を狭襟にして、襟肩の所では普通にして襟先の所せきで一寸六七分にして、襟下の所せきで、二寸にしますと總體大襟のやうにかさがなくてよろしいのです。

九、動作と禮法

姿形が美しいだけでは

家庭に於ける婦人としての起居動作、即ち立居振舞も云ふまでもなく大切なことではありますが、これからの婦人はどうしても外出勝ちになりますし、他人を訪問をしたりなどする機会が多くなりますから、婦人としての動作にも平常心掛けておかねば、姿形のみ美しくなつても眞の美人とは申されません。これには日常の教養が肝心であります。

坐つた時のよい形

安定の美しさ

坐るのには一見何の心掛も必要ないやうですが、歩く時のやうに變化がないだけ、姿勢に氣をつけなければなりません。今、歩く場合の女性美を動的美と名付け坐る場合の女性美を靜的美と云ひますならば、靜的美には動的美に於てよりも一層の均整と、調和と云ふことが必要となつて來ます。靜的美では、たとへ少しの不均整や、不調和があつてもそれが全體の美しさを傷けることが一通りではありません。よく坐つた形のよい婦人のことを牡丹の花に喩へますやうに、坐つた姿態の美は安定の美しさであります。つまり立つた時の芍藥や、歩いた時の百合の花のやうに高からず、低くして坐りのいゝ牡丹の持つてゐる落付いた動かない美しさであります。ですから坐つた時の身體の重心は、歩く場合や、立つた時の身體の重心が腰になればならないのところがひまして、それはお尻になければなりません。さう云ふと、疊へべつたりと大きいお尻を据えつけた姿を思はれますが、勿論あれとはちがつて、重心が疊に接したところにあるのではなく、お尻の中心にあるといふ意味であります。

浮腰浮尻は禁物

ですから、坐つた場合は、浮腰や浮尻は禁物であります。落ちついて、上體の重みを腰でうけ、

それをお尻の中心に直接傳へると云つた工合に坐り、頸は眞直ぐにし、顔も眞面に正面に向け、視線を心持ち伏せ加減にすれば申分がありません。お尻を足の掌の上に軽くのせて、又足先を少しく重ね、膝を割らずに落ちついた心持ちで靜かに坐つてゐる婦人を見ますとまことに美しく、よい氣持なものです。それに坐つた場合では、少し脚の短い恨みのある日本の婦人の缺點が遺憾なく蔽はれます。世界中で、日本人のみが持つ坐ると云ふ習慣は、まことに日本婦人のために考へられたやうな姿勢であります。ですから坐るにもしとやかに坐つた方が見よいものです。人によつてはよく粹だとかなんとか云つて、長火鉢の前の立膝に長煙管を喜ぶ人もあるやうですが、花柳界の人なら知らぬこと、物堅い家庭内では餘り賛成が出来ない姿態です。

坐つた姿の美を正面から見ますと、豊かに盛り上つた膝の上に、軽く重ねてある両手に始つて、やさしい肩先につゞく腕の線のなだらかさが美しく、これを側面から見ますと、ふくよかな腿の曲線と、肩の肉の盛りあがり、優しい顎が美しく、これを後ろから眺めると、よく發達して隆起した腰の肉は、圓い肩先、なだらかな脊、襟先にこぼれる後れ毛の二三本に捨てがたい趣があります。かうして坐つた姿は、正面から見ても、横から見ても後から見ても、それぞれに特有の美しさがなければなりません。ですから、そのためには前にも述べましたやうに、姿勢の安定が必要で、

身體の重みがどちらへ片寄つてゐてもいけないのであります。

九八

色々の坐り癖

併し人には各々癖がありますやうに、又婦人の坐り方にも色々の癖があります。心持ち身體をねぢつて坐る人、前こぶみになる人、首をかゝけて坐る人、片方の肩を他よりも高くして坐る人、顔を下けて、眼を上に向ける人、男のやうに膝先のだらしない人、お尻の重みを片方へ傾けて坐る人などあつてその人の身體つきや容貌などの關係で、このやうな變則な坐り方をしても、やさしいほらしい、艶めかしいと云ふやうな感じを起させる場合もありませんが、さう云ふのは極く特殊な人に限りまして、一般は正しい坐り方をせねばなりません。

歩く時のよい形

動的な美の表はれ

歩いてゐる時は、坐つてゐる時とちがつて、最もその姿勢がくづれやすいものであります。です

から姿勢のくづれ易い歩いてゐる間に、姿勢の均整を保つと云ふことはなかくむづかしいことでもあります。そのかはり、歩いてゐる時に姿勢の均整が保てられますならば、そこには動的の美しさが表れます。婦人の形のよいやさしい歩き姿はまた格別の美しさがあります。

昔から日本の婦人は前こぶみになつて小刻みに歩くのが一般の習慣で、人々もそれが婦人らしい歩き方だと賞め、家庭でもさう云ふ躰をしましたものです。それと共に、右足と左足とが、同じ直線上に足跡をつけるやうな、つまり外側から内側へ足をまわすやうに運ぶ内股に歩くと云ふのが、もつとも理想的な歩き方でありました。が併し現在ではこのやうな歩き方も餘り偏しては美しいと云はれなくなりました。

和洋折衷の歩き方

現在では婦人に種々の運動が奨励され、強壯な發達のよい身體が望まれるのですから、昔しのやうな歩き方は身體の發育の上にもよくありません。それではどんな歩き方が理想であるかと云ひますと、歐米の婦人のやうな、堂々とした歩き方を、従來の歩き方にとり入れたのを以て現代の日本婦人の歩き方の理想と思ひます。併しあの歐米婦人の活歩も、よいにはよいのですけれ

九九

ど、これをそのまま日本の婦人の歩き方にするとは勿論出来ません。それは衣服の關係からも、身體の關係からも到底不可能ですし、あのやうな歩き方には日本婦人の美點である優雅を缺いて居ります。ですから、今その和洋折衷の歩き方を具體的に記しますと次のやうであります。足の運びは歩幅を従来より廣く運びを少し遅く、一呼吸後二歩又は三步ぐらひにし、爪先を稍内側へ向けるやうに足を運び、それから腰を据え、身體の上部を腰の上へつけたやうに姿勢を正しく、あまり前かがみに歩くのは慎まねばなりません。さりとて、餘り反り返つて歩きますことも禁物であります。眼は三四十歩前に注ぎ、手は軽く身體の兩側へ自然に垂れ、胸も心持ひらき、頭は肩の上へぐらつかないやうに正しく置き、しとやかさを失はないやうに心靜かに歩かねばなりません。歩きながらチラ／＼視線を八方へ配るのはいかに落ちつきがなく、又人にぶつかるやうにドン／＼角をたて、歩くのもまことに女らしくありませんから注意せねばなりません。

正しい禮法

婦人に禮式作法の必要なことも亦、云ふ迄ありませんが、現代では生活の様式が複雑になるに

従つて、うはべ計りの形式の禮法となり、無用の虚禮となりましたりして、文化生活の長物となる傾向がありますから、婦人としても餘程この點に心を置いてるなければなりません。

訪問の時の禮式

他家を訪問する場合に、その家の門を出入りしますには、兩方の手を膝の上に添へて、腰を稍低くして出入りするものでありまして、もしその門が玄關の近くにあつた時ならば、その家の主人の前に立つた時と同じ心持ちで兩の手を膝の下まで垂れるのが禮であります。客が訪問されました時は、婦人は自ら玄關の式臺に降り、下座の方に坐つて一禮し先き立つて客室へ導き、闔外で上座へ掌を上に向けてよき程に上げ、適宜の挨拶をしながら客を先に室に入らしめて、下座に兩手を突いて一禮をすべきであります。

客の歸ります時は次席に下つて一禮して、挨拶をして玄關まで送り自分は下座へ跪いてそこで一禮して別れるものであります。訪問者は男女を問はず、なるべく客のために時間を譲るやう、また冷淡にならぬやう注意することも社交上の必要な一つであります。

また訪問をする時は履物の注意も必要なことであります。他家の座敷へ上る場合には、沓脱の下

座の位置へより兩足をキチンとそろへて上るのは云ふ迄ありませんが、他に來客の履物があるときは、他人の邪魔になつたり、迷惑にならぬやう注意して脱がねばなりません。場合によつては履物を壁側に立て掛けたり、棚の上に乗せねばならぬことがあります。かうした場合には、懐紙を取り出し、それを花緒の上にあてがひ、取り扱ふもので、決してその儘に手にふれるものではありません。併し懐紙を持ち合はさなかつたならば、履物の處置を終つて後ち、手を洗ふやうに心掛けねばなりません。鼻尾を取り扱つた懐紙はそのまゝ捨てず、小さく疊んで、左の袂へ入れるものであります。

客の履物は、家の人が誰か直ちに向きを揃へて置くのが禮であります。都合によつては客の歸りに際にも差し支へがありません。自分の面前で、履物を直された時は必ず右手を上げて會釋してのち、左の足の方から履くものであります。また、室内や廊下等で上草履を脱ぐときや、便所書院下駄などを脱ぐ場合には後向きになつて兩足を揃へ、きまりよく脱がねばなりません。

道て行き違つた時の禮儀

外で、自分より目上の人や、又は公に敬意を拂はなければならない人に逢つた時は、凡そ六七間

計り手前の所で立ち止り、斜に右へ向いて兩足を揃へ、兩手を膝頭まで下けて敬禮するもので、相手の人が行き過ぎてから自分は始めて頭を上げて右足から歩き出すのであります。この時、若しシヨールや手袋を用ひてゐましたならば、必ずそれ等を脱いでから禮を行ふものであります。日傘をさしてゐたならば、右手を用ひて傘をたゞみ、その手で柄を持ち換へ、傘の頭を適當に後ろへ横たへてから禮をすべきであります。

若し自分が車に乗つてゐて行き違つた時は、前記のやうにするのですが、大概は車から下りてした方がより一層丁寧であります。又洋装の場合は、帽子を脱ぐ必要はありません。

友達や極く親しい人に逢つた時は右のやうな禮を行つても差支へのあるわけではありませんが、略して、一問程へだてた所まで接近してのち、右の方へ斜めに向いて一禮して相手方に交はす言葉がなかつたならば會釋したまゝ行き過ぎてよいのです。シヨールや手袋はそのまゝで差支へなく、日傘は左へ倒して柄を持ちながら、一禮して立ち去つてもかまひません。

襖障子の開け閉て

右側の襖を左りへ開けます時は、襖の中央より少し計り右手の方へ寄つて眞直に跪き、左の手は

左膝頭の脇に指先を揃へて突き、右手を上げて引手を取つて六七寸程開くのです。この時、同じ右手で闕から三四寸計りの所へ手を下ろして適宜に開くものであります。それから闕をいさるやうにして中へ進み、右へ廻つて襖の方へ向つて跪つきながら、右手を右膝の脇へ寄せて指先を疊の上に突き、左の手を用ひて襖の立縁を闕際から三四寸の所を拵指と四指とで紙に觸れないやうに半ば引出し、次に左の手を引いて左膝の脇へ寄せ指先を突き、右手を用ひて閉めるものであります。普通の場合ならば、闕をいさつて出入りをしなくとも、立つた儘で失禮にはなりません。又大きな襖は両手を用ひて開け閉てする方がよろしいのですが、手と手が十文字にならぬやうに注意することが肝心であります。

障子を左へ開けやうとします時は、左の手を突き、腰棧を右の手に持つて五六寸計り開いてのち同じく右の手で堅親棧を闕際から三四寸の所へ手を下ろして適宜に開くのであります。若し障子に堅棧のない時なれば、右の手を突き開かうとする横親棧を闕際から三四寸程の所に當て、開くものであります。閉める時もこれと同じことを繰り返せばよいわけであります。

洋館のドアを開けて出入りをする場合には、必ずノックすることを忘れてはなりません（ノックとは指先でコツ／＼と二三度戸の外部から軽く叩くことです）さうして、此時ノックして内部から

はひつてもよろしいと聲があつたならば、入るので、その時、戸の向きをよく見て後ち、その戸が右へ開くべきものであるならば、身體を斜にして戸の側へ寄り、右手を延べて把手を靜かに捻り、引ぐ戸ならば前に引き、押すべきドアなれば押し、眞向になつて部屋へ入り、左の手で把手を執り、これを閉めて所用を果せばよろしいのであります。

