

健全學

六

							和書門
				四三二六號	一三六函	一。架	類
大册							

庫文閣内	
番號	和 43126
册數	6 ( 6 )
函號	196 17



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

Kodak Gray Scale



© Kodak, 2007 TM: Kodak



健全學下編卷之下

明治十三年購求

杉田擴玄端 譯

第十二篇

大氣浴湯及び運動論

身體を健全に保護するに於て飲食の節度を以て此一要件  
たるは我輩既小之を論じたり然るに其節度即ち多食縱飲  
を以て思慮不用しく飲食するは云々を以て全く足れりと  
多に考へて茲に尙緊要なる一事件あり是全く呼吸の為

健全學

卷之六

第11篇下編 大氣浴湯 及運動 頁11

政高館藏版

小清氣液多く輸送すべきを云たり○曠漠なる原野に在て、  
造化・草木の作用不因り、又諸分子を混淆して其處を轉ずる風  
此絶へば動くに因り、氣の運輸を専ら盛ふせり、然るも造化の  
此の如き仁慈の方策も人間不在る、屢開化文明と号する生計  
我を以て時・譬へば千萬人密閉したる處に集會してかゝるに造  
化の良則を遺忘する時と、往々人の愚意無術を以て之を妨ぐる  
ありたり○從來記簿中に載する所を以て人生の中數液検査する  
に、僻郷に住栖する者ハ都下の者より多年長生する所を見  
たり即田舎僕平均して之を算するに都下の人より長生すべき  
機會を得る者久○此一事ハ甚だ緊要なるを而して我輩の

後ハ詳論せんとす、如く學問も人不佳なるは、事件とも  
告示されば又必ず之を救助するの策をも指示するを以て  
更ニ緊要なり

〔補説〕人生長短の中數液検査するに僻郷の人ハ都會の人  
より總て長生す、是僻郷に於てハ大氣乃運輸増盛接  
生良善ある等、大ニ關係す、然るも都會不在る衆多の人  
民中少くも食及び貧人も亦算入を爲す、此の如き者ハ夜  
食不足あるに、既ニ疾患不罹るを、虚弱あるが故、絶へば  
他處より都下に入て來る所、以て、宜く之を意を留むべし  
是此の如き人民ハ僻郷に住栖す、雖死すること多し、是を



者あり、  
今我輩呼吸する於てハ志<sup>イカハツ</sup>麼<sup>マ</sup>操<sup>ウ</sup>の事<sup>コト</sup>ハ<sup>ナ</sup>知<sup>チ</sup>り、即<sup>ス</sup>酸  
素<sup>ニ</sup>と窒<sup>素</sup>と輕<sup>氣</sup>と混<sup>合</sup>して聚<sup>成</sup>せり大<sup>氣</sup>中<sup>ノ</sup>の酸<sup>素</sup>吸<sup>氣</sup>し  
因<sup>テ</sup>肺<sup>組</sup>織<sup>ノ</sup>の表<sup>面</sup>ニ觸<sup>れ</sup>て血<sup>中</sup>ニ吸<sup>收</sup>せり是<sup>レ</sup>ハ呼<sup>氣</sup>ニ因<sup>リ</sup>  
テ其<sup>レ</sup>酸<sup>素</sup>ニ代<sup>リ</sup>テ炭<sup>酸</sup>を外<sup>ニ</sup>泄<sup>し</sup>又<sup>レ</sup>體<sup>中</sup>ニ生<sup>じ</sup>たる他<sup>ノ</sup>の聚  
合<sup>物</sup>も同<sup>時</sup>ニ氣<sup>形</sup>と成<sup>り</sup>水<sup>蒸</sup>と混<sup>じ</sup>て再<sup>ビ</sup>雰<sup>圍</sup>氣<sup>中</sup>ニ外  
泄<sup>せ</sup>るなり此<sup>ノ</sup>如<sup>ク</sup>して大<sup>氣</sup>の成<sup>分</sup>ニ變<sup>化</sup>と起<sup>す</sup>る  
ハ許<sup>多</sup>の肺<sup>臟</sup>同<sup>時</sup>ニ呼<sup>吸</sup>す時<sup>ニ</sup>於<sup>テ</sup>特<sup>ニ</sup>速<sup>ク</sup>あること實<sup>ニ</sup>  
驚<sup>ク</sup>可<sup>堪</sup>へたり○大<sup>氣</sup>の肺<sup>臟</sup>ニ抵<sup>觸</sup>せり面<sup>ハ</sup>預<sup>メ</sup>想<sup>像</sup>す  
るなり甚<sup>シ</sup>ク大<sup>キ</sup>なる者<sup>あり</sup>而<sup>シテ</sup>人<sup>身</sup>體<sup>ノ</sup>全<sup>面</sup>より大<sup>キ</sup>

して且<sup>ツ</sup>三<sup>倍</sup>大<sup>キ</sup>なり此<sup>ノ</sup>如<sup>ク</sup>面<sup>ノ</sup>大<sup>キ</sup>なる所以<sup>ハ</sup>肺<sup>ノ</sup>組<sup>織</sup>た  
る何<sup>レ</sup>の場<sup>ニ</sup>在<sup>テ</sup>も亦<sup>レ</sup>何<sup>レ</sup>の所<sup>ニ</sup>於<sup>テ</sup>も氣<sup>孔</sup>及<sup>ビ</sup>小<sup>竅</sup>ありと恰  
も空<sup>虚</sup>なる葡萄<sup>子</sup>の積<sup>集</sup>する如<sup>ク</sup>なり又<sup>レ</sup>血<sup>ハ</sup>其<sup>ノ</sup>面<sup>ノ</sup>小  
竅<sup>ニ</sup>沿<sup>ヒ</sup>一分<sup>時</sup>に數<sup>斤</sup>の輸<sup>入</sup>あり又<sup>レ</sup>血<sup>ハ</sup>心<sup>臟</sup>の收<sup>縮</sup>力<sup>ニ</sup>て  
運<sup>輸</sup>せり氣<sup>を</sup>含<sup>め</sup>る細<sup>管</sup>ハ炭<sup>酸</sup>液<sup>ヲ</sup>滲<sup>出</sup>し良<sup>好</sup>なる生<sup>氣</sup>  
酸<sup>素</sup>ニ適<sup>宜</sup>ニ血<sup>中</sup>ニ入<sup>り</sup>之<sup>ヲ</sup>貯<sup>蓄</sup>物<sup>と</sup>なる人<sup>ノ</sup>強<sup>健</sup>なる大<sup>人</sup>  
の肺<sup>臟</sup>ハ四<sup>小</sup>時<sup>中</sup>ニ炭<sup>酸</sup>を排<sup>除</sup>せりこと一<sup>立</sup>方<sup>尺</sup>十九<sup>個</sup>より  
少<sup>キ</sup>ハ又<sup>レ</sup>水<sup>蒸</sup>氣<sup>と</sup>なりて排<sup>除</sup>せりこと大<sup>約</sup>荷<sup>蘭</sup>の半<sup>斤</sup>  
許<sup>なり</sup>是<sup>レ</sup>雰<sup>圍</sup>氣<sup>より</sup>體<sup>中</sup>ニ採<sup>收</sup>せり物<sup>品</sup>の代<sup>り</sup>して大<sup>氣</sup>  
中<sup>ニ</sup>之<sup>ヲ</sup>排<sup>除</sup>せりなり



清浄なる雰圍氣ハ大抵十分中酸素二百十分窒素約するに七  
 百八十分・炭酸約するに半分と含有せり然るに身體より呼  
 出せる氣々十分中炭酸五十分は酸素只百五十分を含り是を  
 以て兩肺呼吸せしむるときハ此式に因りて一分時毎に少く共荷蘭  
 の四千量ハ大氣に交換し且四小時中ハ大約荷蘭の五千七  
 百六十千量と交換せり是故に一人ハ四小時中休歇なく長ニ  
 高ニエル廣ニエル半の小室(即約立方エル六個即六千)ハ全  
 外氣と鎖して閉居する時ハ其期限の過ぐる頃悉く其室内の  
 氣は用の盡まへり然るも其人必に其期限を過ぐる迄堪ゆ  
 ること能ふ○實に其人第一呼吸の時ハ於て既に酸素の代

ハ炭酸を返與せれば炭酸の量ハ漸次小増加す而して今大  
 氣中ハ百分五の炭酸を含有して純粹の酸素四分一を失へば直  
 ニ動物生復ど堪ゆらざらん至るを驗せりハ之ハ大氣中ハ百  
 分一の炭酸を含有する時ハても健全に損害することなく絶へ  
 る此中ハ呼吸せしむる堪ゆらざらん若し一人ハ於て四小時ハ  
 大氣の交換なく密室中ハ閉居せしむると欲せば其室小なり  
 とも長ニ潤高共ハ二十尺あり必要すべし是此大氣ハ其間  
 吸入ハ要とする氣を充らざるを得るに困てかり加之大教室  
 喻ハ長ハ三百尺潤高百尺高ハ百三十尺(即立方尺四百万積なり)  
 の者も之ハ新鮮氣の交代ありしむれば廿四小時中只八百人



呼吸するところを得る大氣は貯るべき  
 大氣は右の如く生活の爲に緊要なる者なり故に  
 人々日々少くも窓の外出を行ふべし又上文に説く所  
 に因りて數個の人久し密室内に閉居するに必要せん  
 人々彼此の方畧を以て其内は新鮮氣の輸入を促そ  
 ば要須とあすべし然らざるとは呼吸意の如くた  
 すあつて得ざるなり○呼出する不潔の氣は絶えず  
 之を除去するに要す之を代りて同量は純粹なる酸  
 素を輸入せんらば必要す○夏日は在ては多く窓戸  
 を開き或は然らざるとも開くべきを得る故に大氣

