

部 說 民 國

集 康 健 民 國

# 種 強 身 強

( 生 衛 共 公 )

安 定 胡 者 訂 校 公 仲 陳 者 著 編

行 印 局 書 中 正

## 國民說部發刊旨趣

近來民衆讀物之刊行，日見其盛；據所觀察，在今日高唱民衆教育及識字教育之時，此種刊物應運而生固甚正當，而事實上亦確需要。第以一般民衆所受新教育之根基尚淺，其生活習慣環境情形，均尙蘊蔽於舊觀念，而不自知新需要之所在。故雖有寶物，等於泥沙，蓋未明其用，亦不知其可貴也。因此關係，無論民衆教育之呼聲沖天，識字運動之宣傳遍地，民衆讀物之刊行盈千累萬；而民衆不知享受或不能享受，依然如故。事倍功半，至爲可惜。查中國社會教育社第三屆年會通過民國二十四年三月教育部修正試用之民衆學校課程標準草案，規定國語科教學方法要點：「第六條，要培養自動閱讀的能力；第七條，要獎勵課外閱讀和欣賞的興味。」但如何培養閱讀能力，如何增進欣賞興味，則教材之選擇，讀物之編纂，大有關係。坊間一般民衆讀物未能深入民衆，固由於我國民衆教育水準之低；但亦未嘗不因編選技巧未能適應對象之故。各省市民衆教育實驗機關，間有改變作風，適合民衆口味讀物之編印，但又限於地方，零星不全，不易普及。本局有感於此，於是特將民衆普通興趣，調查局

衆平時習慣，因勢利導，利用吾國舊有章回小說之體裁，結構，編印小本讀物，每冊在萬字左右，灌輸世界時代新知，培養中華民族意識，使民衆閱讀能力欣賞興趣，無形加強。此種方式，利用爲民衆教育之工具，與今日利用故事體裁編爲兒童讀物，作小學校教本之補充材料，用意相同，於民衆教育上當能發揮其功能。故本局敢毅然嘗試，以「舊壺裝新酒」之意，採用章回體裁，編成國民說部一百冊，以供民衆閱讀之用。其內容則應時代之需要，分爲十集：曰歷史集，曰革命集，曰地理集，曰名人傳記集，曰健康集，曰生產經濟集，曰政治集，曰防衛集，曰科學集，曰生活集。合言之：各集均有相當聯繫，使可互通活用，俾民衆讀者於整個人生上，得到正確之認識；分言之：歷史集，革命集，地理集，名人傳記集，政治集，屬於「教」的方面，足以導引民衆思想；健康集與防衛集，屬於「衛」的方面，足以領導民衆自衛；生產經濟集，科學集，生活集屬於「養」的方面，足以增進民衆生產。故國民說部不僅可供各會一般民衆學校之用，即讀，嚮，讀，讀，閱者等施行特種教育區域，中山民衆學校，亦可採用此書以作訓練民衆之工具也。

強身強種回目錄

- |     |          |          |
|-----|----------|----------|
| 第一回 | 健天村產生四女傑 | 白水湖商談鄉衛生 |
| 第二回 | 強種會進行籌備  | 健身團徵求社員  |
| 第三回 | 衛生團具體表示  | 指導員詳細說明  |
| 第四回 | 互商量舉辦公益事 | 善會意打動有心人 |
| 第五回 | 定方針推幹事負責 | 決辦法以教育當先 |
| 第六回 | 得時機行開幕典禮 | 湊熱鬧作集團結婚 |

第一回 健天村產生四女傑 白水湖商談鄉衛生

話說首都西郊，在水西門外二三十里路光景的地方，有一個人烟百餘戶的農村，叫做健天村。這個村中，阡陌毗連，茅舍棋羅，一如其他村落；祇有一件事，卻是別的村落所望塵莫及的。看官！你道是那一件事，爲何別的村落比它不上？原來這個村落裏出的姑娘們，大都眉清目秀，楚楚有致；長大起來，更覺丰姿綽約，態度大方；使人愛慕不已。可是卻還有一種風氣，也是別的地方所罕見的；那便是這個村中的女孩子，自幼便和男孩子受同樣的教育，長大起來，也和男

孩子受同樣的待遇，婚姻有自主的權利，父母祇處於顧問的地位。但她們卻並不因此而稍稍放縱起來，他們的貞節念頭反而很深，嫁後大都成賢妻良母，很少有夫婦反目或賦性離的恨事，這一點是很值得我們敬重的。他們既然都有知識，所以對於衛生修身之道，和公眾的事情，也都很熱心；對於兒女的教養，尤能顧到男女同樣待遇，使女孩子和男孩子完全得均齊發達。這樣世代相傳，便於無形中打定了男女真正平等的基礎。閒話休絮，言歸本傳。

卻說健天村上，當日出了四個健美能幹的女子，常常聚在一塊兒談談說說那些村中社會改良或家庭改良的事情，惹得全村人的注意；村人看他們這樣熱心於公事，很是感激，便給她們起了一個外號，叫做「四女傑」。四女傑爲誰？第一個姓權名英，是村東一個富農人家

的女兒，現年二十歲。第二個姓徐名秀珍，是村西一戶小雜貨店主人的女兒，現年十八歲。第三個姓王文鶯，是村西王富孀的女兒。現年十九歲。第四個姓章名弱男，是崔英鄰右一家貧苦人家的女兒，現年十八歲。他們雖然家境不同，有貧有富，卻因志同道合，很能協助求進。自從崔英王文鶯兩人入了省立師範讀書，便常常將校中的講義書籍，寄給徐秀珍和章弱男看，每當暑假年假回家的時候，也必終日邀約徐章二人敘談。所以直至崔王二人從學校畢業，徐章兩人的學識，也日日跟她們增長，如同入學讀書一樣。那一年，崔王二人從學校畢業，便邀約徐章協力在村中創辦了一個婦女補習學校。學校成立後，他們都寄宿在校舍裏，自是旦夕晤對，交誼尤篤。

