

特254

309

廢品活用
化學經濟製法秘傳三百種全

國産物を活用して
不買結成へ導進
對安價生活法
現段階の不足な材
料で誰にも出来る
製造法の通俗公開
光明生活

救済・環朋國産

ひ器とめ慰の活生主民

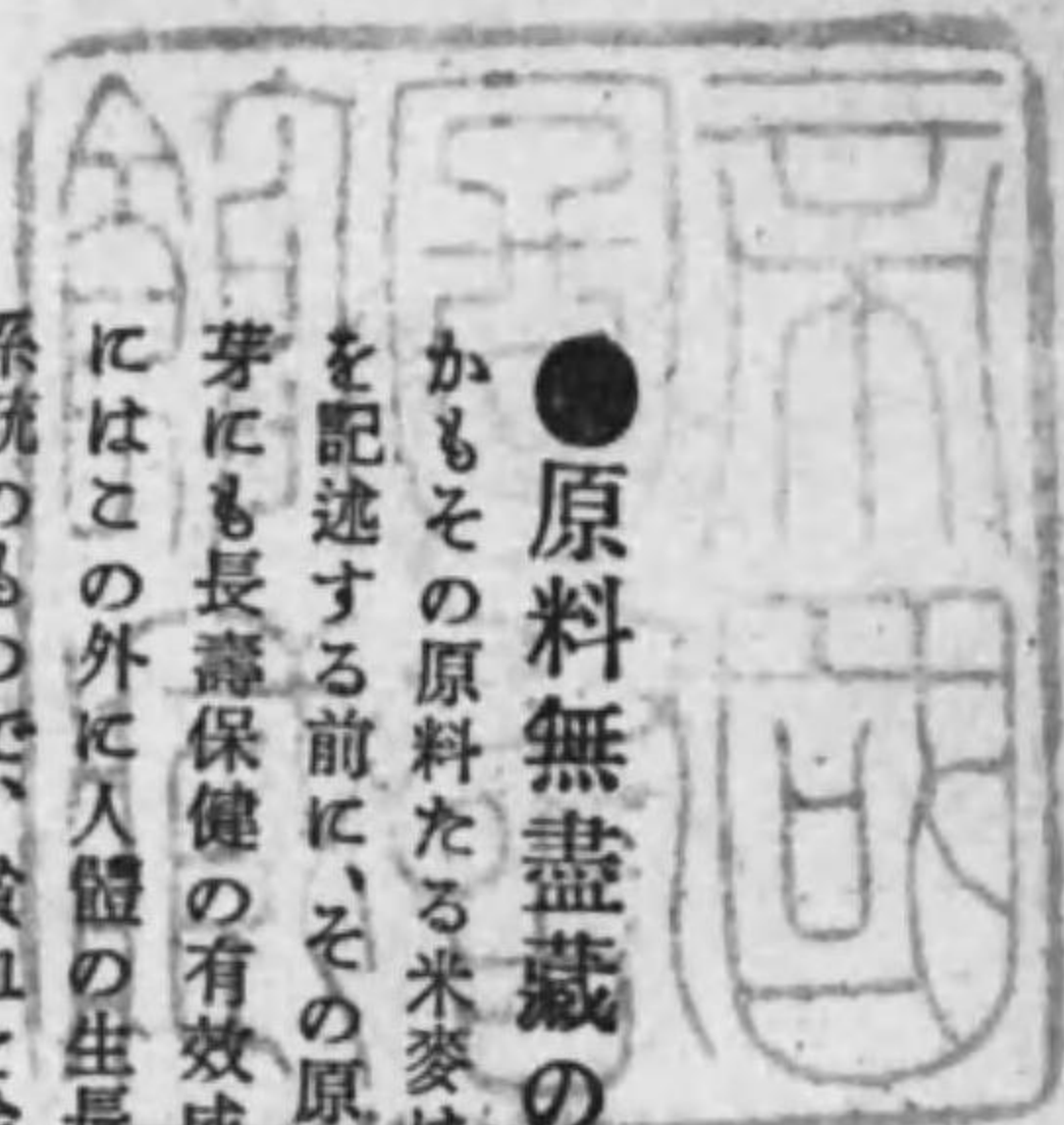
- 松葉酒と飴酒
- 甘酒と果實酒
- 代用酒即製法
- 食パンと醬油
- 砂糖いらす飴
- お菓子と砂糖
- 廢品食再生法
- 藥草灸と療法
- 代用煙草製法
- 即製徳用

各種製法講



始





廢品活用 製法秘傳二百種

東京 營養經濟研究所編

●原料無盡藏の松葉酒の製法

明日への活動の源泉力たる酒は極度に拂底時代を
 かもその原料たる米麥は容易に醸造へは廻し難い。ここで酔ひ心地頃合ひの誰にも出来る松葉酒製法
 を記述する前に、その原理と效用を述べておく。松の實が高度の健康増進薬であるやうに、松の新
 芽にも長壽保健の有效成分が多い。即ちその葉綠素にはビタミンCと樹脂とタンニン酸があり、新芽
 にはこの外に入體の生長を補ふビタミンA、D、Eが含まれてゐる。葉綠素は人間の血色素とおなじ
 系統のもので、貧血を治し、血色を良くする作用があるから、女性の美容には色艶を増す。また血管
 を丈夫にする作用があるから老人の動脈硬化を防止する。ビタミンCは壞血を防ぎ、血液を清潔にす
 る。樹脂とタンニン酸は胃腸の酸酵腐敗を防ぎ、消化器を健全にする作用あり。但し生松葉そのまゝ
 の生食は、體質により齒莖を異常に損傷破壊する危険があるから、極く少量より漸進するやう注意を
 要する。——然るに之を松葉酒にするときは、さうした危険は絶無であるし、その緑色の清冽な感觸
 と美味とは、胃腸を整へ、健康と美容の目的にも叶ふ。長壽を誇る仙人が、松葉を常食としたといふ

現段階の不足な材料で手軽に出来る

現段階の不足な材料で手軽に出来る 廢品活用 製法秘傳二百種 目次

- 原料無盡藏の松葉酒の製法……………一
- 甘酒、白酒、飴湯の製法(九種)……………三
- 簡易な果實酒の造り方……………四
- 即製代用酒の造り方と趣向……………五
- 手軽な營養醬油の作り方(六種)……………六
- 食パン各種パンの簡易製法(六種)……………七
- 砂糖いらす給の作り方(四種)……………八
- 砂糖と砂糖代用品の製法(七種)……………一〇
- 砂糖のいらぬ代用お菓子製法(十五種)……………一一
- 廢物食料の再生食用法(十九種)……………一二
- 飲食物の新生産發明集(十六種)……………一四
- 食料飢餓を切抜ける新工夫(卅二種)……………一六
- 捨てる食品の美味再食法(廿一種)……………一七

- 火氣を 藥草温灸製法と療法(七種)……………一八
- 用ひぬ 無醫無藥の家庭皇漢治療法(卅六種)……………二〇
- 發明品類の自宅製造法(廿七種)……………二二
- 廢物から生産經濟法(九種)……………二三
- 物資不足時代の經濟生活法(廿七種)……………二五
- 廢品活用の主婦重寶集(廿二種)……………二六
- タバコ不足 代用タバコの製作法……………二七
- 塵芥から代用燃炭即製法……………二七
- 食料の大敵、鼠退治法(九種)……………二七
- 廢品修理用の接合劑製法(十三種)……………二八
- 衣類の汚點シミ拔法(廿四種)……………三〇
- 便利な料理秘傳集(十四種)……………三三
- 大切な食料の貯藏法(四種)……………三三
- 瓦斯と電氣の徳用法……………三三
- 食物の食中毒と急救療法(四十七種)……………三三
- 黒燒處方療法と製造法(十九種)(目次・完)……………三三

◎序文に代へる——。急昇惡化の一途をたどるインフレ対策として新圓切替、預金封鎖といふ乗るか反るか
 荒療治が下された。が、インフレの上昇と、道徳水準の低下とは反比例する。結局は全同胞が社會道徳に徹して
 自ら繰るの愚をさとる「買はぬ主義」の忍苦の行、以外にはない。——その實踐の必須前提たる廢品活用の經濟生
 活手引として本書を世に送る。——藥品や新器具など目下手に入り兼ねる難題や、専門技術、復雜裝備を要する
 如き製法は一切省き、現段階で何人にも容易に出来る生活直結の實用向き三百八十種を撰述した。主要題目は著
 者においし永年經驗濟、費澤な組版とすれば約二百頁分の字數を用紙難のため、極力つめ込み内容の充實を期し
 た。たとへ簡約した短文でも常識一つで、その製造は可能である。それに凡そ製法は復雜大冊のやうなら素人に
 は畫餅。簡單なほど効果率は高い筈。この小冊子が町から村へ——隣人へ。さうして全國民一齊の協力により願
 はくは目前に迫つた祖國の經濟的崩壊が未然に防がれんことを。——全同胞が本書を實踐すれば危機の突破、祖
 國の救済は必ず成就すべきことを神かけて確信する。(著者識)

傳説には、或る程度の科學的根據を考へてよい——。効能はそれ位にして、製法を説く前に今一つの諒解事項——。試みに或る食物(有機物)を机上におき一定日時を経れば腐敗する。これはいろいろ雑多な微菌が無秩序に附着した結果の化學的現象であるが、之を一定の條件下に規正し、或る方向に誘導するときは、腐敗する代りに醱酵する、この醱酵作用を目して醸造業者は俗に『湧く』といふ。腐るのと湧くのとは、微菌の方からいへば同じやうな道行であるし、肉眼でも近似するが、効用の段になると大違ひで、腐つたものは悪臭を放ち、捨てるの外ないが、湧いた醱造は一定の存続力を持ち飲食用として一段と有價値になる。次ぎに醸造品は、必ずしも一律にアルコール性を伴ふとは限らない。味噌、醬酒はその適例であり、一定の條件が叶へば酒、ビール、松葉酒のやうに酒精分を含むことになる。——要するに松葉酒とは強力な松葉の精力素と糖分とが化合することにより、腐る代りに『湧く』状態へと導入したものに外ならない。——次ぎに必要な材料は松葉と砂糖だけで足りる、松葉は必ずしも新芽とは限らず、農村の山間なら青葉でさへあればよいが、市街地では煤煙や塵芥が附着してゐるし、新芽には特に前掲の如き有効成分を含んでゐることであるから、成るべく新芽を可とし、特に赤松がよい。但し之は絶對的な條件ではない。——さてこの製法は至つて簡單である。先づ松葉をよく洗ひ一二寸に切つて一升瓶(を單位として記す)の約半分くらゐまで詰め込む、堅く詰めこまないのなら瓶一ぱいに差し込む。これに砂糖半斤を清水に溶かして瓶の九分目まで注ぎ入れる。醱酵するとき瓶が破裂しない程度に栓を密閉してから日中に太陽に直射させておく。斯うして一週間乃至十日ほど経ると、粟粒のやうな白い泡がブツ／＼と上下するやうになる。之が湧いた現象で、それを絞り取り、松葉を去れば松葉酒が出来あがる。軽い酒精分を含み飲用すればホロ酔ひ心地となる。尤も法定酒精度以下であるから税金の心配は無用である。——砂糖は多い程よい、分量が少なすぎると湧く迄には至らず、濁つた程度で終るが、その清冽な松葉の香氣と甘味とは酸性を伴つてサイダーの

