

野外炊飯

1 活動の概要

野外で炭や薪を燃やして食事をつくる活動をとおして、以下の内容を楽しみながら学ぶことができます。

- 一つの料理ができあがるまでに、火おこしから食材の扱い、後片づけまで多くの活動の要素があることから、役割分担と協力が必要です。それを学ぶ機会となります。
- お米を研いでうるかしている間に野菜を切るなど、物事を効率的に進める段取りや時間を有効に使う方策が必要です。それを学ぶ機会となります。
- 刃物の扱いや食事マナーなど、生活の知恵（「裏技」的なこと）や習慣を楽しみながら学ぶ機会となります。
- 共同作業を通して自然な形でコミュニケーションが図れます。（したがって、あえて学校等での活動班とは別の偶発的なグループをつくってみるのも効果的です）

2 ねらいとして考えられるもの

- (1) グループの協力性・協調性を高める。
- (2) 自然の中で炊飯することの楽しさを味わいながら仲間との親睦を図る。

3 活動時期

4月下旬～10月（※施設の水道凍結の関係から4月下旬は日中のみ場所を限定して使用できます。）

4 活動場所

- (1) 野外炊飯場
- (2) 創作工作室・創作工作室裏

※その日の利用状況に合わせて、ネイパル職員から指示があります。

5 活動人数

最大200人程度

※炊飯用具・調理用具は8人を1セットにして25組貸し出していますので、この点を考慮の上グループ編成をしてください。

6 所要時間

3時間～4時間

7 指導依頼について

- (1) 基本的には、引率または団体指導者の方に直接指導していただきます。事前打合せに来所した際に指導手順について、ネイパル職員が引率または指導者の方に指導します。
- (2) どうしても団体で指導できない場合は、ネイパル職員が指導しますが、他の利用団体の活動状況やネイパル職員の勤務の関係上、全ての指導依頼にこたえられない場合があります。

- (3) 指導依頼をした場合でも、全ておまかせの状態にならないよう、参加者の掌握や安全管理について指導補助をお願いします。

8 団地で準備するもの

(1) 参加者

軍手 うちわ ふきん 飲み物

(2) 引率者（指導者）

文化たきつけ(ネイパルで購入可 1袋 150円)
 木炭(ネイパルで購入可 1袋 570円)
 薪たば(ネイパルで購入可 1束 600円)
 マッチまたはライター（班で1つ）
 台所用液体洗剤（ネイパルで購入可 1本 200円）
 うちわ（班で2つ） 新聞紙
 スポンジ（班で2つ） タワシ（班で1つ）
 金たわし（班で2つ） キッチンペーパー
 救急用品 割り箸（ネイパルで購入可 50膳 200円）

9 ネイパルで貸し出しできるもの

(1) 炊飯用具セット（青コンテナに入っています）

なべ 2 さら 8 どんぶり 16 カップ 8
 まな板 1 ボール 1 ざる 1

(2) 調理用具セット（半透明のケースに入っています）

包丁 2 おたま 1 へら 1 皮むき 1 缶切り 1
 スプーン 8 フライがえし 1 トング 1

(3) その他

移動式コンロ 25（木炭用） 固定炉 20（薪用）
 火ばさみ 25 鉄板（大20 小20）
 焼き網（大20 小20） ワイヤブラシ 25
 鉄板用スクレーパー 25 ゴミ入れ用ポリバケツ 5
 清掃用具一式

10 活動にかかわって

(1) 実施上の留意点

《食材の注文について》

① ネイパルに申し込む場合

「野外炊飯・食品加工材料申込書」で注文してください。（利用申込書と同時に提出してください）

食材は、当日の実施時刻に合わせて業者が食堂に準備します。注文した食材から出たゴミは食堂で回収します。

② 食材を持ち込む場合

衛生上の問題がありますので、原則として当日購入したものに限りさせていただきます。また、生ゴミ以外のゴミについては全て持ち帰りになります。生ゴミに関しては、衛生上の問題があるためにネイパルで処分します。

《備 考》

- ①展開例にある所要時間は、団体規模、人数、メニュー等によって変わりますので、事前にネイパルあしよろ職員と十分打合せを行ってください。
(可能な限り事前に下見にいらしてください)
- ②担当者だけでなく、引率スタッフ全員がねらいを把握し、ねらいに応じた運営ができるよう、事前打合せをしっかりと行ってください。
- ③刃物や火、熱湯の扱いは、十分に事前指導を行い、当日も引率者が細心の注意を払ってください。