一天星期日早上，他們四人於家事餘暇，連袂的同到村中白水湖



圖一 女友聚會談鄉村衛生

冷水喝，那些教員們也並不去禁止他們一聲。我好奇的去問問那些教員，據說他們是喝慣了冷水生水的，不會怕髒，也不怕生病。又看着

旁邊去促膝談心了。當下崔英說道：『弱男，你昨天告假到李家村去，做些什麼事呢？』章弱男應道：『到外婆家去，有一點零碎事兒罷咧！哦！我竟忘記了報告你們一件要緊的事情啊！昨天我到外婆家去，順便也到那村上的小學校裏去參觀參觀。當下我到了那裏，祇見許多兒童圍在一個水缸旁邊，有的用瓢，有的用碗，舀取

一班兒童，滿身都是泥灰，手臉也非常的骯髒，聽說每天有一家送一盆臉水到校裏來，全體兒童就洗上一次，如若這天沒人送水來，他們也就不洗了。桌上積滿了灰塵，地上便好像是灰坑。在一間長約二丈二三尺，寬約一丈的屋子裏，終日坐着二十多個兒童；僅僅一面開着一井並不很大的窗子，還用厚紙糊得緊緊的，窗子上面，還要擱上許多東西，風門又常關着。屋的後面，還安置着一個炭灶，什麼通氣和光線，都談不到。後簷牆下，還有一個糞坑，深而無蓋；廁中紅頭蒼繩成羣，擠滿了全坑，坑門上還貼着「糞積如山」的聯語呢。校門外的地上；散佈着驢溺和牛糞，灰土深沒足脛，大風一起，對面便不能見人，什麼賣糖球的，賣地瓜的，也沒一層布蓋好，照常在風中走東到西的叫賣，看了真叫我心裏難受哩！你們瞧。這不是一個很重大的病

問題麼？」

弱男說到這裏，深深的歎了一口氣，睜着眼向三人呆看，等待他們的答覆。當下徐秀珍接着說道：「可不是嗎！他們大都幾天才洗一次臉，一家幾口，共用一盆臉水，一條面巾；手指甲中積垢深厚，更是骯髒不過，就隨便拿食物吃了。他們的洗澡，更是談不到，有些人一生祇洗過三次澡呢，就是初生時一回，結婚時一回，臨死時一回。衣服成年不洗，頭上虱子亂跳，身上疥瘡常搔，喝髒水，吃髒食。可是他們也有幾句不衛生的諺語，常常引爲護符的，例如：「不乾不淨，吃了沒病」啦！「眼不看見，便爲乾淨」啦，「吃得躑躅，做得菩薩」啦，誰若去勸他們清潔，那就惹他們的厭了。」

那王文鶯也接着說道：「老實說，我們這健天村上，已是天字第

一號的了。我們每天走到鄰村去時，不是常常看見生瘡的小孩，爛眼的婦女，和那些拖鼻涕、爛瘡腿、禿頭、麻臉、駝背、豁齒的男女老幼麼？還有些身上綴着紅布條兒，額角上貼着黃膏藥兒，形形色色，真叫人看了頭痛。在時疫流行的時候，只聽說今天張三得了痢疾，明天王大發了急痧，不是東家小孩出疹子，就是西莊小孩鬧肚子痛。女巫們的降神聲，術士們的吐鬼聲，病人的呻吟聲，家人的叫魂聲，還有僧道的誦經聲，親屬的號哭聲，更其使人耳不忍聞，目不忍睹！」

那崔英在諸人中，年紀原是最長，修養也算最深；所以她的意見，常常做了衆人的準則。當下她聽罷三人所說，也發表自己的意見道：「鄉村裏的人，大都很迷信鬼神。病來了，不認爲運氣不好，就

是認爲觸犯神明；便連忙去求神拜佛，燒香磕頭，許願念經，修廟塑像。甚至吞香灰，吃符水。如果再不靈，就去求丹方。丹方又不中用，就聽其自然。等到病人死去，還說是命運註定的，好不可憐！其實，鄉民的不知講究衛生，外國也是一樣的，不過我國鄉民覺得更甚罷了。我們根究其原因，也不外這幾種：第一是迷信鬼神。第二是缺乏衛生知識。第三是沒有公德心。他們只顧隨便，也就不管妨害他人，如隨地便溺，亂傾拉圾，拋棄藥渣和瓜果皮屑於道路，完全不曉得什麼叫做公共秩序和衛生。第四是識見愚昧。譬如驅除蚊、蠅、鼠、虱、和隔離傳染病等事，一般有識的人，都知道是防疫免病的要着，鄉民們卻都毫不經意，而且認爲是誕妄之言。第五是生活艱窘。第六是思想頑固。他們以爲「輕病不醫，未必致死，重病就醫，難保

必痊，死生有命，何必浪費金錢。」又以爲「命不死，病不死」，並且還說「不藥才是中醫」呢。第七是衛生事業的不發達。終日和鄉民接觸的，盡是些庸醫、土郎中、仙姑、巫婆、土偶、花妖一類的人物，又怎能怪鄉民忽視衛生呢。第八是缺乏具有科學常識的醫生，鄉村中的庸醫，往往僅讀了一篇藥性賦，或知道本草上一兩味藥名，居然也掛起世代儒醫的招牌了。鄉村藥舖的掌櫃先生，也就是鄉民的義務醫生，他們常用「不收診金，祇收藥資」的方法，以招徠生意。還有許多奸民，因爲生活困難，就到鄉間大施其江湖騙術，冒充醫士，售藥治病。利用鄉下人貪圖小便宜的心理，稍施小惠，騙取大宗的金錢，因此又影響良醫的營業。結果，弄得真正的好醫生，在鄉村實在沒有立足的餘地。所以依我想起來，這一層倒是我們目前的急務

哩！我久想組織一個會，專門努力於這方面的事，不知你們的意見怎樣？」

崔英說罷，稍稍停了一停，等待三人各抒意見。

欲知徐王章三人如何發表高論，且聽下回分解！

## 第二回 強種會進行籌備 健身團徵求社員

卻說當下王文驚接着說道：「普通人對於公共衛生，常有幾種誤解。有種人把公共衛生當奢侈看，他們以為設備得花樣時式，例如衣服穿得美麗，飲食弄得考究，居屋造得堂皇，便是衛生了。有種人把公共衛生當作清道夫的事業看，他們以為打掃打掃街道，糞缸加個蓋，便是公共衛生了。有種人則把公共衛生當作慈善的事業看，他們

