

野外炊事

1 活動のねらい

かまどやピザ窯などを使って調理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。また、日本の伝統文化を理解することや仲間との交流を深めることを目的とした活動も可能です。

2 育てたい能力

A4 交友・協調 B3 まじめ勤勉 C3 野外技能・生活
※Aは心理的・社会的能力 Bは徳育的能力 Cは身体的能力 詳細は別紙参照

3 活動場所

- ・第一野外炊事場（160名程度）
- ・第二野外炊事場（120名程度）
- ・工作館（40名程度）
- ・キャンプ場炊事場（120名程度）

4 活動時期

通年 ※冬期（12～3月）は工作館でのみ実施可（40名程度）

5 所要時間

3～4時間

6 指導形態

団体の引率者が指導者となって行う活動 ※はじめに職員が説明や指導をします。

7 準備物

【団体・個人で準備するもの】

- ・材料（※食中毒予防の観点から食材の持ち込みは禁止です。事前に材料を食堂に注文してください。）
- ・マッチ（チャッカマン） ・ スポンジ ・ たわし ・ 洗剤 ・ クレンザー
- ・布巾 ・ 台ふき ・ 新聞紙 ・ うちわ ・ 軍手 ・ 活動に適した服装

※お手軽野外炊事プラン 150円/人で、上記の炊事用具を提供しています。

【自然の家で貸し出しできるもの】

- ・野外炊事用具一式（鍋、釜、食器類等）
- ・もちつき用具一式
- ・消毒用アルコール

8 活動の手順

①人数確認、服装の点検、健康状態のチェックをします。



②活動のねらいや手順を説明します。グループを編成します。1グループ8名が望ましいです。



③引率者は事務室で食器庫の鍵を受け取ります。用具を準備します。



④野外炊事材料受取場所で食堂から食材などを受け取ります。内線電話（内線27）をお使いください。薪は、薪置き場から運んでください。キャンプ場の場合は食堂の職員が届けます。（有料）

⑤石鹸で手を洗い、調理を開始します。調理器具や食器は洗浄後、アルコールで消毒します。



⑥準備ができれば、内線電話（52～54番）で職員を呼んでください。職員が活動の手順や注意点を説明します。役割分担をして調理します。

⑧完成したら検食（約50g 卵1個分程度）を配付された小袋に取り置き、炊事場の冷蔵庫で活動終了まで保管します。



⑦食事をします。



⑨片付けをします。調理器具や食器は洗浄し、点検を受けるため机の上に並べておきます。



⑩かまどの灰を灰捨て場に捨て、十分水をかけて消火します。かまどには水をかけないでください。燃やしていない薪は薪置き場へ置きます。



⑪活動場所の清掃を行います。流しや排水口、生ごみ受けにゴミが残っていないかも確認してください。

⑫活動終了の報告を事務室（内線52～54）へ入れ、点検を受けます。

※調理器具や食器は、点検前に食器庫へしまわないでください。



⑬点検が終了した調理器具と食器を食器庫に返却します。検食を提出し、食器庫の鍵は事務室へ返却します。

9 留意点

- ・活動に使用した道具は、責任をもって返却してください。
- ・周りに燃え移らないように周辺の落ち葉などを片付けます。
- ・火気に注意し、火の始末をしっかりと行います。（燃えかかった薪は燃やし尽くす、火の周りで遊ばない、虫よけスプレーやアルコールスプレーを近くに置かない等）
- ・刃物は安全に留意して持ち運びます。（ポウルや鍋に入れる、まな板と一緒に持つ等）
- ・鍋や羽釜が安定しているか確認してください。
- ・ゴミは分別してください。（生ゴミ、燃えるゴミ、燃えないゴミ、ペットボトル）
- ・補足資料として以下のものがあります。

☆カレーライス ☆ピザ作り ☆もちつき
☆薪割り・火おこし体験 ☆野外炊事を実施するにあたって