やうな味覺を生じ、婦人子供にも向く夏季清涼水として申し分がない。——ところで近頃は、極度の砂糖不足時代であるが、本法に要するのは必ずしも一斤何十圓の砂糖とは限らぬので、化學的にいふ糖分であへればよい。それゆへ砂糖以外で、糖分を含有する品、たとへば熟し柿、干柿、りんご、梨、葡萄なども代用品として、その含有糖分を活かせば砂糖同様に出来る。この場合それは一種の果實酒でもあるが、面倒な果實酒製造の操作過程によらず、松葉の強烈な精分を化學的に活かすことにより、果實酒ともいふべき松葉酒が出来あがる。因みに本法による松葉酒は清酒のやうな存続力はないから、湧いたら數日中に召上られたい。

●甘酒、白酒、飴湯の製法(九種)

臺灣その他を失つた日本人にも甘味は要請され

る。老人婦幼の耐安お菓子代用品——甘酒の造り方——もち米と麴とを同量に交ぜて粥(かゆ)をつくり攝氏五十七度くらゐの温度で六時間ばかり保たせておくと澱粉は糖化するから今一度、攝氏八十度くらゐで煮て殺菌する、それでないと變味して濁酒となり、次には酸化して酔になる。殺菌したるを『甘酒の元』といひ、これを適度の水に溶かして熱すると普通の甘酒になる。因みに誤まつて出来た濁酒を無納税で放任しておくとは密造處罰の問題を生ずるから、犯罪を構成せぬやう、特に注意を要する。●又一法——攝氏七十度の湯に同じ分量の『もち米』と麴を入れ、五十六七度に落ちたところで六時間ほど同温度を保たせると『甘酒の元』となる。●又一法——もち米の飯を炊いて、むしろの上にひろげて冷まし、手に温か味を感じる位の時に同量の麴を入れて桶に移し蒸す、冬なら十日、夏なら二日くらゐで『甘酒の元』となる。●即席の甘酒製法——干飯(ほしい)五合に麴五合を交ぜて摺鉢ですり、水七合を加へて濾し、鍋に入れて煉る。●玄米で甘酒の製法——玄米五合を水一升に一晝夜つけておき、玄米だけ取りあげて摺り鉢ですり、白いドロ／＼になつた所で、前の水一升に新しい水一升を加へて火にかけ、焦

げつかぬやう掻きまわし、火から下して五十六度の温度になる迄そのまゝとし、こゝで麴五合を投じて掻きまぜ、容器の上から半紙で目張りし毛布か蒲團で一晩包んでおく●白酒の製法―古來三月の節旬に供へる品、甘酒に比し酒精を含む。白もち米一升、麴五合、焼酎一升を混合し、掻き交ぜて醱酵を促し、搾りて布袋で絞り取る●又一法―もち米五合に砂糖十匁の割合に混和して壺に密閉し約一週間後に搾りつぶし更に十日ほど床下に貯へおく●飴湯の作り方―もち米にて飯を炊き、搾りつぶして布で漉し、砂糖を入れて煮つめ、生芽の碎き汁を煮立て、混和す●又一法―飴の製法工程（別項にあり）において飴汁を煮つめるとき固形とならぬ前に火を引く（麴は麴菌が無くては出来ぬゆへ素人は専門店より買入るゝを便とす）

●簡易な果實酒の造り方

清酒、ビール、濁酒、葡萄酒等は麴とか酵母の買入れを必要とする上に設備と期間と専門技術を要し且つ税法の關連もありて素人の醸造には不向である。然るに果實酒は酒精度が法定點に達せず税金に無關係である上に、果實さへあるなら技術も設備もいらす、誰にでも手軽に出来る。麴や酵母を要せぬ譯は、果實の表面（キズ跡）に附着する酵母が空氣中の菌と結びついて自然に醱酵作用を營み酒精を生むからである―。材料は葡萄、りんご、梨、桑の實、まるめろ、九年母、いちじく、柿、桃、櫻の實、金柑など、凡そ甘味ある果實なら何でもよい。それぞれの名稱の酒がとれる。さてその製法は、それらの成熟した果實を叩きつぶしたまゝ桶に入れ、五六時間放置した上、その液汁を絞り、炭酸瓦斯が逃げるに都合よきやう横樽に移しておくとして自然に醱酵する。但し糖分が少なくて酸味が多いときは醱酵に至らぬから、少なくとも糖分が液汁の百分の二十に達する程度にまで砂糖か又は柿の甘味を補ふてやる必要がある。又その酸分が強くては風味を損するから、炭酸石灰か炭酸加里を加へて中和し、酸味を減少せしめる。斯くて醱酵すれば酒精を含む

果實酒が出来たのであるから、これを布袋にてカスを絞り取り飲用す。更に脱脂綿にて透過すれば透明の立派な賣品が出来あがる。

●即製代用酒の造り方と趣向

戦争には負けずとも我等の祖先のまづしいものは古くから忍苦の生活に堪へて來た。米をつくるお百姓が盆、正月のほかは米を食はなかつたといふウソのやうな節約ぶりはツイ明治中葉までの話であり、さうした祖先が、ふんだんに酒を呑んでゐた筈はなく、代用酒に歡をつくしてきたといふ口碑や文献が残つてゐる。その代用酒とは、種も仕掛もない大根卸しを絞つてその汁を賞味するのである。極端に酒の不足な敗戦下の今日、試みに之を實驗するに、成る程と、うなづける。これが飲用法は是れ又、別段の料理法とはなく、端的に大根を卸して絞つて飲めばよいので、大根一貫目を卸して絞ると、約一升五合の汁が得られる。これを假りに大根酒と稱す、飲酒量にもよるが、酩酊度まで飲んでみる―。煙草に酔ふたのは眩暈（めまひ）に近く、不快であり、酒の酔ひは全身倦怠感を覚え、頭腦が朦朧として昂奮し、人によつては睡氣を催はす。然るにこの大根酒の酔ひ心地は全身がホカ／＼と熱くほてつてきて、頭腦は上氣したやうに清朗快適、丸で花見の明るい気分になる。固より大根は結局、酒精分を伴はぬ大根であつて酒ではなく、酒の代用品たるに外ならぬが、その清冽な刺撃と、強烈な辛味は、頗る酒の感觸に近く、献酬もオツであり、ビール式にコップで傾けるも一興である。但し卸してから時間がたつと氣が抜けるから卸したてをスグ用ひねばならぬ。―大根は全國的に殆んど四時これを産し、肉は肥大にして量多く、飢餓線突破の主力糧といへる。これを酒の代用とする場合、絞りカスは其のまゝ醬油をかけて謂はゆる大根卸しとなるし、他の惣菜に廻して満腹を助け、汁は言はゞ厄介な廢物に近い。且つ營養學的には大根卸しには多量のチアスターゼ（糖化素）を含み、有らゆる澱粉質を糖類に變化するから米麥、餅、そば、な

どの消化を強力に助ける。經濟、營養、慰安の一舉三徳にあたる。上戸黨は徒らに無酒時代を悲観することなく、祖先の忍苦を偲んで、殆んど無盡蔵に近い大根の一片を日々の晩酌に轉用し、明日への活動源として大いに怡樂蕩然の氣を養ふて頂きたい。

●手輕な營養醬油の作り方(六種)

どこの家庭でも醬油の不足で困つてゐる時代、

簡易なその作り方——材料は水一升に、だし昆布一枚、ひちき、わかめなど若干。海藻なら何でもよろし。ほかに長人蔘三本、鹽(海岸なら清き海水)適量。人蔘が無ければ大豆。黒大豆なら色が一層こゆくなりて妙。これらの材料は、しぼりカスまで食べられて無駄にならぬから澤山入れる程おいしくて經濟的。——先づ昆布と人蔘を細かく刻み、水一升を加へて、人蔘がとろけるくらゐ迄よく煮こみ、甘味が充分出たところで、好みの程度に鹽を落し、更に煮立てると、色も味も醬油そつくりとなる。ここで汁をすかし取る。これで結構な代用醬油が出来上つたのであるが、出来れば鹽を入れるときに魚の腹を焼いたもの、魚粉、煮干魚、けづり節、魚の頭など手近なものを前記の材料に加へて煮込めば更に美味となる。本品はワリがきいてダシいらすずで済むから特に經濟的である。——漉したあとにカスとして残つた昆布や人蔘は、つくだに、としてそのままおかずにしてもよいし、又は今一度、鹽を落して煮出せば、おしたし、香の物用などの二番手醬油として使へる。——尤も以上の製法による醬油は、醸造を経てゐないから醬油本然の香氣はない。そこでこの營養醬油に、配給醬油を約三割ほど混和すると、殆んど配給品にひとしい風味と香氣が出てくる。——次ぎに本法による製品はカビが生へやすいから、冬期はよいが、その他の季節は、唐辛し二三本を入れて一寸と煮立て、おくとカビが生へずに長もちがする。——因みに、どこの臺所でも切り捨てた野菜くづや、果實の皮などが相當たまゝる、この廢物の利用法として、さうした屑をよく洗ひ、水だきにした野菜スープを最初の水一升の代り

に使へば一層美味と營養になる。そのカスは家畜の飼料にまわす。●簡易な別法——最低分量を標準として記せば、大豆二合を茶色になるまでよくいりて水五合を加へ、それが三合になるまで煮つめた後、鹽五勺を入れて冷まし之を絞れば、風味佳良な醬油が出来あがる。絞りカスは煮物にしてお菜にまわす。醸造醬油三合を加へて六合にすれば香氣も立派な本製品が得られる。●甘藷から醬油——さつま芋を二三分角に細かく刻み乾燥してから鍋に入れ焦げるまでいり、少量の水を注いだところへ小麦を加へ鹽と水で煮沸する。●牡蠣汁から醬油——水煮の生牡蠣(なまかき)汁一斗に鹽四合を混合して一晝夜トロ火で煮つめ約半分になつた所を布袋で絞り取る。●酒の粕から醬油——酒の粕からは焼酎が取れるが其の又カスから醬油が取れる。その方法は粕に水を加へ樽に仕込み一日一回かき廻し七八日後に布袋で漉し鹽を加へ釜に入れ煮て布袋で絞り取る。●携帯用固形醬油の作り方——醬油一斗で椎だけ一貫目を煮つめ、煮えつまつた所を天日で乾燥し、外出のとき湯に入れて液體醬油に戻す。

●食パン各種パンの簡易製法(六種)

食糧饑饉の克服は、有らゆる未利用資源の粉

食化、食パンへの更生が近道。併し本格的な食パンは、大仕掛の裝備と複雑な過程と専門技術を要する。そこで手輕に、どこの御家庭でも譯なく出来る製法を記す。こし器か御飯蒸し鍋。無ければ、鍋の途中で止まる竹すだれを古割箸でつくり、古い折詰箱の底と蓋をはずした枠(ワク)を用意す。但し折箱の枠は手際よく形を整へるためだから無くとも可。次には『ふくらし粉』で、これは食品店にあるが、その自宅製法は次項に記す。あとの材料は、小麦粉(うどん粉)だけで、これに粉食を何割か混入すれば經濟的——。さてその製法。うどん粉一升到水五合の割合でドロ〜に練る。豫じめ蒸し鍋に湯をたぎらせておき、中段の竹すだれの上に水で絞つた布を敷き中央に枠をのせておく。ドロ〜の小麥粉に『ふくらし粉』を入れて今一度よく交ぜて、手早く竹すだれの枠に流し込む。折詰の枠が無

