

野外炊事(カレーライス)

集団での炊事や食事の楽しみを分かち合う活動である。おいしい食事を自分達で作るプロセスには、コミュニケーショントレーニングの要素が含まれている。自然の家では、調理の分担や片づけすることを通して、協調性を高めることや、仲間の良さに気づく等の効果を期待している。

○時期…4月～10月上旬

○所要時間…3時間（大規模な学校の場合は4時間～）

○対象…小学校高学年以上

○実施場所…グリーンホール（200名程度）、野外炊事場（50名程度）

○定員…200名程度（1グループ10名まで）

○指導…職員指導なし※職員による点検あり

○団体が用意するもの

食材（購入）➡野外炊事庫の冷蔵庫

薪（購入）、着火剤（購入）➡野外炊事場で実施の場合は薪置き場。それ以外は活動場所。

着火道具、うちわ、雑巾、布巾、食器用洗剤、スポンジ

金たわし、スプーン、液体クレンザー（鍋のコーティングのため）、手洗い石けん

○貸出物品

食器類、包丁、まな板、コンロ、グレーチング、炊事道具➡実施場所

無線機（翌日点検時は不要）、検食袋、バケツ➡事務室 リアカー➡薪置き場



皿10、しゃもじ2、おたま1、
皮むき器2



1グループに
包丁、まな板各2つ



コンロ、グレーチング
（グリーンホール）



かまどの例（野外炊事場）



鍋1、ずんどう1、ふた2、火ば
さみ1、ボウル2、ザル2

○服装

汚れてもいい服装（化学繊維は避ける）、帽子、軍手、汗拭き用タオル

○事前準備…動画視聴

○活動手順

1. 事務室で、無線機・検食袋・バケツを受け取る。

2. 食材を野外炊事庫の冷蔵庫から、炊事場所に持っていく。(リアカーあり)

3. 炊事場所で注意事項7つを確認する。

＜注意事項＞

①調理の前に手洗いをする。

②食器、鍋、ずんどうは使う前に洗う。

③鍋とずんどうの外側に液体クレンザーでコーティングする（すずが落ちやすくなる）。

④かまどとテーブルは離して設置する。

⑤火を扱うときは必ず軍手を着用する。

⑥ごはんが炊けたときの鍋は熱いので、グレーチングごと下ろす。

⑦走り回ったりふざけたりしない。

※その他、伝えたいことがあれば追加して伝える。

※事前に自然の家 YouTube「野外炊事～カレーライスの作り方」を視聴しておく。

4. 調理を開始する。

・ テーブル、コンロ、グレーチング、薪を準備する。

・ 決められた番号の食器セット、包丁、まな板、調理道具セットを持ってくる。

※セット内の資料を元に全て数があることを確認してから洗う。

（点検時に元から足りませんでしたは受け付けません。）

5. 完成したカレーライスを食べる。

※カレーとごはんをスプーン1杯程度検食袋に入れる（どのグループでもよい）。

6. 片付けを行う。

・ 生ごみと食べ残しは専用のバケツに入れる（生ごみ以外は入れない）。

・ 洗い残しがないかチェックをしながら洗う。

・ 数を確認してカゴに戻し、職員の点検を待つ。(17時15分以降になる場合は、翌朝点検)

・ 薪はなるべく燃やしきって残炭入れに入れる。(火は完全に消すこと)

・ 流し台の泡や排水溝のゴミをきれいにする。

・ 床が汚れている場合には、グリーンホールシャッター内にあるほうきで掃除する。

※職員の点検を受けるまで、食器セット、包丁、まな板、調理道具セットは戻せません。

※翌朝点検の場合は、食器セット、包丁、まな板、調理道具セットを一度元の場所に戻す。

※翌朝点検の場合は、バケツを野外炊事庫へ、リアカーを元あった場所へ、検食袋は事務室の守衛へ渡す。

7. 職員の点検を受ける。

・ 点検実施5分前に無線で事務室に連絡する。

・ 翌朝点検の場合は、指定の時間に職員と活動場所に向かう。

・ 点検を受ける。

【点検項目】

・ コンテナ（鍋、ずんどう、ふた、火ばさみ、ボウル、ザル）

→数が揃っているか

→カレーやお米の残りがいないか

→鍋やずんどうの外側にすずが残っていないか

・ 食器かご（皿、しゃもじ、おたま、皮むき器）

→数が揃っているか

→汚れが残っていないか

・ 流し台、床などの清掃

→食べ残しや洗剤が残っていないか

・ 火の始末

→火が消えて残灰置き場に捨てているか

→床が汚れていないか



YouTube「日高 Sun 太ちゃんねる」でも動画を公開中。
左の QR コードを読み込むか、「日高 Sun 太ちゃんねる」で検索してください。

職員が点検

8. 職員の点検が終わったら元の場所に戻す。