自ら交換すべしと雖冬日は之より及ばざる人多く終日  
 密室に消日するに以て肺臟酸素を得るに不適すとの  
 らば○此の如くは處に新鮮氣は通入せしむる物に開  
 きたり火電より他は在るとはあり此火電は之を換  
 するに必し驗するに大害なり故に救援す○試み看む  
 室中の火電焚きば室中の氣温生り之を因りて其氣は  
 擴するなりと温むる諸物の如く然る又看む同量積  
 の氣譬へば一掌立方の氣復さ同重なりは温煖とな  
 るに一種輕くあること代り是を以て氣球を揚托せし  
 めんが爲め亦只温むる氣のみは用ひたり然る



も外氣の重齊しくして尚温氣が壓する力ありとき  
 其平均が促して戸窓に在る孔竅及び間隙より其  
 氣室内へ侵入するをり是其外氣室内に在る輕を温  
 氣の同壓力が以て抵抗するに非されば之が逼推し  
 去るより他事を多しをあり○若各室諸方より密閉  
 されども温氣假令輕いと雖新來の外氣侵入する  
 所妨ぐる即ちして室内の氣を絶へば張擴するが  
 云あり然とも各室決して諸方より密閉するごと能  
 づいて必一の缺漏する處即煙窓あり此煙窓中  
 ち外氣よりも温多る輕氣絶へば上部へ昇騰す是

を以て外氣戸窓の孔隙より侵入するとや々室内の  
 温氣其内に在る(火竈及び人肺より發する)炭酸を包  
 含して自ら煙窓中小驅逐せらるなり是故に室内  
 の氣が新鮮ならずと冬日に於ても亦成るをを  
 莫かれども其氣更換する時の方々室内隙風ありと  
 云々々々屢不幸なる事件ありとん是此の如き時へ  
 其窓隙を填充し或は防風器を施し且戸小尚帖戸  
 紙掩ひて復た隙風ありとむを以てたり然ども  
 此の如くする時、其室内煩悶が覺ゆること必懸許  
 ざる、是、何故、煩悶するや、敢て驚く不足らば、衆人

即半トなるまじ炭酸ガ吸入するに因てなり、  
 驛車、火輪車、教堂（キリスト教）及び其他衆人集會する處小於  
 て、隙風ハ壓ぶ者と煩悶する者と互ハ相争ひて  
 過ぶるごとかり、是屢疑ふ此の如く相親交する開化  
 文明の講會も或ハ造化の所為小反するごとかりや  
 と  
 然ども人たる者諸件ニ注意するの性ある以て幸  
 小冬日も寒氣の憂苦を受むべしと新鮮の大氣を得  
 るを方術を見出し、○開張せる火竈を用ゐ、外  
 氣戸窓の孔隙より侵入し、内氣を新鮮とするべし

我輩既小之俄論トたり、然ども此更中々不快多し寒  
 冷の風あるを覺ふ是故、之を防ぐため玻璃窓（ガラス）小微  
 細なる小孔を穿ちて氣流（空気）トて自由ニ通行せしむれ  
 ども風の來り覺へしむる許（許）ニ分散せしむる也  
 方子（方子）殘考出せり、此法を行へば外氣の通行を自在ニ  
 せしめ、且孔隙より侵入する劇（劇）多し風を防風器（防風器）にて  
 防ぐべし成得べしと云ふ也  
 但一尋常の火竈（火竈）にてハ窓隙より侵入する也又風路（風路）より  
 入りて清淨なる吸氣を得る為の新鮮氣を引くは  
 未だ全く十分ならず、其理ハ左に出す所の如し



密閉せる大氣ハ呼吸ニ因テ三様ノ式ニテ不潔トシ  
テ、即チ...

(一) 酸素ノ量絶シテ減少ス、是故ニ肺中ニ含リテ  
氣漸ク血中ノ炭酸ガ驅除セシメ過セシ

(二) 炭酸ノ量絶シテ増加ス、是ニ以テ血液肺中ニ  
在テ有害物ノ増加ヲ受ク、...

(三) 大氣炭酸ガ、尚他ノ分子即チアムモ、  
及ヒ其他ノ半機性聚成分ノ如キを包含シ、此諸物  
身體ニ有害ナルヲ以テ、血中ヨリ蒸氣トナリテ分  
泌スル、故ニ再び血中ニ輸入スル、...

多ク得テ、人多ク集ルル室内ノ氣不快ト  
ナルヲ畢竟此「アムモニア」分ルルニ由リ

今酸素ハ尋常ノ雰圍氣ト殆ト同重キニシテ、炭酸ハ  
大ニ重キ然ルニ肺皮ヨリ蒸發スル聚成分及ヒ瓦斯  
ハ大氣ヨリ大ニ輕シ、是故ニ其諸物ハ室中ノ上部ニ  
騰リテ新鮮ノ酸素窓ノ下ヨリ入來テ、其下層ニ氣煙窓  
ヨリ驅除スル、雖室内ノ上部ニ亦出路あるニ非シ  
トバ、其有害ノ氣尚油ノ水面トシテ留止スル、如ク室  
内ニ残留スルナリ、是故ニ室内ノ上部ニ一出路を造  
ル、...



此の一要事と云、此出路多きと云々、新鮮氣室内に入  
るごとくあるも、只下層のふ在りて、火籠の高よ至り  
炭限と云、是、人身生活の爲よハ決して有益と云々を  
くくざる所なり、

〔註〕是、温度同一の時、於て然りし、炭酸も蒸發を  
ると云々、温まるが故、瞬間ハ上よ昇騰す、

室内上部の出路より内氣炭驅出して外來の新鮮氣  
炭室中よ充滿じりむるあつ々之炭得ると云々至て易  
一節、

室中の上部覆椽小辺接する處よ於て煙突小一孔を

穿ち譬へば煙突の燒石一二枚を抜去りて此内小鐵  
の直立する管子と水平の轉軸小平坦小懸け止め  
一見、若外氣煙突より室中よ侵入せんとなすとも  
更小鎖閉すべく之を作す此の如くして室内の氣温  
より其上層とある最温の氣漸次煙突中よ昇騰す  
ると云々ハ其壓力よ由て管子を閉強す此の如き装置  
代々回造て置くときハ常小境宜なる新鮮氣の交換  
を得るが故、窓戸の孔隙を密閉せると云々ハ絶え  
ず新鮮氣の侵入せんを促せば別よ他の方へき  
事件を但ハ大氣の輸入少なり又ハ絶へく之を

〴〵々々、竈中の火悉く之ヲ吸入して大氣を新鮮とする  
 於装置も無用の利物とを之とす  
 人の住居も室内に新鮮氣を导入するや、大氣一  
 秒時中、三尺の速力、即輕涼風を起す程あるとせば、  
 兩肺の爲、凡方六分我一分九厘八毛許の一孔を以て足る  
 〴〵々々、然るも上文の如き装置を用かれ、此の如  
 於精算を要せば、火能く燃るゝ装置の卷子自ら開く  
 〴〵々々、ハ大氣の輸入十分あるの證據と多々あり  
 其他景況に應じて氣が新鮮とす、爲小活用も許  
 多の装置あり、或ハ室中、用ろろに通り、或ハ煙突造

作の位置及び製式ハ關係す

即ち所謂櫺窓コウマドハ於て細長形の玻璃板を斜に張れり通  
 氣窓の如し、是隨意に開くとり、得る者あり、此の  
 如た者と通常の玻璃窓と代へり、戸牖の上部に置く  
 〴〵々々、特に夏日に於て能く新鮮氣が交換すべし、此  
 の如くする〴〵々々、清涼の外氣先斜に張れり、細長形  
 此玻璃板に接觸して摧碎し、下部に流通す、ハ内氣  
 の驅出に妨がらざるなり

[補説] 清氣が絶へば大量に輸入するの利益ありて  
 且、必要ある〴〵々々、容易に之が算測もするも得



ちと雖、元來大氣も亦榮養の物をもち、然れども、  
 一、即ち大氣も榮養不しく、  
 小代ゆへに物をもち、  
 中甲ハ絶へた大氣を得、  
 くる者ハ於て日々明く其差別あるを見、  
 一、寢室中ハ新鮮氣を周旋せしむるに甚く必要あり  
 と雖、或ハ其室の生命ハ大關係あり、  
 あり、蓋し其大關係あり、  
 ても生涯の三分一其室内ハ消光するに因てなり、  
 故ハ寢室ハ寧ろ卧牀あり、又屏帳あり、

一、但し、  
 一、絶へた寢室中ハ大氣の交通必要あり、  
 一、上邊の開帳せしむるに、  
 一、兒輩の健全を保持するに、  
 一、ハ直し、  
 一、簡小して、  
 一、右ノ類、  
 一、屢あり、  
 一、造るなり、  
 一、何の處、



其設くへ一管へハ新鮮氣ヲ専ら緊要とする寢室の  
 如し(其玻璃板ハ下邊ニ鉛ヲ附々しく重くナリ  
 且上端ニ一繩ヲ結着する時ハ之ニ登るべくなくと  
 其匡を開くべし得且其繩ヲ弛むるハ自ら鎖閉  
 せしむ)○家居の式怎麼様あるも必以室内の上部ハ  
 ハ務めて一孔ヲ設くるを要すべし是故に上部を  
 邊ニ挿入すべく抽斗状の窓ハ學校の爲ハ甚と利益  
 あり以て開張すべく窓ハ固定する抽斗窓の上ハ  
 採用すべし但抽斗窓より大氣を室内ニ容るゝ為  
 ぢハ其窓を下邊より全く取除くべし又室口の窓ハ

