

むし臼にてうきてもすり鉢にて摺りてもよし、餅團子に製し食する也、人、何某の法。

〔氣吹舍歌集〕天保七年夏より秋かけて飢饉にて、人々うゑに苦めるをりに、松の根をほりて、松根白皮丸と云を製りて人々に與へけるに、

いざ子等うゑな憂ひそ常しへに松の榮ゆる御世にし有れば

〔民間備荒錄下〕食草木葉解毒法 荒政要覽云、嘗見苦行僧入山耽靜、必炒鹽入竹筒携往云、食草葉有毒、惟鹽可解、亥かれは荒歲第一の解毒は、鹽にしくはなし、飢民の死するは、鹽の貯へ盡て後、毒草を食するゆゑ死するよし、今こゝろむるに皆しかり、鹽にて解せざるは、救荒解毒丹を用うべし、もし毒つよくして解せずんば、碎穢廣濟丹をかね用うべし、此藥は四五十ヶ村へ施薬したるなり、もしつよく毒にあたりたるものには、求め用べし、又總身浮腫水腫のごとくなるのみにて、餘症なきものは、五加木の根を煎じ飲ば、腫ひくものなり。

〔世事百談〕食せずして飢ゑざる法 串柿を糊の如くにして、蕎麥粉を等分にまじへ、大梅ほどの大きさに丸じ朝出づる時二三を用ひなば、一日の食事になれり、もし蕎麥粉なき時は、餅米の粉にてもよろし、又三色あはせても用ふべしと、安齋漫筆にあり、また芝麻一升、糯米一升をともに粉にして、棗一升を煮て、それへ二味をこねまじへ、團子として一丸食すれば、一日飢に及ばずと、白河燕談にあり、猶これらの方あり、予美成山崎曾てきけるは白米一斗を井籠に入れ百度蒸し干しおき、一握づ、毎日水にて三十日のめば、死ぬまで一切の食物くひたからず、壽元黒大豆をよくむして一日食物をくはず、翌日かの黒大豆を食し、外の食物くふことなく、渴時は水を飲むべし、如此一年ほどすれば、後には一切の食物をくふことなくて仙人となる、博物黒大豆五合、胡麻三合、水に一夜浸し蒸すこと三度、さてよく干して二色ともに手にて皮を取り春きくだき、拳の大さほどにつくね、瓶の中に入れて、戌の時より子の時まで蒸して、あくる日寅の時に取り出し、