ければ固い目の團子にして並べてもよい。ふくらし粉は炭酸瓦斯の發生により食品物質間に空隙を生ぜしむる（即ちふくらませる）化學作用で、これを入れぬと單なる小麥粉團子となる。この藥品は水に溶解して時間がたつと効力が失せるから、入れるとスグ蒸し鍋に入れることが肝要である。かうして約十分間も蒸すと理想的にふつくらとしたパンが出来あがる。取り出して布から離し棒を外して冷却し、適當の形に切る●菓子パン製法Ⅰ「柿砂糖」を適量に小麥粉に交ぜる。柿砂糖の代りに甘藷の煮汁で煉つても甘い菓子パンになる●野菜パン製法Ⅱうどん粉に人蔘、野菜などを細末にして交ぜると美しい色彩を加へ、營養と味覺と満腹を助ける●餡パン製法Ⅲうどん粉を練る時や固い目の團子となし、その眞ん中へ小豆餡または干柿を少刻みにして包み込む。干柿の代りに吹かした甘藷をつぶして包み込んでよい●ふくらし粉の製法Ⅳさて肝じんの「ふくらし粉」は學名ベークィング・パウダーといひ、原料は藥店で買求めねばならぬが、幸ひ配劑方法は四通りあるから、藥品不足時代とは云へどの原料かは揃ふであらう。それを混和す◎その第一法Ⅰ酒石五〇分、酸性炭酸ソヂウム二五分、澱粉二五分を混合する◎第二法Ⅱ酒石五〇分、酒石酸三分、酸性炭酸二七分、澱粉二〇分◎第三法Ⅲ澱粉一分、カルシウム四九分、酸性炭酸ソヂウム二五分、澱粉二五分◎第四法Ⅳ磷酸一分、カルシウム二二分、濃透明ばん二五分、酸性炭酸ソヂウム三四分、澱粉二八分（以上の數字はその割合を示す）●又一法Ⅰ藥品が手に入らぬ時の代用品としてはパン粉の十分一分量の牡蠣（かき）殻粉に、酢を牡蠣がら粉の二倍ほど入れ、パン粉にかき込んで蒸し器に入れる。カキ殻は營養上大切なカルシウムだから保健の上からも一石二鳥となる。

●砂糖いらすの餡の作り方（四種）

原料はモチ米と麥芽（もやし）。うるち米だと甘味が少ない。その他、たうもろこし、馬鈴薯、さつまいもなどの雜穀でも澱粉化すれば米と同じ方法にて

出来る。以下その材料を總稱して「米」と記す——。先づ肝じんのモヤシの作り方、このモヤシが無くては餡は出来ない。モヤシを作るには大麥をよく洗ひ、冷水に二晝夜ほどひたし、ザルに上げて間断なく濕り氣を興へると三四日から一週間くらゐで芽を吹く。麥の二倍くらゐに延びた芽が目的のモヤシである。生のままならスグ使ふこと。乾燥しておけば貯蔵が利き、いつでも使へる。——つぎに米一斗（以下この割合で記す）をよく洗ひ一時間ほど水につけてからセイロウで蒸し、モヤシ一升を加へ、攝氏五十度くらゐの微温湯を入れて掻きまわし、釜に入れて一度（約六七時間）攝氏六十度くらゐのトロ火で時々かき廻しながら煮ると、米とモヤシは溶け合つて甘味を含んだドロ／＼の液體となる。この汁が餡の母體であるが、それには大麥の皮などカスがあるから、麻ぶくろ又は木綿の風呂敷に包んで汁だけを絞り出す。この汁を鐵鍋に入れ、初めは強火、あとはトロ火で煮つめると、水分はだん／＼蒸發し、濃厚なドロ／＼の液となる。これが水餡であり、更に一段と煮つめて冷却させると固形の堅い餡が出来あがる。絞りカスが大量なら布目を荒くして同じ方法を繰り返せば、おやつ用の二番餡が取れるし、ドロ／＼のままなら佃煮の餡だき用になる。袋に残つたカスは、鶏の餌にまわす。因みに布袋のカスを捨てずに二番餡として食べる法としては、最初のモヤシを乾燥粉末としてフルヒにかけ、麥皮を捨て、から投入する。さすればカスぐるみが餡となり容量を増し満腹感を助ける●甘藷で餡の作り方Ⅰさつまいもをよく洗ひ、釜に入れて煮沸し、摺りつぶして芋十貫目にモヤシ五合の割合でモヤシを入れ、温度を加へて掻きまわし、攝氏六十度の温度で四五時間保たせた上、麻袋で絞り出し、その汁をトロ火で煮つめると餡になる●簡易な別法Ⅱさつまいもを吹かしたアトの水は無雑作に捨てられ勝ちとなるが、それを捨てずに溜めておき、その上へ／＼と次回の水をさして、吹かしてゆけば、前からの分は濃く煮えつまり、かうして何回も重複してゆくと、鍋底の水は強い甘味となり、これを煮つめると少量ながら立派な餡が取れる●廢物利用の別法Ⅲどこの農家でも收穫後の庭仕

舞には土砂や塵芥まじりの「こぼれ米」が溜まる。一粒々々振り出せぬので結局は鶏の餌となるが、このコボレ米を何度も水洗ひして小砂利と米だけにしたものを米と同じ工程で、布袋を二枚重ねる位にして餡汁を絞り出せば、こぼれ米の廢物の利用で立派な餡が取れる。

●砂糖と砂糖代用品の製法（七種）

敗戦後の日本人は當分、砂糖の自作自給を要す。

砂糖は西國邊に産する甘藷（砂糖きび）をロクロにかけた液汁。又は北海道産物の甜菜（砂糖大根）を壓搾器にかけた液汁一斗に、石灰三合の割合を加へて加熱し、冷却して結晶せしめ、更に骨炭（牛骨を蒸し焼とす）で濾過すれば白色の砂糖となり、残滓は黒砂糖となる。小規模なら家庭工業でも出来るが、それらの種苗を全国的に普及し栽培することが先決である。それ迄の代用品はつぎの通り

●柿砂糖の作り方Ⅰ砂糖が本格的に入つて來たのは三代將軍家光から後のことで、豊太閤でさへ餅に蜂蜜を最上の甘味としたさうである。日本人は當分、太閤様になつた積りで原始人に還れ。われわれの祖先は古くから柿砂糖を甘味として來た。これは俗に「柿霜」といひ、干柿を粉末とすればよい。柿を果實として賞味する基本思想を改め、柿を砂糖に代替することに頭を切りかへて、干柿を作る時に思ひ切つて澁柿の皮を厚くむき、それを乾燥粉末として有らゆる砂糖に代用すべし。又一法Ⅰ輪切にした澁柿を庭の上に並べ天日で乾燥し粉末となし、ふるひにかけると赤砂糖に近くなる。●米糖から砂糖Ⅰ米ぬかをアンモニヤ液で煮沸し、絞り出したカスを稀硫酸で煮ると残滓中のメタラバンがとけて糖質となるから之に炭酸石灰を加へて今一度、火熱を加へ煮つめると結晶糖分が取れる。●甘藷の切屑から砂糖Ⅰ硫酸五キログラムを水一斗に入れて、さつまいの切くづ三百匁（割合を示す）を投じ華氏百度で加熱し、鉛とアンチモニーの合金を用ひて電流を通じ、少量の石灰水と炭酸石灰を加へて石灰鹽を除いた後、煮つめた液汁を結晶糖化させる。●馬鈴薯の切屑から砂糖Ⅰ温湯に馬鈴薯の切くづを二

●砂糖のいらぬ代用お菓子製法（十五種）

臺灣を失つた敗戦日本は當分、砂糖と

もお別れたが、いろいろの創意で、甘味をつなく代用お菓子の工夫。●柿の皮でお菓子Ⅰ柿の皮を乾燥して粉末となし、之に熱湯をそそぎ五分間ほど煮沸し、煮つまつた所で、小麦粉または米の粉を加へ掻きまぜ團子にして焼く、油で揚げると立派な代用お菓子になる。●蜜柑菓子製法Ⅰ蜜柑の皮を二三分に切りそろへ清水一升に酢一勻程度の液に一夜だけ浸しおき、熱湯に一旦投じて掬ひあげ、水を切り鐵瓶で炒り上げてから柿の皮の粉末に煮ころがす。又は更に皮と粉末を摺りつぶして別の型で押し固めると風味佳良のお菓子となる。●又一法Ⅰ夏蜜柑の皮も亦たほど同様の工程でお菓子になる。●榮養カステラ菓子Ⅰ自然薯の乾燥粉末二合、コハツ草の粉十匁、焼き鹽十匁、重炭酸曹達十匁、小麦粉五合出來れば鶏卵五個、柿の皮粉末一升。これだけをドロ〜にこねて「ふくらし粉」を加へ鍋で焼くと代用カステラが出来る。●柿の粕漬菓子Ⅰ柿の青きとき又は澁柿を取りて粕漬となしおく時は、澁は抜けて風味佳良の代用菓子となる。●柿やうかん製法Ⅰ寒天二本半を水にひたし、暫らくして水氣を絞り、細かに千切り、三合の水と共に鍋に入れ、砂糖の代りに柿砂糖（柿の厚皮を粉末とす、製法は代用砂糖の項にあり）五百匁を入れてよく煮つめ小豆（あづき）の粉末三百匁と小麦粉百匁を加へて更に煉りつめ干柿百匁を大豆くらゐに小刻みとして掻き込みたる後、木箱の蓋またはお膳に流し込み、冷却するを

時間ばかり入れておいてから充分に掻き廻し煮沸し、切屑を絞り出して海綿で濾過し更に煮つめ冷却すると少量ながら糖分が結晶する。●葡萄酒の作り方Ⅰ甘い果實や花蜜に廣く存在し、特に葡萄の實に多いので「ぶどう糖」の稱がある。澱粉を極めて稀薄な硫酸と共に煮ると糖化するから、これに白亞末を加へて中和し、布で沈澱物を絞り去り、骨炭で濾過して脱出し、眞空釜で蒸發濃厚ならしめ冷却結晶させると砂糖に變らぬ固形の葡萄酒が得られる。

待ち庖丁で適當の大きさに切る●柿やうかん又一法Ⅰ小豆のこし餡百匁と柿砂糖百匁を火にかけて掻き廻しドロ／＼となつた所で、小麦粉五十匁、鹽少量をふるひ込み、干柿五十匁を小刻みにして掻き込みたる上、別の鍋にて一時間ばかり蒸し適當に庖丁で切る●抽子やうかん製法Ⅰ上記と同じ方法で干柿小刻みの代りに抽子を小刻みにして掻き込む●栗やうかん製法Ⅰ同法にて抽子の代りに柔らかに湯でたる栗を小粒に砕いて掻き込む●芋やうかん製法Ⅰ同じ製法過程で、柿砂糖の代りに甘薯をふかして摺りつぶしたるを加へる●菓子パン製法Ⅰ小麦粉一升に柿砂糖五合を加へ、水にて團子となる程度に煉り、ふくらし粉(學名ベークینگ・パウダー)その製法は食品製法の項にあり)を投じて手早く別のセイロウ又は蒸し器(前以て用意しておく)に移して蒸す●餡パン製法Ⅰ同じ工程で、柿砂糖を入れる代りに團子をつくる時に小刻みにした干柿を餡の代用品として包み込む●ドウナツツの作り方Ⅰうどん粉に柿砂糖を適量に入れて水でこね、ふくらし粉を加へ輪切として油で揚げる●今川焼の作り方Ⅰうどんを水でこねドロ／＼となつた所を鍋に注ぎ込み、餡の代りに干柿を細末に刻みて中味に挟み更に、うどん粉を注いで焼きて専かへす●餡芋Ⅰさつまいもを湯でて薄く切り、乾燥すれば透きとほつた餡色の芋菓子となる。