入口や、戸や格子その他室内の襖、障子があけてあつたならば、出入りする者はその儘にするのもよろしいが、閉められてあつた所は必ず開け放しにしないで、元のやうに閉めて置かねばなりません。殊に病人などの室へ出入りする時は足音の高かまらぬやう、外氣が入らぬやう、その他細い注意を怠つては自分の輕卒非禮の行ひを嗤はれる計りでなく、他人に迷惑を及ぼすことが多いものですから注意をせねばなりません。

坐つた時の禮の仕方

まづ坐るには左の膝から先に突くのが普通で、左の足を少し後へ引き、左の膝を突いて、次に右の膝を突くと同時に、左の膝を少し前の方に出し、左右揃へて坐るやうにしなければなりません。さうして、正座した形と云ふものは、膝を揃へて、脛を眞直に、頭を前後左右にゆがめないやうに

するものであります。そして、左右の手は斜に膝の上に置くか、又は左右を組合せて手の甲を下にするか、でなければ掌を上に向けて置くものであります。立ち上る時は、左右の手を斜に膝の上に置いて兩足で爪立て、右の膝から先に立ててから、左を次にして立ち上るのですが、身體を屈めたりグラ／＼させたりしてはなりません。

歩く時には疊の縁や、敷合せ、闌などを踏んではいけません。何故かと云ひますと、疊の表に凸凹が出来ましたり。妙な音がしたりして思はぬ誤解を招いたり致しますものですから。また急ぐ時は殊に足下に注意して、急がぬ時は足音のしないやうに、疊を摺らないやうに心掛けることが肝要であります。

友達や親しい人と禮を交す時は、兩手を膝に突き、兩手の間を三四寸計り隔て、頭を下けます時は、疊の上から三四寸程の所まで、さければよいのであります。若し、相手が自分より目下の者でありましたならば、兩手を突くときは膝の兩脇に突き、頭も軽くさければ足りるものであります。禮を交して立ち上る時は、上下二膝引いて足を爪立て、上座の膝を立て、靜かに立てばよろしいのです。これが一般普通の場合の禮儀であります。

坐談をうまくする法

婦人も現代では家に計り居ず、外へ出る機會も多くなり、他人と接觸することも自然數重なり、社交の必要が出て来るやうになりました。従つて社交上應接に最も必要な坐談、應待の心掛けが大切であります。應待と云つても、お互の地位や目的によつて様々の場合もありますが、まづ自分がかかる目的を以て、他人に對することを云ふので、對する時には相當の禮儀を以て自分の意志を傳へるのですから、この傳へ方の坐談法、則ち話術を巧みにしなければなりません。

坐談の上手下手は別に意に介せぬことであつて、誠意さへあれば日常の生活上には何の不自由もないと云ふ人もありますが、實は決してさうではありません。話術の巧拙によつて、他人の感情を害ねたり自分も不愉快な思ひをしたりする例が澤山ありますから、話術の心得も美しい女性を完成する上に於て必要なことの一つであります。

坐談に注意すべきこと

凡そ人と會談して、うまく、愉快に話さうと考へますより、第一に相手の感情を悪くさせないやうに注意する方が肝心であります。

常識のある人でしたならば、他人と話をしますのに、適當の話題がある筈であります。それを正しく言葉丁寧に話して行けばよろしいのですが、往々言はなくても済むものを饒舌つては相手の感情を悪くすることがあります。話をする目的が他にあれば別ですけれども、その話しによつて自分も愉快に、相手も愉快を享ける時は、相手を憤らしては何の利益にもなりませんし、又目的にも反します。ですから十分打明けて話しをするやうにしても好感を持つて對せねばなりません。坐談法に「相手の感情を最も重んずる人は相手を最も喜ばしむるものなり」と説いてあります通り、相手の心を充分和けることが必要であります。

噂や蔭口は言はぬこと

他人の噂や、蔭口を云ふことは人間の通有性でありまして、餘程修養の積んだ人でなければ、誰れしも言ひたがるもので又話題としても興味あることですが、多くの場合、他人の長所を擧げるよりも、短所を衝く方を好みますから、これは餘程慎むべきことであります。よし話題がその人を中

心としたものであつても決して自分から進んで、批評がましいことを言はぬやうに注意せねばなりません。又他人の祕密を喋つたり、祕密の中傷をする人がありますがこれもよろしくないことですし、他人の悪口や攻撃をすることも人格の上にかゝりますから注意せねばなりません。會話の上乗なもの、少しの害悪心も虚榮心もなく、たゞ平和温雅な感情の交換でなければなりません。

お世辭や多辯を慎むこと

お世辭を言はれて誰れも腹を立てる人はありませんけれど、愛嬌を離れて、餘り見へ透いたお世辭や嫌味たつぷりな空世辭は誰れも悦びませんし、却て悪感を催したくなるものであります。ですから相當の禮儀としてのお世辭は云ひましても、過ぎたるは及ばざるに然かすと云ふやうな空世辭は慎まねばなりません。世辭と挨拶とを混同してはいけませんし、又相應と不相應とを間違へても困ります。それからいくら自分に澤山の話題があり、能辯でありましても、自分計りべらなくと獨りで饒舌るのはよいことではありません。談話の要は、おたがひの意志を換るべくに發表してゆくことです。自分だけが獨り勝手に饒舌りつゞけてはいけません。「言葉多きは品少し」で餘り黙つてゐても困りますが、多辯も慎まねばなりません。

又親しい仲でも、お互ひに話し合ふ時は、下卑な言葉を慎まねばなりません。しかつめらしく尊語を使ふ必要はありませんが、常識で考へての標準語を用ひねばなりません。漢語仕立ての生硬な言葉や、もの識り顔した英語や、通語、術語など相手かまはずに饒舌るのは誠に醜いものであります。

食事の心得

食事にも一定の禮儀がありますから、その心得に添はないと、殊に婦人は第三者から見て見苦しいもので、その人の品性を疑はれるやうなことになりますから禮儀作法の中でも重きを置かれて居ります。

お給仕の仕方と食べ方

お給仕の仕方は簡單であるやうな感じがしますが、馴れませんと、落ちつかず殊に食事や、少し多人数の場合などは何んとなく氣耻しい妙な感じのするもので、その爲めに稍ともすると周章たり、物忘れをしたりするものであります。凡て客の前に待る時は、鏡を見て亂れた髪があれば撫でつけ

顔の化粧に曇りのないやうにし、襟元を正し、面持を和らけ起居振舞ひをしとやかに、言葉に情味を含ませて感じよく接しなければなりません。

まづお菓子を出しますにはその種類によつて、出し方にも多少の相違がありますが、まづ相當な菓子器に盛り、それを臺の上かまた盆の上に載せて差し出すものであります。若し足のついてゐる菓子器に盛つた場合は、そのまゝ用ひるものであります。他に簡單な方法としては、盆の上に白紙を敷き、その上へ直かに菓子を盛つて差し出すのも一つの作法であります。が、塗り盆なれば白紙を敷いて用ひますが、白木盆なればそのまゝに紙を敷かない禮もあります。さて菓子の盛り方は、銘々菓子と、惣菓子の二方法があります。銘々菓子と云ふのは、客毎に一人づゝ薦める菓子でありまして、菓子器には、高杯、銘々盆、錫皿等へ一種または幾種かを盛つて、小楊枝を客の方へ付けて、出すのであります。

惣菓子と云ひますのは、菓子を器具に盛つて、銘々に薦めないで、客總てが一つの菓子器から取るのを云ふのであります。まづこの場合は縁高、南京鉢、錫鉢等に菓子を盛り、臺へ載せて箸を添へて薦めるのであります。その薦め方は上客の近い所に置いて、適當に挨拶して退くものであります。

食べ方は銘々菓子の場合には、箸で菓子をとり、膝の上三四寸の所で、左手の親指と食指とで受け、その儘で箸先を左手の食指と高指との間に挟んで、右の手で箸を揃へたならば元の位置へ箸をしまひ、左右の指先で菓子をもち、菓子器の上で二つに割り、右の半分を器に戻して左の菓子を食べるのであります。惣菓子ならば、自分の前に廻つて來ました時、懐中から紙を取り出して、箸があれば箸を用ひ、小楊枝ならばそれを以て菓子を此の上に載せ、箸又は小楊枝を元に戻し、次の客に廻して全部の客人が取り終りました頃、前のやうに食べるので、決して取ると直ぐに食べてはなりません。

水菓子の出し方と食べ方

水菓子を出しますには、瀬戸の鉢、硝子鉢等時期に相應した器具に盛り、菓子盆に載せ、ナイフ小楊枝をそへて出すのであります。

林檎の皮は剥き難いものですから、薦める前に皮をむき、食鹽水の中にしばらく漬けておくと、一入の風味を増すものであります。

梨の皮を剥きますには、花留の方から剥くものでありますが、また、それを半月形に割つてのち剥くのがよいのです。苺を出しますには、その初めに鹽水でよく洗ひ、適當に皿に盛り、砂糖と牛乳とを掛けスプーンを付けて客毎に薦めるもので、客はスプーンを用ひ、皿の上で苺を摺潰して食べるものであります。以上ざつと二三の例を上げたものであります。皮を剥くものは總て頭から剥くものであります。また、成るべく食がらが多く出來ないやう、最初に捨てられる部分は捨て、おくのがよろしいのです。

水菓子を出された時は、止むを得ない以外には決して、食べ残さぬやうに心掛けねばなりません。食べた糟はそのまゝに打ちやつておきませんが、紙に包み、左の袂へ入れておくものですが、主人の注意で糟を受ける器具を出されてありましたならば、その中へ入れるもので、お盆の隅に蜜柑の皮を置いたり、机や卓子アイプルの上にバナ、の皮を置いたまゝにして、座を立つことは非禮の極めであります。西瓜とか、バインアップル其他液汁の多い果實を食べます時は、膝の上へハンカチか、手拭を用ひて食べた方がよろしいのです。

コーヒー、紅茶の出し方とのみ方

コーヒーや紅茶を出しますには、共にその受皿の前に小匙を置いて、茶碗の把手を客の左手になる

やうに据へ、茶托の場合と同じく、左手の指の腹を受皿の下に添はせ、拇指を上にあて、右手を軽く添はせて薦めるのであります。その時、砂糖壺は別に持ち出て、客の好みに任せてよろしいし、角砂糖なれば最初なら二個を小匙の上に置いてよいのです。これを受けますには、左の掌に受けて、右の手を受皿の右縁りに添へるものでありまして卓子の上に置かれましたならば、適宜に受けて差支へがありません、受けましたならば、砂糖(其他ミルク)を入れて徐ろに小匙でまぜて後、多ければ小匙で適當にのみ、小匙を元の所に置いて右の手で把手を取り廻し、持ち上げて音のしないやうに飲むものであります。角砂糖が添へて出された時には、右手の拇指と、食指とで揃んで静かに入れ、急に入れてとばしりが立たないやうにするものであります。また、コーヒーや紅茶は熱くなければ角砂糖などが溶けないものですから、可成り熱くしてありますが、熱いからと云つてブウブウ吹いては見苦しいものです。口當りのよくなる迄さましてから靜かにのむものであります。飲み終つたならば、小匙を茶碗の中へ入れて置かねばなりません。

10、表情美の研究

無表情の美は死んだ美

外容を粧ふ、顔の化粧、かみかたち髪容、衣裳の着付の調和した姿も、健康と精神の平和と相俟つて完成の美を表すものでありますが、人の心はその面容の變るやうに、各々の個性がありまして、その感情が顔やその他に所謂、表情となつて表れますが、その表情も他の美容と大變關係の深いものであります。

よくあの人は表情がうまいと云はれますが、さして顔が美しくなくとも、洗練された表情の動きがありますと、その人に一層の魅力が生れてくるものであります。ですから表情は努めて、自然に誇張なく浮んでくるやうに表はさねばなりません。凡そ人間に感情のないものはありませんが、その喜怒哀樂の表情が、洗練されてゐると、野蠻なものによつて美を高めることにも、低めることに