以爲辦一個施診醫院，佈施一點痧藥水，便是公共衛生的事業了。其實公共衛生的使命，真大得很哩！事業也多得很哩！我們不做則已，要做必須真正的依公共衛生的宗旨去做，不可僅學一點皮毛就算了事。」

那崔英一邊聽着王文鸞的話，一邊在那裏靜思默想，想好了便又發言道：「是啊！公共衛生的真正目的，原在於：（一）延長人生的壽命；（二）減少疾病的痛苦；（三）增加社會的幸福；（四）使整個種族達於發榮滋長的境地呢！公共衛生是用科學和醫學的方法，大規模的預防疾病的發生，積極的增進民衆的健康，實是一種爲公衆防病延壽的良好方法。我希望現在先由我們四人發起，組織一個「強種會」，暫從宣傳入手，介紹許多同志入會，然後分工合作，實地做起來，便有

成績可觀了，不知你們的意見怎樣？」

當下三人都很贊成，隨即着手草擬會章和各種宣傳品，自是平添一種工作，忙碌逾常，不在話下。

卻說彈指光陰，忽忽又過了兩個星期。一天，他們正在召集全村男女，講演公共衛生的時候，祇見一個校役，匆匆的從外面跑進來，手裏拿着四束印刷品和兩封信，遞給崔小姐道：「這些都是自強村的自強小學裏送來的，那送信的人還在外面等着，說要請你出一張收條給他帶回去呢！」祇見那兩封信，一封信面寫着「面交崔英小姐親收，阮德曾緘」；又一封寫着「送健天村強種會公啓」，下署「自強村健身團緘」等字樣。當下崔小姐接了這些物件，便到房間裏去寫收條，還拿出一封早已寫好封好的厚厚的信來，交給那人帶回去。並且囑

附那人道：「這張收條，你拿去給你學校裏各位先生都看看；祇這封信，是我寫給阮先生的，不干他人的事，不可錯交了別人。你記得了麼？」那人答應去了；她這才把阮德曾給自己的信，塞進懷裏去，臉兒紅紅的，好像有點害羞的樣子。然後拆開健身團的公函來看，函中大意謂：「敝校同人，嘗以提倡公共衛生爲職志，而成立健身團；近聞貴校亦有強種會之組織，宗旨與敝社略同。母任慶幸之至。惟思健天自強二村，比鄰而處，雞犬之聲相聞，吾人如能協力合作，互助共濟，當可事半功倍。敝社擬定於本星期日下午二時，假座敝校會客室，舉行公共衛生茶話會，貴會同志幸希全數參加，至感。附奉環境衛生宣傳品四束，並希察收、分贈貴校同學」云云。

原來自強村乃健天村之西鄰，村中有一個小學，叫做自強小學。

校長阮德曾，乃丹徒人氏；省立師範學生，和崔英同班畢業，今年二十歲。教員俞致力，乃姑蘇人氏，也是省立師範出身，和王文鷺同班畢業，遲崔阮等一年，今年十九歲。教員王文範，乃王文鷺之兄，今年二十歲。崔俊乃崔英之弟，今年十八歲，都是省立高中理科的畢業生。他們組織了一個健身團，隨時指導村民鍛練身體，注重衛生，不遺餘力。尤以王文範崔俊兩人，編輯各種宣傳品，最爲忙碌；因爲他們都是理科的畢業生，對於公共衛生學很有研究的緣故。

卻說有一天，他們正在開會，討論進行工作的時候，崔俊說道：「昨天星期日，我回家去瞧瞧，便中聽弱男和英姐說，他們近來也組織了一個強種會，還叫我們幫忙呢！」那王文範也接上說道：「對吓！我也聽秀珍和鶯妹說起了，看來，我們好像是義不容辭的了！」阮德



圖二 健身團開會

會和俞致力兩人，聽了崔王的話，心裏也各暗在好笑；原來他們也都早已得到通信報告了。因為阮德會和崔英在省立師範時同學而又同班，交誼甚密，感情也很好，所以自從畢業之後，依然魚雁頻通，不曾疏隔。俞致力和王文鶯兩人也是同學而同班，在校時便已眷戀得很熱，所以到了現在也還通信得很密。他們得到了這種消息，實在說起來比王崔二人還要早些，不過都不會說出來罷了。祇因如此，當下便議決將現成的宣傳品，檢寄五六十份，並加一封公

函差人送過去了。

當日強種會諸人，正在公開講演，恰巧接到了這許多現成的材料，真是歡喜極了。隨即按序分發給全場的聽衆；大家得了這些圖文並列的彩畫，誰不愛惜歡喜，誰不興高采烈！

欲知這些宣傳品究竟怎樣有趣，怎樣美麗，且聽下回分解。

## 第二回 衛生圖具體表示 指導員詳細說明

卻說健身團送來的宣傳品，共分四種，每種都有五六十份，都是用彩色印成的畫圖。第一種叫做「空氣的衛生」，上面印着十條文字和十個圖畫；每個圖畫表示出每條文字的意義來，以便講解給那些不識字的人聽。例如第一條文字是：「每天清晨，都要走到空曠的地方

去，行深呼吸吸。」圖中繪着晨曦初上時一班人在曠野中行深呼吸的神情。第二條：「污穢的地方，久閉的房屋，人多的屋宇，空氣頂壞，不能呼吸。」（明意）第三條：「病人的病室，病菌滿佈，務須常常開窗換氣；如果病人怕風，可把臥榻放在離窗稍遠的地方。」第四條：「患肺病的人呼出的氣，如果被沒病的人吸入，就有傳染的危險。」第五條：「衆人會集的場所，如戲院、茶坊、酒樓、集會、遊戲場等處，空氣易壞，要注意通風換氣。」第六條：「在室中稍久，覺得神昏頭痛，或是莫明其妙的不快，應從速到室外去走走，或是把窗子打開。」第七條：「我們吸氣要用鼻子，切莫用口；因鼻腔是專司呼吸的機關，內有鼻毛，可以阻止灰塵的侵入，免使呼吸氣管受害。」第八條：「每天早起，要打開窗戶，利用風的流動，交換屋內空氣。」

