

福島衛生新報

新年 感

昭和第七の意義深き新春を迎へ、吾が福島衛生新報も、紙齢を増すに當り其の責任の重且つ大なる事を感じる。本紙の使命は今更ら説明するの必要はないが、唯凡この舊殻を破り、此の使命を完全に遂行し、幾分でも社會衛生思想の普及に貢献すべく、あらゆる力を捧げる事を、誓ふものである。此の使命を遂行する、本紙の持つ力は極めて貧弱なものではあるが、大きな社會的使命を果すべく勇敢に戦ひ而して後己むの決心を持つて進んだなら、僅かでも其の責務を果す事が出来る事と信じて疑はない。

新春に際して、心から讀者諸彦に、此の誓ひを御傳ひ出来る事を悦ぶ。

昭和七年一月元旦

福島衛生新報社

謹賀新年

- 石城郡銀行 組合
- 平町公立校 懇和會
- 平藝妓屋組合
- 平料理屋組合
- 石城郡町村長會
- 平町會議員一同
- 石城郡小學校長會
- 平町旅館組合
- 平町西洋理科組合
- 平運輸株式會社
- 磐城建物會社
- 磐城片倉製糸株式會社
- 東部電力株式會社
- 内郷宮保健業組合

毎月三回發行
定價一部五錢行
福島縣平町長橋町五十六
編輯發行 佐藤與全
兼印刷人 佐藤與全
福島縣平町長橋町五六
發行所 福島衛生新報社
廣告料 一行三十錢
場所指定 十錢増

外自轉車タイヤノ修繕工政シマス
警城平町紺屋町
金成自動車部
金成國雅
釜屋商店
諸橋久太郎
電話三八番・二八四番

衆議院議員 木村清治	衆議院議員 比佐昌平	縣會議員 野崎滿藏	縣會議員 井上茂作	縣會議員 赤坂毅一	前縣會議員 山崎吉平	政友會縣支部幹事長 鈴木辰三郎	安島重三郎 山田村	金成通 錦村	小野晋平 小名濱町
衆議院議員 新妻盛	飯野村長 伊藤淺之助 飯野村	好間村 小田吉治	平 江口忠一	町會議員 關内正一 平	平 千葉彦治	平町青年團長 多田井笑次郎 平	平町長 伏見彦衛 平	町會議員 佐々木龍若 平	錦村消防組頭 山崎登 錦村
古河鑛業株式會社 入山採炭株式會社 磐城炭礦株式會社 小田炭礦 萩原鑛業所	小名濱町 町長 鈴木榮	江名濱町 町長 河野嘉藏	內郷村 加藤丈夫	小名濱水産試驗所 所長 飛塚高次	平土木監督所 所長 小林清吉	平郵便局長 戸石清	平驛長 麻植晴吉	町長 鈴木喜太郎 高久村	平 星敏夫
	萩原申八	鈴木常雄	只野忠康	內郷村 高橋由藏	高久村 助役 本馬武				

家庭生活の幸福も健康から

秀峰

從來保健衛生の對策といへば、これを消極的に考へ、傳染病の豫防とか、病人の救助とかを主眼として既に犯された方面に主として力が注がれ、どうしたら病氣にかゝらないで済むか、健康を保つにはどうすればよいか更に一步を進めて健康増進の道は如何といふ、積極的方面は開却された傾きがありました。

我國は年々人口が増加する、そして都市人口は益々稠密になるといふ現状にあつて、かく病氣になる原因に力を入らず、病人の始末ばかりしてゐるのでは、云はば末節に拘泥するものであつて、幾ら救護施設を擴大充實させても、百年河清を待つゝの類と云はねばなりません。これはどうして病氣から免れるといふ方面でも如何に健康を保持するか、健康を増進するにはどうしたらよいかといふ方面に注意し、衛生問題をこゝに集中することが肝要だと思ひます。

即ち近代理智生活に於ける衛生問題は、如何にして病人を救ふかではなく、如何にして病氣にかゝらせぬか、これが主要な問題なのです。この健康保持、健康増進があらゆる人間の活動に必要であるにも拘らず、個人として、この重要な事を考へない人が往々あります。「健康は缺くべからざるもの」と云へば誰しも異論はないが、さて實際に合理的に健康増進を行つてゐる人は案外少いのです。これは是非實行にまで押し進めて行たいものです。