もなりませんから婦人にとつて表情の研究は誠に必要なことであります。

表情のない美は死んだ美であると云ふことも過言ではありません。併し人間の喜怒哀樂の感情は全然無意識の中に表れるものですから心掛けと云つても顔面筋のそれぞれの機能をよく發展させ表情の持つてゐる力を一番強く迄高めることであります。ですからこれも修練が肝要であります。

眼と眉と口の表情

眼の表情の練習

眼は心の鏡と云はれて居りますし、よく眼は口ほどに物を言ひますなども例へられてゐます通り、眼は人間の容貌の中でも最も重要な表情機關であります。ことに婦人の顔の中では眼の動きに美しさが集中してゐます。花柳界や女優の中でも美人と呼ばれてゐる人は多く表情に變化のある巧みな人々であります。

この眼の表情を練習するには第一に片方づゝ眼の運動をすることが大切であります。試みに話し

ます、とまづ右の眼で、

- 一、眼を普通の時より廣く開くこと、
- 二、眼を普通の時より狭めること、
- 三、虹彩が半ば上瞼に蔽はれたやうに半ば閉すこと、
- 四、眼球を左右二つの方向に轉廻すること、
- 五、眼を廣く睜ひらり眼球を左右に轉ずること、
- 六、上下の瞼を張り眼尻に皺しわが出来る程強く閉すこと、
- 七、顔を前に向けたまゝで視線を左右上下、殊に下方を見、そのまゝ凝視をすること、

かう云ふ練習を度々します。がその時片方の眼は必ず閉じて、手で外から助けるやうなことをしてはなりません。右の眼の練習が終了したらば左の眼に移るのです。それから次に片方の眼を廣く見開いておいたまゝ。他の眼を閉す稽古を致します。これは最初は手の補助が必要ですが、慣れますといりません。尙特に眼を普通より大きく見開くことを絶へさせねばなりません。これは初めの中は眼に涙が一杯に溢れるやうなことがあります。殊に寒い空氣が眼に泌しみみた時はさうですがこのやうに時折練習をして居りますと自然眼の動きに美しい變化を生じて來まして、無意識の中で

も微妙な表情が出てくるものであります。

眉と口の表情の練習

次に眉の表情の練習は、まづ右の眼で、

- 一、眉の根を下けて眉尻を上げること、
- 二、その反対の八の字を寄せること、
- 三、眉を高く水平に掲げること、

右が終わりましたならばこれも左の眉に移るのでありますが、眉の表情は眼と共通してゐるやうなものです。眼は静かな状態にある時のみに働くもので、大きく身振りを動かす時は寧ろ眉の表情が働くものであります。

それから口に就ても、口は眼の次に顔の中では最も表現の豊かな機官であります。實際或る人にありましては、口が眼よりも多くの表現をすることさへありますから、口の動きも練習して、坐談の場合の表情美を示すやうにせねばなりません。

表情は自然に

表情法に囚はれるな

以上のやうな練習をすることは勿論必要であります。必ずしも表情は、しなを作つて、自分の感情を誇張したり、わざ／＼表情美を作つてそれにあてはめることではないのでありますから、つまり表情法に囚はれないやうにすることが呉々も大切であります。元々、表情はその時の感情があるのまゝ、自然のまゝに現れた形であると思ひます。そこには何の約束もなければ、技巧もありません。誇張もなければ、殊更に自分の感情を押しかくさうとする努力もいりませぬ、たゞ真情そのまゝが外に表れた形でなければならぬのです。

或る一つの感情が心の中に湧きますと、それは自分でどうしようと思つて意志の働きがなくとも、自然にその顔色に表れてくるものです。人間の顔面の筋肉は喜怒哀樂をそのまゝに表す誠に微妙な働きをもつて居りますからこの自然の働きを、殊更に誇張したり、また自分の無理な意志を加へて、か

うしなければこの喜びは表現出来ないだらうとか、かうすれば先方をもつと悦ばすことが出来やうと云ふやうになりますと、どうしてもそこに技巧が目立つて、自分の感情以外の無理が出来、不自然が生れて、わざとらしいくすぐつたさを相手に感じさせるやうになります。

と云つて前述のやうに表情のない美は、お人形式の美しさでありますから、在來の習慣は根本から打破しなければなりません。ですから自分の感情を深め、その動作によつて更により以上の美を備へることは現代の美人としてぜひとも必要なことであります。たゞそれが極端に走らないやうに心掛けねばなりません。

表情は厭味なく上品に

眞の表情美は自然を崩してはなりません。さうして上品でなければなりません。技巧に過ぎると下品になり厭味が出て来るものであります。また教練を経たものでなければなりません。人に乗せられたり、隙間のある表情であつてはなりません。また上手でなければなりません。表情が下手なために、人を怒らせなくてもよいところを怒らせたりして、思はぬ不愉快なことをしたりする例は澤山にあります。とにかく表情には教練が一番大切であります。

よく歐米人を見ますと、非常に誇張された表情をするやうに思ひますが、そこには少しも厭味がありませんし、不自然さもありません。却て第一印象として、好感を與へられるものであります。これは風俗、習慣にもよりますし、長い間、そして幼い時から訓練され、教養されて来たためでありますから、それをそのまま直ちに日本人が取り入ることは却々難かしいことだと思ひます。現代の婦人としては、常識によつて時と場合を考へ、充分教練された表情によつて嬉しい時には心から晴々と、悲しい時には眞に哀感を催すやうに自分の感情を欺くことなしに修養された範圍で表現すればよろしいと思ひます。

一一、代表美人の化粧の秘訣

淡彩な化粧と滋味な服装

美貌は精神美の再現と云ふ厨川蝶子さん

故厨川白村氏の未亡人で、才色兼備の噂の高い厨川蝶子女史は、或る雑誌で、自分の美容法についてかう云つて居られます。

「私は別に特別のお化粧をすると云ふではありません。強いて申し上げれば、良書を読んだり、優れた音楽、劇、美術を鑑賞したり、なるべく心を寛大にするやうに心掛け、努めて居ります。心が美しければ、自然、心の美が外観に表れて、何處となく犯すことの出来ない美しさが表れて居ります。これと私は身體を健康にすることゝ存じます。身體が丈夫であれば、氣分が生々として、それが自然に、表情にも顔貌にも動作にも表れて來ますから適當な運動をして、健康を増進することは美容に無くてならないものと存じます。と申して屋外で特別の運動をすることは容易であり

ませんから、私などは家の内外の掃除、用達し、買物などに出て、その目的を達するやうにして居ります。お化粧も内部の美を補ふのに、決して忘れてはならぬものと存じて居ります。たゞ年頃不相應の自分の顔にそぐはない濃い化粧や、けばくしい服装などは、自分自身をいやしめる一番甚しいものだと存じますから自分自身もさつぱり氣持よく感じる程度の寧ろ薄いお化粧、目立たぬ服装を選んで居ります」

砥粉ですます簡単なお化粧

お洒落より身だしなみの栗島すみ子さん

松竹の映畫女優の中でも寂しき、潤ひのある美人として昔から定評のある栗島すみさんは、「美容は女の一つの身だしなみで、決しておしやれでやるのではないのですけれど、どうも世の中では身だしなみと、おしやれと一緒に考へてゐるのは遺憾千萬だと思ひます。身だしなみと、お洒落とは一寸似てゐるやうですけど、考へてみると相異があります。現今程いろくのお化粧道具が整つてゐない昔でも、日本では女の魂として、婚禮調度の一つに鏡臺は缺くことの出来ないものとして

あつた位、美容と云ふことは人間生活に、殊に女になくはならぬことだと思ひます。近頃では種々の數へ切れない程の高價な化粧品が出来て、一時間、二時間、とお化粧品に費す方もあるやうですが、私は職業上の時は別として、平常は極く簡單なお化粧品を致して居ります。普通の煉白粉と、トノコと、粉白粉と頬紅とがあればよいのです。白粉下を一寸敷きまして、煉白粉に、トノコを一寸混ぜてこれを塗ります。其の上を粉白粉で軽く叩いて、頬紅を一寸ほかします。これでよいのです。トノコの多少赤味を負せる爲めに私のやうに、餘り色の白くない者には却て皮膚の色に調和致します。かう云ふお化粧品ですから、十分位でやります。汽車の中、殊に夜汽車に乗つて、顔中石炭の油煙で、眞黒に汚れた時など簡單に出来て大變い、と思つてゐます。それに必要な化粧品だけを入れ、小さな容器があればよいのですから、時間的にも經濟的にも便利だと思ひます。然し美容と云ふことは決して顔計りのお化粧品のことではありませんまい。髪とか衣裳とか種々これに伴ひますがそれはその方々の好みに應じてちがひがありますが、第一に自分の身體に一番調和のあるものを選びたいと存じます。

健康美 第一

便通を整へ肌に合ふお化粧品する高安やす子さん

關西で、高安やす子さんと云へば、社交界の花形として、又萬年娘と云ふ評さへある美しい、常に美しい常に若々しい顔せの夫人は平常どう云ふ化粧品をしてゐられるのでせう。

「いつも奥さんは若々しくお綺麗ですが一體どんなお化粧品法をなさいますか」

「さうですね、私としては化粧品と云ふことよりも健康美と云ふことが大切なやうに思はれます。それについては第一に精神を安らかに保つことが必要で、なほ健康状態に注意を拂つて、便通をよくしておきましたら必ずその人の容色は生々と生活力に充ちた美を發揮できると思ひます」

「それでも化粧品を絶対にお使用にならないと云ふことは御座いませんか」

「それは多少は用ゐます。大體日本の婦人は西洋の婦人のやうに純白の肌と云ふ人は尠く、どうしても少しは肌の色がありますから眞白い白粉をつけるのは不自然のやうに思ひます。それで人々によつて自分の肌の色に相應しい色の白粉を用ひた方が調和がとれて美しいと思ひます」

「どう云ふお化粧品をお用ひですか」

「私は自家製のベルツ水や、ヘチマの水を用ひて居ります。白粉は肌色の佛蘭西製のモニーを使ひますが、白いのしきやない時はトノコを混ぜて色をつけて居ります」

「お顔は何でお洗ひになりますか」

「大抵石鹼だけです。水道のない所、旅行したりします時は、水質の硬い時には硼砂を少し入れて用ひます」

若々しい氣分と規則的な生活

睡眠と香水風呂の森律子さん

お化粧と申しても只表面ばかり白粉を塗つたり、紅をつけたりする計りでは眞の化粧とは云はれないと思ひます。それは、人間は一寸氣分の沈んでゐる時は自然着物なども暗い色を選ばうになり、お腹を悪くしても青いやせた顔になつてしまふし、睡眠不足の時などは張れほつたい、眠い顔でなければなりませんので、そんな時その顔をいくらお化粧しても生き／＼した美しさを表すこ

とが出来ませんから、私はさう云ふ點にいつも注意を拂つて、規則だつた明い生活を致さうと心掛けてゐます。まづ私は何時も若々しい氣持でゐたいと思ひます。時に女優になつてから、もう二十年もたつと考へて見ますが、年齢を考へてちよこまつてしまふのは悪い癖です。若々しい氣持でゐると何時も年ばかり考へてよく／＼してゐると十年も若さがちがつて表れます。次ぎに私はよく眠ります。芝居が初つて、初日前などするぶんお稽古に無理なこともし、睡眠不足のこともありませんが、一寸でも暇を見て私は晝間でもいつでも眠りのつき合を致します。どうしても七時間は眠らないといけないと思つて居ります。それから食物の關係もあると思つてゐますから、朝の食事前には何時もリングと白胡麻をティースプン三匙位ザラメに混ぜて頂いて居りますし、トマトを始終料理して頂きますが、これはするぶん血色をよくし艶かな器色になる氣がします。運動は朝夕十五分ばかりづゝ静座をして、深呼吸をし、手脚の關節の運動もやりますので、めつたに身體を害ねることはありません。それから毎朝食前に風呂に入り、その中にバスソートと云ふ香水の結晶したものを少し入れて居りますが、これはお湯から上つてからも暫くは好い匂ひがついてゐるやうで終日爽やかな氣分になれます。顔は大抵石鹼で洗ひます。化粧品としては白粉下にはシモンクリーム御園四季の花などで、白粉はインディアン水白粉を用ひます。

