

野外炊事

国立花山青少年自然の家

1 活動の概要等

野外でかまど作りや調理を行い、楽しく活動を行うことで、グループで協力・工夫することの大切さを理解します。

2 時期・時間

4月～11月(300名程度)※12月～3月は40名程度であれば可能
3～4時間

3 準備

自然の家で貸し出しできる物	利用者に準備する物
野外炊事用具一式、もちつき用具一式、 ドラム缶釜等 ※8人分1セットにする際には、設置しているかごをお使いください。	マッチ、スポンジ、たわし、洗剤、クレンジー、ふきん、雑巾、新聞紙、うちわ等、 ※食材等は食堂に注文してください。

4 実施例

<事前の準備>

- ① グループを編成します(1グループは8名が適しています)。
- ② 材料、道具等の準備物を用意します。

<当日の手順>

- ① 引率者は、事務室で**野外炊事用具庫の鍵**を受け取ります。
⇒「準備の方法」「片づけ」等の説明を聞きます。
- ② 利用者玄関ブリッジの真下で食堂から食材、まき等を受け取ります。内線電話(内線27)をお使いください。
- ③ 調理開始
- ④ 検食(一定期間食堂業者が保存するため)の提出※本館事務室に連絡してください。
- ⑤ 片づけ
- ⑥ 炊事場・炊事用具庫の確認
- ⑦ 終了したら、本館事務室に連絡
⇒利用団体の代表者立会いの下で、**自然の家職員の点検**があります。
※洗浄、掃除などが不十分な箇所については、手直しをしていただきます。

5 指導方法

職員の直接指導はありません。団体の引率者が指導者となって活動します。

6 留意点

- ① 調理開始前にせっけんで手洗い
- ② 食器・箸・まな板・包丁などは洗浄した後にアルコールで消毒
- ③ 周りに燃え移らないように周辺の落ち葉などの片づけ(特に林間かまど利用時)
- ④ 火の始末、火気に注意(燃えかかったまきは燃やし尽くす、火の周りでは遊ばせない、虫除けスプレー等火気厳禁の物品の確認)
- ⑤ 刃物の持ち運び(ポウルや鍋に入れる、まな板と一緒に持つ等)
- ⑥ 鍋・羽釜の安定性(ブロックを使って転倒に注意)
- ⑦ 検食は各メニュー1袋(卵の大きさくらい)の提出となります。

7 野外炊事のポイント

＜火をつける＞

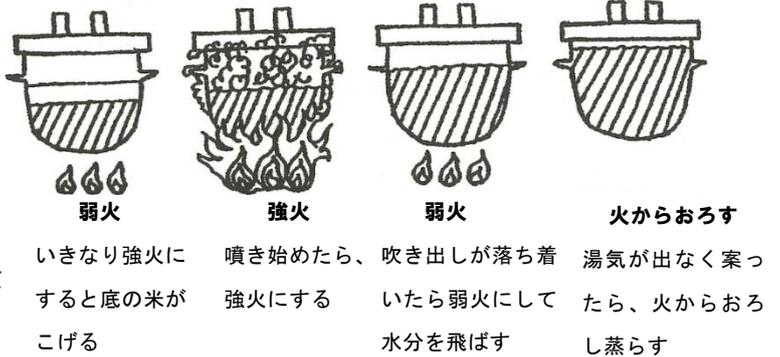
- ・着火する前のまきの並べ方がとても重要です。適当に置かずに、きちんと細いまきから順に並べていきましょう。空気が回るようにまきを足していきます。



- ・焚き付けとなる新聞紙や杉葉は、灰になるので、後半は入れないように。

＜ご飯を炊く＞

- ・水加減を調節します。→水加減は米と同量が基本。手のひらを米の表面につけたとき手首の上くらいがよい。
- ・火にかけます。弱火→強火→弱火
- ・湯気が出なくなったら羽釜をかまどから外します。
- ※ふたを取らない方がよいとされていますが、心配な時はふたをスライドさせてそっとのぞいてみましょう。



8 片づけのポイント

やること	ポイント
ゴミの分別 ・食材と一緒に食堂から配布されるゴミ袋を使用して分別します。	・生ゴミ（野菜くず、残菜等） ・燃えるゴミ（紙、ビニール、油・たれの容器等） ・燃えないゴミ（缶詰の缶等） ・ペットボトル（本体とキャップとラベルを分ける）
調理器具、食器の洗浄 ・調理用具、食器はぬめりがないように洗います。外側の「すす」も洗ってください。	・油・カレーの残り等は新聞紙でふき取ると処理しやすい。 ・鉄板は洗浄後、油を薄く塗る。
調理用具、食器、鍋釜等を炊事用具庫に返却 ・布巾でしっかり拭いてから返却します。	・炊事用具庫へ返却する前に、きちんと洗浄されているか引率者は確認をする。
使用した炊事場の清掃 ・流し・流しの排水溝の清掃をします。炊事棟は掃き掃除をします。	・流しや排水口、水道の生ゴミ受けにゴミが残っていないか確認する。 ※燃やさず残ったまきは炊事場わきのまき置き場に
かまどの残灰捨て ・燃やし尽くして灰捨て場に捨てます。	・灰捨て場は最後に十分水をかけ消火する。 ※かまどには水をかけない。
終了を事務室に連絡 ・事務室の内線「52」～「54」に連絡します。	・洗浄、掃除が不十分な場合手直しが必要になるので、その前にしっかり確認をしてから連絡する。
忘れ物・私物の置き忘れ確認 ・使用しなかった新聞紙・洗剤・スポンジ等も含めすべて持ち帰ります。	・椅子の上や使わなかったかまど周辺等確認する。