對向する部の高處ニ一孔(管へハ煙突の上部)通氣  
 孔ある時ハ尚更ニ妙あり然れども其全室の氣と新鮮  
 小ぢんと欲して下層の互に氣代交換することを  
 ハ之と異なり即諸室共ハ新鮮氣を通過せし雖時と  
 してハ甚だ煩悶すべき臭氣ヲ殘留することを荷蘭  
 於ても亦驗する事あり如く  
 衆人謂つん右の如くして外氣が室中ニ通過するも  
 秋冬の間殊ニ難澁なりと雖養生の爲め甚と可  
 なり然れども晩至りて窓戸を悉く閉るゝは  
 如何と曰く此に於ても亦諸種の方策を以て之を扶

佑すべし、譬へハ戸格、小亜鉛版を施し之に細小孔を  
 穿て其孔より新鮮氣を通過し其上小刷毛の如き者  
 又ハ毛布以當て其氣を微細に分散し殆ど室内の  
 風なき如くす方子の如き是なり此方用易  
 くして甚き利ありとん

又此の如き木氣通過の方板尋常の火爐に施さる者  
 有り即地面に近き處に一孔を造り之に一管を挿入  
 して之より外氣を火爐の方へ引導し或は火爐を重  
 複に造りて其間に外氣を引込以て強く之を煖むる  
 有り此の如き時其重複せる壁間を室内の最温煖

ある氣の分子を含有し故に其氣火爐の上端に騰り  
 て格子より一直上の方へ外泄す之に由て新なる  
 温氣絶えず上邊に昇騰せしめ以て氣層覆被し冷  
 一面に布蔓し又漸く清涼となり且尚新に温煖と  
 ありし氣を以て壓入し之に因り其氣一塊となりて  
 下面より下へ身の呼吸より出さる炭酸と共に終に  
 再び火爐を通過して上邊に外泄するなり○今右の  
 方子を用ゐるとは其得る所の氣温煖よりを加ふ  
 るに全く清淨なりとすべし但し此の如き装置に於  
 てハ高層に通氣孔を設くるは無用なりと論を待



たけしと知るを、是新鮮温暖の氣火爐が通過して  
 騰て再び煙突へ入るを以てする。  
 右の如き装置と火爐を施せば、故に冬に日密閉  
 せる室内に新鮮清浄の吸氣を引導せんが為、尚  
 他の輕便なる方子あり、○夫火を酸素を多量に燃え  
 せ人身の肺臟も亦酸素が必要にして、此に於てゼツ  
 ペル<sup>トヤ</sup>の樹膠<sup>印度産</sup>を若くは其他の物を以て造れる管を  
 床下に致して其一端は外氣を受容せべく置き他の  
 端は竈下へ出さし置く、然るに火を燃えしむるに  
 引込室内に在る呼吸の氣、只呼吸の爲のものとす

然らざるに室内の氣太極驅除せしむるに、健全の爲も  
 新鮮氣の絶えず肺臟より運輸する、健全の爲も  
 第一要件たるを、我輩既述之に知る、然るに肺臟  
 1 在るに絶えず新鮮氣を受容するに適せん、又胸  
 膈に張膜と胸筋の機轉を以て全く妨げあらず、  
 張尚之に添加せざるを得ず、是故に胸部が狭窄し  
 凡妨碍をなすの良服、總て甚と害あり、<sup>此</sup>の狭窄  
 の服、因りて肋骨堅迫する、<sup>此</sup>の肺呼吸して血  
 液を清潔とせん、要件も自然の張膜が必ずしも能  
 べり多量に健全の爲も、胸部常に自由にして寛

廣ある必要あり且日々大氣中ニ操作勞動して肺臟ニ  
 機關を催進するを要す○運動するを以てかく譬へば  
 坐し或は臥して單に呼吸するのいかに血液を清  
 潔にする為ニ全く炭酸を脱除するに力を得ず  
 深息を以て其呼氣中炭酸を包含するに淺息を以  
 時より多くして時々して其差百分の九に至る  
 ありたり○諸筋努力すれば深息を起せしむ之を兼  
 て胸部の運動急疾とするべし是を以て同時限不於  
 之常より多量の血胸中ニ循環し且清氣も多量に  
 肺竅肺小胞在る筋胸中ニ吸収せしむる是故ニ健全ニ

保護するを務りて日々適宜に消遣するを又ハ大  
 氣中ニ動作するに肝要とするあり  
 蓋し大氣中ニ運動するを要するに肺臟ニ  
 好機括を催進するの力を以て且皮膚の機關亦  
 利益あるなり乃ち皮膚ハ有力ある分泌の器械  
 して種々の無用なる老廢物或蒸發氣を外部ニ排泄  
 する機關を具する者と思ふべし然るに其蒸發氣ハ  
 動作盛ある時に於て更に偉勲を奏すべし動作ある  
 ときは其排除機を全ふするに力を得べし  
 但し之に加ふるに皮膚ハ全く清潔なるを要すべし



勢めて日々水を以て洗淨す。○蒸發氣ハ其一分  
 脂様粘着の物質より成る。皮膚を侵透す。其内  
 の清水ハ全く蒸散せしむ。其餘の物質ハ皮膚に殘  
 留する。故に多少其溘理を閉塞して其機全く自然  
 の如くあり得ず。是を以て日々皮膚を洗淨す。ま  
 と必要にして其溘理を能く開達せん。為に、刷毛  
 若くハ其他の器械を以て摩擦すること肝要なり  
 右の如く皮膚を清潔にすること常に必要あり。雖  
 運動盛ある時も蒸發氣も亦盛なり。其皮膚より  
 排泄する物質を除去すること亦益必要なり。

又逸居靜坐して生を營む者ハ在り。皮膚の機關ハ  
 催進して妨げあり。肝要なり。是逸居を  
 絶つ。皮膚を清潔にする用心あり。身體強壯と  
 なるに因り常に寒氣を感じ。汗を溘理開達するに  
 因り不潔なる物質絶つ。分離し。其許多の疾病を防  
 禦し。或ハ減少す。其他皮膚と腸胃の機關大ニ相感  
 通す。○身體の表被と腸胃の裡膜とハ本質同質の組  
 織の延長なり。故に一部の良機關ハ全組織に



及やいと見ゆるハ、表被の機關健全あるときハ、腸胃  
 之從テ健全ニ且、飲食消化ノ亦健全なるべし、  
 世人屢以爲らく冷水浴ハ特ニ健全ニ益ありと然ト  
 決して要須ニハ、（要須ニハ、）なり惟浴後直ニ甚ク運  
 動ヲあす時ノ利ありトすベシ、是冷水ヲて内部ニ  
 流注スル血再び皮表ニ發越スルニ因テ利ありトス  
 然レ、此の如ク時ハ、冷浴の後必ク愉快強壯ノ起熟  
 ヲ覺ゆべし、○若夫運動ニ套キ機會あり又ハ自ら  
 抗拒ヲ起シテ適スル體質ヲ得者ハ、誤リ冷浴ヲ行ハ  
 ぶト勿レ殊ニ冬日ノ如キハ、微温湯ヲ加ヘテ冷水乃

凍烈性ヲ除ル、且、水を用ウる恐カク不至ルヲ以テ更  
 妙ト多ク、（妙ト多ク、）  
 衆人の説ニ冷水浴ハ必ク身體ニ利あり又之ニ由ル  
 身體強健ナリ、又特ニ小兒ノ如キハ、其體質堅牢ナ  
 カラズト云フ、然ルニ此説決して定規トナシ難ク、且  
 誤リ冷水浴を用ウルニ因テ疾病ヲ得ル者多ク之ハ  
 是、○健全の體質有テ者少ク、醫者ハ商議スル良  
 方多ク、冷水浴を行ハズル以テ良クナリ、但  
 病あり者ハ療藥ヲ用フ時ニ之を用ウることあるを  
 特ニ醫者ノ指揮スル之ヲ用ミテ、愈良あり、○事



實を辨へて自ら冷水浴して醫療せんを欲する俗人其助理を知らざる藥方を藥舖より自己に買求めて醫療せんとす。かく粗暴なりと云を我輩肺臟及び皮膚の運動をも必要するべく既に之を論じたり然れども身體各部筋系及び神経系も亦皆運動を必要す。○夫身體各部に使用するが為不造為したる者多れば各部適宜の官能をなすべくと作ら決して和すること多くして全體總機の均準を傷つる是を以て筋の組織輕鬆にして却て強く緊張せしむる為に適宜の運動をなすを要し又五官及

び智靈の官能をなすに適し且一身の健全なるを失ふあり之を用ひる感はゆるし  
〔註〕身體各部に使用し因て強壯となり使用せざれば衰弱す即讀書勤學せし者ハ所謂近眼と云ふこと多し是其眼常に書記する物體に近接するを以て遠方にある物體を視る習癖を失ふに因るなり  
○今此の如くありしる眼を他式譬へば農場は遠近等をして遠視の習慣せしむるに近眼徐々治す是を以て學者の近眼多く海客及び獵人をして遠眼多しと云



但し右の論より健全保護の説の外尚常に有智と云  
るを為すに智慧を絶へば使用して成るべきを得  
要する他の理あり○今之小就くハ茲に尚一言を加  
ふべし即ち智慧も尚動物の全體に於けるか如く之を  
増益するに勉強の關係を○物質交換ハ生力旺盛  
一又其甚しき處より生力の増加も亦之あり  
〔註此夏件ハ小試験を以て日々之を見るときは  
得べし○汝試小毛髪及び爪を屢截し其爪毛盛  
長する所見ざるも又試灌木を剪れ其灌木盛  
蕃茂するべしハ人身體も之と同しく我努力して其物

質を消化する處に於てハ物質の交換及び聚成分  
の運輸殊に盛なり  
○鍛工の臂ハ日々其諸筋を努力するのこゝして猛力  
を得たり智慧も亦之に似たるあり○腦中の物  
質交換齊整して妨碍を免れざるハ其機能鍛工の臂  
の如く倍増感とあるなり然とも茲に顯著なる現象  
あり○鍛工の臂力ハ無窮に増加して強盛となる  
とあり假令恚怒の様練磨一且榮養すること甚し  
雖復た更に起ゆるを得ざる一熟なり然とも智  
靈の練磨ハ之と異りして強盛とあること際限ある