●廢物食料の再生食用法(十九種)

食料不足の非常時代、その危機を乗り超える道。芋菓の粉末化など世間の周知品を省き手近で手軽な創意工夫いろ／＼●どん栗の食用法Ⅰどん栗は山野に豊富だが澁いので捨てられてきたその食用法Ⅰ。川のある處では、澁皮を剝いでザルか布袋に入れ、清い流れ川に二週間ほど漬けておくとスツカリ澁が取れる。川のない處では前記のやうにして樽水に入れ、三日間くらゐで水をとるかへること三回、都合九日ほど漬けた後は、毎日一回水を取りかへること約七日にしてタンニンは抜け去る。火法による方法は、灰汁でよく煮たりへ水にひたしお

き清水で煮る。斯うして乾かせば立派な粉食用の澱粉となる●蜜柑の皮Ⅰこれは大抵むいた皮は捨てられるが、蜜柑は中味の汁だけを吸ふよりも、棒色の外皮ぐるみ食べの方が遙かに美味で腹もちもよく滋養分も外皮の方が多し。皮ぐるみ食う時はよく洗ふこと●廢材から椎だけⅠ秋の彼岸のころ程、なら、栗等の廢材を伐り倒し三四尺に切り池か川に四五日ひたしてから、處々に塩(きづ)をつけ又は皮を剝ぎ、山中の濕氣地におくと二三年目から切きづの處に椎だけが發生する●茶がらの食用法Ⅰ番茶、綠茶の出し殻を捨てる代りに今一度、醬油で煮つめると美味。おしたしの代用ともなり、ピタミンCを含み滋養に富む●又一法Ⅰ茶がらの乾燥粉末は、それだけでは食品としての獨立性乏しきもうどん粉などの粉末と混食すれば滋養度は高く満腹を助ける●骨粉食用法Ⅰ魚鳥の硬い骨は鹽酸水で煮て脂肪を除去し、天日で乾燥し粉食すればカルシウム多く健康を増す●桑の若葉食用法Ⅰ桑の若葉を湯で煮て生醬油と醃節をかけると美味●たんぼⅠ食用法Ⅰ蒲公英を湯で煮てカヤの實を生のみ皮を取り小刻みにして振りかけ酢でおしたしにする●柿の皮利用法Ⅰ柿の皮は甘味ありて用途は多いが醬油をつくる時、その原料に柿の皮を投じると甘味を加へ一層上等品が出来る●梅檀の實利用法Ⅰせんだんの實を池の鯉に與へると鯉は好んで食ひ其の成長が早い●櫻湯の作り方Ⅰ櫻の花はその散らさる前に摘みて鹽漬となしおけば來客用に白湯に浮べて出せる。これを『さくら湯』といひ頗る風雅である●菊の花食用法Ⅰ菊の花は鑑賞の對照となるだけでなく三ばい酢として美味であり、刺身のつまとして食べられ、鹽づけ瓶詰としておけび翌年まで香氣ありて美味。又その葉は天ぶらの種もの、或ひは煮れば野菜料理となる●茄子のうてな食用法Ⅰなすのうてなは大抵すてられるが、之を中央より切り細き白線だけを去り、湯で、一夜、清水にひたし翌日、水を切つて味をつけると立派な野菜料理となる●南瓜の種から製油法Ⅰかぼちやの種二升を粉末となし布袋に入れて、せいろで丸一日蒸しあげ、壓搾器で絞り上げると天ぶら用の上等油が五合とれる●茶がらの再生法Ⅰ綠茶、玉露以上の茶が

らを乾燥し「ほいろ」にかけて茶筒に納むること十日ほどの後、用ふると番茶以上の風味あり●野草
若葉の食用法Ⅱ今まで棄てられてゐた甘藷の若葉と莖、午苧の葉と莖、そら豆の葉と莖などの大量品
は乾燥して粉食できるが、原形のまま貯蔵し、常食とするには、原料一貫目を水一斗の釜に入れ、木
灰百五十匁の灰汁(あく)を作り、重炭酸曹達二十匁を加へて煮立て、ザルで上げ、流水でさらすと
アク(苦味)は抜ける。これを餅に入れて搗くと、よもぎ餅が出来る。そのまゝとすれば乾燥して俵
に入れ貯蔵しおき、時々雑炊、汁の子、野菜のごつた煮などに用ふれば滋養ありて満腹を助ける●樹
木の若葉食用法Ⅱ樹木の生皮、若葉、若枝は總じて蛋白質に富み食用となる、杉の若葉、松の生皮な
ど特によろし、乾燥粉末として、うどん粉などと混食す●廢物で酢の作り方Ⅱ落ちて食へない柿をよく
洗ひザルに入れ容器に受けておくと腐敗した汁がたまる、これを暗い處に貯へると餽色の立派な酢が
出来ぬがる。武州三多摩地方の特産品として知らる。

●飲食物の新生産發明集(十六種)

考へず、身近な材料で自ら造る方法いろ／＼●一夜味噌の製法Ⅱ前夜に大豆一升を煮て火を去つた
まゝとし翌明またトロ火で温ため麴一升到鹽二合を交ぜて臼でよく搗き、麴に包み半日ほど温度を保
たせておくと軽く醱し即製の味噌が出来る●又一法Ⅱ大豆三合を炒つて摺り鉢で軽く摺り皮をとり
荒い黄な粉にして、麥一升を蒸した中によく交ぜ込み、四五日ふとんで包むか日向に出すと麴が咲い
て醱するから、そこへ適量の鹽を煮てから搗きまぜる。出来れば少量の唐辛し、山しやう、蜜柑の
皮の粉末を混入すると、更に美味となる●甘藷から味噌の製法Ⅱさつま芋を輪切にして蒸したうへ、
白にてよく搗きこなし、裏こしにかけて鹽と麴を入れ、四五日間それを桶か鉢に押しつけておく●甘
藷から酢の作り方Ⅱ乾燥さつま芋の小切れ一升到麴五合の割合で混合し、水一升で半煮えとして冷却し

壺に入れて手でよく／＼搗き廻した後、目張りして日蔭におく。目張りの上に一錢銅貨を置き、それ
が緑青を帯びる頃には酢になつてゐる●柿から酢を作る法Ⅱ柿を細末として瓶に入れ水を少しそゝぎ
て數日間、栓をなし、稍や酢味を帯びたところで母酢酸小重を加へる●りんご酒の製法Ⅱりんごの汁
を絞り取り約十分の一の水を加へ桶の中に入れおくこと一晝夜でカスは沈澱する、その上澄を別器に
うつし一年ほど経つと醱して淋檜酒ができる●又一法Ⅱりんごを鹽漬けしておくと自然に醱す
る、その淋檜の絞り汁には相當の酒精分がある●こんにやく即製法Ⅱ球狀こんにやくの根を摺鉢で摺
りつゝ藁灰の灰汁を徐々に加へてドロ／＼となし、箱の蓋などに流しておくと二時間くらゐで固まる
から、二寸角ほどに切り、石灰水の上澄の中に三十分ほど浸し、清水で灰汁の出るまで煮出す●干う
どんの製法Ⅱ小麥粉に鹽水を加へてよく煉り、それを展べひろげて過平となし、細く切つて乾燥する
●栗の實からコーヒー製法Ⅱ栗の實を焼いて焦がし黒色となつたところで搗き碎き、甘味と熱湯を加
へると代用コーヒーが出来る●ソースの製法Ⅱ生姜(しやうが)を摺りつぶし鹽油を入れて煮た後、
冷却してカスを絞り取る●そば菜の水盤作り方Ⅱそば粉は粉食料理であるが、生長以前の「そば菜」
は新鮮な野菜料理として美味である、盆栽趣味を兼ね、それを水盤で作る――。水の漏らない水盤に
荒目の小砂を厚さ七八分目に敷きつめ、水でうるほしておく。その上に萬遍なく「そば」の種子を蒔
き、砂が乾き切らぬやう時々水をそゝぎ、温かい日向に出しておくこと二三日目で芽を吹き一週間くら
ゐで生へ揃ふ。それを摘んで汁の實、つまみ菜、酢の物などにする。これを繰り返せば一家族が年中
新鮮な野菜にめぐまれる●簡單な製鹽法Ⅱ晴れた日の満潮時に岩間の清い海水二升を深さ二三寸、三
四尺四方のトタン鍋に入れ薪四百匁で煮つめると一合の鹽が取れる、ザルで干してアクを抜く●又一
法Ⅱ清い蘆を縦に吊し間断なく上から海水を注いで天日に干し、滴り落ちた分を樋(とゆ)で容器に流
し受け濃厚となつた鹽水を煮つめると大量の鹽が得られる●新鮮な野菜の箱作りⅡ底の水がはけるや

う木箱に土を敷き盆栽趣味をかねて小松菜、時なし大根、ちしや杯の種を蒔き日向に出して栽培すれば年中、汁の實、おひたし程度の新鮮な野菜にめぐまれる●砂糖いらすのお汁粉Ⅱさつま芋を湯でて搾りつぶしドロ／＼に煮たところへ同じく甘藷を大切りに入れて入れ今一度煮あげる●又一法Ⅱ干柿を細かく刻み、水でドロ／＼に煮た汁の中へ餅を入れる。

●食料飢餓を切抜ける新工夫(卅二種)

食料危機突破には米一粒も生命線、その

有利生活法いろ／＼●鶏に卵を澤山産ます法Ⅱ瀉利鹽を水で溶かした液で馬鈴薯を煮て與へる●餅のカビを防ぐ法Ⅱ桶の内側に酒を塗りて貯へる●小豆煎早く煮て燃料を節約する法Ⅱ笹の葉五六枚を入れて煮る●りんごを年中貯へる法Ⅱ檜と杉のカンナくづの中へ入れ空氣の流通を絶つ●茄子(なす)を澤山ならせる法Ⅱ初花は切りすて二度目の花の咲くとき澤山の肥料を施す●又一法Ⅱ植えた根の廻り二寸ほど隔て、硫黄花二三分を振りまいておけば二三倍の大きな茄子がなる●飯のくさらぬ法Ⅱ蓮の花を飯びつに入れておく●又一法Ⅱ唐辛し二三本を飯の上にのせておく●餅を柔らかかに貯へる法Ⅱ芋を大根おろしで卸し餅米に入れて搗く●米の虫を防ぐ法Ⅱ葉のある南天の枝を入れておく●又一法Ⅱ澱紙の袋に入れておく●氷を長く貯へる法Ⅱ氷のかたまりを古新聞にて包み、木箱に入れ空氣の通らぬやうにする●又一法Ⅱ鋸(のこぎり)くづの中に投じておく●南瓜(かぼちや)を澤山ならせる法Ⅱ灰を肥料とし、芯をつんで芽を澤山出させる●豆を柔らかかに煮る法Ⅱ重曹か、竹の皮か、青竹を入れて煮る、又は煮る前一晝夜ほど灰汁の中につけておく●野菜を柔らかかに煮る法Ⅱ午ぼろ、蓮、大根などは米の磨ぎ汁で煮る●筍のアタを抜く法Ⅱ重曹を加えて煮る●又一法Ⅱ唐辛し二三本を丸のまま入れて煮る●澤庵を美味に漬ける法Ⅱ大根と大根の間に蜜柑の皮を挟んで漬ける●かつを節の貯蔵法Ⅱ酒を少し塗つておけば虫がつかない●味噌の悪くならぬ法Ⅱ生松の皮を剝いで二三本さし込んでおく●

