

徐玉文女士 主編  
徐征吉 校閱

# 女子家事學

潘之農題



上海夏光書店印行

# 序

家事學者，研究家庭各種問題，而以如何方法改善之學也！欲治其國者，先齊其家，是故治家者，無異于治國，未有家政不修，而國政能理者！

雖然，有賢女而後有賢婦，有賢婦而後有賢母，有賢母而後有賢子孫，然後國家社會得有用之才，邇者男女平等，固無軒輊之可言，惟偶有毗倚，弊即乘之，每觀一般新女子，常以自由平等而自炫。爲禍不及，尤爲識者所咋舌，此學校家事學科之所宜重視也！

徐女士玉文，留學日本有年，其文字屢發表於生活週刊，斐聲所播，久負時譽，近以教餘而薈萃中西載籍，凡足資女子家事之研究者，摘其精華，汰其糟粕，且供給材料者，男女都十餘位，綜數

萬言，非高遠而難行，皆切要而實用，此書一出，不特每女子皆須人手一卷，即男子亦宜家置一編，觀感效法，其貢獻於家國者，詎淺渺哉？此現代女子之典型，操理家務之楷模也！

歐元懷

二三，八，

# 女子家事學

## 目次

序

第一編 概論

一、家事的意義……………(一)

二、家庭的成立……………(三)

三、婚姻完滿與家庭快樂……………(一二)

四、家庭的組織……………(二二)

五、新家庭的快樂……………(二七)

第二編 家政

一、怎樣做一個模範主婦……………(二九)

二、家庭管理……………(三二)

三、家庭佈置·····	(三四)
四、家庭教育·····	(三九)
五、家庭經濟·····	(四四)
六、家庭常識·····	(五六)
第三編 保育	
一、嬰孩哺飼法·····	(七二)
二、嬰孩保育法·····	(八四)
三、嬰孩的生長和訓練·····	(八七)
四、睡眠休息和玩耍·····	(九〇)
五、嬰孩的衣服·····	(九四)
六、嬰孩的健康和舒適·····	(九六)
七、母親的衛生·····	(一〇〇)

九、嬰兒防免疾病法……………(一〇七)

十、幼兒食物注意……………(一〇九)

十一、兒童的睡眠時間……………(一〇九)

第四編 衛生

——附家庭常備藥品及應用方法一覽——

一、個人飲食之衛生……………(一一一)

二、衣之衛生……………(一一二)

三、日常生活之衛生習慣……………(一一三)

四、女子經期之衛生……………(一一四)

五、家庭的飲食衛生……………(一一五)

六、房屋衛生……………(一一六)

七、孕婦衛生……………(一一七)

第五編 女紅

一、刺繡——附圖十七幅……………(一二六)

二、縫紉——附圖六幅……………(一四一)

三、應用圖樣——附圖四十七幅……………(一四五)

### 附圖一覽

#### 一、刺繡

1, 八仙之二      2, 月下蘆雁      3, 雷峯夕照      4, 鴛鴦戲水      5, 蘆雁

6, 雙禽      7, 鳴春      8, 海棠      9, 戀花      10, 到春來

11, 佐酒佳品      12, 秋色      13, 月蘭      14, 優游      15, 虎視

16, 唱隨      17, 初夏

#### 二、縫紉

1, 現代的童裝      2, 兒童輕便衣      3, 七八歲的女孩裝

4, 最新式之毛冷外套衣

#### 三、應用圖樣

- A(一)——女子用之錢袋圖樣  
 A(二)——錢袋之又一式暨參考圖  
 B(一)——手巾之角花(兒童用)  
 B(二)——手巾角花之參考圖  
 C(一)——絲綢圍巾之裝飾  
 C(二)——又一式  
 D(一)——窗簾之裝飾  
 D(二)——窗簾裝飾之又一式  
 E——枕套，被單，及床幃之裝飾  
 F(一)——手巾角花之草圖  
 F(二)——已製成之角花式樣  
 F(三)——變化 F(一)之草圖  
 F(四)——角花之又一樣



# 女子家事學

## 第一編 概論

### 一、家事的意義

古人說：『欲治其國，先齊其家，』我們相信，有了多數好的家庭，才會成功好的社會，有了好的社會，才能夠產生好的國家，目前，中國危殆到了極點，我們，該都有負担救國的責任，「齊其家」，要待着我們哩！

在父系形式家庭的中國底現在，無可諱言的，女子依舊要負擔主持家務的重任，男子們在外面勞心勞力，做婦的應該如何地給他無內顧之憂，一心對外，把他的職業，充分的發展，以鞏固個人的立身底地位呢！這便該重視我們現在所要研究的家事了。