登うは、且智靈煉磨して成はざるるときは、高年  
至れると尚、英明雄偉の精神とあるごとく、得る。○  
實小的切なる正理ハ之、非難するも、能はば、即人  
ハ年老て將小墓門ニ近クんとするまで、齊整不學問  
して、歇もざるを、其期小至る以前、は、其物と改良そ  
る、歇むる者ハ、精神昏冒して、心茲小び、ざるを、  
此ニ於て精神と身體とハ、其差幾許大あるや、知るを  
く、ハ、身體も長育すとも、速く其極度小至る、夫  
く、ハ、必は減退ニ就く、然ども、精神の長育ハ、絶  
増進して、其量則るを、く、ざる、靈府ニ考慮、蓄積

て、屢、生命の終期小臨しても、同齊ニ爽快ありて、更  
大なる靈才、火起して比較し、及び判断するの用、小供  
そ、○抑、精神長育の目的と、約畧して論ずれば、動物ハ  
固有する嗜好と、智靈の高明、貴要の徳、以て、總理そ  
る一、支して、畢竟外物ニ觸ると、迷誤するも、人、義  
理、辨する有、智者と、多しに、過を、ざるなり、○是を以  
て、此世界ハ、闘争の世界として、仁惠ある造化、蓋し、人  
の為、其愛好すべき、事物、改造して、絶つ、之と、競ひ  
て、勝つ、登るの、性情を、與へ、且、迷誤小抵抗して、其上  
超絶一倍、大智とあるべし、の、能力、賦與し、たり、

人子在てハ高德及び本心と相反するの嗜好常不起  
り然も造化不在て此表見相反するの本旨ハ嗜  
好を以て抑屈せりんとす其在也○吾人能く知  
れり最良の海客ハ平水ニ航するのみにてハ熟練セ  
ず危険の航海を以て颶風ニ遭遇して其技藝ニ熟達  
するを以て又知らずや兵卒ハ行伍ニ編束し訓練す  
るのみにてハ戦功を以て實地の戦争ニ臨み陣營  
中缺乏あるに因り勲功ヲ建つるを以て○人生を総  
て之と同じと理解すべし○精神の最貴重の性及び  
最俊烈の能ハ迷誤ヲ拒防するに慣と詐偽ニ陥らん

とすは自ら防守し又蒙昧して前途辨し難ふハ  
會せば考慮と勇氣とを以て之ヲ決断して必は諸件  
上ニ超絶するより現すべし是を以て精神も亦長育  
せしむるを得ずして其長育ハ幼少の時より注意の能  
力ヲ練磨し又其心ヲ行つぎを得しむるの事件ハ憤  
激して之を行ひ且今將に行つんとす課業ニ肯意  
ヲ専らふするものとに習慣せしむる最能く之ヲ得る  
○更ニ年長して重大ある事件と處置するに於てハ  
精細にして粗忽を以て比較判断の能力を専用する  
に緊要なりとす

建  
卷之六 下編 二五二 支高館城

約畧して之と論ずれば其始り精神を以て事物を理  
 解し且其理解の集合し後之に貯蓄し及び深く收藏  
 せむ精神の高明貴重ある諸能即思慮分別及び比較  
 の能を運化して新意を出さるを得ざるなり○是  
 故以て更に年長トなる者ありも注意せざるの常習  
 歎められバ尚少年の如く長育すべしと切實あり  
 然とも世に太抵區別を立て曰く少年と衆多の事  
 物を見聞して其見聞する諸件に留意するは勉むべ  
 し老人ハ更り熟思するは要せんト此兩件ハ於て  
 ハ書籍ある者專其留意熟思の習慣を益して之を催

進するより他の救援とあるをうべし此の如く  
 精神は精微貴重の練磨をなれば授生ハ己の職務を遂  
 ぐんとする意より出づべし一時得た所の真物に  
 就ても其授生を行ふは永久不易の利益を得る  
 道路とあるべしと顯然あり○此兩個の目的を以  
 て授生を營むるときハ外より得た好悪に任ずるより  
 も遙に優まるる幾等なるを知らん○此の如くト  
 て開化文明の道に前住し且自己の嗜好を抑屈せら  
 る曾て疼痛と覺べ又罰を受るべし且暫時の愉快は  
 取ら好物は類に渴望して苦涙と流すに及ぶ時限も

健全學 卷之六 到食部

來らば、是を以て我生體ハ之を健全ホシせん。他の粗大ある器械・諸筋の如きは運動するに齊しく、腦此器ハ我體中の未だ詳ならずの部なり。雖微細ある部をも亦練磨する。其要須不造らねど、○此の如く絶つて精神を練磨して感づき、ハ自ら尚特異の褒賞を得べし。又手足・腸筋等亦同齊に運動して大食及び其他の不摂生を慎戒シせば身體健全を致し、且調平均準に運化して之より得る所の知覺ハ必は安全愉快壯盛の状より他ありずらん。然とも精神諸能の練磨即補強するは覺へ

常不造化の境界に近く無究ある路に於て事理は完好なるを絶つて比較し分別し思慮して丹練シ健全の覺へ之より幸福の覺ゆ。○加之此境界に到る人未審ある精神の諸能強盛をば其體疾病にて損壞する時、其體を携帶するに猶重擔を負ふが如く見ゆ。是を精神に却て暗達して靈魂の壯盛及び幸福其内に含蓄せらる。總て精神の動物體に統轄するは許多の例證を以て察知するに、其制度善良にして驚異するに堪ふ。

健全學 卷之六 下編 二百四 肢高官成



動物の體をも假令幾許弱性なりと雖、諸部一和して各元運不相應し相扶佑して相共不快を取る幸福の狀を自らして靈魂の健全と稱するなり

但し靈魂の此の如く健全なるは、身體の健全なるも、  
も切要ありと疑ふ處ありと雖、之が為は身體  
此健全と怠慢して可なりと思ふべく、却て思へ  
人此世に在るの間、身體ありを以て注意判断の如  
を貴靈ある諸能も其身體を以て其課業を遂ぐべし  
色、其行路に怠慢するごとくなきは、職務と定免、  
身體の望む所、何物をも、又此望に應せん、如

何處置すべし、之を學問不徴して知るべし、肝  
要あり

健全を保護し且牢固にする方法知らんと要する  
事、健全の靈魂を以て勉勵し修むべし、一學を以  
絶へば運動し奮勵し及び清氣を需索する其呼吸  
消食及び血行に緊要あり、我輩の之を論じたり  
然とも筋・神經を運動すべし、直に其物質を消化す  
が故に奮勵中も定限を要する、如く安息も亦定  
限を要すべし、○睡眠中も隨意神經を以て運動す  
筋も知覺神經及び靈智神經を全く其運用を



十、故小睡眠中、其物質毫も消化せらるゝを、然と  
 血液ハ其間を纖維と小竅と此中間に循環し、新  
 其物質を求むるを、筋神経の物質新輪環  
 受くる時筋液得るなり。○筋神経と適宜に運用する  
 と、其間、其四小時中七八小時の睡眠を要せ、然とも這  
 個ハ年齢も關係する故に一定して論ずること  
 能はざらん。

第十三篇

氣候身體ニ關係ある論

凡、大氣が聚成する物質成分の全く純粹ありと甚だ  
 稀あり、蓋し疾患を感受する體質ある者ハ此時、  
 一方で必し疾病を發起せしむ、即ち大氣の温度急  
 變し若くハ甚大に變換する時の如き是あり。○寒煖  
 適宜と名づく地方に在ても、時々してハ大氣常時、  
 ても大小温煖ありとあり、然とも其差甲方より乙  
 方に至るに従ひて甚大ありとあり。○方今人の  
 到るべき地得る兩極の地は在で、驗温器氷點下百度  
 の温(世人之氷冷度と云ふ)と欲せ、表するに印土  
 不在て、室内の陰處に於て、氷点上百三十度不至に

あつたり、是を以て之を考ふるに、人身体ハ天然ニ任  
ずるもたれも、氷より滾湯ニユに至る度より、尚、大ニ相隔  
りたる寒温ヲ觸るゝ、或は知テ、又人身各部ハ健全ニ  
て居ル、あつたニ温度の大なる差あり、危険ニ陥らば  
之ニ適應すべく造らるるを知らず、然るも温  
度更變する時ニ於テ、體中少しく違和するも、之  
小由テ、其症更ニ險惡ニ進ミ、且、後患ヲ貽すこと疑ふ  
りなき。

夫、氣の寒温と名くると、只身體の燃焼より生ずる熱  
の體表より驅泄する遲速多少ニ從テ、種々小覺ゆ  
感觸せらる。○健全の人口在て、此熱九十八度と定ま  
れり、然るも大氣の温は導く事、頗る緩慢なれば、  
露圍の温度其点より更ニ甚大低ナリ、雖、尚寒冷の感  
覚覺ゆる事、たゞ、即チ大氣運動せざる間ニ在テ、然レ  
○今外氣の温六十二度とあり、之を以テ體温内部ニ運  
輸する度ニ應ジ、外氣小由テ速ニ外ニ驅泄せらるゝ  
を以テ、茲ニ平均ヲ起シテ、身體愉快を覺ヘ、且、温ヲ保  
護する為の別策を設くるニ要せらる。○  
若、夫、外氣六十二度より、更ニ甚大冷あるニ、體中の  
血液、燃焼物ヲ燃ヤすに、因り、得ず、亦、許多比温