先頃東京永田市長は「健康は道徳なり」と申されたが、これは誠に道徳なりと云ふ考へをもつては道徳なりと思ひます。近來平町の方々も此の運動に、体育方面に關心を持つものが多くなり、男女何れにもスポーツ熱の勃然と起つてきたことは誠に喜ぶべきことであると思ひます。

正しく行つて行きます、かう考へて來ると私共はどうしても健康の上には、生活を築いて行かねばなりません。これを一言につくせば、健康即生活といへませう。

カルシウムは壽命を長くする

砂糖製品の洪水時代ではすゝめたい骨料理

都會文化の程度はその都市の消費する砂糖の量に比例するといはれるが、一方またその文化程度は結核患者の數とも比例する。つまり砂糖の消費量と結核患者とは平行することになる。文化生活とは砂糖と熱を出すだけ多く用ゐる、不純な空氣を呼吸するにあるといつた人もあるが、實に如何に豊富な砂糖製品の洪水が都會生活者の上に投じられてゐることよ。

砂糖を多く攝取すれば体内のカルシウムが減少する事は常識である。また料理法の進出は熱を加へることによつて食物の栄養價を低下し易い。即ちカルシウム不足の食物を食する事になる。そこでカルシウムの多い食物を食ひ、ぬか類をなるべく少し用ゐる事、即ち結核性疾患に遠ざかる賢明な道であることも不老長壽健康の秘訣でもある。

カルシウムは食物の大部分に自然的に配分されてゐるが、殊に魚や鳥獸の骨にはそれが多く従つて骨ごと食べるのが栄養食の理想といへる。殊に小兒に對

コルカルと防腐劑大勉強!

- 二升三升のハカリ賣りもします
- ハケと容器も貸します
- 電話は隣の二〇商店へ二六八番
- 配達迅速、願る親切

平町田所通り一〇商店隣
当美堂藥店
電話呼出二六八番

平町驛前新道通り
ダイヤ堂 鈴木時計店

貸切の御用命は
三井自動車部
三井 井 富 吉
三井 井 四 郎
平二丁目(電話六八五番)

平町南町
磐城共濟病院
電話六四一
他店に誇る純ドライクリーニング
ランドリー白榮舎
平町仲田町 伊藤 眞一

大津西町本通り
カフェーギオン
平大工町
鮮魚仕出し **鹿島屋**
電話三九七番

平驛前角
芳香園 器具店
電話六八〇番

平四丁目
果實問屋 **萬屋**
電話二七三番

新田町
尼忠
電話五八七番

なかや洋服店
平三丁目(電話二二三番)

洋品物の御用命は
玉屋洋品店
電話六五六番

滋養に富み食べておいしい無砂搗の風味の好い白米の御用命は
山野邊無砂搗精米所
平町町事務所前(電話三二八番)

藥の御用命は
大平屋藥店
電話六四二番

時計眼鏡修繕
秋山時計店
平驛前通り(世界館前)

カフェーバツカス
平町三丁目横丁

鈴木片濱自動車部
平四丁目(電話二二七番)

洗張の御用命は
小松崎洗張本店
平二丁目川岸通り平館前(電話三九七番)

信用を資本とする堅い店
佐川洋服店
平三丁目角(電話四一八番)

平五丁目
山野邊藥局
藥劑師 山野邊東次郎

マルチタイヤ特約販賣店
千葉タイヤ商會
平新川町(電話七八番)

平
平
主 松田 卯次郎
電話四六六番

牛豚肉の御用命は
安賣王 深谷肉店
平驛前通り(電話二四四番)

アツマ美容院

御なじみの三四三番へ

旅館和泉屋

安賣王 深谷肉店

アツマ美容院
主 矢内シゲ
御なじみの三四三番へ
平驛前 昭和タクシー

四五歳の食へ盛り

どんなものを與へたらよいか
お困りのお母さんへ

東京市衛生試験所 進 藤 眞 砂

幼児献立の注意

まづ幼児献立上の御注意を申上げます。
(一) 幼少時から食物に對する好ききらいを云はぬ習慣を養ふため各種の食品を廣い範圍に亘つて取入れます。
(二) かうは云つても勿論何でもよいといふ譯ではなく、なるべく消化のよいもの、よい蛋白質を含むもの、ビタミンの各種を含むもの、カルシウムを含むもの等が大切です。
(三) 調味品は醤油、塩、砂糖類に止め、酒類や香辛料等は用ひぬこと。
(四) 分量は献立に示してある様に、蛋白質四〇グラム以上、熱量一〇〇乃至一〇〇〇カロリー位が適當です。