自然の美しさを

眼を大切にす松井千枝子さん

多少誇稱されてゐるにもせよ「日本一の美人」として人氣のある松竹の松井千枝子さんも全く若くして美しい、しかも現代的美人として典型的な方でせう。

「化粧の秘訣などと云て私にはとりたてゝ云ふ程のものはありませんが、私は洗顔料としてはボンビアン（Bonbian）のナイトクリームを使つて居ります。クリームを顔中萬遍なく塗り込んでおきまして、その間に適当な位の脂肪が浮きますので、それから指で軽くマッサージを致しましてあとをすつかり拭きとりまして、競馬石鹼で洗ひ落します。それからやはり、ボンビアン（Bonbian）のデイクリームを使ふのですが、私は昔から資生堂のオイデルミンが好きで、それをつけます。頬紅は平常はさしません。白粉はドン（Don）を用ゐて居ります。化粧と云つてはそれだけですが、髪の毛の黒いのは相當お化粧を引きたてますので、適當に洗つて、ヘヤートニック（Hair Tonic）をふつて髪の毛の榮養を與へておきます。私の髪はめつたに人に結つて貰つたことはありません。なまじ人に頼みますと毛も傷め、顔にもしつくり合ひません

ので、唯時々研究に美容理髪所へゆく丈で、一人で結つて居ります。それから齒も随分口元に影響しますので、朝は勿論夜も必ず磨いて居ります。眼も殊に私のやうな職業の者は、撮影の時など強い電氣の光線を浴びて、視力を害ねますので、眼は大切の上にも大切にして就床、起床の時は勿論、眼さへあれば點眼薬を用ひて居ります。これはどなたでもお心掛けになつてよいことだと思ひます。お化粧の時の要領は缺點を補つて、なるべく自然の美しさに……と云ふつもりでやつてゐますが、よくこの頃顔中すつかり塗り潰すやうに唯白く、固い顔をしてゐられる方を見掛けますが、あれでは折角の若々しい美しさを害ふものだと存じます。

異國趣味のお化粧

舞臺の人として眼を大切にす原せい子さん

華かなステージに美しい曲線を見せて、快い諧調の中に踊る原せい子女史はさすがに西洋婦人のやうな、すつきりした姿と、異國趣味（エキゾチック）の化粧をして居ります。

「私などはお化粧と云つても、大した秘法も秘訣も知りませんが、私は生れつき、極く脂肪の少い

性分ですから、夏も冬も年中、クリームを離したことがありません。それに大抵は洋装で暮しますので、殆んど粉白粉ばかりを使つて居ります。たゞ洗顔には決して手拭を使はずに、手で丁寧に洗つてから、柔かなタオルで軽くぬぐふやうに拭きます。これは顔の荒れを防ぎ、皮膚を硬ばらせないためです。石鹼は香りの高いものよりも、質の良いの良いのと云ふ風に割に嚴重に選んで使用してゐます。その他の品は何にも使用しないと云つてよろしいでせう。それに私は顔に産毛が生えてゐますと、どうしても粉白粉がびつたり附かず、浮くやうな気がしますので、一週間に一度位づゝは自分で顔を剃ります。その時眉の形など好みに應じて拵らへます。

洋装の時は、クリームを顔と頸に萬遍なくよく引きまして、ボンゼアンの肌色(代赭)白粉をよく擦り込むやうにつけます。そしてドーラン會社製の極く黒ずんだ粉頬紅を頬へほかし、目尻と眉毛の間から、こめかみの方へ稍濃くつけます。さうして下目蓋に薄く黛を刷きます。これは私のやうに舞臺に立つ者の眼を普通より幾分大きく見えるやうにするためですが、平常でも洋装の場合は致して居ります。それに舞臺に立つ者の常として可成表情に疲れますので、眼は殊更に大切にするやう、強烈な光線に接したり、非常に強い色を長く見たりすることは避けるやうにして、就寢の際は必ず電燈を消して、視神経を休めるやうに心掛けて居ります」

生地の手入を第一に

スクリンの花と咲く筑波雪子さん

筑波雪子さんは小さい時から狭斜の巷に育て、映畫界に人と成つたと聞いて居りますだけ、天來の美貌と相俟つて化粧の香りは身についてゐます。スクリンの上の美しさ、素顔の艶かさ、ともどもに矢張り代表的の美人の名を惜しまない人と思ひます。

「どうしてそんなに綺麗なのでせう」かう云ふぶしつけない質問に雪子さんはかう答へました。

「私達のやうに始終カメラの前に立つてゐる者は、その不自然な技巧的な化粧のためにどうしても肌がかきたなく荒みます。それ故平常は出来るだけ、肌をよくすると云ふことに専念して居ります。どんなに上手にお化粧をしても、生地がととのつて居りませんと、お化粧に少しの生氣も出て來ない計りか、直ぐに化粧崩れがします、私はあの所まばらに剝けた白粉の見苦しさ程、厭なものはないと思ひます。それが厭だと云つて、芝居や電車の中などで、人前も憚らずポットで鼻や額を叩くことは、もつといやな恥しいことだと思ひます。ですから私はカメラの前以外、訪問とか外出とか

の場合は、その間白粉が保てるやうなお化粧を目標と致して居ります。それには自然肌を損はぬことが第一条件となつて来るのです。肌を損じないやうにする爲めには、始終注意して、手入れをしなければなりません。私の言ふ手入は色々の薬や、化粧品を用ひたりして顔を磨きたると云ふのではありません。出来るだけ肌に刺戟を與へないで、そつと保護することが、一番よい手當だと私は思つてゐます。それ故平常家にゐる時は、私はなるべく白粉をつけないことにしてゐます。たゞ朝の洗顔後と就床前にクリームを薄く塗つておくだけです。若しお化粧をする時は、その上に水白粉か、粉白粉をさつと刷く位の程度にして置きます。さうして、殊に生え際や耳の後や鼻の廻りなどを念入りに致します。さうしておいて時々美顔術をして貰つた方がより効果があると信じてゐます。

洋装に厚化粧は禁物

毎日マツサージを缺かさぬ竹村すゞ子さん

氣品の高い令夫人としてその蔭たけき顔は白百合のやうに、豊麗の中に一掬の清新な感じを凝め

た竹村すゞ子夫人は

「一家の主婦として、たゞ周囲の人達に不快な思ひをさせぬ程度に極く簡單に致しますが、元々多く私は洋装でゐますので自然白粉なども薄く、出来るだけ自然に近いお化粧をするやうに心掛けてゐます。洋装の時に濃化粧をしますと、それは可笑しなものです。殊に春から夏の時は白粉が濃いとぢきにくづれますし、見た感じもすつきりしません。それでも生來の色が白い方なら格別、私は白粉氣なしと云ふ程恵まれてゐませんから毎朝、一通りの化粧はして居ります。

まづ洗顔しましたら、毎朝五分間程、顔をマツサージします。クリームは巴里院のフリージクリームを使ひます。五分間もマツサージしてゐますと、垢がクリームにまざつてよれ／＼になつて、出て來ますから、それを熱いタオルで拭きとります。そしてボンビアン・ピーチ・リクキドを顔一面にうすくつけ、ボンビアン・ブルームの紅を頬と眼の上に、これもうすすらすらとつけます。その上に肌色の粉白粉を刷き、濡れたタオルで軽くそつと押へつけるやうにして叩いておきます。

それから眉についた白粉をよくふきとり、黛でうすく眉をかたどります。黛を濃くしますと、非常に顔がいやく、また不自然に見えますから、極く薄くかいておきます。頸はクリームと粉だけです。クリームの上に水白粉をぬる時もあります。が、固煉は外出でもする場合

の他は使はぬことにして居ります。たゞ私の十年一日のやうにして居りますのは毎朝五分間のマツサージです。これは是非どなたにもおすゝめしたいと思つてゐます」

旅行中の化粧はかうする

専門家以上に巧い男爵夫人石本静枝さん

趣味が豊で、ハイカラな美しい奥様と云へば男爵夫人石本静枝女史なども代表的な方でせう。夫人はよく旅行をなされるので、旅行中の化粧に就ては専門家以上の修練と研究を持つてゐられます。「私はよく旅行を致します。私の旅行化粧道具としてはキャスターオイルソープと云ふ舶來の石鹼じちようどミツワ位の大きさなものと、タニゼリンクリーム、オイデルミン化粧水、コターの肌色粉白粉、紙白粉かブルーム、口紅、頬紅、脱脂綿、これ位のを化粧箱に入れてまゐります。タオルとかハンケチ、香水、化粧刷毛、髪結用道具などを持つてゆくことは申上げるまでもありません。

土地が變つて一番困るのは水の質ですが、このキャスターオイルソープは、硫黄泉にでも硬水にでも、どんな質の水に用ひましても、水を非常に軟かにして、水道の水と同じやうに溶け、使ひ心地もよく、肌もさら／＼となつてそして荒れない、試に重寶な石鹼です。化粧用にも入浴用にもなり、また洗濯用にもなる實に便利で私はどこへ行くにもこの石鹼一つに頼つて、そして少しも不便を感じません。何にしる皮膚には第一に水の質が影響してきますから、どんな理想的な化粧品とか化粧法とか云ふよりも、よい水を使ふことが何よりです。一番一般的なのは硼砂でバケツ一杯の水に茶匙二杯ぐらひを溶かして用ひますと、良い水になります。たゞ硼砂は熱湯で溶かして用ゐるべからぬので、前の石鹼に較べれば少し面倒ですが、旅行には是非必要のものであります。

毎日二度の入浴

五分間の化粧てすます水谷八重子さん

映畫界の寵兒であり新劇の小女王である水谷八重子嬢の明るい、咲き誇る花のやうな容貌はいかにも青春の歡びを表徴してゐるやうな輝きに満ちて居ります。

「近頃はいろいろの新しいお化粧法や、いろいろの化粧品がありますが、私は曾てそんなところを

餘り研究して見たことはありません。本當の自己流で、理窟も順序もないのです。まづ洗顔の仕方ですが、私は春夏秋冬を通じて、微温湯で洗ひます。そして洗顔料は石鹼一式で、洗粉などは用ひません。その代り石鹼は成るべく質のよいのを選びます。最初すつかり石鹼を掌に泡立て、おき、その手で軽くこすつて洗ひますので、手拭へ石鹼をつけて、し／＼洗ふと云ふやうなことは致しません。手拭も普通の生地ではなく、ガーゼを二枚重ねて使ひます。かうして顔や頭の埃を洗ひ落しましたら、クリームを萬遍なくすり込み、それをガーゼか脱脂綿で一度拭きとり、その上に水白粉を薄くつけます。それから頬と眼のふちに薄く、ボンビアンの紅をさし、粉白粉を軽く刷きます。眼には時々バミールを差します。それから毎日必ずお風呂へは朝晩二度づゝ入りますが、就床前に頸は町嚙に白粉をつけておき、朝はそのまゝに上から手拭で拭いて、ざつと水白粉をぬるか、白粉を刷くかしておくだけにしておきます。

これが私の毎日の化粧の要領と云へば要領で、五分間もあれば簡単に出来ることです。「一日の化粧よりも五分間の入浴が必要」と誰れやらが申しました通り、肌をきれいに垢ぬけさすにはこの入浴が最も大切なことだと思つてゐます。

(附録その一)

職業婦人の化粧法實驗談

職業婦人の方はどの職業でも可成り多くの人に接する關係上、第一に人に不快を感じさせぬやう身嗜みが最も必要でありませう。それも短い時間に簡単に出来る化粧法でなければなりません。それに化粧料なども高價な品を選ぶ必要ありません。それにはどうしたら一番理想的な方法を得られませうか。試みに私は三四の職業に携る方々の、いづれも代表的の方に就てその實驗談をたづねました。この實驗談は忙しい職業に働く人計りでなく、忙しい家庭の方にも参考となる實際的の化粧法と思ひます。