生理學 卷之六 至正會社

致氣中より奪らるるを以て、身體は寒冷の感を覺ゆ  
之より反して外氣更に甚と温なるを以て、外氣より輸  
送せらるる温より更に甚と温致血中より得れば、身體  
速に大熱を覺ゆるなり、此の時、鎮靜する時  
又大氣の温度、同齊あるも、流動するも、鎮靜する時  
より、大氣の清涼あるを以て、知るなり、是は大氣流動  
するも、其新なる分子絶て皮膚に觸るるを以  
て、蓋し各個の分子は、新に温素を吸收するに能  
能力を具せらるるなり、是を以て大氣の温六十度より  
一鎮靜するも、身體は寒煖中和を得るるを覺ゆる

より他を以て、流動するも、必は寒冷を覺ゆ  
るなり、又大氣の温五十五度とあるも、甚た輕衣不  
く足れりとも、且身體は爽快に保護せん、少く  
運動するも、要するも、之は適度ある氣温と名づくる  
なり、  
嚴寒の皮膚に於て、必は酷熱と相反するの運為は  
ゆるぎ、○嚴寒に於ては、皮膚收縮して血も亦自由な  
運行せぬ、或は全く過止するに至り、是より於て血行乃  
大機箭より、心臟は直に是を救援せんがと、努力カ  
て強剛急疾に鼓動せり、然るも寒氣の久しく保續を

生理學 下編 二百八 支那の生理學

る小方く皮膚の細管閉塞するも急疾と有りた  
る心機只内部小血の蓄積以起そのも多れば、速も多  
少血液凝滞と起すなり、

此の如症は於てハ消食の諸機怠慢となり、血行逐次  
小衰微し至て、且此症久しく暫留するも心機精神昏  
昧し陷て、遂ち死に至るなり、○若夫嚴寒に觸る

るも只暫時間の多かり、又ハ暖衣若くハ身體の  
労働を以て之に相抗拒するも心機増盛なる血  
行を起すも能く其標的に達するを得る衰弱せむ状  
より興奮の態に變遷し而して血液速し皮膚に回流

して其既し發したる戦慄及び麻木症催熱と相交換  
も是を以て暫時の嚴寒に遭遇せば、暖衣及び體動以  
以て之に抵抗するハ、畢竟却て身體に宜しくして之  
を強壯とせんべし、是故小寒、冷ハ之に經驗するも先  
生力に壓迫し、且身體に麻木と起せし、直ち興奮藥  
とありて、知るべし、此事ハ一回氷上代溜行原名シ  
時、江河皆嚴氷疑結、其民即于氷上往來、常用尖滑鐵條  
製為鞋底、使之溜溜行、迅捷如飛云、溜て愉快ある催熱と覺へし者ハ、皆  
之に知れり、○大氣嚴寒なるも、人身の内部必は  
大温を覺ゆるあり、



之不反して温熱久しく保續するものとハ、右の反對症  
 反起せんべし、即ち温ハ始不血行を催進する不由り血液  
 自由ノ諸脉管の未稍よまを流通せざる以て、諸部の  
 運動尤進すとも、此症久しく暫留せし早晩其興奮  
 變じて疲困勞倦に至るなり、○生體中久時留連して  
 常よりも多く動作せんとして刺衝せられ衰弱不至ら  
 ざる部一も少くは、必は疲困勞倦續き起りて些少此  
 作業を営むも懶く、是を以て止むるを得ず休歇を  
 若し休歇せしめて尚新し運動勉強せざるなり、之より  
 して直に劇症を發するあり疑ふべしなり

然るも惟嚴寒酷熱は、少くハ本を以て疾患を起す  
 不足らば、宜しく寒熱共極えて甚く、且久しく留連  
 する時の、疾患を起す不足るあり、然れども、○  
 曾て多人數、船隻に乗じて北極地方に到り、數月間長  
 夜の冬、氷直り時、其地の温度、常に氷点下五度乃至  
 六十度華氏驗温器の零點より下りたる也、之が為、不  
 劇病を起す者、決して之の多にの例あり、又即ち、○  
 駐する軍兵甚くは炎熱搭帳中にて百十八度不遇ハ  
 ると、とも、兵隊中の病状、平日不異を、少くハ、の例あり、  
 人身體結構の巧妙なるあり、實に驚くべく、又其體



居留する地の氣候に準じて保護すべき強盛なる一  
 奇能を具せり是を以て人身體を保護する器械皮膚等  
 云々殊に延張性ありと云べし之に因て嚴寒の候に  
 方てハ只多量の燃燒質譬へば多量の脂等を用いて  
 血中へ吸収せしむ之に兼て身體を労働して血行  
 及び呼吸を促進し且之を由て發越せしむ温を暖衣不  
 て保護するの用心なり是に其健全を保護するに  
 得べし又酷熱の候に於てハ燃燒質を用ひざるに  
 なく多量の水を血中へ吸収せしむ且發汗を以て  
 温素を多く誘出せしむ為に湊理を開展せしむること必要

なり○○ 互寒ある兩極地方に於ても亦酷熱なる回歸  
 線地方に於ても接生を行ふるに度に適すとせば健全  
 を保つべし然るに決して疑ふべき事あり又尋常  
 の状態に於て健全を保つべし先づ前篇に論じた  
 事を守りて守らば非常の冷熱に於ても之を保つ  
 べし然るに敢て論を待たざるに  
 氣候に由る疾病は起すべし必し冷熱の驟變に在  
 りて決して酷熱嚴寒に由るべし然るに○○ 抑酷  
 熱ハ生器を衰耗し疲困せしめて此に起るる障を得  
 防くべし然るに若し此の如き症を得る人驟

一寒氣不觸るゝゝハ、直一惡症不罹るべし、是健全  
 我損害するの危険ハ氣候冷熱とを極度一以る  
 と稀一して、其驟變一在るゝゝ多死所以あり、○今一  
 個の生器其性軟細ある者、少時の間甚一に運管を  
 ぢるゝ因り弛緩の状一至るハ、其内一含蓄する血液  
 中等の温度一在てハ皮膚の細管中一流動すゝ者  
 俄一寒氣不觸るゝゝを、局部ハ毛様管一縮溜す此の如  
 した時ハ、有力の抗拒を以て其縮溜を除くゝ能ハざ  
 るハ、速一衝激、即ち衝症一繼發するなり  
 是故一熱帶地方ハ總て寒帶地方よりハ人の為一危

一とハ、如何と多ハ熱帶地方一於てハ夜中寒冷此  
 氣候一驟變するゝゝ屢ありゝ之と全く防くゝ能  
 ず、且衰弱の原因たる酷熱ハ晝日絶一々行つ終  
 を以てなり、○此の如た地方一居留する歐羅巴人  
 晝日酷熱一苦むを以て夜中爽涼の氣一迷ハるゝ其  
 危険一忘るゝゝ甚を多一然ども兩極地方即ち寒  
 住柄する者ハ熱地一居留する者の如く其氣候の寒  
 温驟變する一験せハ、且熱地一到れる旅客ハ人工  
 以て涼氣を得るゝゝりも、能く人為の温を起すゝゝ  
 得べし、○兩極地方一到るゝゝ旅客ハ肉食暖衣一して甚





く運動し、且火を用ひ、其體を温保するべく得  
れども、印上地方に於ては容易に其酷熱を避くるべ  
し能はず、是故に歐羅巴の兵卒の爲に、特に印上此  
行軍不幸に至るべく屢之あり、是如何とあるに、其地  
あり、上文に説示せる二因、即ち疲困と障碍（感受性及  
び感受）とを造爲するの機、絶え行はれ、を以てを  
て、の晝日炎天に操作労働する者、其體を疲困さる  
が故に、其人夜中の大冷に觸れ、屢害を免ふべし  
なり、

今熱地に住する人の、イカ態様の法則に従ふべきや、左

一説示する所、呼吸以下明知を爲す、即ち第一は、身體各  
部の決して避くること、得ざる障碍を拒むるべ  
た、免れ、務め、其良好に保護せん、と、其要一、第二は、  
務め、其障碍を受くるべし、けり、其要も、先其人の  
感受性あり、と、し、かく、次は感受性を、と、ん、と、ん、  
勉むべし、○其人感受性を、全く強壯に保護する為  
に行ふ要件、其人既に之を知り、即ち適宜の摂生を  
行ひ、銳烈の飲料を禁じ、務め、大疲困を避くるを要  
し、又原野にては、齊整の體動を、且、清氣の吸入を  
勉むべし、又日、二回、宛入浴して、身體を保養し、且、之

有用とあり要件を以て絶へた精神を勉勵すべし  
 ①此諸則、総て健全を保護するに切要なり、元預後  
 揭示したる如くも酷熱の疲困をへき運為れ受くるに  
 方て、倍緊要とあり、①の呼吸を以て血を清淨の  
 ところごとくも熱地小於て、寒暖中和の地若くは、  
 寒の地より自ら盛るべきなり、其故は暑氣の為る  
 霧圍氣張擴すば、胸腔よてあせり呼吸小於て吸入  
 する大氣の量、同様ありと雖、酸素の量、寒地より  
 少きを以てなり、是を以て熱地より於て、食料中燃焼  
 質少き物を用ふる代り、必須とあり、然らざる時、

燃焼するを得るより多量の炭素を血中へ運輸して  
 血中速に炭素を蓄積する小至るべし、是故に熱地  
 在てハ、アルコールニ様の悪害を引起すなり、即ち此物  
 既に飽餐せる體に要するより、強大有る消食機  
 胃小催促するのより、尚且炭素を傍側より、自  
 小量小貯へたる酸素と抱合して却て炭素の必要な  
 る焚熱を妨ぐべきなり、其他「アルコール」ハ他の生器  
 亦も亦強大有る機關を促進する、故に尚速に身體  
 の疲困を起すべし、是英國の印土に割駐する軍兵  
 於て其例を實驗せしむるに夥し、

