

田正輯  
中幅

衛生一斑

全

37

658

大日本教育會館

一	二	三	四	五
册	九	架	架	函
號	號			

自函架號

458  
058

田中正幅輯

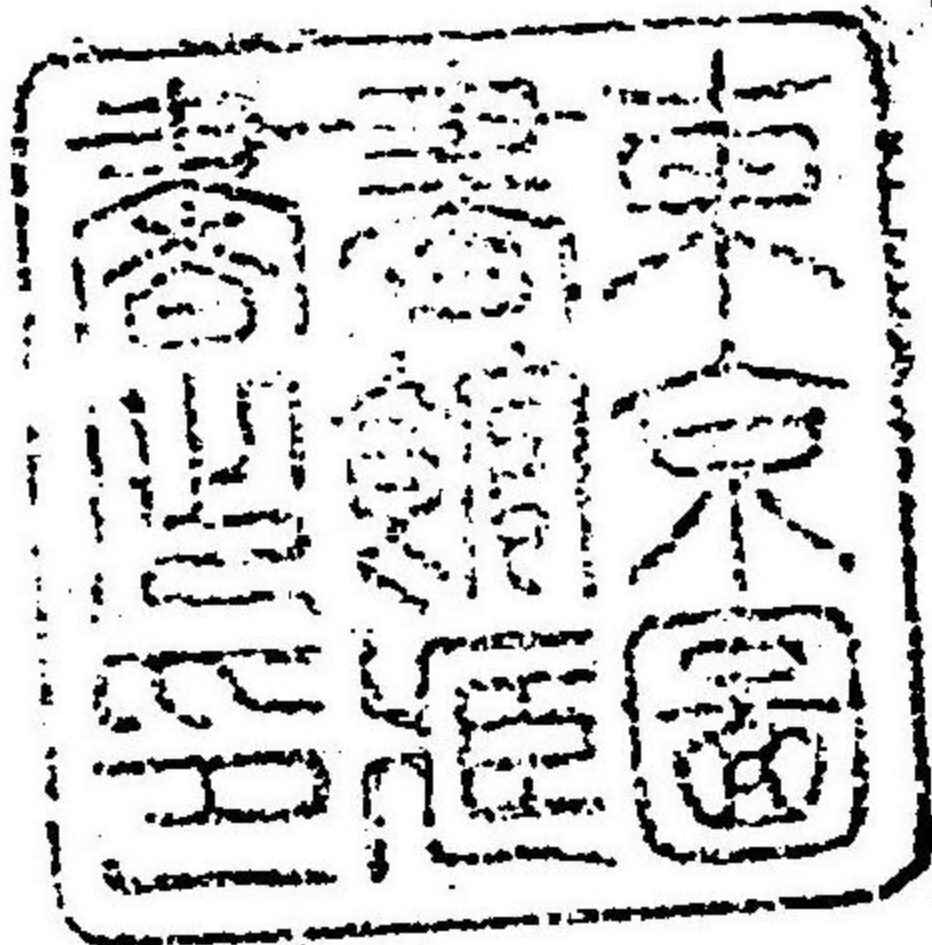
衛生一斑

全

明治三十三年二月出版  
同十四年二月出版  
版權免許  
文會堂藏梓

使全

民天



特 37  
658

使 全



民 天

壽

明治十三年十月

正六位横井信之



衛生一斑緒言

夫ル衛生ノ學タルヤ至大至廣ニシテ汎ク百般ノ事業ニ涉リ小ニシテハ一身ノ健否ヨリ大ニシテハ國家ノ安危ニ關ルベキ人間社會保安ノ大基礎ナリ然ルニ従前我邦未ダ衛生ノ設ナキヨリ都鄙一般ニ衛生ノ何事タルヲ辨セズ徒ニ固有ノ舊慣ニ安シテ居地家屋ノ卑濕汚穢ナルヲ厭ハズ従前ノ習俗ニ馴レテ大氣ノ腐敗飲食ノ攝養ヲ顧ミルコトナク健康ヲ損ヒ命期ヲ促スヲ以テ一二天ニ任セ恬トシ怪ムコトナク心ヲ攝

養生一五  
養ニ用ヒ意ヲ調護ニ施ス者ナキ豈ニ憫ムベキ  
ノ至ニ堪ユベケンヤ其最モ甚シキニ至テハ政  
府為メニ牛痘ノ良法ヲ諭セバ却テ人心ノ嫌忌  
ヲ醸シ虎列拉病ノ蔓延ヲ防クヤ大ニ民情ノ睽  
離ヲ招ク如キ實ニ蒙昧頑陋ノ致ス所ト雖氏蓋  
健全ノ教未ダ洽カラズ衛生ノ設尚ホ備ハラザ  
ルニ職トシ之ニ由ルモノナリ是ニ於テカ政府  
創メテ中央衛生會ヲ設ケ各地ニ衛生會ヲ開キ  
テ汎ク實際適應ノ條例ヲ立テ普ク一般遵守ノ  
成規ヲ設ケテ健康安全ノ方法ヲ擴メ疾患ヲ未

然ニ防キ毒芽ヲ未萌ニ絶テ國家富强ノ基ヲ建  
サセラル、ハ豈ニ我輩人民ノ大幸福ナラズヤ  
然リト雖モ衛生ニ公私ノ別ト人智ノ開否ト尹  
リ氣候地勢山林池沼都市建築戸婚生死病毒豫  
防等ノ如キハ共同ノ力ニ頼リ政府ノ權ヲ藉ラ  
ザレバ實施シ難キモノアリ身体ノ操作飲食ノ  
攝養家屋ノ清潔等ニ至テハ專ラ各人ノ自治自  
衛スベキ一己ノ私法ニ屬セバ平生無事ノ日能  
ク健康ヲ保護スルノ要旨ヲ曉リ生命ヲ延長ス  
ルノ妙理ヲ考ヘ衛生ノ一日モ忽諸ニ附スベカ

ラザルヲ知テ心ヲ攝生ニ用ヒ力ヲ調護ニ盡サ  
シムルアラシクテ況ヤ本郡ハ幽陬僻土ニ偏シ  
農夫紅女ノ夥キ未ダ衛生ノ緊要ナルヲ知ラザ  
ルヨリ共同健全ノ普及シ難キ一ヲ恐レ為メニ  
山村寒邑ニ適應スベキ日用淺近ノ要項ノミヲ  
中外諸書ヨリ抄出シテ聊カ衛生ノ一斑ヲ示シ  
自治自衛ノ端緒ヲ啓クノミ

衛生一斑

田中正幅 編輯

第一章 身體攝養

夫レ人ノ地球上ニ在テ生命ヲ保續スルハ空氣  
ヲ呼吸スルニ資レリ人ノ空氣ヲ呼吸シテ身體  
ヲ保全スルハ猶ヲ魚ノ水ヲ呼吸シテ游泳スル  
ガ如シ空氣ハ酸素窒素二原素ノ相抱合セル純  
粹ノ清氣ナルモ一タビ体中ニ入レバ忽チ酸素  
ヲ減ジテ更ニ多量ノ炭酸ヲ混セバ其呼出スル  
腐敗氣ハ毒氣ヲ含テ大ニ健全ヲ損ヒ百病ヲ釀

セバ務テ新鮮ノ清氣ヲ吸入スベシ  
凡ソ人ノ肺臟ヨリ呼出スル空氣ハ積方二寸八  
分許ノ多量ニシテ其吸入スルノ量モ亦同シ常  
ニ絶ヘズ呼出スルモノ大氣ト混合シ其氣中ニ  
汚水汚物ノ毒或ハ傳染毒氣等ヲ含ムクハ忽チ  
種々ノ病因トナレルアリ

身体ノ健全ハ常ニ筋力精神ヲ使用シテ操作運  
動スルヲ宜シトス渾テ身体各部ヲ使用セザレ  
バ強壯ナルヲ得ズ冶工ノ臂ヲ用テ臂力ヲ増シ  
鋸匠ノ肩ヲ使テ肩ノ肥大ナルガ如シ各其使用

ニ從ヒ益強壯ナルヲ得バ全体ヲ使用シテ休止  
スルヲ無カルベシ

身体ヲ使用スルハ支體ノ強弱職業ノ坐作ニ從  
テ勞力ノ多少モ必各均シカラズ仮令身體衰弱  
或ハ坐業ノ人ト雖モ朝暮ニ二時間中ハ大氣ノ  
間ニ運動シテ全体ノ機能ヲ活發シ飲食ノ消化  
ヲ利スベシ然テ操作体力ニ應ゼザル過劇ノ運  
動ニ過グレバ筋ヲ増ス能ハザルノ三ナラズ却  
テ身體ヲ害フアルベシ運動ハ心臟ヲ健運シ  
皮膚ヲ開達シ体温ヲ増シ血液ヲ清クシ消食力