蛸(たこ)を柔らかかにゆでる法Ⅱ青竹を入れてゆでる●又一法Ⅱ煎茶を少し入れる●芋や栗の煮え癖を防ぐ法Ⅱ焼明ばんを少し入れる●大根のニガ味を去る法Ⅱゆでるとき米五六粒を投じる●植物の虫を除く法Ⅱそば殻を焼きて灰となし樟腦を混じて早朝に撒く●澱柿を甘く實のらせる法Ⅱ前年に木灰の汁を五六回その根に注いでおく●柿の年切れを防ぐ法Ⅱ柿は實のる年と取れぬ年とが出来る、毎年取るには樹に穴をあけ経節を打ち込んでおく●又一法Ⅱ樹に鋸(のこぎり)目を入れる●病鶏を治す法Ⅱ簡単な病氣なら木炭を砕いて與へると治るし又肥え太る●白水から糊の製法Ⅱ食料貴重時代に糊の原料は大切である。無意識に流し捨てられる一日三度の米のとぎ汁(しろ水)を桶に受けて溜め時々上澄を捨て、沈澱した粉精を乾かせば糊が出来る●炒り玄米の活用法Ⅱ玄米を鐵鍋か、ほうろくで、狐色よりは心もち強い位に黒く炒るとポリ／＼と香ばしくヘタな菓子より遙かに美味、これを小罐に入れ非常用に携帯外出すると、まさかの時は空腹が一食しのげる。喫茶店に入つても『お菓子はなにか』と訴へるに及ばぬ。但し玄米に限るので、もち米の玄米なら更においしく炒ると花のやうにはじける。但し白米や七分搗では駄目。炒りたて玄米に熱湯をそよげばコーヒー代用となり精力を増す。

●捨てる食品の美味再食法(廿一種)

果物の種や皮、魚骨など捨てるは勿體ない話

その美味な再食法いろ／＼●夏蜜柑だい／＼柚子などの皮Ⅱ乾燥粉末とし柿砂糖を加へて漉し出せばシロップになる●又一法Ⅱ同法で芥子煮、薬味たうがらしの臺、味噌汁の振りかけになる●又一法Ⅱ茹で、細かく刻めば砂糖漬、シヤム、煉り味噌、とんかつの衣、つくだ煮、ぬか味噌漬になる●りんごの皮と芯Ⅱ煮つめた汁が氷シロップやジェリーになる●古い果物Ⅱ初め強火、後トロ火で煮つめるとシヤムになり、カビや痛みなど少しも毒にならぬ●蒟(ふき)と午野の葉Ⅱ茹で、アタを抜き煮こむと佃煮になる●人蔘の葉Ⅱ若いところはおひたし、大きい所は胡麻よこしで美味となる●大根の葉Ⅱ

熱湯で煮れば佃煮となり、蔭干にしてモ一度煮れば、お惣菜になる●キャベツの固い芯細く刻んでシチューに煮込む●筍の皮の柔らかな所茹で、一分刻みにすれば甘煮や酢の物になる●かぼちや、西瓜の種乾燥粉末にして熱湯を注げば滋養飲料となり、鍋で炒ると胡麻代用となり、布袋に入れ煮出せば煮ばし代用となる●胡瓜(きうり)西瓜(すゐくわ)の皮漬物となり、細末にして煮込めば佃煮となる●馬鈴薯の皮その凍つた品一週間ほど水につけて乾燥粉末とすれば片栗粉になる●根三つ葉の根あらく刻み、唐辛しと共に油でいためると美味。また植えつけ乾かぬやうに水を注ぐと今一度新芽を吹く●紫蘇の根捨てずに植えて水を興へると又々新芽が出る●魚の頭白焼にしておくと鰹節の代用になる●鮭の頭の軟骨四五日二はい酢につけておくと酢の物となり、刻んで大根なますに入れると美味●魚の頭や大骨焼いて乾燥粉末とし鹽を入れると『振りかけ』となり、ぬか味噌の味つけとなり、骨のまゝ中味まで油で揚げるとコリ／＼と美味なり●魚の骨野菜屑と一しよに二時間ほどトロ火で煮ると滋養スープになる●いたんだ御飯乾燥して漬物に入れると麩の代用となる●昆布のだしがらぬか味噌または味噌の中に入れておくと美味。又つくだけ煮になる。

●火氣を用ひぬ薬草温灸製法と療法(七種)

祖先傳統のお灸が何ゆへ利くかの醫學的理由は

澤山あるが省略。併し肌をジカに焦がす従来の灸點は坪が分らず又、熱すぎるなど色々の難點あり。技にはホカ／＼と温かく心もちよく家庭で難にも治療できる薬草灸の製法を傳授す。その療法は専門技術を要せず、病人が氣もちの悪いと思ふ箇所へ据えると即時に心もちよくなる、それが快方への道程である●火氣を用ひぬ薬草温灸生芽、星芋、うどん粉、酢の四種を適量に摺りませ布に厚く塗つて首や肩につけると、暫らくしてホカ／＼と熱い高温度を發してくる。これで齒痛や肩のこり、打身などが治る。右の四品に更に松やにを交ぜると神経痛リウマチなど軽度の疾患には鍼灸以上の代用と

なる。一本のマツチすらいらぬ、絶対に火氣を使はぬといふ不思議な温熱療法であるから副作用の危険はない。併し之だけでは焦點に徹せぬ場合もあり、病氣はいろ／＼療法を變へてみるのも一策であるから以下は點火による療法を示す●ねぎ灸●ねぎを細かく刻みて摺り一錢銅貨位に丸めて患部にあて、その上から舊來のもぐさ灸を白銅貨くらゐの大きさにのせて點火する●にんにく灸●ねぎの代りに『にんにく』を摺りつぶして載せその精分の浸透を圖る●みそ灸●ねぎの代りに生味噌を臺にする以上三法の据え方は第一法におなじ●弘法大師藥草灸の製法●主眼は肌を焦さずに温熱を體內に浸透させ、惡氣を散じ鬱血を新陳交流せしむるにあり、その製法一ちり紙、わら半紙など粗品を鹽水にひたして乾かし直徑八分、長さ五六寸の棒に巻き、その上を糊をつけ西洋紙で巻く●又一法●直徑五六分の太さの枯れた桐の枝を五六寸の長さに切り其の一方に點火する仕組●又一法●上記の桐の枝くらゐの紙筒をつくり、その上から舊來の蓬(もぐさ)を少しづつ箸で突き込みて蓬の棒をつくる。以上三法の据え方は各種とも二本一組とす。棒の片方に充分マツチで點火し、火力強くなりたるを待ち半紙(ほうぐでよろし)を八ツ折として火にあて、包むやうにし、その上を手拭で今一度つゝみ病人の患部の肌にあてる、暫らくすると熱く感じるゆへ、熱さに堪へかねる一步手前で、据える位置を少しづつ點々移動させる。だん／＼火力が弱くなるから、そのとき今一本の點火せる豫備品と取りかへ斯くて新舊の二本を交互に使用す。半紙と手拭を薄く折つて着物の上より据えてもよいが着物を損じ、火力の浸透手間取り弱化するゆへ、やはり折り方を厚くし肌をジカに當てる方、效果的なり●又一法●棒状とせず舊來の蓬一つまみを小形の團子くらゐに丸めて一方に點火し、半紙二枚で巾着のやうに包み、その火力の方を肌を點々と當てるもよろし。病狀と患者の氣もちを酌み、いろ／＼試み一ぱん好適なるを推進持續すべし。

●無醫無藥の家庭皇漢治療法 (卅六種)

藥品も拂底、治療代も高價な敗戦下に手

軽な家庭での皇漢治療法いろ／＼●不眠症の治し方―不眠は健康の大敵。玉ねぎを脛のまわりに結びつけるか、又は新鮮な玉ねぎの香りをかいで寝るとスグ眠れる●口臭を去る法―胡麻を食うか又は酢をのむ●毒虫に刺された時―ハブの葉の絞り汁をつける●聲のかれたるを治す法―生芽と大根の絞り汁を合せて飲む●耳の中に虫が入った時―葱(ねぎ)の汁を『紙より』の先につけ差し込むと死んで出る●便秘を通じよくする法―毎朝、冷水を茶わんに一ぱい飲む●煙草に酔ふた時―味噌をなめる●鼻血を止める法―酢を鼻の穴に吹き込むか、又は清水を鼻から吸ひ込む●口中や舌のたゞれた時―蜂蜜をつける。それが無ければ茄子(なす)のヘタを黒焼にした粉末をつける●蝸に刺された時―枇杷の實を黒焼とし胡麻の油でこねてつける●ちどれ毛を治す法―桑の葉と麻の葉の煎じ汁で毎日洗ふ●眼に塵の入った時―紙よりの先に綿をつけて差し込む●蜂に刺された時―寶丹か、アンモニヤか、煙草のヤニ又は菊の葉、朝顔の葉の絞り汁、里芋の莖の汁をつける●頭髮の脱落を防ぐ法―桑の白皮を煎じて毎朝洗ふ●食物が咽に詰つた時―酢が、大根おろしか、辛し湯を呑む。それが無ければ肩胛骨と肩胛骨の間を拳で強く打つ●又一法―自分の背を見るやうに頭を後方へ向ける●劇毒薬を呑んだ時―取り敢へず石けん水か牛乳をドン／＼呑んでから醫師に駆けつける●かさぶたの療法―椿の油を塗る●血どめの妙薬―土用中に桐の葉を蔭干としておいたのを附ける●凍傷(しもやけ)―蝸を煮た湯に鹽を加へて洗ふ●犬に咬まれた時―生芽の絞り汁か、又は醬油を塗る。狂犬の疑ひあらば直ぐ醫師へ●魚骨が咽に立つた時―生卵を一氣に呑む●魚に中毒した時―ヒマシ油を水に浮べて呑む●ひど薬―スリンを塗る●脚氣薬―萬年青(おもと)を煎じて飲む●いぼを取る法―硝酸銀をいぼにつける●鼻の腫れ物―杏仁を搾りつぶし乳汁にまぜてつける●いんきん田むし―洗いて濕氣を去りサルチル散を

つける●トゲが刺さりてドウしても取れぬ時―熱き粥(かゆ)を布袋に入れ、局部を温め、膿を持たせて切開して抜く●耳鳴りを止める法―酒かアルコール二三滴を耳の中に落す●乳の出る法―胡麻を炒り鹽を少しまぜて飲む、又は小豆を煎じて飲む●鼠に咬まれた時―鶏冠雌黄の粉末をつける●酒に酔ひて苦しき時―壁に向ひて深呼吸す●あさを抜く法―青とんぼをつぶした汁をつける●下痢を止める法―燒鹽、懷爐、湯こんにやく等にて下腹を温める●漆にかぶれた時―蟹(かに)をつぶしてつける。