百貨店の女店員として

夏冬別に變つたお化粧法をして居りませんが、まづ洗顔は店で賣り出してゐる品を用ひて居りま

す。冬ならばクリームをつけて、襟だけは美顔の煉白粉をつけ、顔はたゞ粉白粉を刷いておきます。夏向はクリームの代りにヘチマコロンをつけて、水白粉を用ひます。朝はどうしても急ぎますから前の晩に入浴をして居りますればもう襟は洗はず、たゞお湯でしほつた手拭で拭きとつてお化粧をしておきます。化粧直しには懐中鏡と、粉白粉を小さな容器の中に入れ、それに小さい刷毛を添へ時々脂肪あぶらが浮くの直します。それに店内は下駄履のまゝ出入りが烈しいので随分埃りがたちまして、殊に春から夏へかけては汗でじとくとすぐ化粧くづれが出来ますから晝の食事時と、三時頃一度クリームで化粧全部を拭きとつてしまつて粉を叩いておく化粧直しをどうしても致します。

病院に勤務の看護婦として

私たちはお化粧と云ふ程のことはしない迄も身嗜みとしては清潔にすると云ふ意味から患者にも外來の人にも不快を與へぬやう、尙職業として人様から愛されることを願ふのでなく、信頼されることを本位としなければなりませんので、私共もそれを理想としてゐますので、洗顔にしても顔が荒れて見苦しくない程度にクリームで補つたり、ベルツ水などをつけ白粉は粉白粉で極々軽く刷い

て居ります。それに常に健康であることが一番大切でありますので、それに重きを置き毎日入浴は缺かさず、髪も毎日梳かないと不衛生ですから五分位で結べる簡単な、前を一寸分けて後ろでまるめ、そして毛が散らないやうにネットを被つて居ります。私共のやうに忙しい職業を持ち自分の身のまはりをさつぱりしやうと思ひますと運動もつきますから、或點で自然に叶つた美容法もなされる譯であります。

洋装のタイピストとして

格別に變つた化粧法も探つては居りませんが何と云つても矢張り、時間がかゝらずに出来るのを理想としてゐます。それに私は脂肪の少い方ですからいつもシモンクリームを絶やさないうやうにして用ひ、コチイの粉白粉を刷いて上から白色美顔水でおさへておきます。さうして一日に二三度休みの時間にパウダーで化粧直しを致します。髪も洋装である關係上軽くウエーヴを致しまして、出勤退出の途次に帽子を被りますから詰め加減にしまして、毛が散らぬやうネットを被るやうにして居ります。

(附録その二)

米國の女優は何故美しいか

科學的な設備で合理的な化粧を

アメリカへ永らく美容術を研究しに行つて居られましたMさんは米國の女優の化粧法に就てかう語られました。

「日本に歸つて多くの若い婦人、美しい婦人を見受けましたが、その化粧法はまだく幼稚なもので、どうも生々とした内面から溢れ出て来る輝きと云ふやうな美しさに乏しいと思ひます。白粉を巧みに使用することは或る程度迄上手になりましたが、それだけが美容の根本では勿論ありません。日本人が白色人のやうに色を白くすることは到底出来ないことでもありますから、日本人は日本人としての色をそのまま、もつと活かすやうにする化粧を研究すべきだと感じました。が、それは鬼に角として米國の女優達は如何にして、自分の美を保たうかと云ふことに、それはく合理的なこと

をして居ります。尤も化粧の設備がすつかり化學的になつて居ります。この點は實に羨しいことと思ひます。

最も新しい頭髮の手入れ法は單に植物性の油を塗り込んでマッサージをすると云ふものではなく、ヴァキオレット、レイトリートメント又はバコトリートメントの如き太陽光線又は紫光線應用の手當法も行つて居ります。この結果は皮膚下から出る分泌物の變化から来るフケを除去するに非常な効力を持つて居ります。又マッサージにも種々ありまして、フェーシャルと云ふのが一番多く用ひられてゐますが又特別な藥品を應用して、化學的に内部から皮膚の色を漂泊する、ブリーチトリートメント云ふのを盛んに用ひられて居ります。さうして之等の美容専門學校も可成科學的に進歩してゐるものが方々に見受けられまして、中でもデコス、マニネロ、モラーなどは有名なもので各々立派な特徴を持つて居ります。女優達もそれ等の學校の美容所へせつせと通つて、常に自分の一番適した化粧美を研究してゐます。要するに米國の最近の化粧法は科學的の設備によつてなされ、従つて化粧品や、それに用ゆる道具も數へ切れない程ありますが、何と云つてもクリームとパウダーが主で、他は運動や食物によつて生理的に美を養ふ事につとめ、更らに化學的美容法によつて美を整へて舞臺の上に、又はスクリーンの上に永遠の若さと美しさを見せて居ります。

家庭園藝編

一 大根と蕪菁の栽培

大根の品種は甚だ多くあつて、世界中で、我國程良き品種を産する邦はない。今大根の種類を別てば夏大根、秋大根、廿日大根、二年子大根、時無大根の五種であつて、其内で需要が最も多く且つ良き種のは秋大根で、東京府下の練馬、尾張の宮重及び方領、大隅の櫻島、山城の聖護院、相州の秦野、河内の守口などは其著名なるものである。練馬大根は東京近在で最も多く栽培せらるゝ種類で、根の末端が圓形肥大なるものと末端が尖つて居るものがある。前者は主に煮て食するの用に供し、後者は専ら澤庵漬とせらるゝ。宮重大根は尾張の産で、また、青首大根とも云ひその太さは中位で本が太くて末が細い、頭部は綠色を帯びて居る、甘味が多いから煮て食ふによろしい。方領大根もやはり尾張の産で、根はやゝ短く頭部は太くて尾端に至るに従ひ漸く細くなつて居る、甘く且つ美味であるから人多く之を煮て食ふ。



聖護院大根は京都府下聖護院地方で専ら栽培せらるゝもので楕圓形で根冠は淡綠色を帯びて居る。これも煮食用に適する、櫻島大根は大隅櫻島の産で根は形楕圓形をなし、その巨大なること大根中の大王であつて周圍三尺に達するものがある、主に煮て食せらるゝ。細根大根はまた守口大根と稱へて根の全體が細長く漬物または切干となすに適して居り、主に美濃、京都、奈良などに産せらるゝ。九日大根は秋大根中の最も早生のもので夏大根と秋大根との中間に位して居る。七月中旬播種し凡そ三、四十日間で採收し得るもので、多く東京近傍に栽培せらるゝ。右の外秋大根中に於て名あるものは徳利鼠、天王寺、忠六大根等である。

大根の栽培と播種法

大根の種類は多いから、その栽培法も多少異なるけれども、大概は秋大根に準じて宜しいから今少しく秋大根の栽培法を述べやう。さて之れを栽培するに當り畦巾または距離などは形の大小に由りて異にすべく、種を蒔くには畦を小高にし、足跡を付け施肥し糠、油粕などを施すのが通常である。

大根の種を採るには秋大根ならば根形の正しきものを選び、秋末に至りて一定所に假植し置き、春になつて生育を始むる頃僅かに根端を切斷し、木灰を附けて畑地に植ゑ置くとときは多くの細根を生じ、一莖に開花結實して善き種を採ることが出来る。大根は元來變種し易き性質を有するものであるから、良き種類は年々原産地より種子を購入するがよろし。

大根の害虫には種々あつて「ナガメ」、「アラムシ」、「コガネムシ」、蚜蟲などは主なるものである。此等の害虫は勉めて驅除せなければならぬ。もし年々被害甚だしきときには兩三年間は他の作物を植うるが宜しい。

二 蕪菁の用途と其種類

四

蕪菁は、大根に次ぎて需要最も多き蔬菜で、古來より栽培し來つたものである。外國では人類の食用に供する外に家畜の飼料に用ふることが甚だ多い。元來蕪菁は寒氣に堪ふる性の強きもので土質を選ぶことが少なく、大抵の地に栽培することが出来る。されど深く壤土に最も能く適する、日蔭の濕りたる地などは避けねばならぬ。

蕪菁の品種も甚だ多くあつて、通常その形状及び色澤に由つて別つのである。今我邦の名高きものを擧げて見やう。天王寺蕪菁は大坂天王寺村の産で、根莖や、小さく徑四五寸位だけれど、その味宜しく煮食及び漬物に適して居る。播種期は八、九月頃である。近江蕪菁は形が扁圓で大きくその徑一尺に及ぶものがある、味は殊に佳良で柔かいから煮食に適し、また鹽藏とするも宜しい。播種期は前者と同じく主ら近江地方で栽培せられて居る。

聖護院蕪菁は、京都聖護院近傍にて栽培せらるゝ、根の莖が太く味も美であるから塩漬とするに適して居る。播種期は前者と同じである。長蕪菁は根が長く末端が肥大で地上に露はるゝ部分は綠色を帯びて質柔かく味も宜しい。東京近傍で多く栽培せられる、小蕪菁も多く東京近傍にて栽培せらるゝので、名の如く形が小さく根と葉とは共に柔かいから煮て食ふに適し、また鹽藏しても宜しい。緋蕪菁は形扁圓で直徑凡そ三寸内外で莖葉何れも紅色を呈し、頗る美である、鹽藏、又は酢漬に適する。

蕪菁の栽培と種子の採收法

蕪菁は概して秋蒔きて冬季に收むるものであるが、小蕪菁、紫蕪菁の如きは一年に數回播種して收納することもある。多くは條播となして宜しいけれども大なる品種は點播とする方がよい。發芽後は一兩回間引をなして適宜の株間となし度々稀薄なる液肥を施して徐々と生長せしむる様にせなければならぬ。彼の根部に割れ目を生ずるのは急に養分を吸収して迅速なる生長をするからである。また蕪菁には聖護院の如く根に土を被ふを可とするものと天王寺の如く被土すべからざるものがある。

五

種子を採收するには形状正しく、太さ中位のものを選び、春になりて根塊の下部に十文字の切り目を入れ、灰を塗りて栽植し、開花結實せしむるが宜しい。害蟲は大根と同じく勉めて驅除を行はねばならぬ。また蕪菁には一種の根瘤病があつて之れを防ぐには二、三年間を隔て、輪作するが宜しい。

二 牛蒡と胡蘿蔔の栽培

牛蒡は本邦の原産で、古來より各地に栽培せられ需要の最も多き蔬菜である。今主なる品種を少しく次に擧げやう。瀧の川牛蒡は東京府下王子瀧の川村の産で根が長くて凡そ三、四尺程ある長圓錐形をなし、その品位は優等で風味もまた佳良である。

大浦牛蒡は下總大浦地方で栽培せらるゝもので根が最も太く周圍一尺以上長さ三尺以上に及ぶものさへある。形は不整でその内部には大きな空洞をなして居る缺點あれど味は甚だよろしい。砂川牛蒡は東京地方で栽培せらるゝもので白莖にて根長く且つ柔かく味もまた悪しくない。梅田牛蒡は武藏國梅田の産で大浦牛蒡よりはやく小さいが、品質は遙かに宜しく耕地の淺き所に栽培するに宜しい。

牛蒡の栽培と種子の採收法

普通に牛蒡を栽培するには四、五月頃麥の條間を耕して株間一尺乃至一尺二、三寸毎に原肥として堆肥、馬糞、灰、油粕等を施し其所に一晝夜間水に浸したる種子を灰に混じて摘播し發芽後兩回に間引き一本となし爾後は適宜に中耕除草し補肥として人糞尿の稀薄なるものを施すがよい。かくて十一、二月頃に至り掘り採りて二尺の深さに穿てる穴に束ねたまゝ埋め高く土を盛り、葉莖の地上に出でたる頃鎌にて切り置けば五、六月頃まで貯ふることが出来る。一反歩の播種量は四合位で一反歩の收量は五千本内外である。

種子を採收するには春蒔の牛蒡中より太さ中等の良きものを選びて之れを移植し、八月頃になつてその種子を收むるも宜しく、また十月頃に播種栽培し、翌年に至り結實せしめて採收してもよい。牛蒡は連作を忌むものであるから、通常五、六年を隔て、同じ

畑に「培」するが宜しい。害虫は主として夜盗虫、蚜虫等である。

胡蘿蔔の種類

胡蘿蔔も我邦にて古來より栽培せらるゝものであるが、外國でも廣く栽培せられ其需要が甚だ多い、特に歐米諸國では「ソップ」を製するに常に之れを用ひ、また肉類の添品として食することが多い、其の他家畜の飼料として貴ばれて居る。