食の注意

次に幼児の間食は三回の食事の不足分を補ふ必要上與へねばならないものですが、與へ方の不規則、質に對する不注意等は幼児の身體に悪い結果を來すことが多いため、これ等は充分氣をつけること、次に注意せねばならぬ諸点を擧げて見ませう。

一、間食の量は主食の約一〇パーセントが適當で、一〇〇カロリー位の熱量を有するものがよろしい。
二、間食に與へる菓子類の味は淡白であつて、餅菓子、餡類は不適當です。
三、間食は質素なものが望ましい。例へば、甘藷の煮煮で、馬鈴薯の煮煮、南瓜の煮煮で、煮うどん、蒸しパン、食パン、おにぎり、せんべい、ビスケット、果物の砂糖等。

一、又間食は次ぎの食事に影響を與へぬものがよろしい、故に蛋白質の多いもの、脂肪の多いものは不適當で、卵や乳を多量に用ひた洋菓子類は考物です。
二、なほ又間食にアルコール成分や酒類を含まないものがよく、從つてチョコレート類、ひき茶菓子、ウキスキートン、なども面白くありません。
三、かう述べて來ると、菓子屋の店頭には如何に幼児に不向な菓子類が澤山並んで居るか、ごなたにも直ぐにわ分りのことと思ひます、愛兒の爲めに充分考へてお菓子を選んで頂きたいと思ひます。

幼児の季節献立

次ぎの幼児献立は四、五歳を標準とした季節の一週間分献立を参考までに掲げませう。

第一日
朝 オートミール、オートミール
四〇瓦、牛乳一合(一八〇瓦)
砂糖少々
午前の間食 輕焼せんべい
(輕熱せんべい一〇瓦に麥湯又は白湯)
晝 オムレツ、飯大人用茶碗
一杯(一五〇瓦) オムレツ
(卵一ヶ五〇瓦)おろし人参
おろし玉ネギ共に卵の殻に三分の一位、バター二瓦、塩、砂糖少々
午後の間食 野菜入煮うどん
ゆでうどん四分の一玉(七〇瓦)、ほうれん草(三〇瓦)かけ汁(五勺)
夕 御飯、煮付、かき玉焼、飯大人用茶碗一杯(一五〇瓦)煮付(ツ)、鉄五〇瓦、さつまいも五〇瓦、醤油、砂糖少々)かき玉焼卵五分の一個、瓦一〇かたくり粉二瓦、煮出汁少々

平城山 聚樂園 飯田近治	平田町 一〇商店 電話二六八番	平四丁目 百澤商店 電話一三二番	平三丁目 丸 ぼん 電話三五九番	平田町 高久病院 電話五一三番	平四丁目 ツルヤ洋品店 電話一四〇番	平三丁目 玉章堂印刷店	平四丁目 關内薬局 電話四〇番	平一丁目 水野薬局	平公園下 丸善洋服店	平二丁目 遠藤帽子店 電話四八八番	平研町 吉村製綿店 電話二五七番
---------------------------	------------------------------	-------------------------------	-------------------------------	------------------------------	---------------------------------	-----------------------	------------------------------	---------------------	----------------------	--------------------------------	-------------------------------

旅館 和泉屋
平四丁目(電話二一七番)

藤市蒲鉾店
遠藤市松
平二丁目(電話三〇五番)

周旋業 長谷川辰之助
平南町共濟病院前

貸切の御用命は
アマコタクシー
電話六四〇番
主任 澤

開披
白馬の雪
平二丁目辰ノ口木家松本徳一
電話本五八二

貸切
野崎自動車部
平驛前新通り
電話六五九番

郡山無盡株式會社
平出張所
平驛前通り(電話六五五番)

