正しい授乳で丈夫な赤チャン

出產が近づくと、乳房（チブサ）がダン〳〵大きくなつて、黃白色をした液が出て來ます。この頃は、乳房が感に敏感で、一寸した外界のシゲキで、傷害を受けやすいから、軟い布で乳を被（カブ）せるものを作つて、充分に乳房を保護するべきです。

出產後は、數時間安靜してから赤チャンに授乳をしますが、授乳によつてお乳の出がマス〳〵良くなり、また、產婦の身體も元の狀態に早く回復する事が出來ます。一番初めに出て來たお乳は「初乳」と云つて、水の樣に透明で、タンパク質、ビタミン、などの營養分がタクサン含まれていますから、捨てないで必ず赤チャンに呑ませて下さい。

出產してから一週間後には、白色で不透明な普通のお乳が出て來ますが、營養分が初乳とは少し違ひます。お乳は產後第四日目ごろからダン〳〵增して來ますが、この時から規則正しく一定の時間にお乳をあげる習慣をつけて下さい。健康なお母さんなら、お產後第三週間から第八週間にお乳がタクサン出る樣になり、以後七個月までは、お乳の出は變りません、それから後は少しづつ減つて來て、お產後一年には、お乳が停るものです。然し、生後一年には離乳すべきで、それ以上お乳をあげると子供の發育に反つて惡い結果を及ぼします。

授乳の方法は、初めの內は橫になりながら赤ちやんにお乳をあげると良いのですが、赤ちやんの鼻穴を壓しつけない樣に注意して下さい。授乳前に、お湯につけた淸潔な布で、乳首をキレイに拭いてから、お乳をあげる樣にし、終つたら、乳覆（チチオヒ）を被せておけば、外界のシゲキを受ける事も無く、その上、乳房を濕めてお乳の出が良くなります。授乳の時間は十五分位で充分ですが、生れたての赤チャンは吸ふ力が未だ弱いから、もつと時間を長くしたら良いと思ひます。

授乳は一定の時間を定めて與へるべきで、赤ちやんが哭けば直ぐにお乳をあげる樣な習慣をつけると、遂には消化不良になる事があります。授乳時間を正しく守る事は、初めのうちは難しく感じますが、暫く實行すれば誰でも出來る事です。生れたばかりの赤チャンなら三時間毎に授乳をしまして、夜間の授乳は避けた方が感すが、もし哭きやまない場合には、冷したお湯を少しばか與へます。

三、四個月になつたら授乳を四時間毎にします。

母乳の量が足りない場合に、牛乳で與へる樣にして下さい。一回は全部母乳で、次の一回は全部牛乳で授乳する樣な方法によると、赤ちやんが胃腸病になりやすい、お母さんの授乳回數が少くて、何時までたつても乳の足りない場合は、人工營養、卽ち牛乳で母乳の不足を補ふのが普通ですが、先ず母乳を先に吸はせてから、不足分を牛乳で授乳する樣な方法によると、赤ちやんが胃腸病になりやすい、お母さんの授乳回數が少くて、何時までたつても乳の量を少しづつ減らしながら、薄めます。滿一才になると母乳だけでは營養分に不足しきすから、思ひ決つて離乳を實行すべきです。

漬物講習會

中壢鎭公所と中壢鎭農會の共同主催で農產加工講習會を開催、二月七日から九日の三日間にわたつて、福神漬、大根や其の他野菜の漬物、豆腐製造法などを實習して好評を博した。實習生は主としてこの地方の主婦達であつて、毎里から二三名を選出して參加したが、皆熱心に實習して、多大の成果を擧げた。講習の時間は毎日午前の八時から午後の五時まで、聽講生の便宜をはかつてお蜜御飯の用意まであつたと云ふ。

今まで、野菜の季節などになつて收穫が多すぎると、これを捨てゝ餘す樣な農家も多かつたが、今後この種の講習會を各地農村で開催できれば、野菜を漬け物にして後日の副食物にしても良いし、或はこれを賣ることもできるから、短期間の講習とは云へ、農村經濟上の意義は確に大きいと云へる。

斜裙之製圖法

（バイヤススカート）

寸法

腰圍六十四糎
長六十五糎

cm（センチ）
mm（ミリ）

裁斷＝裁斷は必らず縞或は格子を合せること。木棉は縱橫の縮水の度が違ふから、なるべく浸水してから裁斷すること。

W幅の裁法（或は中央に縫目のない時）

布の縫ひ代はウエスト二cm　脇二—三cm
裾三—五cm

單幅の裁斷法（中央に縫目がある時）

斜裙の縫かた

一、脇明（左）　長さ二十三cm　幅四cm縫幅　二枚

三mm縫ふ　裏へ返して落しミシン（玉ぶち）

二、脇縫

玉ぶちが前後出來たら合せる、續いて脇を縫ふ

縫代の通り縫ふ　割る　布端を折つて端ミシン

三、裾　五折つて細かく縫ひ縮める

表にくつつけないこと

四、ベルト（幅四cm出來上り）

A幅を三つ折ミシンをかける

B

前は2cmの所から縫ふ

更に豫定の深さに折つて、落ちつかせて、まつる

五、脇出來上り

表　スナップ

裏

ボツタの位置

後は一ぱい迄縫ふ裏へ返して飾ミシンをかける

後は一ぱいまで縫ふ

小兒授乳的小常識

（婉　婉）

在姙娠期中，乳房漸漸的膨大，就近生產的時候，分泌出一種黃白色的液汁，這時候乳房受了外界的刺激靈敏，容易發生病患，產婦應穿用軟布製乳罩，加以保護。分娩後，應待數小時使精神復原後，即開始給小兒哺乳，授乳的早能增加分泌，乳汁能使產婦身體迅速復原。才分娩後最初一分泌的乳汁是「初乳」，透明如水，富有蛋白質，維他命油，滴中混有黃色之液，含有少量的分泌永久乳，約爲一星期，乳房即有的乳汁，稍含有甘味，其所含的各物質分量與初乳不同。

乳汁於產後第四日起分泌量漸增，此時起應養成定期授乳的習慣。

健康的婦人分娩後分泌乳量少，在第三至第八星期逐日的增加，從第八星期至約第七月其分泌量始不變更，以後就逐漸的減少，至約一年分泌大體可停止，如果在一年以後仍繼續授乳，對於小兒却是有損無益。

授乳方法，最宜側臥給小兒授乳時亦應哺乳，如抱起小兒注意乳房不可壓塞小兒之鼻孔。授乳前，應以清潔的軟布，拭清乳頭然後再授，浸溫開水，完後宜用乳罩保護之，以避乳外來的衝擊，且能使乳房溫暖而使乳汁分泌加多，每回授乳的時間以十五分爲最宜，初生小兒因吸乳的力未强，授乳時間應稍加長。以後逐漸減授，乳短時，以十五分爲標準。

授乳應有一定時刻，若小兒啼哭即授乳，這惡習慣必使小兒不能消化，而引起胃腸病。規定時刻授乳，初覺難行，且母與乳絕無不便。就習慣方均能受益。初產兒以後三小時授乳一次爲最。嬰兒號哭，如遇嬰兒雙