前述の如く胡蘿蔔は我邦到るところに栽培せらるれど、良きものを産せんとせば地味氣候をも選ばねばならぬ。凡て胡蘿蔔は表土が深くて肥沃なる壤土に適するもので、特に沖積土質で排水の宜しき粘壤土に最も能く適して居る、濕地には根の大なるものを産すれど其味および色澤共に宜しくない。彼の根の外部に瘤を生ぜるものは粘土地で表土の固まり易き土地に栽培するものに多く見受けらるゝ。胡蘿蔔の品種は我國にも外國にも甚だ多い。今其主なるものを少しく左に述べよう。

瀧の川胡蘿蔔は東京府下瀧の川の産で其根は極めて長く三尺に達するものさへある。

皮の色は鮮紅で味が甚だ宜しい。札幌胡蘿蔔は根が甚だ太くて短く味は最も甘美で豊産なる早生胡蘿蔔である。金時胡蘿蔔は専ら大阪地方で栽培せらるゝもので根が短くして太く深紅色を帯び味甘美で其品位最も佳良である。

西京胡蘿蔔は京都府下の産で形状、色澤等前者に似て居るも品質が劣つて居る。夏胡蘿蔔は早生胡蘿蔔で春蒔きて秋普通の胡蘿蔔の生長せる頃にはすでに採集することを得るもので根が短小である。

胡蘿蔔の栽培と採種法

胡蘿蔔を栽培するには先づ丁寧に圃地を耕やし條播となすことあれど其の目形に播種するが宜しい。其法は先づ原肥を施してその傍に一株十五、六粒づゝ播種し薄く土を被ひてよく踏み付け、更にその上に細切したる麥稈或は稈を被ひ置くのである。また種子を砂に混じて蒔く場合もある。

此作物は炎暑の候に播種するものであるから、播種法がよくなければ發芽を誤ること

が多い。たゞひ發芽したりとてもその後の管理が良くなければ枯死する憂があるから、充分に注意を要するのである。大抵播種後十日を経ば發芽するものであるが、其間に乾燥に過ぎる様のことがあれば夕刻に水と與ふるがよい。發芽後は兩回に間引きて一本立とすべく、其後は手数を要することが甚だ少ない。肥料には人尿、馬糞、藁灰、米糠等を用ふるが宜しい。

種子を採るには特に品種固有の色澤、形狀を備ふるものを移植して實を結ばすことあれど普通の場合には九月下旬頃特に種子用として播種し、翌春に開花結實せしむる方が種々の點に於て利益がある。

三 胡瓜と南瓜の栽培

胡瓜は古くより我邦にて栽培せられたもので、夏日如何に多く吾々が消費するかは人の知るところである。されば到るところに栽培せられて食用に供せらるゝ。此作物は雄異花の植物で、雌花は雄花に先ちて發生するが常である。

胡瓜は元來温帶の原産であるから、温暖なる氣候を好み、土質はやゝ濕氣ある砂質壤土が適して居る。

種類は種々あつて、外國にもその數が多い。我國では通常その色澤に由つて白瓜及び緑瓜の二に別れ、また果の莖節毎に結ぶと否とに由り、節成胡瓜と普通胡瓜とに區別せられて居る。緑瓜種は普通農家の栽培するもので、白瓜種はその色青色で、珍らしきゆゑにその質はあまり宜しからざれど栽培せらるゝことがある。

節成胡瓜は葉腋毎に結果するからかく名づけたるので、その果は小さきも收量多く、かつ早熟であるから貴ばるゝ。短節成はその果短細で、淡緑を呈して、收穫時期早く、促成用に供してよろしい。長節成は細くして長く、色が深厚で、普通圃地に栽培せらるゝもので早生で收穫が多い。

白大胡瓜は果が長く太く、色は白緑を呈し、晩生で收穫は多くない。また青大胡瓜は果が長く太く多肉でその色は緑色で晩成で收穫が多い。肥後胡瓜は肥後熊本の本産で果も太くその味もよろしい。右の外、外國種で「ニュー、エバーピーアリング」は長楕圓形で

緑色で早生で降霜の頃まで永き間結果するものである。その他外國種は多いけれど良種がすくない。

胡瓜の栽培と採收法

胡瓜を栽培するには三月頃、茄子と同じ様にして温床に播種すべく、その取扱はずべて茄子に準じてよろしい。その發芽した後は密なるを間引きて本葉二、三葉を發生した頃乃ち五月上旬頃になつたなら之れを本圃に移植するがよろしい、もし之れより大きく生育するときは移植後活着することが困難である。

本圃はよく耕して原肥として堆肥、人糞尿、過磷酸石灰などを施し三尺ばかりの作條に一尺五六寸を距て、一本づゝ植ゑ付くるがよろしい、また麥の作條間に移植する場合にはまづ條間を耕し原肥を施し、一尺五六寸に一本づゝ、採植すべきである。移植するには夕刻株際の土と共に抜き取りて迅速に植うべく、移植後兩三日間は藁の類で日覆をなしその後數回液肥を與ふるがよろしい。やがて蔓やゝ伸長すれば添竹を立てゝ二本毎

に斜に交叉して蔓をまとはしめまた摘蕊をもなし二、三枝を伸ばして之れに結果せしむるがよい。(但し節成胡瓜には之れを行ふてはならない)

胡瓜の成果蕾の開花するも鹹果生育することなく、黄色に變じてよく落花するに至るは光線空氣の流通の悪しきによることあるも、また花粉交配の不完全なるに由ることが多いから、人工的に花粉の媒助を行ふを必要とする場合がある、特に早生種を栽培して未だ蜂類の見舞を受くる能はざる場合などには人工的媒助法を行ふ必要が多い。之れを行ふには雌花の上に雄花を載せて雌蕊の上に花粉を接着せしむればよい。

早生種を栽培する場合には鹹果の適當の大きさに生長したときを見はからひて採收するがよい。是れ長く結果せしめ置くときは次の成果を長大ならしむることが出来ないからである。概して六月中下旬の頃になれば多く成果を採收することが出来る。

南瓜の適度と種類

南瓜はもと支那より傳はつたもので現今では本邦各地に栽培せられて茄子、胡瓜の如

夏間常に用ひらるゝ蔬菜である。歐米では煮て食用に供せらるゝも家畜の飼料とせらるゝこともまた多いのである。南瓜は元來熱帯の原産であるから温暖なる氣候を好み、土質は之れを選ぶことが少ないけれども、砂土には不適當で肥沃なる壤土に最も適して居る。種類は數多あつて外國にも多い。今主なる種類につきて少しく述べよう。

縮緬南瓜は一名居留木南瓜と稱へ本邦各地で廣く栽培せらるゝもので、太さ中位で扁圓で果皮は濃褐色を呈し疣瘤多く品質よろしく豊産である。内藤南瓜はまた淀橋南瓜と稱へ前者より形太く扁圓形で果皮滑かで黄褐色を呈し中熟で豊産である。西京南瓜はまた鹿ヶ谷南瓜とも稱へ京都の近邊で多く栽培せらるゝもので、その形瓢狀をなして形太く疣瘤多く果皮緑褐色で中熟であり豊産でない。縮緬早生はまた小南瓜と稱へらるゝもので扁圓なる小形でその色縁褐で小さき瘤があり早生で收量が多くなす。

南瓜の栽培と採收法

南瓜を栽培するには通常苗を仕立て、麥畦の間に移植するものにて三月下旬頃攝氏二十

十度乃至二十二三度位の温床に種子を播けば一週日位で發芽するものである。すべて南瓜は勢力強盛で能く發芽しまたよく迅速なる生長をなすものである。本葉二、三葉を發生して五月初旬頃ともなれば畑地に本植すべく、この移植の時期を失ふることなき様に注意せねばならぬ。この時も圃地乾燥して移植することが出来ない場合には床内で「居去り」と名づけて一本毎に移植せしめ置くがよろし。

さて畑地に植うるにはあまり大なる種類でなければ四、五尺内外の作條に三尺ばかりの株間を保たしめて、その植うべきところに穴を穿ち、之れに原肥を施し周囲の土と混和攪拌した後苗をば土と共に抜き來りてこゝに植ゑ適宜日覆をなし置く可く、かくて生長して適宜の時になつたら摘心を行ひ傍芽二、三を残して發育せしめて之れに成果せしむるがよろし。

摘心はすべての瓜類に之れを行ふことが肝要で極めて美大なる臍果を收むるには一株に二、三個づゝを残し他を除き去るがよろし。生長期中は數回稀薄な人糞尿を施し已に臍果を結ぶ様になれば麥稈を敷き置くがよろ

しい。南瓜も雌雄異花で花粉の交接が不十分なれば落果することが多い。また成果蓄の開花した後に降雨の多き場合には落果することが多い。南瓜は落花後およそ三、四十日を絶れば成熟するもので充分に熟せないものを採收する場合もあれど、永く貯藏せしむるには充分成熟せしめて收穫せねばならない。

四 西瓜と甜瓜の栽培

西瓜はもと熱帯地方の産であるから温暖なる氣候を好み寒地ではよく生育しない。而して土質は之れが生育上に大なる關係を有するもので、砂糖壤土または砂土に植ゑたものは味が優良で早熟である。之れに反して粘土または粘質壤土に植ゑた場合には甘味が少なく漿水も多からず、また品位も悪しく其熟期も遅い。されど收量が多くて大なる鹹果を産することが出来る。

西瓜の種類は種々あつて我邦在來のものは概して外國種に劣つて居つて、形はいづれも圓くて肉は紅色で種に赤と黒とがあり熟期に早晚があつて晩熟のものは大で早熟のも

のは果が小さい。今我邦在來種の良きものと我邦に傳來して來た外國西瓜の主なるものとにつきて少しく述べやう。

早生種には二種あつて種子の黒色のものと赤色のものがある。前者は表皮が濃緑色で後者は深緑色に斑紋がある。いづれも果形あまり大きくなくて圓く肉は紅色で永く貯へることが出来ない。晩生種は種子が黒く肉は紅色で其味甘く果形圓くして太く皮の色濃緑で永く貯ふることが出来る。

「アイスクリーム」は近來米國より輸入し來つた種類で現今では本邦各地に栽培せられて居る。瓜形は圓くまたは橢圓で小さく瓜皮暗緑で細斑がある。種白く肉色淡黄で、糖分に富みて漿水多く舌頭に融解するが如き感があつて極めて優良の品である。「マウンテンスキート」も米國の産でその形橢圓で大きく瓜皮は暗緑で淡緑の條斑がある。また種子は白色で肉色淡黄で中熟で味もなか／＼よろしい。

「ゼ、ボルカ」は果圓くして小さく果皮淡緑で肉色は紅で種子黒く味甚だ甘く断生で永く貯ふることが出来る。「キューバンクキーン」は西印度の産で果は橢圓形で大きくその

色は淡緑色で濃緑の細斑がある、種子は黒斑色で肉は紅色で味よろしく熟期中生で豊産で貯蔵し易い。

西瓜の栽培と採收法

西瓜を栽培するには前年の秋季に麥を播種する際二尺幅の畦二條毎に一條づつを隔て空地を残り置き、翌春四、五月頃になつてその空地をよく耕やし三、四尺の株間にて穴を穿ち之れに堆肥、油粘などを施しよく土壌を混じた後上部に少しく細土を被ひこゝに播種すべきである。種子は發芽が困難であるから播種する前に一晝夜間程水に浸した後之れを醗酵して攝氏は、三十度の温度を有つて居る馬糞中に埋め置き少しく發根した後土中に挿し込むがよろしい。

播種した後はその上に藁を被ひ、發芽したならば之れを除き稀薄な人糞または油粕などを株の周圍に施すがよい。かくて本葉四、五葉を發生したならば摘心して勢ひ強き腋芽二個を發生せしめて二腕とし一腕に一個乃至二個を結ばしむる様にせば大なる果實を得ることが出来る。されど多くの花果を得んとならば三、四芽を發生せしめて數多の果

を結ばすべく或はまた栽植の株間を短くするもよろしい。摘心後すでに芽を出す様になつたなら麥の刈株を打ち起して西瓜の株際にかけて、止め肥を施し地上一面に麥稈を布きてその上に枝蔓を置き生育せしむるがよい。

