

炊事 生産活動

野外炊事を実施するにあたって

手順

1. 食器庫の鍵を借りる（事務室）



- ① 鍵の貸出と合わせて、「準備」から「片付け」の流れを説明します。
- ② ナタを使った「薪割り体験」を実施する場合は、事務室にてナタの貸出を行っています。（別紙活動資料があります。）

2. 食材受け取り口へ移動（利用者玄関の下）

写真①の階段を下りて写真②の場所に移動します。



自然の家で貸し出しできる物	利用団体が準備する物
野外炊事用具一式 もちつき用具一式 ドラム缶（ピザ窯）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、金たわし 洗剤、クレンザー、布巾、 手洗い石鹸、雑巾、新聞紙、 うちわ、軍手等、 ※食材等は食堂に注文してください。

3. 食堂へ連絡

写真○にある内線電話を使って食堂に連絡します。（内線：27番）

その後、食堂の従業員が食材等を受け渡しに来ます。



4. 食材、薪、ごみ袋、生ごみ用ポリバケツの受取り

- 食材：(例) カレーライス1セット (8人分)



- ごみ袋、生ごみ用ポリバケツ



ポリバケツにはごみ袋をセットしてお使いください。

- 食材を確認し、野外炊事場に移動します。



注意!!

食材から目を離すと、カラスにいたずらされることがありますので、ご注意ください。

5. 野外炊事場への移動

写真①から③を通過して野外炊事場に移動します。

斜面が少し急なので降りるときは足元に注意してください。



6. 食器庫から必要な用具（鍋、釜、皿、包丁など）を取り出す。

①事務室で受け取った食器庫の鍵を使って扉を開けます。



②調理するメニューに合わせて調理器具を取りだし、青いカゴに入れて運びます。

※他の団体も使用しますので、1班1個で使用してください。



重要

手を洗い、包丁、まな板、食器類を水洗いしてから調理を始めてください。

※1

手洗い石鹸は、団体でご用意ください。

※2

包丁、まな板には消毒用アルコールを吹き付けてからお使いください。



③鉄板、鍋、釜はそのまま運びます。

※食事をするテーブルに鍋を置く場合には、木製の鍋敷きを敷いてください。



7. 調理（かまどの使い方）

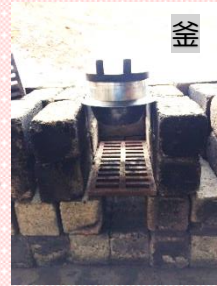
○第一野外炊事場（かまど40か所、水道32か所、机16個、椅子160脚、ピザ窯9個）

- 釜、鍋がそのまま置ける形状になっています。
- 鉄板（小）を使用してください。



○第二野外炊事場（かまど30か所、水道22か所、机14個、椅子120脚、ピザ窯9個）

- 耐火煉瓦を組んだ形状になっています。
- グレーチング（鉄製）を下げ、その上で火を起こします。
- 耐火煉瓦は移動することができます。



- 鉄板を使用する場合は、耐火煉瓦を1段下げて、鉄板に火が届くようにします。
- 鉄板（大）を使用してください。
- 使用後は耐火煉瓦が冷えてから、元通りに直してください。



一段下げる⇒

使用上の注意点

- ①耐火煉瓦は熱くなっていますので、**火傷**に注意してください。
- ②**包丁**や**なた**を使用する場合は、自分だけでなく**周りの人にも注意**し、事故が起きないようにしてください。
- ③耐火煉瓦が**破裂する場合**がありますので、かまどに**水**はかけないでください。
- ④薪は燃やし尽して灰になってから片付けるようにしてください。
- ⑤アルコール（消毒）スプレーや虫よけスプレーは火気の周辺で使用しないでください。