(2) 実施までの流れ ※(例)～小学校の宿泊学習でカレーライスを作る場合

活 動	内 容		時間
集 合	<ul style="list-style-type: none"> ・ネイパルに食材を注文した場合、食事館から食材を運ぶ。 ・野外炊飯の出来る服装、持ち物を用意して野外炊飯場へ集合し、話の聞きやすい隊形になる。 		
説 明	<p>◎ はじめにネイパル職員が、用具の貸出、ゴミ、後片付け、安全上の注意などについて説明します。</p> <p>※ 説明が終わるまでは管理小屋から道具を出さないでください。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・説明後、引率者は管理小屋で用具の貸出を行う。 ・引率者は食材を配付する。 		ここまで 0.5時間
火おこし 食材の下ごしらえ	火おこし	食材の下処理	ここまで 1時間
	<ul style="list-style-type: none"> ・火おこしは、周辺から小枝を拾ってきてたきつけにすることもできます。 ※<u>天候によっては小枝が濡れていたり、湿っていたりして使えないこともありますので、通常のたきつけも必ず準備しておいてください。</u> 	<ul style="list-style-type: none"> ① 食器類の洗浄 ② 米とぎ ③ 食材の下ごしらえ ④ 鍋のコーティング (液体洗剤を鍋の外側に塗って焦げつきを防ぎます。) 	
調 理 食 事	<ul style="list-style-type: none"> ① メニューにあわせて調理する。 ※特にカレーは、鍋に水を多く入れがちですので注意が必要です。 ・移動式コンロの上には鍋が2つ置けます。固定炉(かまど)一基にも鍋が2つ置けます。 ・芝生の上には熱い鍋や網、鉄板などを直接置かないでください。(芝が焼けて焦げるため) ・引率者は、ゴミの分別がきちんとなされているか随時確認を行ってください。 ② 出来上がったグループから食べる。 		ここまで 2.5時間

	調理用具・炊飯用具	移動式コンロ・固定炉	調理台・流し台	
	<p>① 各用具をていねいに洗う。</p> <p>② 乾いたふきんで水分をすべてふきとる。</p> <p>③ 数を確かめて、青コンテナ、半透明のケースへ収納する。</p> <p>④ 引率者が用具の数、洗浄の状況を確認する。</p> <p>※ 洗い残しがあった場合は再度洗浄を行ってください。</p>	<p>① 燃え残った炭や薪は、スコップと火ばさみを使って炭缶へ入れる。 (水はかけない) ※必ず軍手をする事! (やけどに注意) ※必ず缶の蓋を閉める。 ※炭や薪を入れた缶は、野外炊飯場のサークルの中のコンクリート部分または砂利の上に置き、一晩おく。 (翌日団体が処理する。)</p> <p>② 移動式コンロは足を外し、ネジをしっかりと締める。固定炉はスコップとほうきで清掃する。</p> <p>③ 焼き網・鉄板のこげをそぎ落とす。(さびの原因になるので、水洗いはしない。)</p> <p>④ 引率者が点検を行う。</p>	<p>① 流し台の四隅、排水口、調理台、床にゴミが残らないようにする。</p> <p>② コンクリート床にホースで水をまき、デッキブラシでこする。</p> <p>③ 床用スクレーパーで水をかき出す。</p> <p>④ 引率者が点検を行う。</p>	
ゴミの処理	<p>① 野外炊飯場のゴミをすべて拾う。</p> <p>② 引率者はゴミの分別状況を確認する。 ※分別がきちんとなされていない場合、ゴミを引き取れない場合があります</p>			ここまで 3.5時間
引率者による点検	調理用具・炊飯用具	移動式コンロ・固定炉	調理台・流し台	
	<p>青コンテナ・透明のケースに入っているものを点検する。 ※洗い残しや、水が付着していた場合はもう一度洗い直し、水のふき取りを行ってください。</p>	<p>炭や薪が残っていないかを点検する。</p>	<p>調理台を水拭きします、シンクの中にある生ゴミを捨てます。</p>	

