

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、グレイチング、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、グレイチング
(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。

説明
職員が

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つを伝える。

<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（すすが落ちやすくなる）。
- 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すが残っていないか
- ・ 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。

8. 職員の点検が終わったら元の場所に戻す。