ヲ壯ニシ体格ヲ健ニシ識力ヲ整フノ効アリ郊  
外ニ散歩シ四肢ヲ屈伸シ或ハ朋友ヲ伴ヒ談話  
緩歩シ又ハ走行飛躍乘車跨馬擊劍等ハ全体ノ  
筋力ヲ使用シテ体格ヲシテ堅強ナラシムベシ  
若シ疾走急歩ノ過劇ニ過ルハ大ニ疲憊ヲ生ス  
ルヲアリ  
衣服ハ各國ノ風土ニ從ヒ氣候ニ應ジテ厚薄ノ  
差アリト雖モ人体ノ溫度凡六十度ヨリ六十四  
度ヲ度トシ寒暄ノ宜キニ適シ身体ノ溫氣ヲ冷  
スナク血液ノ循環ヲ整フヲ要スベシ

衣服ノ美麗ヲ好ミ時様ヲ競ハズ身体ノ溫度ニ  
適シテ垢汚汗脂等ノ不潔ナキヲ要ス若シ衣服  
ノ不潔ヨリ汚物体中ニ吸收シ蒸氣ノ發散ヲ妨  
クルトナルベシ渾テ水分ヲ防キ且水ニ浸サル  
ト緩キモノハ羅紗ヲ宜シトス綿布麻布等之  
ニ亞ケリ胸部ハ心肺肝胃ノ所在ニシテ漸モス  
レバ感動ヲ起シ易キ處ナレバ厚ク溫護シテ寒  
風等ニ冷ストナルベシ渾テ衣服紐帶等ノ緊  
密ナルハ血行ヲ妨ケ筋力ヲ亂シ身体不自由ニ  
シテ大ニ体力ヲ減スルヲアルベシ



衾衣ハ木綿フヲ子ルヲ宜シトスフヲ子ルハ常ニ体温ヲ一樣ニシテ炎熱ノ驟カニ變ルモ其体ヲ冷スナク木綿ハ能ク温氣ヲ引キ又之ヲ放ツコトヲ得ベシ然テ常ニ皮膚ニ接シテ多ク垢膩ヲ含メバ日々洗滌シ朝夕ニ交換シテ身体ヲ清潔ニスベシ  
衣服ノ垢膩ニ汚レタルヲ着レバ汚物ヲ体中ニ吸収シ濕氣アルヲ直ニ用ユルハ表皮ニ寒慄ヲ起シテ共ニ蒸氣ノ發散ヲ遏メテ種々ノ病因トナリ且ツ流行病等傳染ノ媒介トナレリ

平日雨中寒天ニ操作スル者ト雖モ身体ヲ直ニ雨中ニ露シ濕氣アル衣服ヲ着レバ忽チ体ノ温度ヲ減シテ健康ニ害アルベシ  
古衣ヲ購フテ用フルハ甚ダ危険ナルベシ若シ傳染毒等ノ布目ニ止ルアレバ忽チ病毒ニ感スルコトアリ然テ古衣等ヲ洗フニ八九十度以上ノ熱湯ニ醃シ置キテ數回洗滌スレバ傳染毒ノ類ヲ除キ去ルコトヲ得ベシ  
被衾ハ綿布ヲ用フルヲ宜シトス其中ニ容ルハ乾葉ヲ細カニ碎キ或ハ馬毛ノ臭氣ナキモノ

ヲ撰ミテ用フベシ絮ハ漸モスレバ汚膩ヲ吸收  
シテ病因ヲ媒スルコトアリ鳥毛眞絮ハ柔軟ナレ  
ル甚ダ暖ニ過グルノ患アリ毎夜被衾ノ外部ヨ  
リ裏面ヘ白キ單布ヲ被ヒ時々コレヲ洗ヒテ常  
ニ清潔ナラシムベシ  
衾衾ハ毎朝必ズ翻シテ腐敗ノ蒸氣ヲ掃ヒ其氣  
ノ散ズルヲ俟テ藏ムベシ蒸氣ノ被衾中ニ貯フ  
時ハ甚ダ不潔ニシテ大ニ人身ニ害アルベシ  
寢衣ハ綿布麻布ヲ宜シトス寢衣ノ厚キハ安眠  
ヲ妨クコトアリ寢室ニ入テハ清潔ナル寢衣ニ換

エ晝ノ衣服ハ悉ク衣桁ニ懸テ夜中之ヲ乾カス  
ベシ朝起テハ又更ニ寢衣ヲ懸テ朝間大氣ニ曝  
シ夜中ノ蒸氣ヲシテ散去セシムベシ  
睡眠ハ人身ノ活機ヲ保護シテ晝間ノ疲勞ヲ補  
復スベキモノナレバ毎夜熟眠シテ神經力ヲ増  
補シ心思ヲ爽快ナラシムベシ  
睡眠ノ時間ハ年齢ノ老少ト冬夏ノ長短トニ從  
テ一定シ難シト雖モ大抵八時間ヲ眠ルヲ宜シ  
トス大人ハ午後十時ニ眠ニ就テ小兒ハ午後八  
時ヨリ寢ニ就カシムベシアルフレドゼグート

氏ハ動靜ノ時ヲ定メテ八時間ヲ操作ニ費シハ  
時間ハ慰樂ヲ取り八時間睡眠スベシト云ヘリ  
睡眠ノ間ハ身体ノ運用ナク食物消化ノ力無ケ  
レバ食後二時ヲ經ルノ後ニ非ザレハ寢ニ就ク  
ナク將ニ眠ニ就カントスル時ハ顔手ヲ洗ヒ  
齒ヲ擦スレバ大ニ安眠ヲ助クルヲアルヘシ  
睡眠ノ間ハ血行呼吸ハ減少シテ体温モ亦從テ  
減退スレバ最モ身体ノ温護ヲ專トシ能ク寢室  
ノ周圍ヲ密閉シ高窓ノミヲ開キテ空氣ヲ通ス  
ベシ

睡眠ニ就テハ枕ノ高キヲ宜シトスベシ頭面ニ  
被衾ヲ覆フハ空氣ノ吸入ヲ妨クノアルベシ心  
臟ノ動悸スル者ハ最モ枕ヲ高クセザレバ安眠  
シ難キヲアルベシ

夏日ニ午後ノ時間ヲ定テ午睡スルハ夜中睡眠  
ノ不足ヲ補フベシト雖モ庭前等ヲ緩歩シ心思  
ヲ養ヒテ午睡スルノ無キノ愈レルニ如カザル  
ベシ

西人ノ言ニ常ニ皮膚ヲ清潔ニフル人ハ能ク病  
ヲ防クト人体ヲ清潔ニスルハ浴湯ニ加フモノ

ナシ浴湯ハ体外ノ脂汗ヲ除去シ皮膚ヲ清潔ニシテ表被ノ機關ヲ鼓舞セハ腸胃自ラ健全ニシテ消化力ヲ増盛スベキ其効少カラザレバ日々微温湯ニ入浴シテ石鹼皮刷等ヲ以テ汗垢ヲ擽擦セバ血液循環シテ神氣ノ爽快ヲ覺ヘ惡寒發熱感冒感等ニ罹ルナシ

健康ノ人ト雖モ一日食後過劇ノ運動等ヲ為ス時ハ直ニ浴スルナク必二三時ヲ經テ浴湯スベシ總テ入浴ニ適當スルハ日中ヲ宜シトス冷水ハ朝起ノ後直ニ行ヒ身体虚弱ノ人ハ一週一

回ノ微温浴ヲ度トス多ニ過グルハ却テ害アルベシ浴湯ハ一日一回ニシテ時間ノ長キニ過ルハ甚ダ害アルベシ大人ハ凡ソ三十分時ヨリ四十分時ヲ度トシ小兒ハ十五分時ヨリ二十分時ニ過ギザルベシ浴湯ノ後單衣ニテ長ク涼ムハ宜シカラズ速ニ全體ノ濕氣ヲ拭ヒ去テ衣服ヲ着スベシ更ニ運動等ヲ為スヲ宜シトセリ

新湯ヲ避忌シテ末湯ヲ好ムモノアリ末湯ハ汚濁不潔ニシテ脂垢多ク甚ダ人身ニ害アルベシ

第二章 飲食滋養

夫天ノ人ヲ生スルヤ筋力精神ヲ賦與スル所以  
 ノモノハ之ヲ使用セシムルガ為ナリ然レドモ  
 使用スルノ久シキ必費損ナキ能ハズ其費損ヲ  
 補復スルモノ飲食ニ在リ総テ人體ノ骨毛皮  
 ヲ増生シ血液循環シテ全體ニ溫度ヲ與フル皆  
 飲食ニ資レハ實ニ飲食ハ人體生活ノ基本ナリ  
 ト知ルベシ