<p>ネイパル職員による最終点検</p>	<p>◎ ネイパル職員による最終点検を受ける。</p> <p>【17：00までに野外炊飯が終了し、後片づけも完了の場合】</p> <ul style="list-style-type: none"> 調理用具・炊飯用具・コンロ・焼き網・鉄板など管理小屋から出したものはすべてネイパル職員による最終点検が済んでから、管理小屋へ収納してください。 ※洗い残しなどがあった場合、再度洗浄していただきますので、必ず係の人が立ち会ってください。（引率者も立ち会ってください） <p>【17：00以降に野外炊飯が終了した場合】</p> <ul style="list-style-type: none"> ネイパル職員による最終点検はその日は行いませんので、使用した道具類はすべて管理小屋へ収納してください。 最終点検は翌朝8：45から行います。前日に収納した道具をすべて管理小屋から出し、職員による最終点検を受けてください。 ※洗い残しなどがあった場合、再度洗浄していただきますので、必ず係の人が立ち会ってください。（引率者も立ち会ってください） <div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 10px; text-align: center;"> <p>ネイパル職員による最終点検</p> <p>17：00までに野外炊飯が終了し、後片づけが完了した場合 →その日のうちに最終点検</p> <p>17：00以降に終了した場合→翌朝8：45から最終点検</p> </div>	
<p>ゴミの運搬</p>	<p>① 注文食材から出たゴミを「野外炊飯ゴミ置き場」へ運搬する。 （見取り図参照）</p> <ul style="list-style-type: none"> ※ ゴミ袋の口を結んで、ポリバケツのふたをしてください。 ※ カラスや野生動物がゴミを荒らしますので、ふたをしたうえでポリバケツごと運んでください。 <p>② 持ち込んだものから出たゴミは、生ゴミ以外全て持ち帰る。</p> <ul style="list-style-type: none"> ※ 持ち帰り用のゴミ仮置き場があります。必要に応じてご活用ください。（見取り図参照） ※ 生ゴミについては、生ゴミ用のゴミ置き場がありますので、そこに入れてください。 <div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 10px; text-align: center;"> <p>※ ゴミは必ずその日のうちに運搬・処理してください。</p> </div>	
<p>夜間の場合</p>	<ul style="list-style-type: none"> 引率者が野外炊飯場の消灯を行う。 	
<p>翌日</p>	<ul style="list-style-type: none"> 団体が炭捨て場に、燃え残った木炭・薪を処理する。（見取り図参照） 	