下編  
 二五五  
 三言古

英國の第八十四レガメント及び第六十三レガメントの二軍隊同一光景にて印土に割駐して其第八十四隊ハ殆ど全く軍中ハ鋭烈の飲料を禁じたは、第六十三隊ハ自在に多く之ヲ用り差あるのみ、然るに一周歳過ぐる間に第八十四隊中ハ死者百人中只一人第六十三隊ハ百人中八人あり、

〔註〕瓜哇に割駐する荷蘭軍に於ても亦此の如き例を擧て疑國あり、一、荷蘭の海外藩屬地に於て軍中諸件の詳記を作るが如く本國に於ても其吏に關する者之を理解し易く録載して絶へば荷蘭全

國ハ布告せば其利益ハ廣大ありとて擧ぐ云ふ、  
らば宜く尚左の補説を參看すべし、

〔補説〕生命に關係する詳記を時として確實にして且學問ハ益あり證據とあり、一、即ち荷蘭領東印土に割駐する荷蘭軍の其地に在る歐羅巴他邦の民よりも其死する者尚多きハ詳記に據るに檢點するに千八百十六年より千八百三十二年まで凡十七年の間東印土に割駐する兵士總計十二萬九千六百五十人中二萬四千三百三十人死せりと明白あり、ハ其死者の比例一と五八との如く即ち百人

下編

三十五

致高館藏板

至高倉藏板

中十八人七分二當より、然とも此比例士官に於てハ半少一は是士官も年々百人中九人死さるは以て、十一人中一人の死に當れを、三寶瓏に割駐する歐羅巴人の死さる比例よりも吉あはハかり、但一瓜哇の居民よりも尚四倍半吉あはハかりて荷蘭の比例よりも三倍半吉あはハかり、

「ウボス」人名著せる「デチセンテリアトロピカ」と題する書より、千八百四十四年海牙の「ホールテン」トルブにて刊行する者より引載せる所左の如し、  
銳烈の飲料ハ人死に算數に大不關係せん、○銳

烈飲料の内、殊に亞叻酒の身心共に損壞する効驗地、亦於てハ二様の損害をなすべしと醫官ボス詳論せり、即ち東印に於てハ亞叻酒の縦飲、風土及び其他の諸因と相合して、許多の兵士死に歸せしむと、

註、ボス君ハ此書を著せし後、荷蘭領印土の醫官の長とをりあり、

アルコホルは何の地に於て用ゐるも毒物ありと雖、特小田帰線の炎熱ある處に於て用ゐるは其害の大ありと復に疑はるる處あり、

建全集 下編 二百十六 支那の歴史

回歸線地方に於ては大氣稀薄を以て酸素の量も從  
て少たけ故に廣場に運動し移りて清淨なる大氣を  
得て深息し且移りて身體を清潔にするの大利益を  
得ることを知るべし

是を以て印土に至れる歐羅巴人其體健全なる者才  
らば左の三則を遵用せざるは要すべし即ち飲食を節度  
し、激烈飲料を禁じ移りて清淨なる大氣を嘗へば更  
に高き山地の氣を吸入せざることを是なり

俄に寒氣に觸るゝ時其體預免之液感受するに適を  
是ハ異議なく象病の原因とあるなり然とも此感受

其體に在る時時の景況に從りて危険の多少あり其

體温ある時小胃寒するも必ず疾病とならば之を兼

て勞倦する時ハ必は疾病とあるなり汗多し或は人

冷水浴を行ふも時々ハ害なく譬へば日射の

冷水療法平曾て翻譯する所の如し然とも發汗

小兼る勞倦するに於て冷水浴を行へば其患を引

出せりと殆ど疑あるをくべし

胃寒して最危險なりと身體に勞動起熱して後速

再び納涼するの時ハ在りて濕潤の氣候に在るハ冷氣

の害多しと尚更甚しく且睡眠の時ハ寤覺の



時よりも邪氣を受け易く最強健なる人にては日中  
 炎天の軍旅に勞倦して夜中濕衣にて冷處に寝れを  
 疾病を受けざるありなきは是れ為かり然とも絶へ  
 ず冷水浴を連用するも然らば其體種々の寒氣に觸る  
 疾と妨げありて患害を受くること稀あり

〔註〕濕るるる體面外氣に觸ると然らば其水蒸氣し  
 かりく驅散すべし其蒸散温素を掠め去る甚た急  
 劇なる蒸散を行ふに因りてハ人への水気も造る  
 出する一此蒸散譬へハ汗の燥くか如く外氣靜  
 止する時よりも流動見しき時於て入を意し

各人知るべしん手掌を吹くを冷を覺ゆと雖之は  
 濕して吹くときも更に冷を覺ゆこと甚しき也  
 上文記載する所は據るべし最も多く運化して疲困勞倦  
 する生器の胃寒に易於性を得るありも亦容易に理  
 解する一胃寒症ハ通常此の如くして發するなり  
 是故に胸患肺病ハ五寒の地不多く行つて消食機の  
 疾患も回歸線地方の諸國も多く持し其地も居留す  
 る歐羅巴人中に之を患ふる者多し○寒地に於てハ  
 肺臟甚しく運化せり其故ハ身體を要とする元温を  
 發越せしむるがた先血中於て許多の燃燒質を燃



備録  
卷之三  
至  
高  
倉  
積  
核

さるる成得るはかり又熱地に於てハ温氣自ら既  
小身體に配付されバ肺臟其官能の一分減弱する  
と得て消食の諸機通例物質成蓄積を多しと更ニ大  
かり身體製血成多く要せざるとバ體中の良能饑餓成  
減小又總て消食機成減して之を警戒をなせざると新  
ニ其地不到する歐羅巴人の其徵候に注意せざると去  
と屢あり其饑餓の微弱となりたる甚しく衝動  
す食物又ハ銳烈に飲料を以て興奮せんといふ此の  
如くそのを胃及び諸腸の成分成弱つて血中ハ  
炭素の大蓄積を多し此に於て肝臟ハ其蓄積せる諸

物質を燃燒するに状とをり血中ハ致めんとして勉勵  
すれども此甚しき努力に由て早晚其官能衰弱する  
に至る○肝臟病及び腸胃の衰弱(チレン)ハ熱地ニ專  
ら行はるるの病患に肝臟病ハ其臟過多の運化  
成をり生ト腸胃の衰弱ハ必しも胃寒に因て生  
るるあり而して此衰弱ハ單ニ諸腸裡膜の燃衝に  
て其燃衝ハ細血管前以て運化甚しくして勞倦する  
とくは復し血液の運輸不堪ゆるまを得ざる  
時不當て其中ハ血液成輸入するに由て發する可  
かり

健  
下編  
三十九  
支那の官能

當今一異種の病あり、恐るるを荒乱と云ふに因り衆人甚と之を危懼も、此病に於てハ一種の傳染毒血中を生じ其毒感受し易に體を解するも、其曾て生じた人の體に發する症と全く同症を起し以て絶へば新に傳染を多しかり、是故に此病ハ人々陸續急速に相傳染し、或ハ衆人一齊に相感染を是と以て之を考ふるに、此病の毒ハ患者の血中に生ずると恰も發酵の鋭烈液中に爛蔓する如く同一あり、但し此傳染毒・時としてハ甚だ揮發走竄して病人の呼氣及び蒸發氣より大氣中に傳送し夫より無病健全の人の吸氣に入て更ニ其體に傳染するものと疑を容るるを

〇史録中屢此の如き病の恐るるを荒亂と云ふことと記載して毎次總稱して疫毒と云へり、〇方今亦於ても尚此の如き病屢流行するものと云へり、其症一般あり、即ち熱地に流行する症あり、之を發黃熱Yellow feverと名も、一ハ寒國にも亦流行する症ありて之を痧病と稱す、〇發黃熱ハ夏日の熱度驗温器以て測るに其中數七十五度の地より全く外に出で、阿非利加及び西印土に其最甚き地方あり、〇痧病ハ昔時亞細亞に限り病あり、其本名埃亞





細亞霍亂シアラカと云ふ之は因於然とも此症近時  
 西土及び他の寒暖中和の地方少く流行せ  
 ず○右の二病共血中へ含り毒氣を以て各個の  
 生殖器虚衰せり特は消食諸器を甚しく損害す○  
 發黄熱は於てへ胃より半腐敗せる血液混じり腸  
 汁を吐出し痧病は於てへ胃及び諸腸の血一個の分  
 泌機能起して其流動分即ち血中の水分の減少し下へ泄出す  
 るを以て全體の血中へ復た運輸せんを以て細  
 厚の物質より留まる者なれは至極なり  
 蓋し傳染病は其毒蔓延して靜定せる氣中へ蓄積せ

るを以て特は其荒乱をせんごとく大なりと云ふ是を以  
 て傳染病を預防するより新鮮の大氣を流通せしめ  
 る自在之を居室中へ容れしむるより他は伎倆あ  
 らざるなり○常は大氣通暢する室内へ在るとは  
 患者の周圍一二歩の處へ在るとも傳染するごとく稀か  
 り○發黄熱は多く卑濕地へ於て發する病なり寒  
 冷の時へ於ては全く彌蔓するべく能くべし而して此  
 熱も痧病も不潔の氣ある所より甲處より乙處へ漸  
 々蔓延せり是れ以て身體衣服及び居室を清潔にし  
 且大氣は常に流通せしむるの注意は常は此病を預



防まらざるの實の藥劑あり、

〔註〕居室を清潔にして新鮮氣を流通せしむる法を恐  
 怖すべし疾病既小目前に在る時に行ふは實小  
 數息をへし然る時にては一瞬時の驚駭に因  
 り其既久しく民間小行はしむる要しむる良  
 藥 居室の清潔新鮮氣の流通を指す 疫始めて理解せしむ  
 荷蘭に於ては痧病の流行を防ぐる身體衣服及び  
 居室を清潔にするは新鮮氣を更換せしむるの二法  
 甚ど偉功あることハ實に的切の例證を得たり○  
 此病許都の都邑小於る必は人家比々密接する處