西瓜の成熟せしか否かを知るには結果せる蔓が枯れ重さを減じ指にて打つたとき水氣を充つるが如き濁者を發する様になつたならば熟した徴であるから採收してよろしい。すべて西瓜は早魃の年に豊作で降雨が多いと收穫が少なく品質もよろしくない。西瓜は連作を嫌ふものであるから五、六ヶ年を経ないと同地に栽培することが出来ない、また害虫には瓜蠅、病害には一種の縮葉病がある。

甜瓜の適土と種類

甜瓜は古くより栽培せられて盛夏の候専ら生食せらるゝものである。今主なる品種を少しく次に擧げよう。鳴子甜瓜は形楕圓で色黄、緑で肉色、黄白で味頗る甘美である

また中熟で豊産である。銀甜瓜は皮や肉の色は前のものと同じで瓜形は太くして楕圓で甘味や、少ないけれど極めて豊産である。

支那白河甜瓜は支那の原産で、瓜形や、本邦品に類して俵形をなし成熟すれば淡黄白色を呈し、肉は黄色を帯び味は甘美で香氣を有する中熟品である。大甜瓜は果形が極めて大なるのみならず其味もまた甘美で且つ多産である。「メロン、プレスコー、アフォンブラン」は佛國産で形甚だ太く直径一尺に達するものがある。表面にある溝深く、皮には大なる瘤があつてやゝ突起し、肉は赤黄色の甚だ甘味のある良品で、佛國に多く栽培せられて居る。「アローリー、バツケンザツク」は米國の産で、形丸く巨大で皮に深き溝があり、早生で肉色黄白で、甘味や、劣れども香氣強く香もよろしい。「カサバ」は「ベルシャ」の原産で、果は偉大で肉の色橙緑を呈し甘味多くて香氣強く晩生である。

甜瓜の栽培と採收法

甜瓜を栽培するには殆んど西瓜と同じ方法にてよろしい。四月中、下旬頃圃地をよく

耕し四、五尺の作條に三尺を隔て、穴を穿ち之れに堆肥と油粕とを施し薄く土を被ひて摘播するのである。種子は西瓜のそれと同じく一晝夜間温湯に浸して後播くべく播種後は薄く土を被ひその後は乾燥に注意し、乾燥に過ぎる様のことがあれば水を注がねばならぬ、また甜瓜は移植し易きものである。冷床または温床中に播種して本葉二、三葉を發生する様になつて畑地に移植する場合もある。

發芽生長したならば間引きて適宜の距離とし、その周邊に人糞などを施し四、五葉を發生した後摘採芽をなすことと南瓜と同じ様にすべく、すべて果を結びしむること多ければ巨大のものを得ること難く、その品質も劣るから一枝に凡そ十箇内外を限りとするがよろしい。尙ほ甜瓜は之れをそのまゝに放任して置くときは成瓜が甚だ少なきものであるから栽培期中は勉めて冗蔓を切り去り數回肥料を施すがよろしい。肥料は人糞尿、油粕、過磷酸石灰等を施すがよい。すでに結瓜する様になつたなら麥稈を地上一面に擴ぐることを西瓜と同じ様にすべきである。

五 越瓜と冬瓜等の栽培

一一一

越瓜も廣く栽培せらるゝもので、専ら漬物としたり、または酢及び食鹽を和して生食して味がよろしい。温暖な氣候に適し乾燥で肥沃なる壤土を最も好むものである。種類には早生越瓜、大阪黒門越瓜、大越瓜、東京青白大越瓜等がある。

之れを栽培するには四月下旬頃圃地をよく耕やして二尺七、八寸の作條に一尺二、三寸を隔て、穴を穿ち之れに堆肥その他の肥料を多く施し、淺く土を被ひて後種子を播し日覆をなし置き、その後生長するに従ひ間引きて適宜の距離とし竹枝などを添へてその蔓をからめ、その生長期の間は適宜液肥を施し摘蕊して三、四本の枝を出さしめて結果せしむるがよろしい。かようにして六月中旬頃から採收するのである。

冬瓜の種類と栽培法

冬瓜は本邦及び支那等で多く栽培せらるゝ蔬菜で種々に調理して食用に供せらるゝ、

温暖な地を好み肥沃なる壤土に適して居る。

種類には平形冬瓜、琉球冬瓜、鹿兒島冬瓜等があつて、平形冬瓜は形扁圓で、小さく早生で煮て食して味が美である。此種は促成栽培とするにも普通栽培用とするにもよろしい。琉球大冬瓜は瓜形が甚だ大きくその長さ三尺以上に及ぶものがありその味もよろしく晩生である。鹿兒島冬瓜は長大で淡綠色を呈し晩生で味はあまりよろしくない。冬瓜は胡瓜と同じく三月頃温床に播種し、五月上旬頃本圃に移植するもので本場は四、五尺の作條とし之れにおよそ四尺位を距て、太き穴を穿ちて堆肥のやうな肥料を多く入れて苗を移植し、その後時々肥料を施し置けば七、八月頃より採收することが出来る。

蕃菽の用途と栽培法

蕃菽は南米の原産で、今日では本邦を始め歐米諸國でも栽培せられて居る、その果は人の知る如く辛味があつて、適宜に用ひたなら大に食慾を進むるの効がある。果は未熟

のものを用ひたり、又は成熟せるものを需要することがある。而してその種類は數多くその實の色に紅、黄、薄紫などの別があり、又形に細長なるがあり、長大なるがあり、球状なるがあり、その用途に生食するものと、賞観用にするものがある。

蕃茄は、寒氣を忌むこと甚だしきものであるから、二三月頃温床を設けてこれに下種し、やがて他の温床に三寸位の距離で移植する。斯くて五月上旬頃になつて本場に植ゑるのである。本場は豫めよく耕して人糞尿、堆肥などを施し、一尺五寸乃至二尺の作條に七八寸の距離で苗を植ゑ、大果を結ぶものは支柱を與へてその倒臥するを防ぐが宜しい、やがて八月頃にもなれば結果を收むることが出来るのである。

六 茄子と蕃茄の栽培

茄子は元來熱帶地方の原産であるから、氣候は温暖なるところを好む、土質は之れを選ひこと少なく大抵の地に産すれども、肥沃なる砂質壤土は最も之れが栽培に適して佳品を産するも甚だしき粘量の土質ではその質概して劣るのである、そして茄子は甚だし

く同地の連作を忌むものである。

茄子にも多くの品種があつて、その實の形状、大小、色澤等に由つて分たるゝもので形状には球状、長形等があり、實の色に黒、紫、白、青等がある。千成茄子は暗紫色で枝を分つこと多く、果は長卵形をなして小さく、色は深紫色で早熟で、かつ豊産である。中成茄子は葉の色前者よりもやゝ薄く、その面に粗刺がある。果はやゝ太くて長卵形をなし、色は紫黒色で、中熟で、品質はよろしく、豊産である。晩成茄子は葉色薄く、その面に粗刺を生じ、果は球状で大きく、濃紫色で、晩生である。

漬茄子は主として漬物に供する茄子で、最も廣く栽培せられ、實はやゝ長くて太からず深紫色で美麗である。巾着茄子は葉莖小にして、分子は多く矮小である。實は巾着に似て、深紫色で早熟で、性强健で、豊産である。佐土原茄子は、葉莖の色薄く、葉少しく長く、果の太さ中位で細長く、重に漬物とする晩熟茄子である。

清國大圓茄子は支那の原産で、果形球状で、直径四、五寸位ある。濃紫色で、晩種で味かよろしい。長茄子も支那の原産で、果は甚だ細長く、直径僅かに一寸位なれど、長

さは二尺五、六寸程もある。皮肉何れも軟かく、種子少なく、その味は甚だよろしい、晩生である。

茄子の栽培法

茄子を栽培するには、早生品は二月下旬乃至三月上旬、晩生品は三月中旬乃至下旬に播種すべく、之れを播くには先づ種子を攝氏二十七八度の温湯に浸すこと凡そ一晝夜の後に温床に播くがよろしい。温床は木框を有する低設温床を用ふべく、發熱物を適宜に混和し、一尺乃至一尺五寸許堆積して蒸熱を醸さしめて、尙ほ肥土を盛ること三寸許にしてその上に播種し、筵などにて被ひ置くがよろしい。そして床内の温度を攝氏二十度乃至二十五度位に保ち置けば六、七日で發芽する故、その後は晴天の日には晝間筵を去りて陽熱に觸れしめ、夜間は之れを被ひて寒氣を防ぐがよい。

かくて本葉を出すこと五六枚となつたなら、他の床地に假植するがよろしい。此際には距離を二寸位とし、床地の温度を大凡攝氏十六度乃至十八度とし、假植し終らば如露にて水を注ぎ、適宜覆ひをなし、暗和の日には日光に觸れしめて、苗の強剛を計るがよろしい。

やがて四、五月となつて、すでに霜害がない様にならば始めて本場に移植すべきである。本場は豫め丁寧耕やして堆肥、干鰯、油粕、糠、過磷酸石灰などを施し、二尺四五寸の作條に一尺五六寸を隔て、苗根に床土の付きたるまゝ移植すべく、移植するには決して日中などに行ふことなく、夕刻殊に曇天の夕刻になすべきである。

また茄子苗は麥畑に移植するを利ありとする場合が多く此際には普通前年麥を栽うるに當り、やゝ作條を廣くして置いて耕した後に前記せるが如き肥料を施して後之れを移植するのである。かくの如くするときは、麥は茄子苗の日覆となつて植ゑ傷みの虞少なく、かつ茄子を植ゑたる後久しからずして麥を刈り採るが故に、茄子の生育を害することもない。移植後は早天には水を注ぐべく、また生長期間は補肥として時々人糞尿、油粕、干鰯等を施すがよろしい。元來補肥は茄子の栽培上極めて肝要で、もし之れを怠るときは其結果少なく、かつ色澤が不良となるの患がある。

茄子の採收と採種法

茄子は六月下旬または七月中旬の頃より十月に至る間は毎日朝夕に之れを採取すべきもので、晝間收むるときは光澤を損ずるの恐がある。是れ水分の蒸發甚だしきが故であつて、彼の曇天の日中採收するも變色すること少ないのを見れば、水分の蒸發が色澤に關係のあることがわかる。

秋の末になつて、通常の培養法によつた茄子は衰へて結果すること少なくなるも、秋茄子は需要の多いもので人の好むものであるから、此際特別な方法で茄子を採收すれば利益が少くない。此の目的のために、普通の茄子の初成果を採收する頃、播種することあれど、これは注意が行き届かないと好結果を得ることが少ないから、寧ろ四月中旬頃播種し、入梅前に本植し、その後多少の果を採りたる後、八月頃多くの枝葉を切斷して主なる枝葉のみを残し、油粕、木灰などを施し置くときは、之れより發芽生育して秋末になつて盛んに結果する様になる。

種子を採るには、通常二番成の形好きものを充分に成熟せしめたものにつきて收むべく、之れを水中に漬けてよく洗ひ、種子を採り乾燥して貯ふべきである。

茄子苗には立枯病とて、恐るべき病があるが、苗床などにて此病の發生するときはその周圍に蔓延するから、直ちに引き抜きて燒すて、その部の近邊に生石灰、硫黄などを撒布するがよい。また之れが豫防法としては、生石灰又は硫黄の粉末を一坪凡そ一斤位の割合で床内の土に混入し置くがよろしい。その他害虫の驅除をも怠つてはならぬ。

蕃茄の適土と種類

蕃茄は元來熱帯の原産で、温暖なる氣候に適して居るも、本邦では大抵のところ栽培することが出来る。土質は地味肥沃なところに適して居る。蕃茄の品種は極めて多く、形狀に大小があり、色澤に黄、赤、白などがあり、また熟期にも早、中、晩の區別がある。今主なる品種數種を擧ぐれば、ミカドは果太く、色は紅色に紫色を帯び、頗る美麗で、その面溝淺く、味佳良で、品質優等で、廣く賞用せらるゝ早熟品である。

「テールブルクイーン」も果太く、鮮紅色を呈し、香味があつて、種子小さく、頗る良品である。「ゴールドデン、サンライズ」も果太く、黄金色を呈して、外觀は美麗、味は佳良品質は優等である。

