

琉球大学学術リポジトリ

冬の育児について

メタデータ	言語: 出版者: 琉球大学農家政学部 公開日: 2011-05-11 キーワード (Ja): キーワード (En): 作成者: 新垣, 博子 メールアドレス: 所属:
URL	http://hdl.handle.net/20.500.12000/19534

分の一位で良い。こうした肉を皮を下にして二既位に積み重ね上に板を置いて更に軽い重石を乗せて一層位置く。斯くして肉から沢山の水分と血液を流出させる。このような仕事は総て冷涼の場所を選んでやる必要がある。

五、塩漬材料

塩漬材料の種類と併録を一応説明する。

食塩―貯蔵力を増す為と共に肉に味を添え又肉から水分を去り肉をしめらすに用いる。

砂糖―甘味を与えると同時に肉を柔軟にする。即ち塩の取けん作用を緩和させる。

硝石―(硝酸加里)―肉に赤色を保たしめ且或程度防腐剤として作用する。塩だけで硝石を使わないと赤腐は黒ずんで美味に見えない。(硝石は薬店で四五〇瓦入二二〇円内外である。

香辛料―好みによつて沢山の種類があるが沖細では唐辛、ニンニク等は何処でも得られる材料である。

六、塩漬材料の調整

塩漬中の適温は摄氏五度から八度位とされているが沖細の気温は随分高温であるので少々辛目に漬込むのが安全と思はれる。

一例 肉量 一〇斤に対する調整割合

食塩 約 一一〇瓦
硝石 約 五瓦
砂糖 約 一六瓦
香辛料 少量

七、加塩方法

血絞りのした豚肉の古塩を払い落しこれに前記調整した混合材料を振りかけ良く摩り込み鹽か桶の中に簾(ヌダシ)または押を敷いた上に皮面を下にし、肉と肉の間にも混合材料を入れ込み推積して冷暗所(床下等の涼しい場所等)に置く。初め三日間は毎日上下を積み換えその後は一週間毎に二、三回積み換えればそれで作業は終了する。これで相当期間貯蔵出来る。

(日越開言)

冬の育児について

冬になると子供達の発育が遅くなり又風邪をひき易くしつけの面でも消極的になり折角つきたい習慣がくづれて了いがちですが子供の衣食住に深い関心をもつて積極的に育てる様に心掛けて参りましょう。それには次の様な事が考えられると思えます。

一、先づ子供の食事の面から

a 量をたつぷり

冬は体温保持のため特にエネルギーを多く消耗いたしますので他の季節より一割か二割位量を多くとる様にいたします。

b タミン A C D を余計に

ビタミン A C D が不足しますと感冒や肺炎にかかり易くなります。幸い冬はこれらのものを含んだほうれん草、トマト、人参、みかんなど豊富に出廻りますから授乳中の母親も母乳の成分をよくするために又子供達にも出来るだけ沢山与える様にいたします。

c 適度の温度で与える様に

寒いと大人の気持でつい熱いものを与えますが調節の出来ない子供はやけどをしたり、熱いのを蒸がつて食事を嫌う様になりますから頂ける位に冷まして与える様にいたします。スプーンなども熱いものの中に入れておきますとやつぱりやけどをいたしますから頂く時に与える様にいたします。

二、着物の面から

a 厚着をさせすぎない様

冬は寒いからととかく厚着をさせたがりますが厚着になればと寒さに対する抵抗が弱くなり又汗をかき易く体がむれて一寸した隙間風にも風邪をひき易くなります。又余り着ぶくれと動作も鈍く転び易くなります。

b 肌着の取替えをよくやる様に



子供の肌着は大人の二、三倍も汚れ易い(汚れた肌着は保温の役目を果たさない)ので少くとも昼中との夜寝る時とは別の物であつてほしいと思えます。脱がせたり、着せたりするのを臆くろがつて大人がそのまゝにしておくと子供も汚れたまゝで平気になつて了います。子供が気持悪がつて着換えを一人でもやつてゆける迄大人が気をつけて上げたいと思えます。

たゞこの時着替えを充分準備してから脱がしませんと子供は寒さを嫌つて着替えたがらなくなりますし、又風邪をひかします。

手編物がよく用いられますが必ず肌着をきせてからきせる様にいたします。肌をさしますので皮膚の弱い子は肌をいためますし普通の子ども痒がつて嫌います。

三、住について

a 危険のない様に

窓屋を暖めるため火鉢を入れたり、湯タンポを入れたり熱い料理が好まれますので子供のやけども多くなります。火鉢は子供が好んでいたづらをしたがりますが窓屋が暖まりましたら別におくことも一つの方法かと思えます。

又熱く料理したものの例えはお粥、おちや、おけなど決して皿下におかない様にしたいたいです。

よくお嘴でとりかえしのつかなくなつた例がございます。

b 換気を怠らない様に

寒いとつい部屋をしめきつたまゝにいたしますが汚れた空気埃の多い部屋では子供の肺や気管の負担になり風邪や感冒にかゝり易くなります。冬は乾燥して埃が多くなりますから部屋のお掃除は出来る丈拭掃除にしたいものです。又室内でゴミを立てる様な遊びはさげ静かな遊び御本読み、お話、唱歌などをさせる様に。