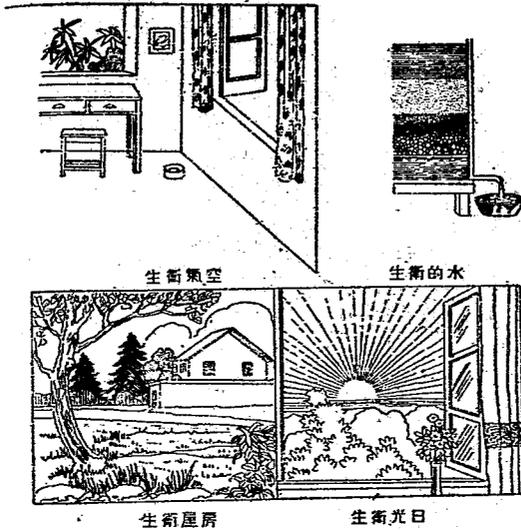
第九條：「臥室中不可多人同寢，因呼出的濁氣太多，空氣污溼。」  
第十條：「室中點油燈或燃燒柴草煤炭一類的東西，最易使空氣污濁，更要常常開窗，並放一盆水在室中。」當下由崔英小姐逐條講給大家聽了。

第二種叫「水的衛生」，也有十條文字和十個畫圖。那第一條道：「鄉村沒有自來水的地方，應該多鑿自流井，以供飲水。」第二條：「現在的土井，井台要加高些，井口要加上蓋。」第三條：「距井三百尺內，不准設廁所。」第四條：「不得在井台上淘米洗菜或洗澡，以及洗滌一切不潔的東西。」第五條：「不准在河池旁邊洗馬桶。」第六條：「吸水用具，要常常洗滌清潔。」第七條：「農民爲節省柴炭，常常喝冷水，務須戒除。」第八條：「用明礬投入水缸中，可以

使水中的雜質沉沒缸底。」第九條：「常常檢查水質，遇見有色有味的，都不可飲用。」第十條：「汲水到家應經過一番砂濾。砂濾的方法，就是用瓦缸一口，在它的底上鑿一個洞，鋪上一層稍細而清潔的礫石，上邊再鋪上厚砂或木炭，蓋上麻布，然後再加上一層層稍粗的礫石，水從砂礫濾過，顏色和本質就全清潔了。可是缸裏的礫石，要常常取出淘洗再鋪。」當下由徐秀珍小姐逐條講解給大眾聽了。

第三種叫「日光的衛生」，有四條文字和四個畫圖。那四條文字道：一、我們應常在日光下運動。二、多行日光浴，但頭部須遮蓋，時間也不要過長。三、玻璃能阻隔各種有用的光線，使不能通過，所以窗戶應該常開。四、夏間在空曠的地方操作或走路時，要戴通風的帽子，使日光不能直射，以免發生「日射病」。當下，由章弱男小姐

逐條講解給大家聽了。



面方各的備設生菌 三 圖

第四種叫做「房屋的衛

生」，也有十條文字和十個書圖。那十條文字道：一、房屋內外，應常常清潔和消毒。二、屋外宜多植花草，可以增加「氧氣」，減少「碳酸氣」。三、屋中不整潔的笨重物品，要設法棄除。四、門上要有門簾，灰塵不

致飛進屋內。五、常常開放窗戶，使空氣流通。六、室內不可放置骯

髒及易於潮溼的東西。七、室內不許存留污穢的水。八、要隨時撲滅蚊蠅。九、不可隨地吐痰。十、室內器具要簡單，而且要常常用水洗滌。當下便由王文鶯小姐逐條講解給大家聽了。

卻說強種會諸人輪流將這些宣傳品講給大家聽了之後，還說了許多關於公共衛生的常識，到了夕陽銜山，飛鳥歸林的時候，始行宣告散會，不在話下。

欲知後事如何，且聽下回分解。

#### 第四回 互商量舉辦公益事 善會意打動有心人

卻說在再光陰，有如白駒過隙，自從那一天的演說會散會後，忽忽兩天過去，轉瞬間星期日已到眼前了。照例每逢星期日這一天，強

種會諸人大家都要回家去瞧瞧，或是到外面去走走的。惟獨今天，大家都一心一意的在那裏修飾自己，有的換起新衣裳，有的穿起新鞋子，有的梳着一個時式的髻子，有的戴上新奇的簪釵，沒有一人說要回家去，也沒人提議要出去散步，大家都悶着聲在那裏打扮自己。忽然間，那王文鶯卻撲嗤一聲笑起來道：「崔小姐打扮得漂亮極了，包管老阮看得魂都要消了哩！」那崔英給她這麼一說，連忙丟下了粉盒子追趕過來，嘴裏嚷着道：「你這油嘴撇舌的丫頭，打扮得像妖精一般，真要叫俞致力看了喪了心呢！還有臉來說別人麼？」那章弱男在旁看着，心裏好笑，不禁脫口說道：「秀珍，我們真無聊哩！我們白做了儂相，送兩個新娘子到自強村去，卻沒一頓酒吃，真是上了大當了！」崔英道：「章家小鬼頭也不要來湊趣了，誰不知道你合俊弟倆

個鬼頭鬼腦的把戲，不過沒會把你揭穿罷了，今天我好心好意要和你們撮合，卻要先來搗我的蛋了，真是不識抬舉的東西！」一番話，說得那章弱男的臉兒紅一陣，白一陣，低下頭去，不敢作聲了。祇有徐秀珍還依然揚揚自得的在那裏取笑你取笑他，鬧個不休。王文鶯聽得不耐煩起來，畢竟也將她的來歷和盤說出來了。她說：「徐家丫頭只知有嘴說別人，沒嘴說自身，真是討厭。女孩兒家跟男孩子做做朋友，算什麼一回事，沒像你和我大哥的，每個星期日牽了手到山上去玩一個整天；連飯也忘了吃！」說得那徐秀珍半羞半怒的借故跑到外面去，再也不敢來打趣人家了。