(3) 安全な活動をするため、次の事柄について事前指導してください。

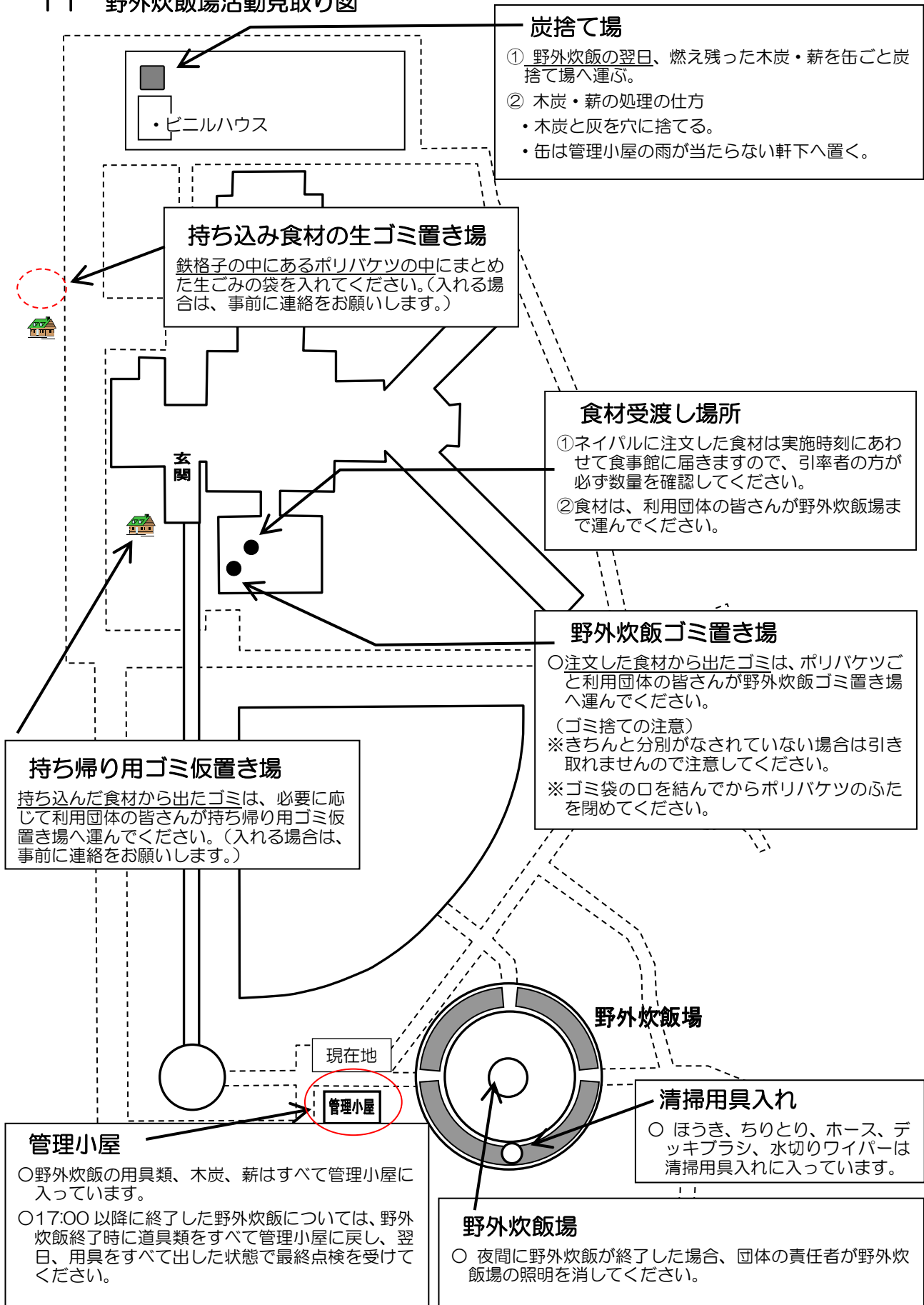
①ハチが近づいてきたら絶対にこちらから攻撃（振り払うなど）せず、速やかにその場を立ち去る。

②ハチやハチの巣を発見した場合は必ず引率者（ネイパル職員）に連絡する。

（指導者は事務室へ連絡してください。）

「利用のてびき」の「健康・安全対策」「野外活動のフィールドマナー」も参考にしてください。

1 1 野外炊飯場活動見取り図



炭捨て場

- ① 野外炊飯の翌日、燃え残った木炭・薪を缶ごと炭捨て場へ運ぶ。
- ② 木炭・薪の処理の仕方
 - ・木炭と灰を穴に捨てる。
 - ・缶は管理小屋の雨が当たらない軒下へ置く。

持ち込み食材の生ゴミ置き場

鉄格子の中にあるポリバケツの中にまとめた生ごみの袋を入れてください。(入れる場合は、事前に連絡をお願いします。)

食材受渡し場所

- ① ネイバルに注文した食材は実施時刻に合わせて食事館に届きますので、引率者の方が必ず数量を確認してください。
- ② 食材は、利用団体の皆さんが野外炊飯場まで運んでください。

野外炊飯ゴミ置き場

- 注文した食材から出たゴミは、ポリバケツごと利用団体の皆さんが野外炊飯ゴミ置き場へ運んでください。
- (ゴミ捨ての注意)
 ※きちんと分別がなされていない場合は引き取れませんので注意してください。
 ※ゴミ袋の口を結んでからポリバケツのふたを閉めてください。

持ち帰り用ゴミ仮置き場

持ち込んだ食材から出たゴミは、必要に応じて利用団体の皆さんが持ち帰り用ゴミ仮置き場へ運んでください。(入れる場合は、事前に連絡をお願いします。)

野外炊飯場

清掃用具入れ

- ほうき、ちりとり、ホース、デッキブラシ、水切りワイパーは清掃用具入れに入っています。

野外炊飯場

- 夜間に野外炊飯が終了した場合、団体の責任者が野外炊飯場の照明を消してください。

管理小屋

- 野外炊飯の用具類、木炭、薪はすべて管理小屋に入っています。
- 17:00以降に終了した野外炊飯については、野外炊飯終了時に道具類をすべて管理小屋に戻し、翌日、用具をすべて出した状態で最終点検を受けてください。