8. 検食のご協力

●**検食**：衛生検査用に保存するため。

①食事の前に検食用の料理（タマゴ一個程度）を袋に入れ、炊事場にある冷蔵庫で一時保管してください。

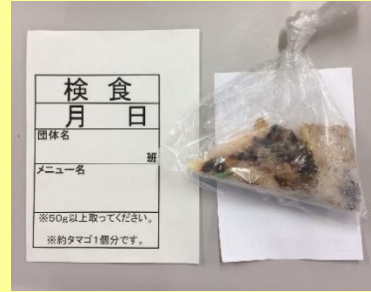
第一野外炊事場



第二野外炊事場



検食（例）



②袋は食材と一緒に配付します。

③野外炊事終了後、指定の場所までお持ちください。

- ・日中の場合 → 食材受け取り口から入って左側の冷凍庫の中へ入れます。
- ・夕方の場合 → 事務室へ提出します。

9. 後片付け

(1) 調理器具の洗浄と返却

「来た時よりも美しく」

①調理器具、食器類はぬめりが無いように洗います。



金だわし・スチールウールでこするときれいに落ちます。

②鍋、釜、鉄板は内側の汚れや「こげ」と外側の「すす」を落とします。



③かまどは消火を確認し、火ばさみ、ほうき、ちりとり、十能（小型のスコップ）で清掃します。



かまどのまきは燃やし尽くして灰にしてください。灰は消火を確認し、灰捨場に捨ててください。

④炊事場の清掃



台の上をきれいにし、
椅子をあげておく。



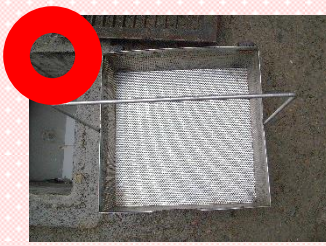
整理整頓



※台や椅子は元の場所に戻してください。

※残った薪は、 の場所に置いてください。こちらで処分します。

⑤水場の脇にある残菜受けを清掃します。



清掃の注意

●残菜をそのままにすると、動物が近づくとおそれがあるので、必ず清掃をしてください。

場所：第一、第二とも水場の脇にあります。カバーが重いので取り扱いには注意してください！



第一野外炊事場



第二野外炊事場



水場の中央にもあります。

(2) ごみの分別

野外炊事のごみ置き場は食材受け渡し口付近にあります。事前にご確認ください

○生ごみ

・生ごみはよく水を切り、ごみ袋で覆ったポリバケツに入れ、生ごみ専用置場に置いてください。
(ポリバケツとごみ袋は食材とともに配布されます。)

○弁当と野外炊事のごみ

・燃えるごみは、生ごみとは別の袋に入れて捨ててください。

○ビン・缶・ペットボトル

・それぞれ分別して捨ててください。

・ペットボトルについては、ラベルとキャップを外して捨ててください。



↑ ごみ置き場はこちらにあります。

他者と共有する物品やスイッチなど手が触れる箇所の消毒をお願いします。

10. 点検と返却

使用した調理器具、食器類は、職員から点検を受けた後返却します。
その際、団体代表者（もしくは担当者）は必ず立会いをお願いします。
点検依頼は炊事場にある内線電話から、事務室（内線52～54番）までご連絡ください。



※包丁とまな板には消毒用アルコールを吹き付けてから戻してください。
※夕食の野外炊事は、翌朝の点検になる場合があります。

その際、清掃、片付け、火の始末、生ごみの処理を完了させ、事務室へ報告して下さい。
点検終了後、食器庫を施錠し、**検食**と**鍵**を指定の場所に持っていきます。

- ・ 検食 → 項目8をご覧ください。
- ・ 鍵 → 事務室に返却をお願いします。

11. 野外炊事のポイント

<火にかける前に…>

火にかける前に、鍋や釜、鉄板の外側にクレンザーを塗っておくと
すすが落ちやすくなります。



<火をつける>



新聞紙を丸める

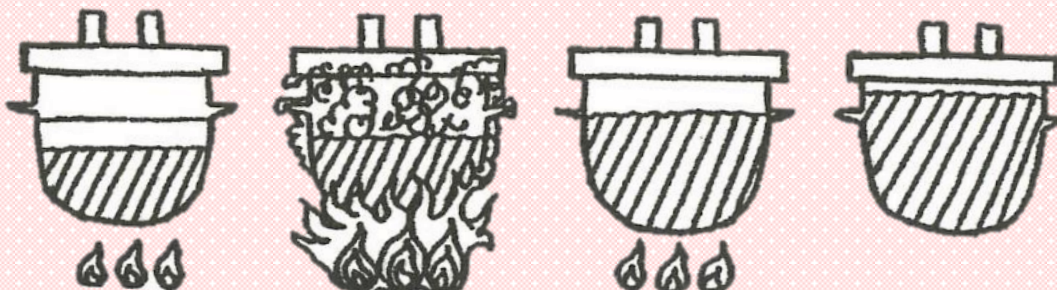
細い薪を
均等に並べる

だんだん薪を
太くしていく

空気が回るように
薪を足していく

※焚き付けとなる新聞紙や杉の葉は、灰になるので後半は入れないでください。

<ご飯を炊く>



弱火

強火

弱火

火からおろす

吹き始めたら
強火にする

吹き出しが落ち着いたら弱火にして
水分を飛ばす

湯気が出なくなったら、火からおろし蒸らす

※水加減は米と同量が基本です。（手のひらを米の表面につけた時の手首の上くらいが目安）

※ふたととらないほうが良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。

12. 野外炊事場配置図