蕃茄の栽培と摘蕊法

之れを栽培するには、二月中旬乃至三月上旬頃温床に播種し、發芽して苗三寸位に伸びたとき同様の床に三寸を隔て、やゝ深く移植すべくその後一兩日間障子の上に筵を被ひて日覆をなし、活着した後は障子を取り除きて、陽光を受けさすがよろしい。かくて外氣の温度漸く高く、降霜の虞なきに至つたなら、之れを本圃に移植するがよい。本圃は之れを耕やし、堆肥を多量に施し、二尺五寸の作條に一尺五寸乃至二尺を距て一本づゝ深く植ゑ、その後灌水に注意すべく、栽植後は毎株に支柱を興へてまとはさしむるがよい。

すでに莖頂に花蕾の現はるゝ様になれば摘蕊し、莖の下方より生ずる枝芽も二、三を殘して他は悉く摘み去りその後とても各々の枝の摘蕊を行ふことが極めて緊要である。かくすれば七月中旬頃より果の成熟を見るに至るべく、十月末頃までは收穫することが出来る。

蕃茄の食用法を述べれば、熟果を五六分位熱湯に浸し、果の下部より皮を剥ぎ、薄く輪切りとし、鹽酢及び醬油を和して食すれば味がよろしい。また右の如くして皮を剥ぎたるものを更に卅分間程煮て、味噌砂糖を入れて暫時煮てもよろしい。その他秋季未熟のものを輪切とし一夜鹽漬とした後水を切り、唐辛及び酢と砂糖とを混じて煮ても味がよい。

七豆類の栽培

豌豆は各國に於て需要多きもので普通作物として栽培せらるゝよりも寧ろ蔬菜用に供せらるゝことが多い。その品種は甚だ多きも白花のものと紫花のものとの大別せられ、白色豌豆は専ら蔬菜用に供せられ、紫花豌豆は主として採實用に供せらるゝ、また草姿

に矮性と蔓性との二種があり莢に硬軟の別がある、矮性種は専ら促成栽培用に供せらるるもので寒氣を恐るゝ性がある故露地に栽培しては收穫が少ない。

豌豆の栽培と採收法

豌豆は本邦では北海道を除くの外は通常秋蒔とするもので條間二尺毎に一尺の距離を隔て、肥料を施し其所に二三粒づゝ播種せば一週日の後に發芽すべく、その後屢々中耕し翌年二三月頃花蕾の現はるゝ様になれば條間に三、四尺の支柱となるべき棒又は竹を建て、蔓をまとはすがよす。

秋蒔の際には降霜までに二三寸の長さで成長する様に播種するが宜い。而して早さも遅さも霜害に罹る患がある。また外國種は寒氣の爲めに害を受ることがあるから三月彼岸頃播種するがよろしい。豌豆は非常に連作を忌むものであるから五、六年間は同地に作らぬがよい。また諸種の害虫の爲めに害を被むるから之れが驅除を怠つてならぬ。

50

菜豆の適土と栽培法

菜豆も本邦外國ともに多く栽培して蔬菜品に供せられる。大抵の氣候に適し石灰質、粘壤土に最も能く適して居る。品種には莢に硬軟、黄の別があり、莖に矮性蔓性の差がある、矮性種は専ら促成栽培用及び早く收穫するに適し、蔓性種は軟莢及び子實の採收用に適して居る。

之れを栽培するには四月下旬乃至六月下旬及び八月の兩期に播種するもので、條間は蔓性及び矮性に由りて異にすべく、蔓性種は二尺乃至二尺五寸の作條に一尺の距離を隔て、二、三粒づゝ播種し蔓を生ずる様になつて支柱を立つべきもので、また矮性種は一尺五寸の條間に一尺の距離に三、四粒を播下すものであるからその考へで播種しなければならぬ。

蠶豆の適土と栽培法

蠶豆は都會近傍に於て蔬菜用に供せらるゝこと多きもので此作物は強粘土の外栽培し得ざるどころなく、砂土質の地に最もよく繁茂するものである。之れを栽培するには條間二尺位の距離を一尺五寸位として一株に二、三粒の種子を播くべく、一反歩四、五升位の種子を播き堆肥、磷酸及灰類を與ふればよく生育するものである。また蠶豆は深耕を好み連作を忌むものである。

刀豆の適土と栽培法

刀豆はその軟莢を食用に供するもので、蔓性、矮性の別があり、矮性中にも種子の白色のものゝ淡紅色のものゝがある。此豆は種子が非常に大なれど發芽が困難であるから播種するには温床又は温暖なる場所に床地を設け四月上旬頃播種すべく温床に播く種子の發芽は安全である。また播種するには豆を立て、土中に挿込むべく本葉二、三葉を發生した後畑地に一尺内外の距離に移植するがよろしい。

八 葱と茗荷の栽培

葱は我邦で古來より最も廣く栽培せらるゝ所の蔬菜で、我邦人の四季ともに需要することの多きはみな人の知るところである。葱の品種は甚だ多いけれども今其主なるものを擧ぐれば、千住葱、下仁田葱、岩槻葱、秋田葱、夏葱等である。

千住葱は東京市中で最も多量に消費せらるゝもので千住地方で専ら栽培せらるゝから此名がある。莖は長くして太く、色は純白にして其質柔かく味もまた佳良である。

下仁田葱は上州の下仁田地方に於て産するもので莖は葱の品種中で最も太くかつ分枝することがない。岩槻葱は千住葱に似て白莖はやゝ短かいけれど柔軟にて其味よろしく岩槻地方に多く産せらるゝ。

秋田葱は千住葱に比して莖は太いけれども短かく品位は極めてよろしい。秋田地方に多く産する。夏葱は夏季に採收するもので他の葱に先ちて市場に出るから頗る珍重せらるゝのである。

葱の栽培と採收法

葱を栽培するに適する土質は粘質壤土または輕鬆にてやゝ濕氣のある沃壤土が最もよい。砂土は乾燥に過ぎてあまり宜しくない。播種の季節は通常春秋の一期で従つて採收の時期もまた同じくない。概して冬季より春季にかけて採收せんとするには三月中旬頃種子を床場に播き、九月上旬より中旬頃に本圃に植ゑ、秋より冬にかけて採收せんとするには前年十月の頃床場に播種し翌年の三月頃に一度之れを床場に移植し更に八月中旬頃に本圃に定植すべきである。

苗床場は畑地中にてなるたけ膨軟なる場所を選び丁寧に耕して土塊をくだき、人糞、堆肥などを施し少しく土を被ひたる上に撒播し、種子は新らしきものを用ひ十坪に付、三、四合の割合にて播き一反歩の畑地に植うべき苗を作るのである。蒔き下したるのちは薄く土を被ひて上部に藁類を敷き地の乾燥を豫防するがよろしい。

かくて苗の生育中は時々除草し密生するところを間引き長さ一尺位に生育したる頃合

を計り移植を行ふのである。根深葱を作るには畑地を特に深く耕して二尺五寸乃至三尺を距て、深く條溝を穿ち其中に厩肥、木灰等を適宜に入れ浅く土を被ひ苗三、四本を束ねて一株となし五、六寸位をへだて、溝の一侧に沿ひて立て他側より土を被ひ、その漸く生長するに従ひて人糞、糖等を施して土を被ひ終に株の周圍に高く土を盛りかくる様にするのである。かく土を盛ることは一時に行ふことなく徐々に高く盛るのが肝要である。かくの如くして凡そ二ヶ月を経れば柔かくして長さ白莖を採收することが出来る。右は普通の葱を栽培する法であるが夏葱を栽培するには九月または十月頃に下種し冬の間は寒氣を防ぐことに注意し、翌年の四月頃になつて本場に移植するのである。移植するには本場に二尺許をへだて、條溝を設け三、四本を一株となし適宜の距離に之れを植ゑその後數回液肥を施しおけば六月上旬頃より採收することが出来る。

葱は連作を忌むものであるから兩三年をへだて、栽植するがよい。そして種子を採るには良きものを選び作條を一尺五寸とし二、三寸の距離を置きて人糞を施し、六月上旬頃成熟したる後種實のみを乾かし手にてもみて種と外皮とを分離し紙囊に入れて貯

へ置くのである。尙ほ注意すべきは葱の種子は満一年を経れば、發芽力を失ふことである。葱の葉莖が病害に罹ることがあれば病葉又は病莖は直ちに集めて焼き棄てなければならぬ、又害虫の驅除も怠つてはならない。

茗荷の適土と栽培法

このものは古より本邦にて栽培せられ、その嫩芽及び嫩蕾を食するもので、一種の香氣と味とがあつて煮て食し或は吸物に加味するに用ひらるゝ。

茗荷は大抵の畑地には栽培されるが蔭濕の地が最もよく適する。之れを繁殖するには株分法に由るので、地下莖を六、七寸の長さに切りその各々に一芽を残し置き、四月頃三尺の作條に連ね植ゑ、堆肥、人糞尿などを施して置けば、一年で非常に繁茂する。かくて翌春發芽の前に塵芥及び茗荷の枯れたる藍葉などでその根の上を適宜に覆うて置けば夏秋の際に大なる嫩蕾を採收し得るものである。

九 甘藍の栽培

甘藍は歐米の蔬菜中で最も需要多きものゝ一で、其味は甚だ美で用途も廣く肉類と共に煮たり、酢合としたり、又は漬物とするに適する。我國では近來は各地に栽培せらるる様になり、特に都會近傍で現今盛んに栽培せられて大にその需要を増して來た。

甘藍はやゝ寒冷なる氣候に適するものであつて、我邦では北海道及び東北地方に良いものが産する。北海道邊では屢々移植を行はずとも容易に結球するけれども東京近邊では數回移植せざれば、結球することが困難である。また土質は砂質壤土が最も適し、輕鬆なる土地では莖葉が徒らに伸び過ぎて度々移植を行はなければ、球葉を得難い恐れがある。されば之れが栽培法は氣候土質の關係に由つて多少異にすべきは勿論である。甘藍は其品種甚だ多く、本邦に傳來せるものゝみでも數十種以上もある。されど之れを大別すれば球葉甘藍、花椰菜、球莖甘藍及び綜葉甘藍の四種となる。

球葉甘藍はその葉相抱き合ひて、球狀をなすもので通常甘藍と子拜甘藍との別がある

通常甘藍とは中心の莖葉堅くあひ抱き合せて一つの球をなすもので、子持甘とは葉腋毎に小葉球を生ずるものである。また花椰菜とは數多の花蕾あひ集まつて球状をなすもので、球莖甘藍とは地上に抽き出せる莖に球状の塊を生ずるものである。以上述べたる甘藍の品種は、何れもその球塊を採收して食用とするのであるが綠葉甘藍のみは、その葉を食用に供するのである。

球葉甘藍には左の如き品種がある、「ヘンダーソン、ウウタムキング」は、球葉大きく形扁圓で莖短かくて容易に球葉し、品質優等で、晩生である。「アーリー、ウキンニングスタット」は球葉大きく、形尖圓で、早生で冬憂共に採收し得る良種である。

「バーブリス、シユアヘッド」は、球葉甚だ太く、形扁圓で、中生で結球すること頗る容易で、一球一貫五百匁内外からある。「シユード、サンドニー」は球葉小さく、形圓く早生で、球葉が頗る容易である。

家庭園藝編 (終)

金錢利殖編

毎日拾錢の貯金を三年せば

遊んで居ても四十一年目で壹萬圓

毎日拾錢の貯金は現今誰でも出来るので有るそれが積り積れば月に三圓となり年に三十六圓三年目に金百〇八圓となる此の外に利子も有ります此の郵便貯金利子銀行預金利子等は計算には入れないので有ります然し乍利子は慥に付いて居るので百〇八圓を引出しても此の通帳を捨てゝはならぬ否此の通帳は後に引續いて預けに行くのに用いねばなりません。此の百〇八圓を其れを年一步二歩に利殖するので有ります。即ち確實の方法で人に貸すもよし秋米の安い時に買入れて置き、夏高くなつた時賣つてもよし其の他如何なる工夫でもしてなり共元金百圓に對して年拾二圓