●發明品類の自宅製造法 (廿七種)

一々金をつかはずに自宅で出来る日用品いろいろ

ろ●くさらぬ糊―水一合に明ばん一勺を水に溶かし、うどん粉で掻きまぜ、半さじ程のアラビヤゴムを加へ磁器にうつし冷へた處に置く●又一法―作つた糊に明ばん丈けを入れても相當き目あり●蛋取り粉―除虫菊を蔭干しとなし粉末にする。莖は蚊やり線香の代用となる●顯微鏡の即製法―こわれた寒暖計の水銀壺に水を入れると數百倍に見える●紙革の製法―こんにやく玉を茹で、どろ／＼に摺り刷子にて奉書紙のやうな水を吸ひ込む紙に塗り、乾かしてから石炭水で煮る●ボヤ消しの消化液―粗製鹽化カルシウム廿匁、食鹽五匁、水七十五匁の割合で混和し、こわれ易い瓶に入れておき、いざ火事の場合、火中に投げ込む●蚊やり線香代用品―除虫菊の花を乾かして焚くと蚊はバタ／＼落ちて死ぬ●石鹼の造り方―アルカリ鹽を微温で溶かし、油(油なら何でもよろし)を等分に混和しトロ火で煮固まらせ、灰汁を油の二倍入れて掻き廻し、火を引いて冷めたとき型に入れて蔭干とす●肝油の製法―鱈の肝を桶に入れて自然に流れ出させる。これは上等品なり。そのカスを温めて絞りとるは臭氣ありて茶色の下等品となる●洗ひ粉―糠(ぬか)又は小豆の粉末を布袋に入れて使へば石鹼の代用品となる。滑石少量を加へると更に有効●氷の製法―桶の中に良水を満たし、更に大なる桶に入れ、外部の桶と内部の桶との間に結晶硝酸アンモニヤを充たせば内部の良水は、氷に結晶する●紙でハンカチ

製法Ⅱウルミと寒天を等分にまぜて湯にとかし、厚紙に塗り、天日に乾かすと水や湯にも堪へるハンカチが出来る●復寫紙の製法Ⅰ豚脂、蜜蝋、油煙を同量に混和し溶かして煉り、その液を温めた紙に塗り、布で浮いた塗料を軽く掃き取る●桑の皮から綿の製法Ⅰ桑の皮を三日間、流水にひたしヘラで黒き外皮を剝いでセイロウで蒸し、灰汁で煮た後たび／＼水にさらして打ち碎き、天日で乾かし綿弓で繊維を弾解すると立派な綿が取れる●スタンブインキ製法Ⅰ酒精とリスリンをまぜて好みの染料を加へる●萬年水書草紙の製法Ⅰ洋紙を浸食子液にひたしたうへ蔭干となし、細末の緑礬を摺り込み、次に細末杜松脂を塗ると完全な耐久品が得られる●又一法Ⅰ畑中の黒土を摺り稀薄な布のりで煮た液を洋紙に塗りて乾かす●インキ消し液Ⅰ鹽酸三分に水七合を溶かす●マツチの代用品Ⅰ近頃はマツチの供給が途切れて不自由するが、鱗寸は鹽酸加里など藥品十種を要し素人には困難。そこで途切れた場合、又は節約法としては老眼鏡または擴大鏡にて太陽の焦點をとり線香タズか黒色の紙、布に點火し附け木に燃やす●又一法Ⅰ煙草の火なら前記の焦點で點火す●又一法Ⅰ無人島の漂着などにて擴大鏡なき時は平面のガラスに水滴を盛りても焦點で火氣を得る●又一法Ⅰ電氣コンロから紙片か附け木に點火す●又一法Ⅰ瓦斯の上で火打石を打ち瓦斯に點火す●又一法Ⅰ火打石の發火を『いちび』麻の皮を剝ぎたるカラを消し炭とす、又は蒲の花に焰タズを交ゆに取、附け木にうつす●附け木の製法Ⅰ硫黄を熱氣で溶かし古ハガキを細長く切つた先につける●インキ代用品Ⅰインキは種々の藥品の化合を必要とするが、さうせずとも好みの染料を薬店より求め來り、湯にて溶かしアラビヤゴムの溶液を加へる。之を加へないと、じむ●又一法Ⅰ濃度を強くし之にリスリンを加へるとスタンブインキが出来る●又一法Ⅰ硯で墨を薄目にすり墨池にペン先をつけて書くと立派な即席黒インキ代用となる。

●廢物から生産經濟法（九種）

敗戦下經濟力を増強せしむる創意工夫いろ／＼●廢

品から蠟燭の代用品Ⅰ胡麻の莖は脂肪素が多いから三週間ほど水に漬けた後、天日で乾燥し適宜の長さ切つて貯へおけば、夜間ろうそくの代用品として早く燃え切らず光力も強い●梅の葉利用法Ⅰ梅の實は梅干として貴重であるが、梅の葉も亦た紅染の原料として活用される。また米びつに入れておくと虫を防ぐ●銀杏の葉利用法Ⅰいちやうの葉を蔭干となし書籍の間に挟んでおけば紙魚（しみ）を防ぐ●朝顔の葉Ⅰ虫にさゝれた時でも塗ると効果がある●魚腹から膠の製法Ⅰ頭尾骨、臟物など魚類の廢物を壓し器で汁を絞り取り鐵鍋で煎じつめ乾燥させると粘着力の強い膠（にかわ）が出来る●芋屑で洗濯水の製法Ⅰ馬鈴薯の切り屑を大根卸して摺りつぶし、熱湯でとかし洗濯に用ふれば石鹼同様の效力がある●午ぼろ水から石けん水Ⅰ午ぼろ水を柔かくするため浸しておいた水に、豆腐水を加へ壺に入れ密閉しておくと一年後には醱酵して絹布、毛織物に有效な石けん水となる●鶏糞から洗濯水Ⅰ鶏糞を清水に投じて柔らかにし炭酸曹達を和して多量の水で溶解する時は汚點、垢じみの落ちると洗濯石鹼以上●古手拭ひ活用法Ⅰ簾のやうになつた古タオル二枚を薄手の雑巾くらゐに合せ縫ふて入浴専用の手拭ひにする。

●物資不足時代の經濟生活法（卅七種）

新生日本への忍苦生活には、先づ手近な

身邊から創意と改善が要請される。即日から實行できる方法いろ／＼●蠟燭徳用法Ⅰろうそくを紙片で巻くと上部に凹みが出来て蠟が流れぬシクズ蠟を凹みに入れて使へるから經濟的●又一法Ⅰ鼻の油をろうそくの周圍に塗る●米を早く搗く法Ⅰぬかを水にひたして玄米に入れてつく●炭のバチ／＼はねない法Ⅰ鹽少量をふりかけるか、又は水にひたし乾かして用ゆ●海水で鹽氣なき飯を炊く法Ⅰ飯椀をさかしまにして釜の底に伏せ、その上に米を盛りて炊く●新らしき鍋や釜のカナケを抜く法Ⅰ新調の鍋、釜の中で葉（ワラ）を燃やし、灰を捨てた内側に油を引きトロ火で乾かす●又一法Ⅰ最初に芋か

ザクロを煮る●双物のサビを防ぐ法●炒つた米糠の中に双物をさし込んでおく●油虫を驅除する法●油虫の居る處を硫黄でくすぶらせる●砥石無しで双物をとぐ法●茶碗の糸尻か煉瓦で砥ぐ●刀劍のサビ止法●椿の油を塗つておく●古畳を洗ふ法●炭酸曹達水をブラシにつけてこすり次に乾いた布で拭く●又一法●豆腐の湯にて拭く●蟻を防ぐ法●若布(わかめ)を水煮にした汁を蟻の出る場所に撒く●器物なしで飯を炊く法●地下五寸ほど掘りさげ、コモに包んだ米を埋めた上で火を焚く●眞鍮を美しく磨く法●豆腐(とうふ)の湯で洗ふ●木炭を永く有利に使ふ法●炭俵の上から水を注ぎかけ、乾かしてから使ふ●鶏卵の貯蔵法●灰の中に一つ／＼並べ埋めておく●二ヶ月はもつ。又、水一升に石灰五十匁を入れ、その中に沈め、椽の下に置く●五ヶ月は保つ●又一法●一個々々に石炭水又はアラビヤゴムを塗り乾かしておく●ガラスを切る法●水中にて鉄で一隅より少しづつ切り落してゆく。軟質のガラスなら面白くほど望み通り切れる●又一法●眞つ赤にした焼火箸を目的の線に當てる●又一法●火打石(石英岩)の尖端を定規にあて、切る●みゝすの驅除法●出る場所へ石油少量をそゝいでおく●トゲを抜く法●松葉を摺りて附ける。又は甘草を嚙んで付けておけば自然に抜ける●紙についた墨汁を除く法●大根を薄く輪切となし、その切口を墨のついた處へ當て上から押す●齒を白くする法●竹の葉を黒焼にして細末とし磨く●蚤よけ秘法●樟腦油を燈火しておく●醬油のカビを防ぐ法●唐辛しを碎き布袋に入れて浸しておくか又は燒鹽を投入しておく●古い麥藁帽子の更生法●豆腐を作る時の苦汁(にがり)又は「豆腐から」を布袋に包んで洗ふ●墨壺の墨汁の乾かぬ法●少量の味淋を入れておく●障子紙耐久法●雨のかゝるところの障子紙は蠟の代りに、こんにやく糊を引いておく●夏の夜の寝苦しい時●莫蓮の上に敷布をしるか、敷布の上に莫蓮をしいて寝ると安眠できる●靴を長持ちさせる法●豆腐のオカラを布に包み時々拭いておく●什器の臭氣を抜く法●手先でも食器でも番茶をいぶしてその煙にあてる●糖味噌の酸味を美味にする法●生大豆一にぎり搔き込んでおく●卵の殻●粉末

にして砂糖と煉つておくと止血め用の膏藥となり火傷には特効藥なり。又くだいて施肥すれば、おもと、草花、野菜の有効肥料となる。畑土に埋めても肥料の足しになる、決して無駄に捨つべきでない。

●廢品活用の主婦重寶集(廿二種)

塵芥は燃料に、アトは肥料に——との觀點に立

つ限り世の中に廢物なし、そこで絶對安價生活法が成立つ●古洋傘●赤ちやんの蒲團、洋服の裏地、つぎ合せ帯、炊事用前かけ、洋服カバーになる●古麥わら帽●子供の上ばき、たび底や靴の中底、ほぐせば腰紐、たすき、バンド、だて巻になる●古い革靴●ゴム靴●スリッパ、靴下カバー、足駄のつぎ皮風呂の薪代りになる●古ハガキ●附け木、靴ベラ、ふすまの破れ目の芯になる●古手紙●手習ひ用半紙代り、臺所用メモ、計算用ノートになる●古新聞●着物の芯紙、革紙代用、眞鍮みがき、火種用、衣類の包み紙にすると虫がつかぬ●買物の包装紙●テーブル敷、衣裳莫蓮、家庭莫蓮、趣味封筒、祝儀袋や月謝袋になる●古ハトロン●買物袋、三つ組にすると細引代り、蒸し焼用包み紙になる●孔の明いたアルミ鍋●更にブツ／＼孔を明けて蒸し鍋の中段に。同じく目ザル代用に。又ふる鍋は火落しのこわれた七輪にのせると、コンロが再生する●古割箸●のり巻用すだれになる●古金網●下水ふさぎ、水をかけた消炭の乾燥臺になる●玉子から●ぬか味噌止になり、燃料に入れると火力を強くし、揉みくだいて布袋に入れ、水につけると絹物の洗濯に特に有效なり●蜜柑の皮●洗濯に使ふと石けん以上、髪洗ひには洗ひ粉以上です●そば、うどんのゆで汁●髪洗ひに有效●女學生用古靴下●締めやす