不起せり然るに少く意を用ひて護身の法則を行  
 ひしとゆる其流行著しく減却せり○其諸般の例  
 證の如きは「サントカン」人名（第二院の議政官）の著  
 述せる各地健全論と題する有名なる書中の詳を  
 又其事實は恒く荷蘭醫家小值日刊紙を参考せ  
 る  
 飲食を適度にして身體を清潔にし且無病の人ハ太抵  
 此恐るるべき惡病者の側に至るを妨げず（但し其人  
 直小病人の口より其毒氣を吸入し或ハ傳染せし毒  
 氣を含蓄せし室内に入るとの時のかうハ自ら別をり）

此惡病者の側小居るは甚た不佳なる事を以て  
 實驗し據るに無病健全の人身體を清潔にして飲食  
 其適度不すぎるとも全く痲病の惡性を以て毒に感染  
 せしむるを防ぎたり、  
 今上件を總括して考定せしむるを自ら身體諸部及  
 び其機關を考究して左の法則は無病健全を保つに  
 要須あるを知らるべし、即ち  
 食味 簡單純あるべし、  
 銳烈飲料酒の類を廢すべし、  
 常に新鮮氣を吸入せしむべし、

日々大氣中の運動すべし、  
 冷水若くは微温湯を以て全身を洗淨するを數  
 回をなすべし、  
 適宜な筋骨を勞せしむべし、  
 已に力に應ずる諸件は精神を注ぎ、懈怠ありし  
 處に其力に應ずるべし、  
 一晝一夜中大約八小時間寢息すべし、  
 身體熱し且勞倦せしむるときは、俄漸共小冷又濕を避  
 くべし、  
 看よ右の諸件は各人の發行を要し、又習慣し易に



傳令書 卷之六 至正創刊

まゝをりて然、○此諸件ハ我身體諸器を注意して検査  
す是ハ自ら知ることを得る良能の簡便なる法則を  
了、○此法則は遵用して違ふことなきは、風土異か  
らざる地方に到ると、又傳染疫毒行つて、土地に到  
ると、其疾患は罹らざるを、尚且免るべし、す  
るも、許多の疾病は會するも、屢能く防禦を爲し、  
但し或る人間は、既に出生の時より得て、且健全な  
るも、両親より遺傳する危険症及び疾病も亦屢預防  
するを得るものと答て曰く、彼此の心は發する疾病  
の稟受性あるも適宜の養生を行ひ、且屢適度の體動

を行ひ、之を消除し、或得るも、○有智よりて學  
問を基く養生を行へ、小兒に在てハ、其病根を減衰  
し、且良能を妨ぐるを、全身盛に長育して終  
に其病根を全く消除するを見、よく、リ々之を見  
るを、○今此篇の結局として各人各自出で、確實  
の真理を胸臆に畜め、即ち生得體質全う、且、且、  
衰する人と雖、上文に記する法則を遵守する、  
生來強壯健全よりて其法則を守らざる人より、尚、  
體健全よりて幸福あり、高年より到るものと得るの謂  
をり

下編 二百四 支那官報

第十四篇

前篇諸條の應用論を

補説 多年連綿不投生を行ひし者暫時前篇を擧ぐる法則を遵守せしめて一回は健全を回復しと思ふことありきや久しく良能の指揮を違背する者譬へハ午時を以て大食せし者暫時食量不意を用かるとして一時は胃及び消食機旺盛して良善ありきべし又數年間引續きて狭窄の胸脈を穿ち肺臓を壓迫せし少婦ハ其迷誤を去りしとて既に喘息家を以てしむハ腸胃の虚衰疾患ありきや

又緊縛せし帶子或緩ゆるとせし必は其帯痕或胎して後遺す支節の麻木ハ久しく運動して後始めと平愈に至るべし

數年間連綿身體の諸運動を廢し一六歳より三十歳に至る年齢の間其胸部を文案ノ靠ヲ書齋中ノ消日せし者ハ多く胸膈狭窄となりて血は再ハ健動せんしハ肺臓全く運動せざるを得ず且諸骨の位置恐くハ歪斜して尋常の方術を以て之を治せんとすと難うなりし

皮膚の調攝も亦之と同ト此書を讀む者の内子を

皮膚を單に洗淨するの利あるを聞きて驚きども  
生涯之代用ありきと甚と稀ありし者ありん、此の  
如き者ハ其皮膚數年間調護を誤るに由て直に其  
健全機復さるる能はず、且皮膚ハ腸の裡膜と  
全く同組織あり故に其人の腸恐くハ既ニ虚衰  
し、又久時皮膚を不潔するは習癖成以て俄に腸  
胃病發し、表面強壯の人成直に衰弱に至り  
む此の如き時ハ衆人恐くハ急劇の病若くハ暴惡  
の病と謂ひ、却て知らば其人多年の間日々其攝  
養を誤りて疾病の準備をなせり

調護此良効ハ疾病の發する如く急速に現るに  
柔和にして耐忍する多に良能と其指揮し背  
けハ罰を許すあり、此時惡道を去り善路に  
赴くハ更に良あり、此法其始めを少く勞するま  
と巧きども、忽ち容易に行ふこと成得る、細事成  
慎むことハ屢甚か困難なり、一時に大慎戒を行ふ  
まことハ既ハ習慣せる飲食を日々慎む事、衆人の想  
ふ如く損害をなすも大に易し、○靜坐して  
日々四回の食膳代用カ、習癖あり人、一回の食膳  
成廢するも頗る困難あり、午膳の時諸般の肉

食を用ひし習癖乃ち入ふ其一二品或禁止すも其  
其人之或甚ど憂ふれども此ハ成らば或得ざる  
事件あり

冷浴小於ても時々してハ其苦楚大なること以て  
温もりを以て臥床或去りて直に冷水小浴するハ其  
始り愉快なりとせざるも漸々之或行ひて且一時  
之甚くせざるを漸く之に慣らしあつを得べし  
譬へば春或以て之を始むるに其始り冷水を振懼  
せん是を以て之(凍列の水)に微温湯を加ふれを其  
振懼を減じて清潔とするは皮機或強壯するは其

目的の或あり者ハ其不能く之或催進せん  
諸事總々専ら齊整に行ひ進むるは行法の繁雜を  
よく強烈するは其主とせざる所ハ非た簡易に  
て敷出皮膚を清潔にするは能く其機關を回復  
し又適宜の運動或數回行へば漸々ハ胸膈或寬廣  
よかる

摂生法ハ因りて其體少く住低く赴くを知る  
たゞ直に其苦楚を輕易に覺へ且少く注意すれ  
ば之或忘るに至るべし  
上篇小論する所ハ據りて之或考ふれば健全或保護



一 身體を強健し、且總て身體障礙あるに臨てハ之  
を回復せり、何を以て要件とするやハ、我輩既之  
を領解せり、其要件ハ即チ

- (一) 清楚の大氣を饒多ク輸送也
  - (二) 身體を清潔スル
  - (三) 飲食を節度ニシテ栄養或適宜ニス
  - (四) 身體を運動シテ作業を營む
- 右の諸件より更ニ其内別あり、譬へハ身體を清潔ニ  
せしむるに注意するべきハ、其相抵觸する諸物件ハ

意を注がざるを得ず、是ニ因テ只ニ自己の體の之を  
らば、又其穿つ所の衣服住柄する所の家屋及び居留  
する所の街衢も尚意を留むるを要すべし、但し此諸  
件順序を以て甲件の後ニ乙件に繼ぐべし、之ハ之  
理會を了ること至て易し、然とて之を總括して衆人一  
齊ニ適應スルべし、要するときは、幾も擧げざる諸  
件と逐一行ふこと、時として甚だ繁雜ある難問  
を生ずべし、

大氣〇許多の水蒸氣炭酸及び「アムモニア」若くハ他  
の瓦斯類を混じり、酸素の適量混合を清楚ある雰圍





氣成絶へは運輸するごとく、各人の為なり。一家眷は  
 為しも又全居民の為なり、總て健全を保護するの大  
 基本となすべし。○饒多乃大氣を得るに死に至るを  
 死毒を散布する許多の有害物を血中より排除し且  
 清楚の氣饒多を、時始りて栄養機其本務を遂げ  
 ありて得るなり。○總て大氣の身體を保全するの一  
 要物を、是を以て我輩擬して之を身體を清潔しそ  
 る條件の内別とあり。雖、持し之を不掲示するを  
 飲食の節度なり。○此を器論を、必しく只飲食

を減ずるの事此謂はれ、必しく飲食を減ず  
 るを以て最良とす。は、以食物の分量及び品類の適  
 度を、成云あり、譬へば身體を動作し、あり甚し  
 者、許多の肉食を以て適度となし、如く然とも清  
 楚の大氣を得、身體を清潔し、て良好の食物を用ゐ  
 ると、未だ以て強壯健全の福恵を受くるに、適せば、○  
 體格完好、體質良全、して諸件を淨然し、栄養度不  
 適し、且、常に清楚あり、大氣中、仕極する者も、之を由  
 く未だ必しく健全なり、は、健全を要する、ハ、尚、一個  
 のを、成を要件あり、即、作業是なり。○夫人、身體も猶

其精神の如く(其式ハ異あり)雖運化すレ為小造  
 構レちレたり、臂、脚、肩、胸、背、腹、及び横膈の諸筋ニ甚ク  
 く且齊整ニ操作スに準テて強健トなり、此諸筋ハ  
 操作の為ニ造為ス者あり、之ヲ運用セんテ置  
 くトきハ、栄養分モ亦其處ヲ得テて物質の交換益  
 減少ス。○此簡易ナル經驗を以テ考ふるニ、作業ハ總  
 く生活スる者ノ為ニ小缺クあり、レらニ至智ニ至好ノ況  
 則チ多クを知るナり、故ニ作業ハ人身ノ有形部ニ  
骨若くハ無形部ニ指ス運動ハ及ビ有禮部ニ指ス  
魂亦ハ緊要ナり、且仁恵ありの一良なり、人ハ惟ニ作業