原來這四個女孩子，雖然終日聚在一塊，但心中的祕密，大家始終都不會宣佈出來；可是大家都早已「心照不宣」，不過不會彼此

揭穿罷了。今天早晨，各人的公開秘密既然都被揭穿了，大家以爲一不做二不休，必竟也就大大方方的談起戀愛的事體，並且還赤裸裸的報告各人戀愛的經過了。當下大家嬉嬉哈哈，笑嬉並作，崔英叫弱男爲「弟婦」，王文鶯也真的向徐秀珍稱起「大嫂子」來了。

午飯既罷，四人重復整裝飾容，打扮得花枝招展，這才開始出發。一路上談談笑笑，頃刻之間，自強小學就在目前了。阮德曾、王文範、俞致力、崔俊諸人，早已跑到門口來迎接，自然不敢有所怠慢。四人被邀入室，室中擺着一張會議桌，當下女左男右，賓主分座。不知是誰有意的擺佈，或是無形中的偶合，位次坐定後，竟是恰巧崔英和阮德曾成正對面，徐秀珍和王文範對面，王文鶯和俞致力對面，章弱男和崔俊對面，衆人「莫逆於心，相視而笑」，不在話下。

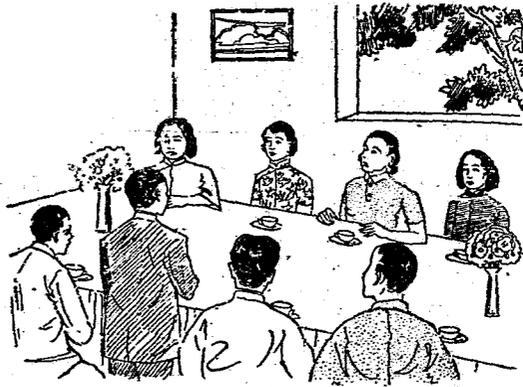


圖 四 舉 行 茶 話 會

卉，二、須有廣大而平坦的草地，三、須有網球場或兒童遊玩場，

強身強種

二五

當下由阮德曾代表健身團報告該團努力公共衛生事業的經過，崔英代表強種會報告該會過去的工作情形；報告完畢，大家隨便提出問題來討論。祇見那章弱男站起來道：「我覺得公園是衆人散步、休息、恢復疲勞、舒暢精神的好地方，每個鄉村必須指定一隅，加以有計劃的經營，闢爲公園。公園中的設備，最低限度要具備下列七項：一、須廣植樹木花

四、茅亭，五、池塘，六、假山，七、鐵凳或石凳等，以供鄉民遊玩休息之用。園中雇園丁一人，負責閉園門，打掃園地，澆灌花木的責任。至於布置設計等事宜，可由學校校長或村長兼代負責。這一點就是我的建議了。是否有當，還請諸位斟酌。」大家討論了一回，在原則上是通過了，至於如何設計，如何籌劃，則公推章弱男與崔俊二人先行草擬具體方案，再作道理。

稍停片刻後，徐秀珍又站起來說道：「假使我們爲經濟所限，籌辦公園，一時辦不到，據鄙人的意思，可以先辦一個比較簡單的公共運動場。因爲公共運動場是供給衆人運動的機會與器械的場所，使鄉民可以鍛鍊身體與增進健康。設備也應顧及經濟的條件，但最低的限度須有下列諸種設備：一、跑道，二、沙坑<sub>跳遠用的</sub>，三、跳高架，四、

鉛球，五、標槍，六、鐵餅，七、乒乓球，八、槓杆，九、軒輕板，十、鞦韆，十一、竹刀，十二、木劍，十三、木棍，十四、石鎖，十五、石彈子等。」衆人以爲公共體育場比公園輕而易舉，如果公園一時籌辦不成，可先辦這一件事業，供給鄉民以高尚娛樂的機會。並公推徐秀珍王文範二人起草具體辦法，再籌進行。

徐秀珍剛坐下去，王文範又站起來道：「鄙人也有兩個提案，要提出來請大家指教指教。第一件是創辦公共浴室。我想清潔是衛生的重要方法，鄉人很不知道注意，更其沒有洗澡的習慣。我們必須在村裏設一個男浴室和一個女浴室，如果一時經濟困難，也可以兩村合設一個男浴室和一個女浴室。每個浴室只須草屋四間便夠了；二間做更衣室，一間做浴池，一間做火房。還有一件是公共廁所。因爲糞便是

農家最好的肥料，農民愛護，也是難怪的；可是舊式的露天地坑，設備不佳，往往臭氣四溢，傳染疾病，爲害很大；所以必須建設一種公廁。公廁必須有門，如置便桶，務須有蓋。每天擔運，須在上午八時前，下午四時後。尿槽尿缸糞池等，每天要用清水洗滌，常用石灰水灑上。地要勤掃，牆禁亂塗。這樣才可以保持清潔，避免傳染疾病。不知我說的可對不對，請大家考量考量。」大家的意見，以爲王小姐提議的這兩件事，都是刻不容緩的，況且夏天快到了，這兩件事尤其重要，當下就公推王文鶯俞致力兩人，協力去籌議具體的辦法，並進行估費捐款等事。

卻說那崔英小姐，素來是善辯能言的，今天卻沒有多大開口，現在看大家都說的說，建議的建議過了，自己反而落了後，心中不免有

些慚愧，況且在阮德會面前，尤其不可示弱。當下隨即站起來說道：「剛才諸位貢獻了許多良善的意見，鄙人覺得很佩服，可是還有兩件事情，諸位沒有注意到，現在讓我來補充補充。第一件是公墓的問題。我國對於坟墓的管理，向來不很注意，因此有的佔地過廣，減少農民的生產；有的鄰近水原，妨礙飲水的清潔；有的停柩不葬，不改迷信風水的陋習，都足以影響公共衛生，阻塞民智。所以我們必須擇一隅高燥的，離開公共場所、住宅、水井，及上下水道、河塘溝渠等稍遠的土地，闢爲公墓。墓園內栽植些花木，并於周圍建築堅固的圍牆。這樣一來，既可省費，又可保持清潔，真是一舉兩得的事。第二件是創辦巡迴診療所的事。我們窮鄉僻壤，既無錢，又無醫，又無藥，真是可憐極了！巡迴診療所的辦理，實在是一種最好的補救辦