凡百ノ食物ニ或ハ滋味ニシテ不消化ナルト能  
 ク消化スレバ滋養ノ効ナキモノトナリ其良否

ヲ分別シテ常ニ食規ヲ守リ食量ヲ慎ニ飲食ノ  
品種ヲ擇ミテ滋養ノ過不及ヲカルベシ若シ暴  
食縱飲シテ飲食ノ節ヲ失ヒ品種ノ善惡ヲ擇マ  
ズンテ滋養ノ宜キヲ得サレハ却テ飲食ノ為ニ  
病因ヲ醸スリアリ各人自愛自衛シテ能ク衛生  
ノ法ニ遵テ永ク性命ヲ保ツベシ  
總テ飲食ノ攝養ハ平生無病ノ日ニ在ルベシ多  
年大食暴飲セシモノ、病ニ罹リテヨリ頓カニ  
食ヲ減シ遽テ、酒ヲ禁スルモ能ク消食器ヲ旺  
カンニシ健全機ヲ復スルヲ甚ダ難シ然レバ常

ニ自ラ攝養シテ必大食暴飲ヲ戒ムベシ  
食物ハ國土ノ寒暖ニ應シテ品種ノ需用各殊ナ  
ルアリ暖地ノ人ハ多ク穀菜ヲ啖ヒ寒國ノ者ハ  
專ラ肉類ヲ食シテ其體質ニ適應スレバ我邦ノ  
如キハ溫帶ノ地ニ位シ寒暖ノ中和ヲ得タレハ  
適宜ニ穀菜肉類トヲ混食シテ能ク寒暖ノ度ニ  
應シ體質ニ適スルヲ得ベシ  
食量ノ多寡ハ男女ノ剛柔軀幹ノ強弱年齡ノ老  
少操作ノ勞逸風土ノ寒熱等ニヨリテ各殊ナル  
アレドモ總テ已レノ意ニ於テ心思ノ爽快ヲ覺

エルフ以テ定度トナシ其多キニ過グルヨリ少  
量ニ堪ユルヲ宜シト為スベシ  
総テ物ヲ食スルハ能ク齒ニテ嚙ミ充分ニ挫折  
シテ垂液ト混和シ糊漿ト為シテ咽喉ニ送下ス  
ミシ若シ速カニ嚥ミ下シテ唾ト和セザレバ胃  
ニ至レモ消化シ難ク或ハ多言シナカラ食フキ  
ハ食餌ノ誤テ氣管ニ陥ルニアリ假令急劇繁忙  
ノ時ト雖モ疾食併吞等ノ粗暴ヲ戒シメバ食塊  
ノ停滞ヲ起シテ消食不良ノ病ヲ醸ス一無カル  
ベシ

食事ノ時刻ハ全ク食物ノ消化スルヲ俟テ後ニ  
食フベシ総テ食物ノ消化ハ凡ソ二時間ヨリ遅  
キハ四時間ニ至ルニアリ故ニ食時ハ四時間ニ  
一回ト定メ一日三餐トシテ朝晝晩ニ食フヲ適  
度ト為セリ

一日三回ノ食時ノ外ハ絶エテ一毫モ飲食スル  
一無カルベシ前ニ食セシモノ、調和スル時ニ  
方リテ又胃中ニ食餌ヲ送レバ胃ノ靜息ヲ妨ゲ  
テ消化力ヲ失ヒ腹痛下痢等ノ病ヲ生スルニア  
リ

労働ノ過劇ナル時ハ暫ク休憩シテ全体ノ平穩  
 ニ復スルヲ俟テ後ニ食ニ就クベシ食後ノ一時  
 間ハ思慮筋力ヲ勞スルヲ無カルベシ未ダ食物  
 ノ消化分泌セザル間ニ過劇ノ労働ヲ為スルハ  
 體中混擾シテ大ニ消化ヲ妨グルアルベシ  
 食中及ビ食事ノ前後ニ於テ過劇ノ労働ヲ戒ム  
 ベシ睡眠或ハ入浴ヲ為スハ甚ダ害アリ衆人會  
 食シテ寛カニ談笑シテ食シ或ハ食後ニ郊外ヲ  
 緩歩スル等大ニ食物ノ消化ヲ助クベキモノナ  
 リ

米麥等常食ノ外ハ一品ノ食物ノミヲ連用セズ  
 シテ野菜肉類等各種ノ品類ヲ適宜ニ交換シテ  
 食フベシ各種ノ成分體中ニ於テ互ニ變化シテ  
 大ニ滋養ノ効アルベシ一時ニ數種ノ食品ヲ陳  
 列スル時ハ自然ニ嗜欲ヲ起シテ遂ニ食量ヲ過  
 スノ害アルモノナリ  
 暖國ノ人ハ專ラ穀菜ヲ主用トシ殊ニ我邦ノ米  
 ハ其性善良ニシテ粒大キク色白クシテ味最モ  
 美ナレハ古來貴賤一般ノ常食ニシテ大ニ口腹  
 ニ適用セリ麥ハ米ニ亞テ農家ノ常食ニ充ツ其



味稍劣レモ滋養ノ功アルヲ米ヨリモ賣力ニ愈  
 レルモノナリ  
 人ハ他ノ動物ノ如ク菜食セバ肉食セヌモノノ  
 類ニアラズ故ニ齒牙臟腑ノ構造モ菜ヲ咬ミ肉  
 ヲ截ルベキ齒トテ供ベ臟腑ノ長短モ能ク菜肉  
 トヲ消化スルノ用ヲ為セハ菜ト肉トヲ混用シ  
 テ發育生長スルヲ得ベシ  
 菜蔬ノ類ハ滋養分甚ダ少シト雖モ他ノ食物ヲ  
 助ケテ身體ヲ養フベシ菜類ハ色ノ緑ナルモノ  
 ヲ宜シトス胡蘿蔔芋ノ類ハ最モ消化シ易キモ

ノナリ若シ菜蔬ノミヲ食スレバ消食不良ノ病  
 ヲ生シ肉類ヲ専用スレバ敗血病ヲ醸スヲアリ  
 必菜肉相須テ共ニ滋養ノ効ヲ奏スベシ  
 菜蔬ハ最モ能ク煮テ食スルヲ宜シトス菜根等  
 ノ鹽藏スルモノハ消化不良ニシテ或ハ下痢ヲ  
 生ス殊ニ夏日瓜類ヲ漬シモノナド稍モスレバ  
 傳染病等ノ媒トナレルヲアルベシ  
 肉類ノ滋養ニ効アルハ皆人ノ知ル所ニシテ最  
 モ獸肉ヲ宜シトス鳥肉之ニ亞ク魚肉ハ水分ヲ  
 多ク含テ血液少ケレバ稍消化シ難キモノナリ

獸肉ハ多少ノ脂肪ヲ含ミ胥白質多ク味美ニシテ消化シ易シ獸ニ草食ト肉食ノモノアリ草食ノ肉最モ消化ニ宜シ牛肉ハ滋養ノ効最モ多シ瘦牛老牛ノ肉ハ甚ダ硬クシテ消化シ難ケレバ齡四歳以内ニシテ穉キ肉ヲ撰ムベシ羊豚猪鹿ノ肉ハ脂肪多シテ消化稍遅シ総テ肉類ハ新鮮ナルハ滋養ノ性最モ強シト雖モ屠殺ノ後直ニ食センヨリ適宜ノ時ニ至レバ肉軟カニシテ味最モ美ナルベシ醃肉ハ総テ滋養ノ益ナキノミナラズ忽チ病ヲ

醸スニアルベシ若シ肉ノ色變リテ青褐色ヲ帯ビ或ハ腐敗ニ傾キ及ビ生肉ヲ啖ヘバ蟲類ヲ生シ又ハ消食不良ヨリシテ熱病ヲ醸スニアルベシ鳥肉ハ鶏肉ヲ最トシ鷄卵モ滋養ノ要品トス雉鳩ノ類之ニ亞ク總テ陸禽ノ肉ハ脂肪少ケレバ味美ニシテ消化シ易ケレバ水禽ハ脂肪多シテ甚ダ消化シ難シ我邦中古肉食ヲ忌テ之ヲ食スルモノ稀ナリ是ニ於テ專ラ魚肉ヲ以テ滋養ノ最要トス總テ魚

肉ハ纖維質及ビ血液少ク水分ノ多ク含有ス  
 鳥獸ノ肉ニ比スレハ其効大ニ劣レリ鮓梭魚大  
 口魚比目魚ノ類ハ猶ホ消化シ易キモ鰻鱺海蝦  
 介類等ニ至テハ甚ダ害アルベシ松魚鮐魚青魚  
 ハ忽チ腐敗スルアレバ尤モ注意シテ新鮮ナ  
 ルヲ擇ムベシ  
 蒸魚乾魚醃魚ハ既ニ漬汁ヲ出セハ滋養ノ益ナ  
 キノミナラズ漸モスレバ病魚或ハ自死ノ魚ヲ  
 以テ製スルモノアリ最モ心ヲ用ウベシ総テ新  
 鮮ナラヌ魚ト認ルアラバ速ニ皮ヲ剝キ内臓