のみちて行止萬福を得ルも、作業ヲ多クれバ有禮ニ  
 して幸福を覚ユるヲ得ズ。○占諺ニ曰ク、汝體面ニ汗  
 流ル、頃ニ食ス、又曰ク、生活ハの戦闘あり。  
 と、此詞ハ我輩有形部ニ就テも、又有禮部ニ就テも、在  
 於テ之ハ、説ク最ニ愛ス人ノ語言トして書記ナり、レ依テ驗  
 せり。  
 我輩今各人自己の健全ヲ保續スるヲ為シて遵守スべ  
 知ル、則チを論スべシ、レ更ニ其最要ナル支件ニ論  
 べシ、及ビ人ノ只自己の為ニは、生活ニ及ビ、又  
 一己ノ生活スるヲ得ズ、但、衆ト共ニ生活スるヲ得ズ、



言交換へく之を謂へば千百の同一ある人々絶へた  
 已れ共の生活し又已の爲の生活しを衆人の體も亦  
 各自同一の法則に従ふ必要あり然るに不幸なる哉  
 衆人悉く其法則に従て生活をせ或ハ其法則を知ら  
 ず或ハ之を知りも懈りて行つず或ハ之を犯す或は以  
 て自己を損害し又其産める小兒を損害し又其相交  
 親する友人を損害し恐くハ又衆人を齊に損害す  
 試ニ我大都府を檢査するハ其居民多くハ暗黒ヲ稠  
 密して大氣日光共ハ流通し難く濕潤ありと多  
 或ハ更ハ不潔あり汚穢在故違此家屋ハ住栖せり是

此の如き家居不在てハ疫毒を醸し且有害ある蒸氣  
 彼四邊ニ散蔓すハ是を以テ此の如き家屋ハ住栖  
 する人々ハ其一要品即ち清楚なる大氣の缺之を受く  
 飲水も屢不潔にして或ハ有害とありと云ふは此  
 の如き地ニ於てハ市中の他部よりハ疾病不罹テ死  
 に至る者更ハ多しと云ふハ  
 近年世人健全ニ益りる法則を更ニ能く知ると云  
 得て多れも右の如き諸件も亦更ニ着意するに至  
 りたり想ふに世人多くハ健全を得るの諸要件不  
 背之ニ由る唯己のみならず他人をも亦之より

發する疾病を損害せり、又想ふに往時の都邑の建  
 制及び家屋の制式ハ自然の法度不適ハざるを以て  
 既に衆人をして許多の患害を受けしめり、今其責  
 ハ衆人不佳を責むと雖、一旦は除くことを得ざるの  
 故に、責ては後日の為小之を防ぐべきを理解せり、  
 ◎此の如く衛生居住等の健全及び生命の長短等ハ  
 關係せざる考案ハ、或る人之を列擧し、互に報知し、且此  
 較して漸く許多の實驗を積み、且漸次小學問の一派  
 成立せることハ之を名づく公行健全學節イ子ト  
 云へり。

此學ハ有益の一例として、輒近の開化文明より摘採  
 せる最美の果實とて採すべし、○此學ハ衆人の健全  
 促進せざる標準と多し、此條件中各人の健全を損  
 害し若くハ妨碍する事件を除去することとを教示そ  
 是を以て此學ハ直に人民并に住居より街衢都邑  
 及び各地に於て及ぶ許多の内別あることとを實驗すべ  
 し、節イ子公行健全學 乃行責に属する者ハ、譬へば  
 泥沼多き地方の健全を促進するが為少ハ、瀆竇を鑿  
 闢して汚水を排除し、  
 人居稠密の都邑に於てハ更ハ大氣の流通を促さん



ふら然新小衛欄を導達し、大衆の健康を  
 政府不在のハ牛痘の接種を受けざる小兒を公行し  
 學校に入りて詐するを、此事件ハ屢荷蘭ニ於て  
 小兒代解れり、又患者を其本宅にて調護するよりも善良なる病院  
 の設けありべし、又都邑小住栖する者ハ塵芥汚物及溝竇不棄つるを  
 制禁すべし、之を禁止せざれば甚しき淤溝とあり、  
 有害の蒸氣を發し、以て人の肺中に入りて疾病の原因  
 となれり、

又良好の飲水を出し及び街欄を淨潔とするの法制  
 設け、且人ノ害とあり工場或建つるを禁ト岩ノ  
 之を要すること、或る小隙ニハ其内にて燃燒する火  
 烟の全く其場局にて消化する建制を設け、且酷厲な  
 る炭蒸氣或發する邊の大氣をして健全の呼吸を妨  
 碍あること、  
 右の件々ハ、トヤイ子、即ち公行健全學の専ら關係する  
 行事なり、

但し右の如き公共の健全を周旋するも、只政府の  
 小任するべし、居民も共み力或盡して唯ニ定限セ

其有害物を禁止此ハ更ニ政府の公務ニ属スルモノニ  
 みるに、居民中の富有なる者會社を結び本錢を  
 積み以て貧人をして日用の諸品を廉價に得せしむ  
 べし、  
 譬へば各人其體を清潔に衣服を洗濯するに良方  
 ありしを明知すべしと雖、貧者ハ極えて之をなせざ  
 る能はざるなり、其故ハ衣服を洗濯し及び入浴する  
 中に錢を費し、且一家眷屬を養ふに之をなせざるに  
 許多乃  
 錢を費するを得ざるばかり、是故ニ身體及び衣服  
 を清潔にするに小錢を費するに多かるべし、めんが

ため公共の浴室及び洗衣館を建設するも、大廣益  
 あり、又會社を結び銀を積むべく工作をなす者の為ニ  
 良好の住宅を建造し、通常よりも廉價に貸與するも亦  
 大廣益なり、是等ハ皆實地ニ之を行ふに能くせんよ  
 しを得て大ニ仁恵とあるべき事件なり、  
 右の如き建館住宅の類ハ濟世の志ある人々會社を  
 結び之を建設し、或ハ政府より之を建給し、或ハ會  
 社若くハ政府各異ニ合力するも亦良善なるべし、  
 譬へば政府ハ居民の健全を害する健全學の法則に  
 背たる住宅を造らざるべし、或定むと雖此法則を



備録  
卷之六  
至高倉

前以て詳記するも難し、此の如き時、於て住宅成  
取捨を多しとせし、之に練達する該負を置きて之を其  
職務に専任すべし、然るに此の如き該負に屢甚た有  
益なり。  
註、荷蘭に於ては鹿特丹、烏特立、埃富多、悉幾堤の如  
く諸邑を以て健全該負を設置して規律を建て普  
く世に公布するの方策を設け其議に協同する人  
少た方、之を廢して行、一先以て是を由り第一の  
時として知らず識ず損をなす都府の法  
制を辨明し、第二に、官府更に能く之を通知すれば同

一の失費を以て好く操作するも、或得る許多乃  
善支つらん、とて出入を希冀せり、○各地の鎮台公  
行健全學の爲、一而出銀するも、永久節儉の  
法則とあり、或て代理解し、亦も、方今の内地事務  
宰相ハ傳單を以て嚴之を命たり、  
健全に害ある住宅を除去するは、則一定するも、  
民間に該負倍、其利用の爲、助力を、實に該負今  
新に許多の住宅を建造するも、不佳の住宅尚残留を  
する時、其新建の住宅屢、衆人の爲、全く無益とあり  
る、然るも廢棄と定めり、とる家屋に居住するは、差

健全學  
卷之六 下編  
二百五  
皮高倉

役を以て妨ぐれば健全の爲に害はる。住宅の跡地  
 1 新築を建造せざるを得ず然らばを以て荷蘭に於て  
 屢之りて如く直に其傍側を建造するに要す此を  
 稍良なりと雖亦必しも健全をなすべし  
 然れども公行健全學の標的に達せんば諸件を必  
 と政府取に依頼するべし勿也  
 此標的も猶他の會社中の標的の如く諸事永久に居  
 民の合力に關係をもたば政府は只之を誘導して彼此  
 の大迷誤を防くをなすなり故に政府は決して病因を  
 悉く除く者にして然らざるも直に之を抜くあり

或得る者にしてして、只權道を以て之に關する許  
 多の事件を周旋せざる者あり我輩此に於て、此書  
 を讀む者より別を告ぐるべし、此書は、政府に此書  
 論より別道  
 を進むるべし、政府を猶我輩の如く廣大慈愛の旨趣  
 即務めて博施衆濟の意を以て衆徒を教導するに勸  
 進して病因を除却するに許多の事件を施行するに、此  
 の如く教導の公行健全學を行ふに最良好なる法則  
 ありて、以て永久に利用をなすべし、若夫各個の平民  
 其少年の時より理學・温素・寒圍氣等の論說を畧知し、  
 加ふるに人身究理・血行・米養・呼吸等比説を識得たる



其人壯男也あらず及下より自ら健全の法則を知りて  
 之を他人にも施行する一人とあらずべし。○今爰ふ二  
 件あり即ち一ハ公共の切要とする法則にして更ふ能  
 く遵守すべき者あり、二ハ各人己が一家中の施す小  
 健全法にして行法権柄の及ばざる所にも勉強して相共し行  
 ふ者あり此法約する小甚だ切要なり其故ハ此  
 法の行われざる所と公行の法則も只僅し其勲を  
 かりのこたれあり。○各位の君子荷蘭水にて一回  
 此の如き圖ありしんを希ひ相共し勉強せよ  
 健全學下編卷之下大尾

東京書籍  
 三三〇五  
 三三〇七  
 有隣堂