法，而且花費不多，收效很大。我們可以先劃分全村爲若干區，依次編號，規定診病的時間，每日派醫生到各區去按時診治，不可間斷，免失鄉民的信仰。如經濟充裕，醫費和藥費，一概都可免收，萬一經濟不足時，祇可酌收藥費，但決不可取費太貴，以免鄉民們有「望洋興歎」之慨！」她說好了，向大家微微一笑，行了一個禮，坐下去了。

欲知衆人對於崔英的提議，可有什麼意見，且聽下回分解。

### 第五回 定方針推幹事負責 決辦法以教育當先

卻說健身團諸人當下聽完了強種會幾位女幹事的建議，很覺佩服不已；祇見那阮德曾站起來道：「剛才我們恭聆貴會同志的高論，不勝欽佩之至；我們佩服諸位平時對於社會，觀察得很透切，而且立論

也很有見地，尤其在女同志們有這樣關心社會的識見，實在是難能可貴的。不過，就鄙見所及，諸位所提議的許多建設事業中，尤以崔英小姐剛才說的巡迴診療所，爲急不及待之事。現在夏天快要到了，時疫流行，病亡枕藉，情形是很可怕的。我們創辦巡迴診療所，雖然要對於已得病者，盡心的醫治，可是卻還不能防止時疫的流行。要防止時疫的流行，最省費的效力最大的辦法，莫如平時大家注意環境衛生和注射預防針。關於環境衛生的事務，敵團前回編製的幾種傳單，大體已經具備；至於注射預防針的事，我們從前還沒有嘗試過。現在正要協力籌備進行。因爲一切的傳染病，所以能從一個人傳染於他人，都是由於有細菌在裏頭作祟的緣故；例如，傷寒、瘧疾、猩紅熱、天花、痧子、霍亂、砂眼、以及一切結核病都是。如果在這些病沒有流

行到境內時，或即使已經流行而本人尙未被傳染時，先行注射預防針，便不會被傳染上了。因爲人身上既然已經有了防疫的菌苗，好像添了許多抵抗的生力軍，便不怕外禍的侵凌了。至於注射防疫針的工作，最好是由巡迴診療所擔任，藥費則視診療所的情形而定，或全免或酌收，均無不可。」阮德會說完了話，向大家鞠一個躬，坐下去了。經過大家的一番討論後，便決議公推阮德會崔英兩人籌劃具體辦法，負責進行。

接着，俞致力站起來道：「鄙人也有一點小小的建議，提出來請大家指教指教。我的建議，就是提倡「公共衛生的教育」。現在的學校教科中，大都有教衛生的的一部分材料；但學生們對於衛生只得到一些空知識，還是沒有多大的用處，最要緊是使學生養成衛生的習慣，

並使一般民衆，亦能知道衛生的必要，造成大家都肯講究衛生的風氣，那就更容易推行公共衛生的事業了。所以鄙人主張要推行公共衛生的教育，對於實施公共衛生教育的方法，現在別地已經通行的，約有好幾種。一種叫做「衛生演講」，常由各鄉村小學教師選擇或自編衛生課本，召集本村及隣近各村的民衆，詳細的講解給他們聽。課本中的材料，應包括故事、詩歌、笑話、諺語、民歌、格言、劇本、音樂、書信、說明、記述各種體裁，而富於趣味的。一種叫做「衛生談話」。和鄉民做衛生談話，也是實施衛生教育的一個好方法。這樣一來，一方面可以聯絡感情，一方面灌輸衛生常識。談話的方式有兩種，一種是個別談話，一種是團體談話。個別談話在時間上雖不大經濟，但是收效很大。談話內容，可以拿鄉民不衛生的習慣和最近



五 國 衛 生 宣 傳

發生的衛生問題做材料。譬如一天看見一個鄉民長了指甲，就可以告訴他蓄長指甲的害處。一天聽見一個鄉民患瘧疾，就可以告訴大家得瘧疾的原因和預防的方法。一種叫做「家庭訪視」。常由一切熱心公共衛生事業的團體，派其同志到村中各農家去訪問，同時觀察觀察他們生活的情形，乘機灌輸以衛生的常識，勸他們養成衛生的習慣，革除傳統的陋習。一種叫做「衛生宣傳」，是用文字、畫圖、或模型等，表現出衛生的好處，和不衛生的害處，使鄉民在不知不覺中，改變了不良的習慣。文字的宣傳品，不外印刷小本子、貼標語、

報紙、壁報、對聯、旗幟、告示、及印信封、信箋、賀年片、和傳單一類的東西。模型的宣傳，是把人體各部的構造情形，良好的衛生習慣，各種傳染病的可怕情形，製成模型，使鄉人看了更加明白衛生的原理。模型的種類很多，有泥塑的，有木彫的，有銅鑄的，有紙做的，有蠟堆的，有石膏做的，有機械製出的；大概以紙做和泥塑的，價錢最廉。圖畫的宣傳，也可以幫助鄉民容易了解衛生的意義；它的種類也很多，有彩色畫、粉畫、油畫、布幔畫、壁畫、木版畫、照片、幻燈、諷刺畫、滑稽畫等。一種叫「衛生表演」。表演比普通演講和圖畫收效更大而且速，表演好的，情景逼真，很能深入人心，使鄉民在不知不覺中，改革他們的不良習慣和思想。表演的方法，可分對白表演和化裝表演兩種。化裝表演又包括新劇、舊劇、雙簧、彈詞

等等，還有一種叫「衛生比賽」。比賽的方法很多，關於兒童的，有嬰兒健康比賽，兒童體育比賽；關於成人的，有騎馬，扛米，挑水，角力，球類，競走等等比賽。指各種體育。這些工作，如果一時都幹起來，在勢有所不能，況且我們兩個團體當中，人力財力都還不夠，所以就目前的情形言，祇好揀輕而易舉的幾種，其餘的且待以後慢慢舉行好了！