い紐、丈夫な脚絆、虫干しの綱、ふだん用帯揚になる●男もの古靴下●下着の袖口、羽織下、椅子ぶとん、繕ひ糸になり、毛糸編に再生する●古ネクタイ●婦人用バンド、座ぶとん、洋傘袋になる●古半えり●赤ちやん蒲團、上品な帯締、腰紐、羽織下帯になり、帯に再生する●古ワイシャツ●子供用食事前かけ、食卓用ナフキン、エプロン、枕カバー、カーテンになる●古毛布●防寒用シヨール、お

ひつ袋、綿代用品になる●古蚊帳―包み紙、窓の金網代り、粉ふるひの底になる●屑糸や屑毛糸―毛布の代用品、チヨツキや胴着、絹織物、抜き糸になる●煙草の吸がら―ナフタリン代用、驅虫劑になる●乾電池の廢物―中の亞鉛棒が鉛筆の代用になる。

●タバコ不足を解決する代用タバコの製法

煙草の拂底時代に代用タバコの研究―。タバコは煙の香氣を愛喫するのであるから、タバコの葉でない限りタバコ自體の香氣はないが、その香氣とは習慣性の欲求で、外の葉にそれ以上の香氣なしとせぬ。時々他の植物の違つた香氣を鑑賞するのも一興であらう。または非タバコの香氣がほしいなら他の植物に一二割のタバコ屑を交せて不足時代を凌いでゆく道もある。古來われわれの祖先はいろいろの代用タバコを愛用してきた文献が残つて居り、今日でも農山漁村に實用化されてゐる。その代用タバコとして取り上げられる種類は虎杖(いたどり)の葉、朴(ほう)の木の葉、栃の木の葉、柿の葉、山ぶどうの葉、葛の葉、桑の葉、山午ほうの葉、大豆の葉、桐の葉、里芋の葉、松葉、山歸來の葉、落(ふき)の葉などであつて、その何れにも特異の持ち味が感じられるは面白い。中でも松葉は強烈であり、栃、落、柿の葉にはクセがなく、山ぶどうの葉が最もタバコに近い感觸を興へる。以上は何れも生理上、無害だが蓬(よもぎ)の葉だけは頭痛を伴ひ、有害とされる。さて之を喫煙するには一種類もしくは數種類を交ぜるもよい。簡單な話なら、山野から取つて來て喫すればよいが、大量に本格化する製法としては、摘み取つた葉七貫目が五貫目になるくらい即ち八分通りの蔭干となし、釜に水を入れてセイロウで蒸し、葉の色が赤くなるを待ち、冷却して晝は棚に並べ、夜は草か石の上にひろげること二三日で、タバコのやうに柔軟となるから、それをキセルに詰め、又は手巻にすればよい。茲で研究を要することは正銘のタバコも産地別で質の良否と持味に若干の相違はあるが、金口にせよ一本何十圓の葉巻にせよ、元の葉そのものにアノ高貴な味があ

る譯でなく、香料その他の加工で貴重化されるのである。そこでこの代用タバコも製造に多少の工夫を加へるとよい。それには本格タバコの屑を溜めておき、釜で蒸すときに一割でも二割でも交ぜると本格的なタバコの香氣を伴ふ、それから味をよくするために、手に入るなら硫酸ナトリウム、重炭酸曹達、丁子、薄荷、グリツコー等を見計らひ投入するとよい。揃はねば一品でも二品でも交ぜるならば、それだけ優良化する。

●塵芥から代用燃炭即製法

戦時中の亂伐をうけて燃料の不足は當分つゞく。塵一點も即製燃炭に代替する新發明―。水は低きに流れ火力は上昇するが、熱氣は下へも下る。火鉢の強火で塵を焦がす所以。毎朝のゴミ、庭掃除で少々土や枯葉も歡迎、それらをゴミ箱へ運ぶ代りに溜めておく。栗の皮、柿の種、木くづ、竹切れ、糞がら、など可燃性なら何でもよい。密度強き程よろし―。毎朝、火鉢に火をつぐ時、藥罐一個が入るほどに思ひ切つて深く灰を掘り下げ、その空地一ぱいに充分力強く右の塵芥を何でも構はず押し込む。その上に炭火をおこしてもよし、焚火にても可、塵一面に點火しておくといふ火力はだん／＼下降し、夜十時ごろ掘返してみると、上層は白い灰でも下一面は藥罐大の眞つ赤な火だるまとなつてゐる。尤も途中で掘返すと、それだけは灰となり、元には戻らない。來客などの時、灰の上に炭を置けば火種不用で赤くなる。表面一ぱいが火となつた限り臭氣も煙も絶対に昇らず、昇る分が火力化する。これを代用塵炭と名づく。この塵炭だけでは沸騰點には達せぬが、湯が冷めない程度の埋み火代用となり一日分の炭代が助かる。塵芥中に木片があるなら立派な木炭と化して働く。馴れてくると、塵はないかと家内中を探すやうになる。

●食料の大敵、鼠退治法(九種)

貴重な食料を食ひ荒す鼠の退治法いろいろ●封じ

手―鼠の通路に、こんにやく玉を置くと逃げ去り再び来ない。又一法―鼠の出る穴に布のりを詰めておく。又一法―生松葉一つかみを逆に詰める。又一法―鼠のあばれる場所に栗のイガを並べておく。殺鼠剤の製法―燐二匁、澱粉八匁の割合で、熱湯でこねて團子となし通路にころがしておく。食うてミイラになる。退散法―獲れた鼠をそのまま金網に入れ、餌を與へて飼ひおけば他の鼠は恐れて退散す。又一法―生け捕つた鼠に針金で小鈴を縛りつけて放つ時は、その鈴鼠のチリン／＼とうるつく間は他の鼠はおそれ、その家より退散す。猫いらす別法―沈降性炭酸バリウム五匁と吐酒石一匁をまぜ、パン屑を加へグスリンで丸薬に煉り、油で煮上げる。捕鼠仕掛―金網、ベネ仕掛、掛落し等は知られてゐるが、誰にも出来る百發百中の簡易法は藁または深い桶に七分目まで水を満たし、水上一面に粗がらを浮かせ、木片を舟にして香氣強き餌を載せておく。そして床から桶の縁へ板を渡し、その上に鼠の好きな油で線を引き導入線としておく。水面が見えたと鼠が飛び込まぬから粗がら（無ければカンナくづ、又はチリ紙等）を浮べておくのである。鼠は餌を目めてに水中に飛び込むと、水が深く跳躍臺が無いから逃げられない。

●廢品修理用の接合劑製法（十三種）

家具什器、臺所器具、日用品など一旦破損すると新品がなか／＼買へない。賣品はあつても高價で近寄れない。之を家庭で修理する接合劑の作り方―。但し接合劑一種で、何んでもクツ着くといふのはウソで、目的品種が違へば製劑法も異なる。且つ製劑した時スグ使はねば無効な場合が多い。それから原則的な注意としては糺き目に塵芥や油があつたり、使用量が多過ぎると失敗しやすい。接着せしめてから糸か紐でグル／＼巻に強く縛つておくこと。陶磁器せと物の接合劑―鶏卵の白味と少量の石灰粉を混合する。石灰の代りに石膏粉を用ふるもよろし。ガラス鏡など透明體の接合劑―藥品カナダベルサムを接着面に塗る。濃度が強すぎ

る時はテレピン油、ベンゼン等にて稀釋すべし。又一法―強力接合を必要とせぬ品（裝飾品など）ならば南瓜（かぼちや）の軸を叩きて得たる粘液にても着く。又一法―アルコールで膠を溶解する。水中又は水氣を伴ふ木石金屬ガラス接合劑―密陀僧十匁、石膏粉十匁、白砂十匁、樹脂一匁を混じりオイル油にて固く煉る。但し接合後三日間は水中に入れない事。その後は水中にても硬化接着は永續する。大理石の接合劑―硫黄華一匁、鹽化アンモニヤ二匁、鐵粉十六匁を粉碎し混合して貯藏しておく。接合にあたり此の混合物一匁と更に鐵粉廿匁とを水にて煉り糊状となして用ゆ。二十日間にて硬化し鐵同様に堅牢となる。鐵及び石の接合劑―ポートランドセメント六匁、生石灰粉一匁、砂二匁、消石灰一匁を水にて煉る。目的物をあらかじめ糺ほしておくこと。この法により鐵と鐵、鐵と石、石と石など何れにも共通し石材同様の硬度となる。器具の接合劑―小刀とか庖丁などの刃物が柄から離れた時は樹脂十二匁、硫黄八匁を煉り此の粉末二匁に鐵粉一匁の割合で混和して孔中に充たし、刃物を熱して挿入し冷却する。金屬と革の接合劑―金屬の方は膠の溫溶液にて濕ぼし、革は五倍子の煮出し液にて浸し、冷却せぬ間に接合せしむ。金屬と布の接合劑―金屬の表面に鉛白製ベンキを塗り、乾燥硬化せしめた所へ、膠を湯にとかして、少量の酢または酢酸を加へたものを塗りに其の上より布を貼附す。布、革、調帯の接合劑―麥酒三合とロシヤ産魚膠（アイシングラス）十六匁を煮沸しオイル油二匁を加へて掻き廻せば冷却すると彈性ゴムのやうになる。使用のとき膠の粘り氣になる迄に麥酒で溶解して糺目に塗る。重ねた後一夜間ほど重石を載せておく。革と革の接合劑―目的品を約十時間、水に浸してから煮沸シタンニンを加へると粘度を生じて卵白のやうになる。そこへ阿膠とアメリカ産魚膠（アイシングラス）の混合溶液を熱いまゝで革を削りて塗る。乾燥後は固く附着する。木材、ゴム、金屬の接合劑―粉狀シエラックをその十倍のアンモニヤ液に浸しておく初めは泥狀なるも三四週間後には全く溶解する。之にて彈性ゴム板、木材、金屬が相互にでも又は同質同志にでも接着する。

●衣類の汚點シミ拔法(廿四種)