夜具等もよくゴミをはき出して陽にあてる様にいたします。

四、体を清潔にする様

a 外から入つて来たら必ず手足を洗う様に

冬は特に埃にまみれ不潔になりますが寒いのを嫌つて水を使うのを嫌がります。手足を洗うのを知つている子でも冷たいとついそのまゝになりますから必ずお湯を用意して子供の喜んで洗える様にしたいものです。大人は忙しくなるとつい自分の都合のいゝ様に湯の用意も、洗つてやるのも怠る様になります。大変気をつけなければいけないと思ひます。子供のしつけは子供にその雰囲気を作つてやること、喜んで子供がやつてゆける様に仕向けることが大事だと思います。

b 入浴は度々

寒さに神経質になつて入浴を制限すると却つて風邪をひき易くなります。たゞ子供は入浴時水遊びで体を冷しがちになりますから大人が手早く洗つて上げる様に注意いたしましょう。入浴後三十分から一時間位は湯冷めから来る感冒が来ますからこの間は努めて湯冷めをさげ冷い風にあたらない様にいたします。

五、努めて戸外で遊ぶ様に

お天気の良い風のない日は努めて外で遊ぶ様に。子供が部屋にこもつて火鉢にあたつていてと心や体の發育が悪く骨組みも悪く感冒に対する抵抗力も弱くなります。又家の中がいますと始終食べ物をわたる様になりますのでお食事もうまな

くなります。小さい中は自由に連れ出せませんが大きくなつて来ると何かと理由をつけ出たがりませんから時には大人も一緒に外に出て遊んでやる事も一つの方法だと思います。

六、子供の寝起は一人でする様に

寒いと大人が同情してつい添寝がしたくなりますが一緒寝はともかく床の中をむらしたり空気を悪くしますから予め湯タオルなどで暖めておいて喜んで床に入れる様にいたします。又厚着で寝る事は発汗し寝汗のものになりますし又多量な汗をばぐり却つて風邪をひき易くさせます。

寒くなると床の中でいつまでもぐつて起きてのをしるりますが偉いね一人で起きたのゝ起きたよーしていらつしやいゝとか大人も一緒に元気づけて一人で起きて来られる様

琉球森林の現況について

宮古島

隆起珊瑚礁から出来た島で、森林の存在は殆んど認められず海岸周辺、拜所のような箇所に小団地状に生育し、島内需要の薪材にも不足の状態である。

八重山群島

石垣島は古生層よりなり割合急しゆんで、一部農耕地、牧場村落等を除いては、海岸線より森林状態となり、老令木林は僅少で、オキナワシイ、オキナワラジロガシ、ヒメササシカ、イヌノキ等の樹種が多く、戦前より用材、薪炭等に大いに利用され、割合に利用価値に於いて高い林相を呈して居る。山の頂上附近の不毛地に於いては、ゴサダケササ(リュウキウチクに似て居る)が密生し、中腹、麓の森林の下木としては灌木類のヒサカキ、ヤエヤマヒサカキ等目立つて生い茂つて居る。開墾跡地、伐採跡地等にはセンダンの天然木が密生し、海岸線沿い

仕向けて参りましょう。起きてから着換えがないとぐづりますから前の晩で着換えは揃えておいて上げる様にいたしますよう。

七、外出は出来る丈さげましょう

冬は夏におとらず乳幼児の呼吸器の病気の多い季節です。空気が乾燥してのをいたためがちですから外から帰つて来たら必ずうがいをする様習慣づけて参りましょう。

汚れた空気埃は幼い子の肺をいためますから努めて人混みの中に連れださない様にいたします。

以上の様な点に気をつけてとくく消極的になりがちな私共の態度を積極的に仕向けてよりお丈夫な子供に育つ様努めて参りましょう。

(新垣博子)

には沖縄本島で見られぬようなガジユマル類が繁茂し独特な森林状況を呈している。

森林の所有形態は一部の個人有を除いては殆んど、石垣市、大浜町所有の公有林で、森林富穢も徹底され、将来性のある森林と推察される。

西表島は人跡未踏の原始林を想像される林相で、老令木が鬱蒼と繁茂し、ツルアダンが纏じようしく厚なお暗い密林状態である。樹種は大半はオキナワラジロガシで其の他、オキナワシイ、ヒメササシカ、タイワシラガタマ等で下木少く林内を潤み出来るような林相である。一般に老令で胸高直径一尺乃至三尺の大径木が多く、空洞木、折損木が、吾が世を得たりと繁茂して居る。地形は古生層の沈降性で、急しゆん、複雑であり木材の搬出に非常な困難をきたし、唯河川を利用して搬出して居る状態である。