ヲ棄テ去ルベシ皮ト内臓トハ腐敗シ易キモノ  
 ナリ

魚類ノ内ニハ天性ノ毒アルモノアリ其他牝魚  
 ノ子ヲ摩リシ時卵ヲ遺セシ後或ハ鑛坑ヲ過ギ  
 シ魚病ニ罹レル魚ノ類ト知レバ必ず食スル  
 無カルベシ総テ傳染病ノ流行スル時ハ必ず魚  
 類ヲ食フヲ戒ムベシ  
 魚類ノ良否ヲ知ルハ先ヅ其眼目ヲ視ルベシ魚  
 ノ新ラシキハ眼目清透ニシテ生ケルガ如シ凍  
 リテ融ケ再ヒ凝レルモノハ角膜ニ皺裂ヲ生ズ

ベシ必ズ戒メテ啖フ一無カルベシ

肉類菜蔬共ニ種々割烹ノ法アレヒ総テ能ク煮テ食フベシ能ク煮タルモノハ消化シ易クシテ且香味アリ熱キモノヲ食ヘバ胃腑ヲ傷フ一アリ冷ユルヲ啖テ後ニ食フベシ

肉ヲ煮ルハ先ヅ沸湯ニ投シテ外層ノ稍凝レルヲ啖テ後ニ煮ルベシ肉ヲ培ルハ始メ烈火ニ上セ後ニ適宜ノ温度ニシテ其固有ノ液ニテ煮ルヲ宜シトス総テ肉ハ炒ルモノヨリ煮ルモノ消化シ易ク焙ルモノハ焼クモノヨリ消化シ難キ

モノナリ豚肉ハ筋中ニ細蟲アリテ人身ニ入ル一アレバ生肉及ビ半煮ナルヲ食フ一チカルベシ

食鹽ハ人體中一日モ缺クベカラザル進食料ノ要品ナレハ製造精密ニシテ塵沙石灰等総テ汚穢物ニ混セスシテ鹽ナキモノヲ撰ミテ食物ノ調和等適宜ニ用フベシ其多量ニ過グルハ病因トナル一アリ菓子ハ多ク砂糖ヲ用テ味ヲ美ナラシムレバ多ク胃病ヲ發シ兒輩過量ニ食スル片ハ忽ニ病ヲ醸ス一アルベシ

飲料ニ各種アレヒ生命ヲ保續シテ健全安康ナ  
ラシムルモノハ水ニ加フルモノナシ實ニ水ハ  
人生第一ノ要品ニシテ要時モ缺クベカラズ然  
ルニ水ニ數種ノ質アリ能ク水性ヲ精撰セズシ  
テ不純ノ水ヲ飲用スルキハ必ズ健康ヲ傷ヒテ  
病根ヲ生スル<sub>一</sub>アルベシ殊ニ流行病ノ如キハ  
專ラ飲水ノ良否ニ關セバ尤モ注意スベシ  
井水泉水雨水河水湖水等皆飲料ニ供スベシト  
雖モ總テ清冷ニシテ味ナク白色ニシテ臭ナク  
常ニ熱度ノ差ヒナキモノヲ宜シトス若シ色ヲ

生シテ臭氣アルハ有機物小蟲ノ類ノ其中ニ含有セ  
ルニヨレハ飲料ニ供スル<sub>一</sub>勿ルベシ  
井水泉水ハ最モ飲料ニ適ス渾テ高地ニ在ル水  
ヲ宜シトス市街ハ勿論村落等ニ於テモ其傍ニ  
耕地人家等アル處ノ淺泉淺井ノ水ハ汚穢ノ滲  
入スル<sub>一</sub>アレバ大ニ害アルモノトス  
雨水ハ清潔ニシテ飲食ノ風味ヲ好クスト雖モ  
或ハ大氣中ノ汚物ヲ吸入シ或ハ受器ノ為ニ汚  
染セラル、アレバ遠ク人家ヲ距レル處ノ雨水  
ヲ瓦瓶ニ貯フモノハ飲料ニ供スベシト雖モ雷

雨ノ水ハ多ク硝酸ヲ含ムトアリ飲水ニ用ユル  
 一ナカルベシ  
 河水ハ流動ノ間自然ト有機物ノ混和スル一ア  
 リ  
 池水ハ停滞シテ汚物ノ混入スルアリ河水池等  
 ノ純粹無味ナルニ加フル一勿ルベシ  
 水性ノ良カラザルハ煮沸スル一十五分時間ノ  
 後ニ用ユベシ茶葉二三片ヲ其中ニ浸シ或ハ少  
 量ノ茶葡萄酒等ヲ加フル片ハ味ヲ復スル一テ  
 得又煮沸シテ冷セシ水ハ爽冽ノ味ヲ失フ一テ

リ數次甲器ヨリ乙器ニ灌キ空氣ト混和セバ快  
 味ヲ復スル一テ得ベシ  
 水中ニ炭酸硝酸鹽等ノ含有スルハ種々ノ試驗  
 法アレモ有機物ヲ含タルモノ最モ害アリ顯微  
 鏡ヲ用ヒ或ハ水ヲ硝器ニ盛テ過滿死酸加里少  
 許ヲ注グバ忽チ其有無ヲ驗スル一テ得ベシ  
 獸乳ハ羊乳驢乳等アレモ牛汁ヲ最品トス牛乳  
 ノ善良ナルハ産後稍日ヲ經シ牝牛ヨリ生シ少  
 シク青色ヲ帯テ甘味アリ常水ヨリ重キ一大抵  
 一零三零ナルヲ上品トス必ス精撰シ惡汁ヲ用

ルヲ勿ルベシ

乳汁ハ腐敗物ヲ食ヒ或ハ狂犬ニ咬レシ牝牛及  
ビ他汁ヲ混シ又ハ洗汁ヲ和シ或ハ水ヲ加テ量  
ヲ増セル等ノモノアリラクトメートルヲ用ヒ  
或ハ沃陳丁幾ヲ和シテ其眞贋ヲ辨知シ且乳汁  
ヲ容ル、ハ陶器硝器ヲ用ヒ能ク密閉シテ他品  
ノ混シ或ハ塵埃ノ散入ヲ防グベシ  
酒ハ血液循環ノ益ナキニ非ズト雖モ其醇烈ナ  
ル皆アルコトハ眞アルニ因レハ漸モスレバ身  
體ヲ損ヒ病因ヲ醸シ其甚キニ至テハ身ヲ失ヒ

家ヲ破ルヲアリ飲マザルノ愈レルニ如クナ  
カルベシ

### 第三章 家屋建築

都邑ノ建制家屋ノ構造ハ衛生ノ要務ナリ建築  
ノ住地ヲ擇ミ構造ノ制式ニ適ヒテ空氣ノ非常  
ニ寒冷ナル無ク屋中空氣ノ交換ヲ專トシ空氣  
ノ汚穢ナルハ土中ヲ透透シ或ハ汚物ノ上面ヲ  
通過シ又ハ床壁等ノ汚垢ニ染タルヨリ來ルモ  
ノハ大ニ健全ヲ害スルヲアリテ其害獨リ一家  
ニ止ラズ全市闔村ヨリ國郡ニ蔓延スルヲアレ

ハ今日忽地ニ一掃シ難キモ漸次ニ改良シテ貴  
テハ之ヲ他日ニ防ガンヲ要スベシ  
家屋ノ構造ニ種々ノ制式アリ我邦家屋建築ノ  
如キハ大ニ空氣ノ流通ニ便ナレバ專ラ外觀ノ  
莊麗ノミヲ好マズ地勢廣濶ニシテ濛氣ナク風  
氣通暢シテ露濕ノ患ナク日光映射シテ室内ノ  
照明ナルヲ要スベシ  
家屋ヲ建築スルニハ地形ノ高燥ニシテ四面開  
達ノ地ヲ撰ミテ周圍ニ草木ヲ列植スベシ花卉  
ハ眼ヲ娛マシムルノミニ非ズ能ク邪氣ヲ除キ

精神ヲ伸ビシムルノ功アルベシ  
庭園ハ廣敞ニシテ平坦ナルヲ宜シトス泉水ヲ  
穿チ魚鳥ヲ養フ等最モ心思ヲ娛マシムベシト  
雖モ総テ居室ノ傍ニ死水ノ停滞シ填地ノ如キ  
ハ二年以上ヲ經ルニ非ザレバ家屋ヲ建築スル  
ト無カルベシ地中ニ濕氣ヲ含ミ床下ニ腐穢ヲ  
生スルナド甚ダ身體ノ健全ヲ妨グルトアルベ  
シ  
家屋ヲ建築スルニハ先ツ水性ノ良否ト厠房並  
坑ノ便地ヲ擇ムベシ厠房ハ本家ト離レ井戸ヲ