衣服その他の大切な品に着いた汚點(シミ)は一

法にて總べてを抜きかねる。汚點の種類により各別法あり●大抵のシミアルコール六、アンモニヤ一、水二十の割合の混合液を用意しておけば大抵のシミは抜ける。しかし完全を期する各別法●インキのシミ●着いたばかりの時なら牛乳をにじませた綿で抜ける。それで抜けない時は修酸一つまみを茶わん一ぱいの微温湯にかした液で鐵分をとかしてから水で洗ひ石けんで軽く揉む。木綿、麻、人絹、スフ様の白地ものは晒し粉一つまみをコップ一ぱいの水でとかした上澄液でおちる。但し色物は晒し粉で染色が抜けるから御注意。赤インキならアルコールを塗り熱い牛乳で洗ふ●又一法●水一合に醋酸または梅酢四五滴を落して洗ふ●油のシミ●大根卸しの汁へシミの部分を入れて揉みアトを熱湯で洗ふ●又一法●汚點の個處で布のりを包み湯で洗ふ●果實やコーヒの汚點●グリセリンを塗つておき暫らく後に温湯の石けん水で洗ふ●又一法●十倍のオキシフル液で洗ふ●牛乳の汚點●大根おろしで洗ふ。廣く着いたものは糠袋で溶いた温湯にひたしておいて水洗ひする●鐵さびのシミ●修酸一さじを熱湯でといた液に入れておくと消える●酒、ビールの汚點●着いたスグなら煙草の烟を吹きかける。併し長く放つておいたものはアンモニヤ液に暫らく漬けておいてから前法を行ふ●大島紬や黒紋付のシミ●蜜柑の汁や酢がつくと變色するから、一つまみの粉炭を茶わんに取り、その上澄で洗ふ●醬油や味噌汁、煮物のシミ●直ぐならハンカチで嚙んでしめし汚點を拭き取る。廣いシミなら口に水をよくひいて取る●泥のシミ●食パンでこするか、ブラシで拭く。生地にしみ込んで取れぬなら布のりを脱脂綿にしめして拭く●テール掛のシミ●食鹽水が大根卸しで拭く。直ぐなら含み水で取る

●墨汁のシミ●大根汁か、石けん水で洗ふ。小點なら飯粒をもみつける●血の着いたシミ●熱湯に蘇物、僅少なら冷水で洗ふか、唾をつけ白布でもむ。一旦乾いたものは生芽汁をつけるか、大根を二枚に切り裏おもてで挟み重石をのせ二三回とりかへる。木綿物ならアンモニヤの微温湯で洗ふ。大量なら曹達水で洗ふ。絹や毛織物ならアルコールにマルセル石鹼を少し加へた液で洗ふ。純白品は漂白劑で洗ふ●煙草のヤニ●生味噌を水にといて洗ふ●衣類のカビ●枇杷の種の粉末、又は梅の葉の煎じ汁にて洗ふ●ペンキ樹脂のシミ●テレピン油かベンジン油で拭き取る●ニス汚點●アルコールで拭く●蠟のシミ●熱灰を紙に包んでこする●膏藥のシミ●揮發油で拭くか、温湯の硼酸液で洗ふ●不明のシミ●揮發油で試み、次にはアルコール又はアンモニヤ液で洗ひ、それでも落ちない時は漂白劑で洗ふ。

●便利な料理秘傳集(十四種)

丸い卵も切り様で四角、不足な食料も工夫一つでおい

しく營養がとれる料理秘傳集●かたい下等肉●酢を入れると柔らかくなる●にしんの滋味●煮るとき火箸を焼いて四五回かきまわすと取れる●ほし椎茸を生(なま)にする法●砂糖水につける●わらびせんまいを柔らかかに煮る法●火鉢の灰でアクを出し鱈(あじ)の煮汁で煮る●菊(竹の子)の湯で方●皮のま●ぬか』と一しよに湯でるとアクが取れて柔らかいになる●章魚(たこ)を柔らかく煮る法●鹽水で洗ひ全體を大根で叩き、その大根と共に湯に入れる●松茸の毒の消し方●少々古いもの痛んだ品は豆腐か茄子と一しよに煮ると中毒を防ぐ●午剪を柔らかく煮る法●ぬか又は米のとぎ汁で湯でる●青菜の湯で方●湯の中へ鹽一つまみを入れてサツと湯でると青々と綺麗でアクが取れ營養が逃げない●里芋のえぐ味の抜き方●山しやう一つまみを入れて煮る●馬鈴薯の榮養の取り方●皮を剥いてから煮たのでは不經濟。熱湯に入れてから皮を取る●するめを柔らかかに煮る法●濕つた薬に包み四五枚重ねて叩く●油に火の入つた時●青菜を投げ込む●そら豆の皮をむく法●そば殻で煮てかきまぜる。

●大切な食料の貯蔵法(四種)

と色も味もかはらぬ●又一法、濕氣のない冷たい所へ炭の粉と共に貯へておく●果實、水分と炭酸瓦斯が逃げるやうに風通しをよくし暖い時は氣温をさげてやる●野菜、ねぎ、大根は暖い所へ穴を掘り土で埋めておく。人蔘は葉を取り縁の下に乾いた砂をかけておく。玉ねぎは縄でくくり風通しのよい所へつるす。馬鈴薯も同法。里芋は日向に穴を掘り逆にして糠(ぬか)の中へ入れておく。

●瓦斯と電氣の徳用法

一戸一日の徳用率は小額でも一年に積れば大きい、況んや全國民一齊となれば國富は莫大となるその経済的な使ひ方——。共通して言へることは、鍋釜の底が光つてゐると熱をハネ返すから損、新品やツル／＼には黒いエナメルか、無ければ墨を塗つても熱度吸収が二三割は徳になる。さて瓦斯の場合——。瓦斯器具は風の當らぬところに置く、風が當るだけ火力が逃げる。焰が青色なら完全燃焼。もし赤色か白色なら瓦斯は不良消費ゆへ空氣窓を調節する。無暗に焰を大きくしても効力はない、一ぱいに出して焰が横に反れてゐるのでは瓦斯代金はフイ。青い焰が鍋底に當つてゐれば完全。鍋底を濡れたまゝでかけるは不経済。すべて煮物は煮立つまでは火力を強く。煮立つてからは弱くしても同効力。いつも鍋をかけてから點火し、止めてから鍋をおろす。火口でなく元の栓を就寝前に必ず締める、これは危険豫防のためにも大切。次に電氣の場合——。瓦斯や炭と違つて焰が出ないから鍋や釜底が熱板にピツタリ着くことが大切。丸底の鍋釜では周圍が離れそれだけ熱量が損。また電熱はスグ熱がさかない代りに餘熱を引くから隙間なく手順よく熱を利用すること電熱器に鹽氣のお汁をこぼしたり、直接タバコの火をつけると損じやすい。

●廢品活用 製法秘傳三百種(畢)

●食物の食合せ中毒と其の急救療法(四十七種)

食物の食ひ合せ中毒は、胃腸に入つて後の化學的變化であるが、萬人共通なるあり、特異質の人だけに起る場合あり、偶發を共通と考へた傳説に過ぎぬもあるが、君子は危きに近寄らぬがよろし、その症狀と對症即時療法●猪の肉となまづ胃腸激痛○芥子とかぼちや心臓けいれん○柿とたこ腹痛○かやの實とえんどう豆○下痢○さんまと水くわ胃激痛○柿とかに命に拘はる——以上五症は櫻の皮を煎じてのむ●伊勢えびと猪の肉命に拘はる○わらびとえんどう豆胃痛○きぢ肉と茸嘔吐○なつめと葱心臓けいれん○うなぎと銀なん中毒○うどんとなつめ腹痛○熊の膽と數の子心臓けいれん○あづき飯とふぐ命に拘はる○ふぐと菜づな命に拘はる○えびとうど心臓けいれん○水くわと干たらけいれん——以上十二種は、つはぶきを煎じてのむ●猪の肉と鯉けいれん○蜜柑と蛤腹痛○鹿の肉とくるみ胃痛○油揚ときうり胃痛○鹿の肉と鯉——以上四症は柿の葉を煎じてのむ●えびと

綠青命に拘はる○にしんと桑の實○蟹と炒豆腹痛○卵とんにくけいれん○八目うなぎと酢胃痛○豚肉と生芽出血○甜とからし不快○きうりとこんにやく腹痛○えびと牡蠣下痢○さつま芋と金柑腹痛○かぼちやと寶丹苦痛——以上十症は食鹽水、又は石けん水をのむ●蟹とあづき飯腹痛○兎肉と人蔘高熱○薄荷と馬鈴薯胃痛——以上三症は酢をのむ●松茸と蛤腹痛○生米と茸心臓苦痛○ほうれん草と茸胃痛○うづら肉と茸命に拘はる○水くわと熊の膽吐血——以上五症は茄子(なす)を煎じてのむ●うなぎと梅干胃痛○さばと李(すもも)胃痛○まぐろと青梅胃痛○いれん○あわびと青梅危険症——以上三症は梅干の黒焼をのむ●鴨の肉と山芋胃痛○そら豆と青梅腹痛——以上二症は梅干の熱湯をのむ●田にしとそば胃痛○さつま芋とセメン腹痛○雀の肉とくるみ命に拘はる——以上三症は生卵をのむ。

50
01

● 黒焼處方療法と製造法

玄米を黒く炒りて熱湯を注ぎたるを支那の古書に「淫湯」といひ、不思議に精力根氣を増すと云へるは黒焼の神祕と効能を暗示する。江戸傳統の黒焼が一種の皇典藥として、特種療法に推賞せらるゝこと所以あり。その製法は土器か『ほうろく』のやうな素焼二枚を合せ、原料を入れて皿が離れないやう針金で十文字にし、合せ目を泥で目張りす。次いで炭火の中に埋め、兩面からジワ／＼と加熱す。初めに蒸氣が出て、次ぎに煙が出ると火を引き冷却す。燒き過ぎて灰にしたのでは何にもならぬから強火は禁物。その藥効の對症と原料の種類――

- 感冒にみえず
- 腸病に山鬼の頭
- 疥癩に餅又はたにし
- 下痢にひばり
- 脚氣にりんご
- 痔疾と助眼にすつぽん
- 陰萎と糖尿病にすつぽん
- 小兒の夜泣と疳の虫に孫太郎虫
- 消かちに赤がま
- 神經痛とリウマチに鱧の頭
- 外傷にむかで
- 胃病にたにし
- 腸病に猪の胃
- 腎臟病にかま切り
- 便秘と疝氣に木鼠
- 黄だんにしどみ貝
- わきがにしきみの木
- 凍傷にからす瓜
- 腫れ物に鱧のうるこ

(以上は病氣を見て燒くやうな洗繩式では原料がオイそれと手に入らぬから、平素に原料が見つかれば入念に溜めてヒマな時に燒いておき、病人があれば人助けに施すをよろしとす)

昭和廿一年四月十八日印刷
昭和廿一年五月三日發行

本書代価一本
¥ 2.00

著者 榮養經濟研究所
編輯 右代表者 眞繼義太郎
登錄 著者 眞繼義太郎
有萃 著者 眞繼義太郎

印刷所 新興印刷製本株式會社
發行所 埼玉縣比企郡大岡村上岡
發行 眞繼義太郎

卸買歡迎――祖國の經濟的崩壊救済のため此の小冊子が全國的に一戸一冊の普及を念願してやまず本書の頒布に御協力下されんとする御方は返信料附お中込乞ふ御對引等、御有利に回答す

東京部神田區神保町三丁目十一番地
(日本麵類業組合聯合會編輯部分室)

發行所

日本佛敎新聞社

電話 九段三三八一〇番
電話 東京一五八六〇番

(進呈 出版書目進呈)
右宛御申込乞

(本書の活用法――) 一應御通讀の時これと思ふ箇所に朱線して、該當する廢品が見つかると從ひ一つの箱に溜めておき、洗繩式でなくヒマな時に作つて活用して下さい)

終