俞致力滔滔不絕的一口氣說到這裏，口也差不多要說乾了，隨手拿了一杯茶來喝完了，才坐下去。

欲知後事如何，且聽下回分解。

第六回 得時機行開幕典禮 湊熱鬧作集團結婚

卻說當日的茶話會，儼身圍諸人原是東道，理該備辦一些水果點心，以佐清談；何況這些客人，原非尋常之客可比，那可怠慢疏忽。所以這天的茶點，也是特別的優美新奇，有的是鄉人們從來未曾見過的。長桌子上擺着十來個大盤子，每個盤子裏滿滿的盛着一樣茶點，有天津的雪梨，有山東的萍果，有良鄉的炒栗，有廣東的蜜橘，有南洋的芒果，有蘇州的糕餅，有芝蔴香蕉和馬寶山的糖菓，有咖啡，有紅茶，真是美味佳品，可口怡情。原來都是崔俊和王文範兩人，先一日親到南京城裏去選購來的，怪不得這樣精美優良。茶會初開，大家熱心公事，忙於提議討論，未暇進食；到了現在，覺得肚子有點餓了，口也有點渴了，才隨便檢取一點吃吃喝喝。所以在下在前回中忘記敘及，現在特來補敘一番。

卻說大家一邊吃着茶點，一邊說些閒話，莊諧雜陳，滿座春風。祇見王文範崔俊兩人，慢慢的從口袋裏摸出幾束彩色的紙條來，向大家笑了一笑道：「今天列位都有很寶貴的建議和計劃提出來，惟獨我們兩人落了後，真是慚愧得很！可是我們也有一點小小的成績，可以拿出來獻醜獻醜；那便是我們前兩天預備好的幾種宣傳資料，現在拿出來請大家指教指教！」他們說罷，便將那些彩紙條兒分給在座諸人。大家翻開看時，祇見每張紙條上都印着一句標語，一共不下五六十條，現在將它謄錄幾種下來，給列位看官鑑賞鑑賞：

「先灑水，後掃地，拭淨几桌拭凳椅。到處清潔，心裏歡喜！」

「污穢的東西，勿往街心拋，殘羹冷飯勿亂棄。」

「刷刷牙，漱漱口，嘴裏清潔，不生惡臭。」



圖六 個人日常清潔衛生方法

「指甲過長易藏垢，常剪指甲可除垢，又清潔，又便當。」

「藥渣拋當路，要把疾病傳給過路的人，其實先害了自己。」

「出汗後，身體髒，大盆洗澡，滿身清爽。」

「汗衫襪，緊貼身體，容易油膩，常常要洗。」

「不吃不潔的食物，不喝不潔的茶水，疾病自少。」

「出賣重傷風，一看就成功，

這些招貼，簡直是下作，不但傷了公德，並且也表示自己的無知識。」

「傳染病，真危險，要遠離，莫近前。」

「運動好！運動好！活血脈，強筋骨。」

「工作八小時，運動八小時，休息八小時。」

「公雞喔喔啼，披衣起床忙掃地，滿地掃得真乾淨，父母見了笑嘻嘻。」

「吃肉不如吃豆腐，又省錢來又滋補。」

「走盡天下娘好，吃盡東西鹽好。」

「少吃多滋味，多吃傷腸胃。」

「吃蘿蔔，喝熱茶，氣得醫生滿街爬。」

「吃不死的痢症，餓不死的傷寒。」

「到處亂撒尿，到處亂撒屎，都是野蠻的生活。」

「不乾不淨，吃到肚裏生病。」

「早飯吃得早，中飯吃得飽，晚飯吃得少。」

「若要百病不生，肚裏帶餓三分。」

「魚生火，肉生痰，青菜豆腐保平安。」

「河水要保持清潔，污穢的東西不可拿到河裏去洗，東家洗馬桶，西家淘米洗菜，你看骯髒不骯髒。」

「一夜不睏，十夜補不足。」

「飯後睡一覺，勝吃長生藥。」

「切莫隨地亂吐痰！」

「痰唾是傳染疾病的大媒介。」

「氣氣惱惱生了病，嘻嘻哈哈活了命。」

「有病早治，省錢省事。」

「三分醫，七分養。」

「油嘴郎中無好藥。」

「睡覺不覆首，人人可以活到九十九；吃飯留三口，人人可以跟着神仙走。」

「鴉片烟，吃上癮，小辮子，結成餅，褂子沒了領，妻子改了姓，兒子變了拖油瓶。」

「我的娘，纏我的腳，一陣幾乎疼殺我。我說：給我放了罷；娘說：不好找婆家。我說：娘啊娘！太字舊，纏足之罪人人夠，如今大

「腳手千萬，那個在家白了頭？」



強身強種

因原種種的病核結 七 圖

「一元的預防，勝於十元的治療。」

「身體健康，心神安寧，就是窮也樂。不然縱然富有天下，也是苦境。」

「齷齪生活，乃野蠻民族的生活。」

「清潔不但是衛生，而且是體面。」

「在公共場所，勿吸

煙，勿大聲喧嘩。」

「細嚼緩嚥，足防胃病；狼吞虎咽，終必戕生。」

「要避免時疫，快到巡迴診療所去，打防疫針。」

「小兒偶不適，投藥勿亟亟，快來問良醫，到底甚麼病？」

「衛生的目的，在於救濟夭折，老死是無關的。」

「靠鴉片來治宿疾，正如飲鴆止渴。」

「謀正當的娛樂，是衛生的良法。」

「隔年種一次痘，天花永不照顧。」

「隨地吐痰，乃下等社會的惡習，應該速改。」

「精神不用則愚，血脈不運則病，肌肉不練則縮，故人人不宜懶

惰。」

「冷水不可飲，飲了肚子痛；生菜不可吃，吃了成疳積。」

另外還有三張見方的紙頭，印字較多，好像傳單的樣子，一張叫做「夏季衛生兩打」，一張叫「鄉民衛生十要」，一張叫「蒼蠅的害處」。都很講得合情合理，用淺顯的字句表達出來，尤其使鄉民們看了容易了解。那「夏季衛生兩打」中，包括「一打不得」和「一打必要」。原文道：