遠ク距リ且坑ハ家人ノ塵埃ヲ棄テ掃除人ノ掃除スルニ便ナル位置ヲ考フベシ井戸ハ庖厨ニ近ク浴室等ニ便ナルヲ撰マズシテ池沼耕地ヲ距リテ溝渠汚水等ノ透過セザル處ヲ撰ムベシ池沼アル處ハ常ニ濕氣ヲ貯ヘ卑濕ニシテ汚水ノ聚マル處ハ多ク毒氣ヲ生シ共ニ病毒媒介ノ地ナレバ流行病等アル時ハ豫メ居ヲ轉シテ永ク病害ヲ避クルヲ要スベシ市街ノ家屋ハ煉化石石造等ハ其製堅牢ニシテ且火災ヲ防クベキモ其費用モ亦尠カラザルベ

シ世ニ外觀ノミヲ競テ好テ洋館ニ擬スルモノ多シ外觀ノ洋館ニ擬シテ内實ノ堅牢ナラザルヨリ我邦古來製造スル土藏造ノ一層堅牢ナルハ費用ヲ減シテ能ク久シキニ耐ヘ且防火ノ為メニ最モ宜シカルベシ層樓ハ日用不便ノ一多ク且急變ニ臨テ過舉顛墜ノ患ナキ能ハズ洋人ニ不具ノ多キハ專ラ層樓ニ住スルニ因ルト云フ市街ノ如キ連檐櫛比セル地所狹隘ノ處ニアラザレバ好テ層樓ヲ設クル一無カルベシ

層樓ハ數所ノ階梯ヲ設ケ形ハ直線ニ作テ兩邊ニハ必ス扶欄ヲ設クベシ階子ノ螺旋狀ヲ為シテ轉田スルハ昇降ノ際漸モスレバ轉墜ノ害アルベシ

屋宇ノ損破シテ雨露ノ透過スルハ甚ダ健全ヲ妨グベシ屋上ヲ葺クハ瓦柿檜皮藁稗萱銅鉄葉等アレドモ藁稗ノ類ハ雨濕ヲ含テ腐敗シ易ク且火災ノ虞アリ銅鉄葉等ハ夏日ノ炎熱ニ苦ミ且蒼滴ノ人身ニ妨ゲアレバ瓦屋ノ觀美ニシテ腐蝕スルナキヲ宜シトス屋上ノ形ヲ方形ニシ

テ避雷器ヲ設ケバ暴風震災ヲ避クルヲ得ベシ

家屋ノ方位ハ東南ノ方ニ向ヒ且數窓ヲ開テ上部ヲ放開シ或ハ換氣法ヲ設ケテ室内腐敗ノ空氣ヲ除キ常ニ純粹ノ大氣ヲシテ自由ニ交換セシムルヲ要ス西洋ニテ未ダ病院創設ノ暇ナキヨリ病者ヲ天幕ト下ニ卧サシメ或ハ粗惡ノ假屋ニ置クモノ却テ速ニ治愈セシマアリ空氣ノ流通ト掃除ノ清潔ナルハ最モ衛生ノ急務ナリト知ルベシ

換氣法ハ戸ノ下部ニ一孔ヲ穿チ又數個ノ小扇ヲ備ヘ天氣ノ候ニ應シテ戸ト窓ヲ開キ或ハ窓ト戸下ノ氣ヲ明ケ或ハ戸下ノ氣孔ト小扇ヲ開テ空氣ヲシテ常ニ新陳代謝セシムル一ヲ得セムヘシ

寢房ハ夜中棲息シテ腐敗氣充滿ノ處ナレバ最も高く且濶クシテ他室ヨリモ美麗清潔ナルベシ大氣ノ流通日光ノ映射ニ注意シテ東南ヲ開濶ニシ兩側ニ相對シテ高キ處ニ窓孔ヲ設クベシ總テ外ノ空氣ハ低キ窓ヨリ入テ内ノ空氣ハ

高キ窓ヨリ出ヅルモノナリ

寢房ハ板ヲ張テ寢臺ヲ用ユルヲ宜シトスレバ疊卧座ノ上ニ卧スレバ最も掃除ニ注意スベシ農家ハ常ニ寢房ヲ鎖シ卧床ヲ藏メザルノ習弊アレハ必ず毎朝窓戸ヲ開テ眠間中ノ腐敗氣ヲシテ散シ去ラシムベシ

一室ニ多勢群居スルニ若シ窓孔少ナキハ忽チ腐敗氣充滿シテ病毒ヲ發生スルヲアリ必ス火ヲ焚テ清氣ヲ通入セシムベシ火氣ハ能ク新鮮ノ空氣ヲ導引スル一ヲ得ルモノナリ

室内ニ大氣ヲ導クニ種々ノ装置アリ煙孔ニ一  
孔ヲ穿テ此内ニ鐵ノ直立スル蓋ヲ平ラニ懸ケ  
外氣ノ浸入セシトスルヲ閉鎖セシメ室内ノ氣  
上騰スル時ハ其蓋ヲ開張シ或ハ徑二寸許ノ管  
ヲ作り其一端ハ外氣ヲ受容セシメ一端ヲ厨竈  
或ハ火氣アル處ニ出シ置キ其管ヲ各室ニ通セ  
ハ室内ノ毒氣ヲ驅除シテ清氣ヲ導引スルヲ  
得ベシ

一室中ニ多人數群居スル時ハ新鮮ノ氣空乏シ  
テ呼吸ノ自由ヲ失ヒ遂ニ命ヲ墜スルアリ矮屋

ノ櫛比セル賃貸屋等若シ病毒ニ觸ルモノアレ  
バ忽チ全家ニ波及スル一アリ必一室ニ二孔以  
上ノ窓ヲ設ケ或ハ火氣ヲ藉リテ清氣ノ流通ニ  
注意セザレバ慘毒ヲ逞スル一アルベシ

天井ハ床ヨリ八尺以上ノ高サニシテ平坦ニ張  
ルヲ宜シトス高クシテ平ラナレバ大氣能ク流  
通シテ煤煙等ノ貼付スル一少ナシ床下ハ務メ  
テ高ク地上ヲ距ル一二尺以上ナルベシ床下ノ  
空氣地底氣ノ惡臭ヲ混スル一アレバ床下ノ土  
ヲ鏟キテ乾砂ヲ填メ或ハ磚石ヲ甃列シテ地中

ノ汚氣ノ蒸騰スルヲ防キ且泥芥ヲ掃ヒ易カラシメ且床下ノ濕氣ヲ避ケテ常ニ風ノ流通シテ雨水等ノ入ルヲ勿ラシムベシ

鴨居ノ上ニ窓ヲ開テ自由ニ開閉スルハ室内照明ナルノミナラズ群居ノ時ハ之ヲ開テ空氣ヲ散去セシムベシ戸牖ノ上ニ細長形ノ玻璃板ヲ斜メニ張り隨意ニ開クベキ通氣窓ヲ設ケバ外氣玻璃板ヲ觸レ挫ケテ下部ニ流通スレバ夏日モ能ク清氣ヲ交換スルヲ得ベシ

壁ハ暑中風路ノ便宜ヲ考ヘ空中ノ水氣ヲ吸入

スルヲナク或ハ重壁ヲ宜シトスレモ総テ色ノ純白ナルハ日光反射ノ恐アレバ稍灰色等ヲ帯ベルモノヲ宜シトス色ノ深濃ナルハ室内幽暗ニシテ照明ナルヲ得難シ厠房寢室ノ類ハフルマニスフルラツク等ニテ塗レバ水ヲ滌テ清潔ナラシムルヲ得ベシ

裨席ハ板敷ニシテ檀布ヲ用ユルヲ宜シトスレモ氏習慣ノ久シテ或ハ事業ノ不便アレバ畳ヲ用ユルモ妨ナシ畳ハ常ニ汚物ヲ吸入シ濕氣ヲ含

有シテ種々ノ蟲類ヲ生スルヲアレハ最モ注意

スベシ其幅ハ廣クシテ且縁飾ナケレバ塵埃稍少カルベシ

庖厨ハ別室ニシテ炊煮ノ臭氣ヲシテ他室ニ洩ルナク且煙突ノ構造ヲ精巧ニシテ煙煤ノ室内ニ充滿シ且他室ニ入ルナキヲ要ス烟煤ノ類ハ大ニ人身ノ健全ヲ害スルモノナリ

室内ハ四邊ニ窓孔ヲ開キ常ニ悉ク之ヲ開テ清氣ノ流通ヲ便シ若シ窓戸ヲ密閉シテ僅カノ間隙アルハ甚ダ害アルベシ窓隙ノ風濕氣等ノ至ルハ殊ニ猛烈ヲ覺エ忽チ胃感發熱等ヲ生スル

トアルベシ

厠房ハ其人口ニ準シテ各所ニ設クベシ少クモ一家ニ二所以上ヲ備ヘ傳染病者ノ上リシ厠ハ他人ノ上ルナク防クベシ総テ厠ハ本室ヨリ挺出シ四隣ヨリ相離レテ臭氣ノ至ラズ日光ノ反射ナキ處ヲ擇ミ出入開閉掃除等ノ便ヲ考フベシ