開披
世界
聚樂館脇

改
大床
男女シラガ染
平田町電話七二九

支那
富士
聚樂館脇
電話六七七

カフェーポタン
郵便局脇(電話五七六)

平南町
佐々木看板店

大村屋旅館
大村一郎
平二丁目(電話一七五話)

尼子自動車部
平二丁目(電話六四〇番)

佛蘭西式
ミヤカワ理容所
平驛前通り

支那料理の元祖
華香亭
平南町(電話二九二番)

菓子司
泉屋
平五丁目
電話六六八番

内郷村級驛前
薄葉自動車部

平市警察署前
石山精華堂看板店
電話五七七番

平三丁目川岸通り
カフェー花月
電話一七七番

山崎合名會社
電話十番

貸切の御用命は
芹澤自動車部
電話三九五番

貨物一般取扱ひ

安廣王 深谷肉吉
深谷亥八
平驛前通り(電話五二四番)

平町壹丁目川岸通り
華泉堂看板店
 武花欽一

平三丁目
黒猫
 KURONECO
 電679

やなぎ屋
 外六名

平三丁目
大黒屋洋品店
 電話一六六番

平二丁目
大一屋
 電話一三番

平一丁目
和久井屋
 電話四〇五番

平二丁目川岸
越乃家
 電話三三〇番

平三丁目(電話三九六番)
大勝園茶店
 鈴木義忠

平四丁目
小野常治商店
 電話一四四番

平紺屋町
旅館住吉屋本店
 電話一五九番

平三丁目
杵すし
 電話六七九番

平警察署通り
 御道省
久保田パン店
 電話三八三番

平三丁目
大谷時計病院
 電話一九九番

平南町
本間製綿店
 電話二六九番

平二丁目
西村屋薬店
 電話三番

平土橋
飯塚理髪店

平二丁目
松本屋
 菓子商
 電話二一四番

平二丁目
平庶民金庫
 信用組合
 電話四九二番

湯本町
吉田恭平商店
 電話五二番

湯本町
湯本無盡株式會社
 電話四七番

湯本町
湯本藝妓組合

湯本町
三函座
 白石興行部
 電話一〇〇番

湯本町
埴信人

小名濱町
水野女學校
 校長 水野ヒロ

一二本松電氣
小名濱支店

福島縣平町大町
磐城無盡商會
 小宅嘉久治

湯本町
鯨岡久一郎
 電話二〇番

内郷村御臺境
内郷牛乳舎
 岩波源藏

久之濱町
 町長 **木村倉治**
 久之濱町會議員

木村善五郎
 千葉才一郎
 新妻雄一
 片寄寅次郎
 遠藤與平
 富澤順平
 鯨岡儀助
 鈴木榮二郎
 遠藤次郎
 遠藤淺吉
 岡田定助

久之濱町
高岡德次郎
 局長

久之濱町仲町
白石屋吳服店
 橋本久太郎

久之濱町北町
吳服店
 木村亀重

久之濱町北町
白土常太郎

四ッ倉仲町
木村醫院
 電話番

四ッ倉新町
大和田安太郎

株社
磐城セメント工業所
 電話十三番

久之濱高等小學校
 校長 **木田茂平**

久之濱町畑田
桃季會
 職員一同

久之濱町消防組頭
新妻雄一

久之濱町仲町
白石屋酒店

第一徵兵保險株式會社
 社員 **木幡良輝**
 久之濱町

久之濱町北町
木田自動車部
 木田庄一

平四丁目
十一屋
 電話三七三番

平新川町
谷屋吳服店
 電話四三七番

平南町
魚敬
 電話六一七番

平四丁目
マルトモ柴田書店
 電話三三四番・五九七番

平貳丁目
三井はき物店
 電話一五六番

平公園入口
カフェー松ヶ岡

美人女給の酌で
 斷然エロ的な
好間軌道株式會社
 電話四二二三番

西洋洗濯所
永澤洗濯店
 永澤義一

サロンの名の通り
 清楚な氣持ちよい客間
サロン
 電話三五二番

吳服太物の御用命は
サロンの
 電話三五二番

自動車タイヤ
 チューブ修繕
 水口内張
佐藤タイヤ修所
 警城平町紺屋町

鎌田町
金成自動車部

平五丁目
釜屋商店
 電話九