我們相信，女子的天性，本來很多是溫柔順的，所以凡是家人的保護與監督，和養服的裁製與保藏，餘如烹飪，應接，銀錢出納，也都是婦人之所長，在情理上說，男子工役於外，家務當然捨婦人莫屬，所以也可以說，家事也正是女人的分內事哩！

因此，我們現在下一個定理說，婦人的本分，有兩大點：

一、整理家務——造就幸福之家庭

二、教育兒童——使成良好之國民

所以，婦人便應該注意下列幾種

一、研究衣食住及看護之方法，以謀家族之健全；

二、盡心於老人之奉養，兒童之教育，且須融和一家長幼的感情，而保家庭間

之快活，

三、留意家庭經濟，知儲蓄，以期家計之餘裕；

四、習禮法，修公德，以圖交際之圓滿！

同學們！家庭，是要你設法來變做一個美滿的樂園的，天生男女，再由男女結合而成家庭，這是中外古今，萬般一例的事，在理智支配下的我們，誰都希望有一個有生趣有意義的同居生活底賜予吧！家庭間欠和平，雖然「衣錦繡」「食美味」居的高堂大廈，怕便不能算是一個幸福的家庭吧！家庭間雖和平，但各個人身體不健全，這便也算不得一

個幸福的家庭，經濟上沒有預算，交際上不得其當，都足以致家庭於不安，所以，負齊家責任的主婦，都須額外加以注意的。

現在，我們該下一個「家事」的總定義了：『講究整理家務，教育兒女的方法底一種學科，現在統名之曰「家事」。』

## 一、家庭的成立

在人類最初的時期，本來無所謂家庭，小孩子「有母而不知有父」，這正好像是禽獸一般，後來，有巢氏出，才教民居住，周公製禮，於是才形成了男女的同居，這樣，是家庭成立的最早時期。

到後來，人事日繁，一切是趨向宗法化了，自「周公之禮」，規定了男女應有同居之義務以後，並且創出了「一夫一妻制」來，因為要尊重男女同居的隆重，併且規定了許多「法制來」——「結婚儀式」——數千年來，還是延用着它。

家庭，是一種組織，是由二個生理以上不同的兩性底組織，他的功能，與人類之生存，和他種社會機關之成立，都有極密切的關係，在這兩方面所有的財產，和由這兩方

而所產生的子女，都隸屬於此團體之下，此團體，便叫做家庭。

1. 家庭的範圍 家庭的範圍，其第一條件，便是血系，但連帶的便是同姓，甥舅雖同血系，但因非同姓，所以不能成爲家庭，大抵文明愈進化，一家人的關係愈親切，而家庭的範圍也愈小。例如太古以部落爲家庭，我國以族爲家庭，歐美文明國家，便僅把父母子女二代爲家庭。

2. 家庭對於人種所負的責任 家庭對於人種所負的責任有二：

(一) 延長人種 生物有了生殖的本能，然後才可以永遠的生存，所以即微生動物如阿米巴，雖然沒有雌雄的分別，但其個體的分裂，也正是他的生殖，比較高等的動物，生殖有雌雄之分，人是萬物之靈，所以不單是生理上的有生殖力，并且又加上了心理上相互間的愛，近年來文明國家很注意優生學，研究如何用科學的方法，養育胎兒將來成功一個好小孩，從此以後，人類的家庭，不單對人類應負延長人種的責任，并且進一步，是由綿延人種而改良人種了。

(二) 保護子女 魚類鱗卵，每次數達幾千，牛羊，犬豕，也都一胎數頭或數十頭，

這都因爲下賤動物不懂得保育，天生是預備着他們死亡的，人類那便不然了，一胎一個，——間下有二個，但已不多見——這是人類是有智識，所以應該格外考究保育的方法，以盡爲人父母的天職。——保育法詳本書第三編——

3. 對於社會所負的使命 研究家事，不能專從現在或是我們的家庭範圍裏來研究，因爲家庭與社會，人類，生物，政治，經濟等科學，都有很密切的關係，這一段，所以要說一些家庭和社會的關係。

有人說，中國社會，到處有一個中心勢力的家庭，中國無論到了何處，都帶有幾分中國家庭的臭味，中國的社會，可以說是家庭化，極端說起來，或竟說中國是沒有社會，亦未爲不可，因爲中國的社會，太不成其爲社會，有一篇遊記，載的：「在某處遇二女子，方肄業某女子師範，在校內頗能勤樸過其學生生活，居家則仍調脂抹粉，無異一般女子，其故意屏除脂粉，家人斥爲不祥，故女極左右爲難」據此，可以證明學生在學校所受的教育和他的家庭以內的日常生活習慣，完全兩樣，所以發生如此矛盾的事。