築造ノ法ニ種々アレドモ不潔汚穢ノ場ナレバ一層構造ニ注意シ廣濶ニシテ衣類ノ觸ルナク臭氣ノ他室ニ竄透スルナク且井水ヲ距ル三

衛生一考  
間以内ノ地ニ設クル片ハ汚氣ノ飲水ニ混入スルノ患アシバ最モ心ヲ用ニベシ  
二個ノ窓孔ヲ設ケテ臭氣ノ充滿スルヲ避ケ且照明ニシテ塵埃ナカラシムルヲ得ベシ内面ノ壁ハフルマユスアルマツクニテ塗り糞壺ノ周圍ヲ高ク漆喰ニテ塗錮シ壺邊ヲ低下シテ汚物ノ流入ニ便スベシ  
糞壺ノ上ニ重戸ヲ設ケ常ニ密鎖シテ臭氣ノ外ニ漏ルヲ防キ厠内ニ灌水器或ハ受灰器ヲ備ヘテ上厠毎ニ乾土或ハ灰ヲ渗下シテ其臭氣ヲ祛

ケ又ハ水ヲ灌テ汚氣ヲ掃フベシ糞尿ノ地中ニ透過シ或ハ臭氣ノ溢出ルハ甚ダ健康ニ害アルベシ  
糞器ハ陶器ヲ宜シト云油樽又ハ厚板ヲ以テ堅固ニ造ルモ可ナリ素焼ノ瓶酒樽砂糖桶醋樽等ハ汚氣ヲ浸出シ且破損シ易キモノナリ  
糞尿ノ臭氣ヲ祛カントスルハ速ニ棄テ去ルヨリ宜キハナシ人糞ハ大氣ヲ受レバ忽ニ腐敗シ人尿ハ日ヲ經ルニ從ヒ種々ノ惡氣ヲ蒸發スレバ日ニ壺中ヲ掃除シ或ハ骨炭泥炭等ヲ渗ケバ

毒氣ヲ吸收シ去ルヲ得ベシ

農家ハ專ラ糞壺ヲ檐下ニ設ケテ臭氣ノ室内ニ  
滲入シ或ハ道路ニ漏ルヲアレバ居室ヲ距ル處  
ヲ擇テ之ヲ設置スベシ席子尿器等モ寢房ノ邊  
ニ置ク一無ガルベシ

浴室ハ廣濶ニシテ湯中ノ透明ナルヲ要ス周圍  
ハ深ク掩ヒテ他人ノ衝見ヲ防クベシ湯壺ノ制  
ニ種々アレドモ總テ清潔ニ洗滌掃除シテ流板  
等ニ汚垢ナカラシムベシ

煙突及ビ天井裏ハ漆喰或ハ鉄葉等火氣ノ移リ

難キモノヲ用ヒ常ニ煤烟ヲ掃ヒ拭テ豫メ火患  
ヲ禦クベシ浴室ノ側ニハ寒暖計ヲ備ヘ時々浴  
湯中ニ浸シテ溫度ヲ試ミ六十五度ヲ極度トシ  
テ之ヨリ超過スルヲ勿カルベシ湯ノ熱キハ皮  
膚ノ感覺ヲ過敏ニシテ身體ノ衰弱ヲ招クルベシ



第四章 汚穢掃除

凡揮發病毒ノ原因ハ專ラ池沼ノ濕氣溝渠ノ滯水芥溜ノ臭氣腐敗ノ動植物ヨリ蒸發スル毒氣ノ大氣ト混入シ其毒ノ忽チ蔓延スルヨリ慘毒ヲ逞クスルニ至レバ常ニ疏水ト掃除トニ注意シテ病因ヲ絶滅スベシ

市街其他連檐ノ地ハ各戸ニ排水管ヲ設ケ地下ニ暗渠ヲ穿テ雨水簷滴其他汚水等ヲシテ悉ク溝中ニ流注セシム若シ溝内ノ惡氣遡入スルノ憂アレバ管口ニ氣瓣ヲ設テ其遡入ヲ防グベシ

市街ハ路傍ニ沿テ小渠ヲ鑿チ墾土或ハ石ニテ築キ蓋ヲ密閉シテ惡臭ノ蒸發ヲ過メ總テ汚水等ノ疏通ヲ利シ死水ノ集瀦シテ街路ニ散出スルヲ無カラシムベシ

海岸川洲藪澤水竇等ニ汚物ヲ堆積スルヨリ腐敗シテ一種ノ劇毒ヲ蒸發セバ瑣々ノ塵芥モ速ニ掃ヒ去テ淤滯スルヲ無カルベシ且沿海ノ地ハ水門ヲ築キ泥沼ノ處ハ溝竇ヲ鑿テ水ノ出入ヲ便スベシ

汚水溜ハ農家ノ必需ナリ若シ家ノ傍ニ設クル

時ハ必ス漆喰ニテ錮塗シ或ハ油樽ヲ埋テ汚水ノ浸出ヲ防キ常ニ蓋ヲ密鎖シテ臭氣ヲシテ道路ニ漏ル、一ナカルベシ

汚水溜ハ必ズ家屋ヲ距リ井戸ヲ離ル、二間以外ノ地ニ築クベシ水溜ハ厚板ヲ用ヒ墜土ヲ塗テ堅固ニ築キ且時々撤ヒ去テ野窖ニ貯フベシ

農家ハ各自ノ便宜ヲ考ヘ山腹等ノ池沼アル處カ田圃等ノ都合ヨキ地ヲ撰ミ各所ニ野窖ヲ穿テ置キ日々汚水等ヲ運搬シテ貯ヘ置キ必ズ家傍ニ停滞セシムベカラズ

野窖ハ近傍ニ家屋道路等ノナキ處ヲ撰テ之ヲ設ケ雨覆ヲ造リ雨雪日光ヲ防キ臭氣ヲシテ漏發セシムル一ナカルベシ

溝渠ハ常ニ能ク空氣ヲシテ其中ニ流通セシメ其蓋ノ上面ニ數孔ヲ穿テ空氣ノ内外自由ニ交換セシムルヲ要ス

下水ヲ浚フハ朝暮ノ通行ナキ時ヲ考ヘ淤泥塵芥等ハ速ニ野窖芥溜等ヘ搬ヒ去テ田圃ノ培養ニ供シ家屋道路ノ傍ニ堆積シ或ハ淤泥ヲ道路ノ修繕等ニ用フル一ナカルベシ

井水ハ時々浚ヘテ其水ヲ清淨ニスルノミニア  
 ラズ渾テ其周圍ヲ清潔ニシ且近傍ニ塵芥ヲ積  
 ミ或ハ汚水ノ侵スナク下水ヲ造テ流通ヲ便  
 スベシ若シ下水ノ設ケ難キ處ハ井戸ヲ距ル二  
 間以外ニ汚水溜ヲ造リテ之ニ流注シ時々其汚  
 水ヲ除キ去ルベシ  
 井戸及ヒ井戸流呼井戸ノ水管等破損アレバ速  
 ニ新製シテ汚水ノ滲透ヲ防キ且井戸ノ傍ニテ  
 襪褌席子等汚穢ノ物ヲ洗フナカルベシ呼井  
 戸ノ水源飲料ノ泉水等へ塵芥瓦礫ヲ投シ汚物

ヲ滌キ或ハ魚鳥ヲ捕リ游泳ヲ爲シ且猥ニ兩岸  
 ノ草木等ヲ刈ルナカルベシ  
 汚水ヨリ蒸發スル臭氣ノ毒ヲ制スルニハ僅ニ  
 生石灰又ハ灰石膏粉木炭石炭竈ノ燼灰等ヲ投  
 スルヲ宜シトス  
 魚鳥ノ廢物腐敗ノ肉屑等ヲ家ノ方隅ニ積ミ塵  
 芥木屑煤灰毛髮布片硝子陶器ノ破片蛤蝦ノ甲  
 類魚鳥ノ臟腑等ヲ市街道路其他空地庭園池水  
 等へ投棄堆積スルナカレ總テ腐敗ノ臭氣清  
 氣ニ混濁シテ忽チ劇毒ヲ發生スルナカルベシ

市街及ヒ連檐ノ地ハ各戸相謀リテ掃除人ヲ定  
メ塵芥汚物肥糞等ヲ運搬シ或ハ鳥獸ノ死屍傳  
染病ノ排泄物等ヲモ取扱ハシムベキモノヲ常  
ニ雇ヒ置クベシ  
芥溜ハ村中ノ地勢低クシテ河流ヲ距リ人家道  
路ヲ離ル、處ヲ撰ミ一村ノ共有カ或ハ五六戸  
相謀テ共有ノ肥溜場トシ各自此處ニ搬ヒ溜テ  
各家ノ肥培ニ供スベシ  
各家共有ノ肥溜場ハ傍ニ標木ヲ建テ所有主ノ  
名氏ヲ記シ時日ヲ定メ置テ各頃ニ田畑ニ搬ヒ

