

薬

Art gallery

第十三
展示室

食べ合わせの図

今回登場の「食べ合わせの図」は現代の健康情報提供グッズのようなもので、配置薬販売業者などを通じて家庭に配られました。貝原益軒(1630-1714)の『養生訓』巻第四食飲下に「同食の禁忌多し、其要なるをこゝに記す」として紹介されています。近年、薬物療法において薬の相互作用、飲み合わせのチェックが重要な点検項目になっていますが、これらは一緒に食べると言える組み合わせで食べ物との相互作用ともいえます。中には医学的根拠の薄いものもありますが、西瓜と天ぷらのように油物と水気の多い物の食べ合わせは、胃弱や胃アトニーの方は消化不良を起こすと思われ領けます。

現在は、飽食や多国籍料理の氾濫のせいか、食べ合わせについてはあまり触れられなくなりましたが、衛生環境が十分とは言えなかった時代に家庭でのセルフメディケーションの一助を担う役立つツールだったと思われ領ます。

長寿を願う「福寿箸」の箸袋にも食べ合わせの絵が描かれていた。



昭和26年の計量法の制定、昭和34年の尺貫法の使用禁止に伴い、旧単位から国際単位に変わったため変換表も。

昭和6年発行の『喰い合わせの心得』は現代の救急法や薬物の中毒の救急法、食物の消化時間なども掲載されている。



食べ合わせだけでなく、六大栄養素と主な食品を示し、バランスの良い食事を促している。

同食養生心得と灸灸む日心得(お灸をすえるのを避けるべき日)が書かれている。(明治31年発行)

食べ合わせの図は、家庭の台所に貼られることが多かったので、「火の用心」の注意喚起も。

女性の髪型や服装、調理道具や調味料などが子細に描かれており、当時の生活様式を知ることができる。

45代横綱若乃花の名前が歴代横綱一覧に載っており、相撲人気が高かった時代に配られたことがわかる。