照理，教育是應該改造社會的，然而，有時候社會的風氣，反而受了學校的影響，

變好變壞的，尤其是在都市裏，記得去年夏季曾感而爲一「揮扇閒談」發表於報端，節錄如次：

女人，值得歌頌的女人，更其值得歌頌的大都市的女人，一個朋友接着說，何苦她們要這樣的「奇裝豔服」，奇裝的簡直令人作嘔，我說你這是錯誤了，『奇裝豔服』，此之所謂女人也！

一般是穿的黑紗，包得週身緊緊的，無論在她的面前或背後，可以隱約的看出她裏面的一件小背心，這小背心，是只裹了一個胸膛，所以背的上部，側部，肩部，都在這黑紗的個中，微露着那女人的肉。

當你站在她面前的時候，會自然使你注意到的，是她胸前的兩個高原，挺着的兩個高原，我發現到一般的人，都在欣賞着它。

衣服其餘的部份，都是緊縛着肉，只露了兩只的臂。

又有一般是穿的「華而紗」，雖然裏面的肉，是沒有微露着；但，面前也是這樣兩個高原，一樣可以給一般人飽眼福。

又一般是些綢，再又一般是些花洋布，這大約是許多節儉的人，或者是些被經濟束縛了的人穿的，她們一樣的要趨尙時髦，於是，剪了些花竹布穿，但一樣是緊緊摟抱着她的週身，呈現了她那種媮媮之美。

我看見了，不覺得興奮起來，呀！大都市點綴着這許多愛穿愛着的女人，有甚用呢？於是，我接着感慨而嘆曰：

(一)因爲男子大部分都不願意買洋貨，她們真是外國貨的提倡者，推銷者，朋友！你看，這輩子，有幾人的身上，是穿着中國貨的。

(二)照理，現在的男女，是沒有階級的，女人這樣奇裝豔服，可以說是「愛美觀念」，但也可以說是用以誘媚一般的男子，我說的，雖未必是，但「亦不遠矣」罷！

(三)一般的大家閨秀，尤其是竭力提倡這樣的奇裝豔服，聽說一件紗的衣料，要幾百兩，做工要十餘元，呵！於社會何補？

(四)有人說上海女人的服裝，是隨着妓女而改換的，唉！舉上海時髦之女子，皆爲

妓女矣！

(五) 社會奢靡的壁壘，給一般的時髦女子建築了一半！

(六) 你裝得這般，莫非真去供男人賞玩不成？

在這上面的一段文字看來，社會上似乎在責備一部分女人的不應該，的確，這都是家庭和社會關係之所在，該要注意的。

社會上禮教的傳遞，女子在社會上幾乎是毫無地位的，「女子無才便是德」，便戕送了無數有天才有能力的女子，又有一般人，以財力勢力做護符，或乏嗣做籍口，便發生納妾的情事，此事廣東上海蘇州北平各處；尤其盛行，這樣，社會上也就受了他的影響了，因為男女兩性的數目，本來很均勻的，你多一個妾，人家便少了一個妻，並且：

(一) 倫理是中國家庭最根本的根據，妾是一向來沒有地位的，所以生下來的子女，都不能叫自己做母親，這不但使家庭心理永遠陷於混亂迷惑的狀態，并且太不顧人道。

(二) 惟有一夫一妻制，是可以保持家庭間濃厚的愛情，有了妾的家庭，不但夫婦父子間，有了隔閡，就是妾與妾的子女間，也不免各有各的意思，可說是傷了人類根本的



愛。

(三)做主公的，因為要應付各個妻與妾，不免要失了他人格上的信用，有時，還要  
有卑屈的行爲，這是男性消亡的徵兆。

(四)有妾的家庭，養育兒童，決沒有協和的狀態，結果，社會必增多不良少年之傾向。

再次要講的，便是婦女解放與家庭。講到中國的婦女運動，在民元前十餘年，因受歐美婦女運動的潮流，和孫中山先生提倡革命的影響，一部分女子開始提倡放足，(古來，女子們從小就要裹足，所謂三寸金蓮，算是美的)入學，辛亥革命時，就有婦女參加，並且組織了女子北伐隊和紅十字團，在戰地奔走，臨時政府成立，曾要求女子參政權，教育平等，婚姻自由，廢止婢妾，同時廣東又選出幾個女議員，到了廣東政變，袁世凱竊權以後，婦女運動便停頓了下來，後來各處女學大興，五四運動中，女子也很有相當的成績。民十，廣東婦女七八百人，趁起草自治憲法的機會，舉行遊行示威，到省議會請願，要求女子參政權，雖然未能如願，却得到參與市政的權利，這年秋，湖南省