去テ肥料ニ供スベシ  
村中ノ風路ヲ考ヘ地勢ノ低シテ田圃井泉家屋  
等ヲ遠ク距ル不毛地ヲ撰ミ流行病ノ排泄其他  
ノ汚物ヲ埋藏スル處ノ深坑ヲ穿チ坑上ニ仮蓋  
ヲ設ケ其傍ニ標木ヲ建テ置クベシ  
各戸ノ塵芥敗肉腐菜等ハ之ヲ搬ヒ去ルニ便宜  
ナル器ヲ設ケ其器中ニ積聚シ蓋ヲ密閉シテ之  
ヲ保守シ火爐廚竈ノ灰ハ他物ト混スルナク  
瓦鉄ヲ以テ製スル器中ニ納メ移火ノ虞ナキ處  
ニ置キ掃除人ヲ俟テ搬ヒ去ラシムベシ

市街ハ毎戸居室ノ傍ニ芥溜ヲ設クベシ其製ハ  
 厚板ヲ用テ箱トシ底ニ濕氣ヲ含マシムルナ  
 ク常ニ清ク乾カスベシ雨蓋ハ斜面狀ノ蓋ヲ設  
 テ雨水ヲ防キ且細長ノ筒管ヲ高く立テ溜箱中  
 ノ臭氣ヲシテ常ニ升散セシムベシ  
 肉舗魚店等ニテ腐魚敗肉等ヲ撤去スルノ暇ナ  
 クシテ積聚スルアルキハ日ニ一回防臭藥ヲ  
 灌キテ臭氣ノ蒸發ヲ制シ可成的ハ速ニ燒石灰  
 ニ和シテ肥溜ニ投シ又ハ地中ヲ深く穿チテ埋  
 却スベシ

宅地ノ内ニ其壤ヲ設クルキハ庭内便宜ノ地ヲ  
 撰ニ深く坑ヲ穿チ磚石ヲ坑ノ裏面ニ密布シ又  
 ハ石灰ニテ錮塗シ必ズ汚液ノ土中ニ透過スル  
 一無ラシムベシ  
 市街及ヒ連檐ノ地ハ各戸毎朝遅クモ午前八時  
 以前ニ該家ノ内外ヲ洒掃シ塵芥等ノ撤去スベ  
 キ物アレバ器中或ハ芥溜ニ積聚シ戸前ノ見認  
 メ易キ處ニ木標方五寸ニシテ表出スベシ掃  
 除人ハ毎日正午以前夏月ハ午前或ハ毎週二  
 回ト定メ各戸ノ標札アル家ニ就テ塵芥ヲ掃除

シ之ヲ搬ヒ去ルトス

市街ノ掃除人ハ汚物運搬ノ車ヲ用テ塵芥等ヲ  
郊外ニ搬ヒ去テ肥料ノ資ニ供スベシ其車ハ板  
ニテ箱ヲ造リ堅實ニシテ漏隙ナク蓋ヲ密鎖シ  
テ汚水ノ滲出臭氣ノ漏發ヲ防キ外面ヲ黄色ニ  
塗リ車前ニ鈴ヲ懸テ該車タルヲ識別セシム  
ベシ

市街連檐ノ地ハ勿論各戸ノ厠房道路ノ便所ヲ  
掃除シ溝渠ノ汚水ヲ浚ヘ肥料ヲ運搬スルハ午  
前六時前ト午後六時後ノ人行稀ナル時ト定ム

ベシ村落ニ於テモ往來少ナキ時ヲ考ヘ該器ノ  
蓋ヲ密閉シテ運搬スベシ

各村耕地ノ傍ニテ溝渠池沼アルカ或ハ堤外山  
腹等ノ不毛地ニシテ人家道路ヲ距ル低下ノ地  
ヲ考ヘ肥料堆積ノ處ヲ定メ各自區域ヲ分テ保  
守スベシ

糞丘 草土等ヲ壇ノ如ク積 ヲ築キ肥堆ヲ聚メ腐  
水ヲ貯フ等渾テ培料ハ日々攪擾醱酵スルモノ  
ニシテ且溝渠池沼等ノ汚水ヲ混和セバ臭氣ノ  
滲透スルモノナレバ必ズ家屋道路ノ近傍ヲ避

ク野外ノ便地ヲ撰テ設置スベシ

第五章 病毒豫防

流行病ハ一種ノ風土病ニシテ其地方ニ限ルモノト或ハ各地方一般ニ蔓延傳播スルモノトアリ傳染病ニ其毒ノ人ヨリ人ニ傳ヘテ感染スルト又ハ遠ク隔ツモ空氣ニ混シテ傳播シ或ハ器具等ヨリ傳ハリ感スルモノトアレバ其病質ニ應シテ豫防ノ法ヲ盡スベシ

病毒ノ流行スルハ暫時ニシテ止ムベシト雖モ多クハ烈暑ノ時ニ流行シ漸モスレバ感染ノ速ナルヨリ防禦ノ術ヲ失ヒ遂ニ病毒ヲ逞スルニ

至ル一アレバ平日無事ノ時ニ於テ攝生保護ニ  
注意スルモノハ必ず感染スル一無ルベシ  
総テ傳染病ハ流行ノ始ハ其毒劇烈ナレ氏漸次  
ニ緩怠シ病勢ノ熾ナル時ハ最モ傳染シ易シ又  
鳥獸ノミニ限テ感染スルト或ハ鳥獸等ヨリ人  
ニ傳染スルモアリ一田感染スレバ再感ノ患ナ  
キト幾回ナリ氏病毒ニ感スルモノトアレバ其  
症ニ從テ看護豫防ノ法アリト知ルベシ  
傳染毒ノ体中ニ在テ人ヨリ人ニ傳フルモノハ  
其病体ニ接セザレバ感スル一ナシ揮發毒ノ池

沼ノ汚物土中ノ濕氣等ヨリ發シ飲水空氣等ヨ  
リ感シ器具等ヨリ速ク傳ハル虎列刺病ノ如キ  
ニ至テハ最モ注意シテ嚴重ニ豫防スベシ  
流行病ハ平素攝生ノ宜シキモノニ感染スル一  
ナク多クハ貧者ノ飲食ヲ撰マズ或ハ汚穢ノ處  
ヨリ起レバ一層居處ヲ清潔ニシ飲食ニ注意シ  
テ多食暴飲ヲ慎ミ富者ハ貧者ノ為メニ美屋ヲ  
貸シテ病毒ノ媒介ヲ絶シムベシ  
傳染病者ヲ訪問スルニ枵腹ナルハ甚タ宜シカ  
ラズブランジ一或ハ燒酎少許ヲ飲ミ且衣服ヲ



交換シ清潔ニシテ行クベシ病者ニ接スルキハ  
正面ニ相對スルナク斜メニ其容体ヲ問フベシ  
若シ病勢ノ烈シキ時ハ居住ヲ轉シテ他ニ移ル  
ヲ宜シトスレモ或ハ土地空氣ノ變換ニ依リテ  
却テ病因ヲ媒スルアレバ深ク注意スベシ  
流行病ノ將サニ傳播セントスルニ當テ妄ニ心  
勞シテ狼狽スルキハ其害全身ニ波及シテ却テ  
為メニ病毒ニ襲ハレ易シ其地方ヨリ來ル旅客  
ヲ謝絶シ郵信封物ノ如キモ豫メ消毒シテ傳播  
ヲ防グベシ

疫疾俗ニ百日咳ト云大氣中ノ傳染毒ヨリ感染セル一  
種小兒ノ傳染病ニシテ一タビ患フルモノ再感  
ノ患ナキモ未患ノ小兒ハ悉ク感ゼシムルニ至  
ル殊ニ風邪アルキハ最モ傳播シ易カルベシ  
一兒若シ此病ニ罹レバ速ニ未患ノ兒ヲ他室ニ  
移シ或ハ他家ニ別居シ近隣ノ未患兒ヲシテ該  
家ニ出入スルヲ無ラシム  
患兒ノ咽喉粘膜ヨリ分泌セル粘痰及ビ其蒸發  
氣中ニ含有シ他人ニ觸レバ直ニ傳染シ或ハ衣  
衾玩具等ニ染著シテ暗ニ傳播スルヲアルベシ

全治ノ後醫員ノ許可ヲ得ザル間ハ他兒ト同遊  
 シ或ハ學校及ビ他家ニ入ルヲ停ムベシ  
 患兒ノ着用セル衣服手中玩品ノ如キハ悉ク石  
 炭酸ヲ水ニ和シテ之ニ浸シ置後熱湯ヲ灌テ洗  
 濯シ或ハ速ニ燒棄スベシ  
 實布的利亞ハ俗ニ咽氣ト唱フル内ニモ此病ノ  
 アル一アリ一種ノ傳染病ニシテ最モ少兒ニ多  
 ク四歳以下ノ小兒ハ殊ニ甚シトス病人ノ呼吸  
 咳唾噴嚏鼻涕又ハ其近傍ノ空氣或ハ手巾等ノ  
 諸具其他病室ノ躰等ニ粘着セシヨリ數月ノ後

