

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 活動場所

第一野外炊事場、第二野外炊事場、キャンプ場炊事場、工作館

4 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、布巾、クレンザー、雑巾、新聞紙、うちわ等 ※食材等は食堂に注文してください。 |

5 実施例

- ① 健康状態を確認し、服装を点検します。
- ② 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)。
- ③ 引率者は、事務室で食器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。
- ④ 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。
- ⑤ 調理を開始します。
- ⑥ 検食を取り置きます。(一定期間食堂業者が保存するため)
⇒炊事場の冷蔵庫で終了時まで保管します。
- ⑦ 食事をします。
- ⑧ 片づけをします。
- ⑨ 炊事場・食器庫を確認し、本館事務室に連絡します。
⇒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。
- ⑩ 検食と一緒に鍵を事務室へ返却します。

6 留意点

- ① 調理開始前にせっけんで手を洗います。
- 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します。
- ③ 周りに燃え移らないように周辺の落ち葉などを片づけます。(特に林間かまど利用時)
- ④ 火の始末、火気に注意します。(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 刃物は安全に留意して持ち運びます。(ボウルや鍋に入れる、まな板と一緒に持つ等)
- ⑥ 鍋・羽釜の安定性に注意します。
- ⑦ 検食は各メニュー1袋(卵の大ききさくらい)の提出となります。※材料と一緒に検食用の小袋が準備されます。

⑧ ピザづくり、「自然にやさしい野外炊事のやり方」等その他補足資料があります。

7 野外炊事のポイント

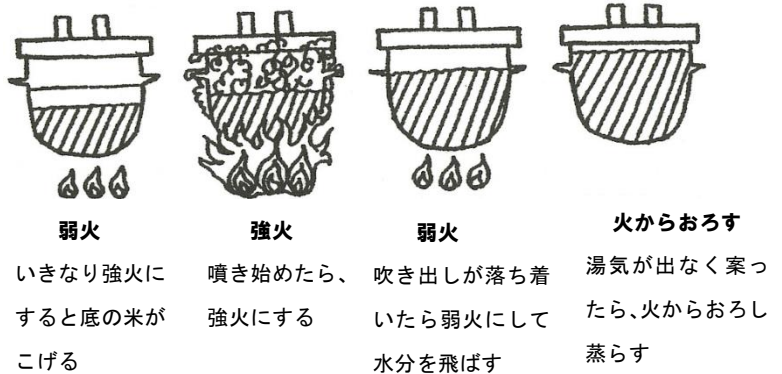
<火をつける>

- ・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、鍋釜等を食器庫に返却 ・布巾でしっかり拭いてから返却します。 | ・食器庫へ返却する前に、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。炊事場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。 |