一打不得：

- (一) 生水喝不得
- (二) 夜裏露天晒不得
- (三) 赤膊赤不得
- (四) 攤上小食吃不得

一打必要：

- (一) 天天必要洗澡
- (二) 蚊蟲必要撲滅
- (三) 蒼蠅必要殺除
- (四) 食物必要煮熟

(五) 陣頭雨下跑不得

(五) 飯前必要洗手

(六) 骯髒衣服穿不得

(六) 牀上必要掛蚊帳

(七) 不會煮沸過的東西吃不得

(七) 有病必要送醫院

(八) 蒼蠅叮過的東西吃不得

(八) 油膩腥物必要少吃

(九) 隔夜飯吃不得

(九) 死貓死狗必要埋掉

(十) 生瘦病的人家跑不得

(十) 吃過的東西必要蓋罩

(十一) 晚飯多吃吃不得

(十一) 腐爛的東西必要丟掉

(十二) 傳播瘧疾的蚊子叮不得

(十二) 飲料必要煮沸

「鄉民衛生十要」道：

(一) 飲食要有定時，食量要有節制。

(二) 不要赤膊，鈕扣要扣好。

(三) 不要到處吐痰，不要隨地小便。

(四) 要撲滅蒼蠅，要撲滅蚊子，要捕殺老鼠。

(五) 茅廁要乾淨，拉圾不要亂倒，尤不可隨地拉糞。

(六) 廚房要乾淨，桌椅要乾淨。

(七) 房屋要常常打掃，溝渠要常常疏通。

(八) 不吸煙，不喝酒。

(九) 物不潔不食，水不沸不喝。

(十) 小孩要乾淨，不要吃零食。

「蒼蠅的害處」道：

「一個蒼蠅，在五月當中，能夠傳三四千兆子孫。」

「蒼蠅在兩點鐘裏面，不清潔的地方，都能飛到。」

「蒼蠅歇過地方留的黑影子，就是蒼蠅病的屎，裏面有成千成萬的細菌。」

「蒼蠅傳染的霍亂症，一個多月，能把全村全鎮的人滅亡。」

「一個蒼蠅六隻腳上，能帶六百六十多萬個細菌。」

當下大家一張一張的看下去，一邊談着，一邊笑着，盛贊崔王二人不已。直至日薄西山，將近黃昏的時分，這才賓主握別，盡歡而散，不在話下。

卻說自從那日茶會之後，大家努力遵守會中的議決，分頭籌備進行。章弱男和崔俊着手籌劃公園，徐秀珍和王文範着手籌備公共運動場，王文鶯和俞致力着手籌辦公共浴室和公廁，崔英和阮德曾則着手籌辦公墓和巡迴診療所。每屆課餘之暇，或遇星期假日，他們便邀約

會商，共圖進行，不遺餘力。古語說得好，天下無難事，只怕有心人，果然不到半年工夫，各項工作，都已進行得很有眉目了。公共運動場和巡迴診療所，都已籌備完竣，公共浴室和公墓公廁，也已規劃妥當，公園也已粗具規模，祇待擇日開放，徐圖改善罷了。

正是妙人有妙事，無巧不成書。卻說這些公共場所，當下決定於本年十月十日國慶節，聯合舉行開幕典禮；佈告通知，一齊發出，早已哄動了兩村民衆。不料到了十月五日，大家又接到了一種通告，上面印着道：「我們因爲志同道合，意氣相投，早已商得家長同意，互訂婚約，茲緣雙十佳節爲兩村諸公共衛生場所聯合開幕之日，我們樂觀其成，頗思有以點綴，特於是日舉行集團結婚典禮於自強小學大禮堂，屆時務望兩村父老叔伯，諸姑姊妹，蒞臨觀禮，並賜訓誨，無任



圖八 舉行集會結婚

感激」云云，下署「阮德曾和崔英，王文範和徐秀珍，俞致力和王文鶯，崔俊和章弱男同鞠躬」。這個消息傳出去之後，哄動得兩村男女，猶如熱鍋上的螞蟻一般；街談巷議，沒一處不把這件事當作談資。真如「春」到了人間一般。到了那天，大家各處去觀禮，各處去逛玩，忙碌得尤其異乎尋常。有幾個村童，且把他們編

成一首山歌道：

「你道志同道合，

我說意氣相投；

健身拚強種，

主意倒調和；

既然共同努力，

何妨合做一起；

雙十原來是佳節，

結婚正好湊集團。」



第七集 國民政治集

編孟武校訂

民衆政星  
曹天白日滿地紅  
國際春秋  
李三求知記  
張生觀光記  
張志誠論政  
學徒問難記  
李博士外傳  
苦鬥成功史  
村農問政

第八集 國民防衛集

馬宗榮校訂

張志新編  
王萬成編  
張宗猷編  
章石水編  
林佛慈編  
林佛慈編  
方令壚編  
章永超編  
金煜編  
齊德修編

第九集 國民科學集

薛德培校訂

氣集與人生  
動物自衛術  
光榮的煤  
維他命  
萬能的水  
電世界  
烟酒害  
人種改良  
草木花卉  
雞生蛋蛋生雞?

第十集 國民生活集

金陵軒校訂

幸福的家庭  
人人樂  
光明之路  
除舊佈新  
老少無欺  
醒迷棒  
移風易俗  
雙手萬能  
古按村奇聞錄  
除毒記

陳仲公編  
魏維水編  
尹國鈞編  
薛任編  
常伯華編  
王伊復編  
黎瑞編  
陳仲公編  
陳耀本編  
顧恆德編

究必印翻權作著有書本

中華民國二十五年四月初版

國民說部第五集之六

強身強種

(公共衛生)

實價國幣壹角

(外埠酌加運費函購)

編著者 陳仲公

主編者 葉楚夫

校訂者 胡定安

發行人 吳乘常

印刷所 正中書局

發行所 正中書局

上海福州路  
南京太平路

(446-2/1)