モ若シ毒物ニ汚染スレバ硫黄烟ニテ薰蒸シ或  
 ハ華氏二百四十度ノ熱氣中ニ暖ムベシ  
 痘瘡ハ一種特異ノ觸接毒ニシテ其流行スル寒  
 暑トナク忽チ傳播シテ其毒最モ劇烈ナリ其傳  
 染スルハ專ラ呼吸ニ由リ或ハ衣服等ニ觸ル、  
 ヨリ感スルモノニシテ津液排泄大小便ヨリ傳  
 播スルモノニ非ス且一タビ患フルモノハ再感  
 スル一ナシ  
 痘毒ハ永ク消滅スル一ナク痘兒ノ死屍ヲ發テ  
 其毒ニ感スル一アレバ必ず火葬シテ其毒ノ残

ハテ絶ツベシ

痘瘡豫防ニ於テ種痘ノ良法アレバ必ず種痘ヲ  
怠ルベカラズ若シ天然痘ノ流行ニ際シテ接種  
スルモ豫防シ難キ一アリ渾テ兒生レテ七十日  
ヲ過レバ速ニ種痘スベシ現ニ流行ナケレバ一  
歳迄ノ間ニ必ず種ルベシ其後ハ七年或ハ十年  
毎ニ接種シ若シ痘瘡ノ流行アレバ更ニ再三種  
スベシ斯ノ如ク再三種スルキハ体中ノ痘毒悉  
ク去テ仮令痘毒ニ襲ハル一アルモ更ニ感染ス  
ル一無ルベシ

無病健全ニシテ身体ヲ清潔ニシ飲食ヲ適度ニ  
スレバ患者ノ側ニ至ルモ妨ナシト雖モ患者ノ  
口ニ接シ或ハ蒸氣ノ含蓄セル室内ニハ必ず入  
ル一勿ルベシ

病毒ノ傳染ハ最モ飲水ヨリ來レバ他ヨリ良性  
ノ水ヲ求メテ飲料ニ供シ若シ飲料ヲ求ムルノ  
難キハ水ヲ煮沸シテ之ヲ振蕩シ能ク空氣ト混  
和スルカ或ハ木炭ニテ瀘過シテ後ニ用ユベシ  
窒扶斯ハ最モ換氣法ニ注意シ石炭酸水格魯兒  
加兒基水ヲ注キ時々加兒基水ヲ以テ衣衾ヲ洗

ヒ且各室ノ高キ處ニ食鹽一分過酸化滿菴一分  
トヲ能ク研和シ硫酸四分水二分ヲ和シ之ヲ磁  
器ニ容レテ攪拌シ格魯兒瓦斯ヲ發散セシムベ  
シ  
體質虛弱及ビ腸胃諸患アル人ハ最モ感染シ易  
シト云ヘバ身体ヲ保護シ飲食ニ注意シ殊ニ飲  
料ヲ撰ムベシ  
病者ノ糞汁ヨリ傳染スベキモノナレバ病者ノ  
便器ヲ他人ニ用ユルナク且患者ニ近ヅク一ナ  
カルベシ病者ノ糞尿ハ野外ニ深ク埋メ衣衾等

ニ至テ傳染スル一アレバ最モ注意スベシ  
此病ハ急劇ニシテ傳染スル一最モ速カニ且治  
療ノ緩急ニ從ヒ或ハ救フベカラザル一アルニ  
至レバ早速醫員ニ就テ治療スベシ  
若シ一家ニ患者アル或ハ病人ニ接近スルモノ  
ハ百倍ノ水ニ溶ケル石炭酸水ニテ充分ニ含漱  
スベシ

患者ハ別室ニ移シ窓戸ヲ開キ清氣ヲ通シ他人  
ノ接近スル一ヲ傳メ着用ノ衣類ハ一晝夜五六  
十倍ノ水ニ溶シタル石炭酸水ニ浸シ置後熱湯

ヲ灌テ洗濯スヘシ唾液鼻涕ハ最モ病毒ヲ含メ  
ル紙ニテ拭ヒ時々之ヲ燒棄ベシ  
該病流行ノ時ハ氣管口頭口中等ニ炎症ヲ發ス  
ベキ事業或ハ苛烈ノ飲食物及ビ長談高聲等ヲ  
深ク戒シムヘシ  
虎列刺病ノ劇烈ナル近時皆人ノ知ル所ニシテ  
豫防ノ法稍了解スルニ至レバ今之ヲ畧ス

明治十三年二月六日版權免許  
同十四年二月出版

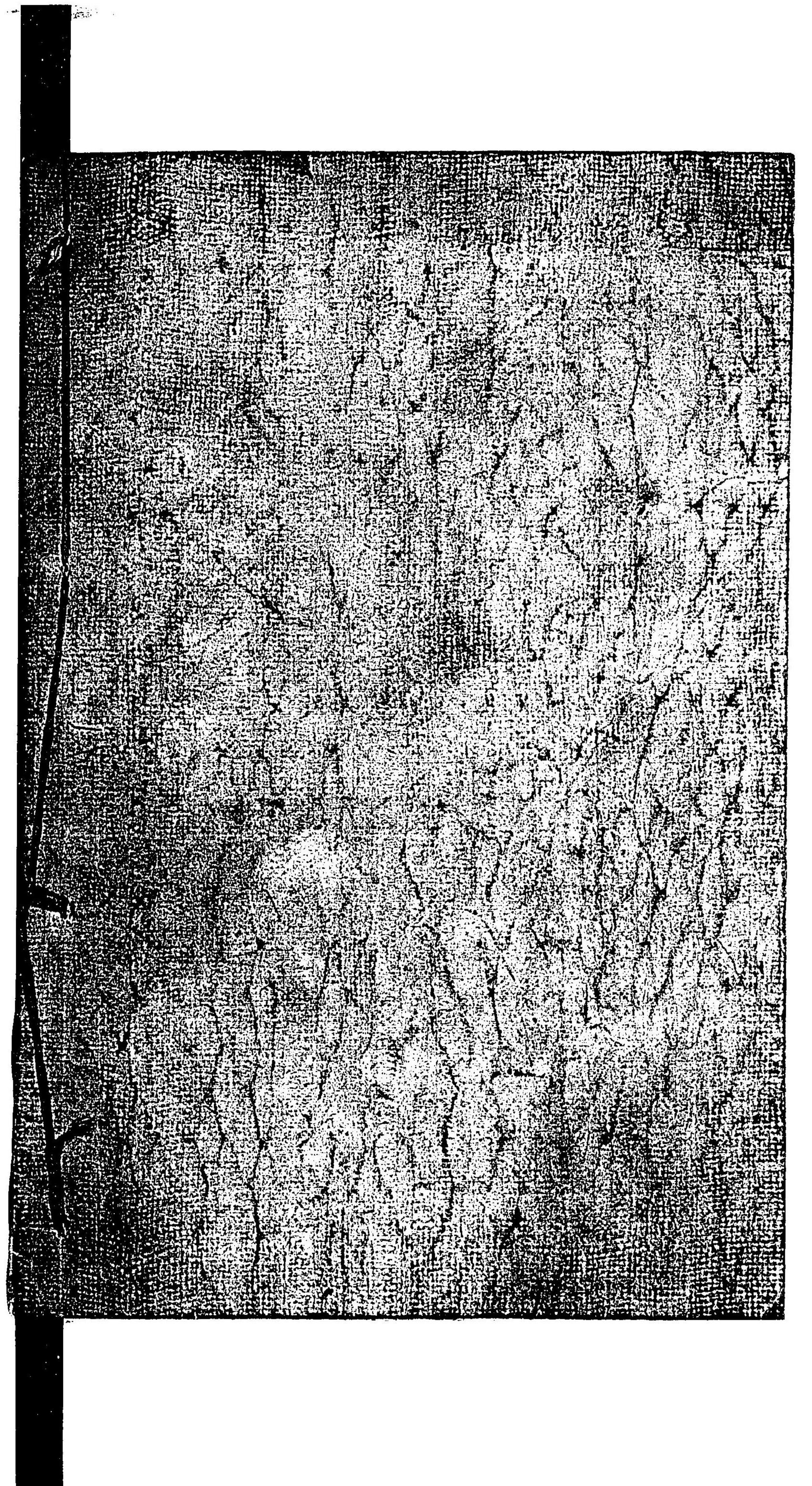


三河國西加茂郡舉母村  
五百七十八番邸士族

編輯者 田中正幅

同國同郡同村  
六百六十八番邸

出版人 吉田桑吉



衛生一斑

自  
函  
架  
號  
一  
册  
九  
號  
四  
架  
五  
函

特 37  
658

060294-000-9

特 37-658

衛生一斑

田中 正幅 / 編

M14

CBM-0068

