

# N- I 野外炊飯活動

概要	野外で、仲間と役割分担し協力しながら、美味しい食事をつくる活動								
ねらい	自然に親しむ	仲間づくり・協調性	課題克服・達成感	 野外炊飯					
	○	○	○						
	歴史文化に親しむ	知識	創意・工夫						
		○	○	HP 詳細へ					
条件	場所	あじさい野外炊飯場、野外炊飯場	対象	小学生以上					
	時間	4～5時間程度	人数	170名程度まで可能 ※1グループ最大10名					
	時期	通年	天候	全天候実施可					
	メニュー 料金	別紙「利用の手引き」でご確認ください							
準備物	センターが貸し出すもの		団体が準備するもの						
	<input type="checkbox"/> 調理道具セット <input type="checkbox"/> なた（各班1本） <input type="checkbox"/> ほうき <input type="checkbox"/> スコップ <input type="checkbox"/> 火ばさみ（3本程度）		<input type="checkbox"/> 水筒 <input type="checkbox"/> タオル <input checked="" type="checkbox"/> お皿・スプーン（コロナ対応） <input type="checkbox"/> マッチ <input type="checkbox"/> 軍手 <input type="checkbox"/> 新聞紙 <input type="checkbox"/> ふきん <input type="checkbox"/> スポンジ <input type="checkbox"/> 亀の子たわし <input type="checkbox"/> 洗剤						
展開	※詳細は「野外炊飯活動実施マニュアル（P60）」を参照ください。 <b>1 事前（当日までの準備）</b> (1) 実施方法、準備物を把握する。（職員との打合せ、相談、随時受付あり） (2) 野外炊飯場の下見を行う。 (3) 活動グループの組分けをし、役割分担を行う。								
	<b>2 活動（当日の流れ）</b> (1) 調理の仕方、貸出道具の確認、片付け方、薪割り、火熾しの説明 → センター職員が行います。直前に内容の最終確認をお願いします。 (2) 「野外炊飯（調理）」の実施（カレーライスの場合）								
	<table border="1"> <thead> <tr> <th>食材係</th> <th>食器係</th> <th>かまど係</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>           ①食材を受け取る            ②「ご飯」の準備            ③食材を切る            ④使用済み道具を洗う            ⑤「カレー」調理補助            ⑥ヨーグルトサワーを受け取る         </td> <td>           ①道具を受け取る            ②道具を洗う            ③食材を切る            ④使用済み道具を洗う            ⑤食事の準備         </td> <td>           ①薪割りの仕方を知る            ②薪を割る            ③火を熾す            ④「ご飯」を炊く            ⑤「カレー調理」         </td> </tr> </tbody> </table>				食材係	食器係	かまど係	①食材を受け取る ②「ご飯」の準備 ③食材を切る ④使用済み道具を洗う ⑤「カレー」調理補助 ⑥ヨーグルトサワーを受け取る	①道具を受け取る ②道具を洗う ③食材を切る ④使用済み道具を洗う ⑤食事の準備
食材係	食器係	かまど係							
①食材を受け取る ②「ご飯」の準備 ③食材を切る ④使用済み道具を洗う ⑤「カレー」調理補助 ⑥ヨーグルトサワーを受け取る	①道具を受け取る ②道具を洗う ③食材を切る ④使用済み道具を洗う ⑤食事の準備	①薪割りの仕方を知る ②薪を割る ③火を熾す ④「ご飯」を炊く ⑤「カレー調理」							
(3) 食事をする。 (4) 片付けをする。									
<b>3 事後（片付け）</b> (1) 貸出し用具の点検を受ける。 (2) 用具セットや食材かご等の返却。									
実施の留意点	<input type="checkbox"/> 火や刃物を扱います。安全管理や指導の徹底をお願いします。 <input type="checkbox"/> 「片付け」→「食器点検」の時間までが「野外炊飯活動」です。余裕のある時間設定をお願いします。 <input type="checkbox"/> 食材、道具の準備がありますので、「人数×グループ数」を事前にお知らせください。								

# 野外炊飯活動 マニュアル

福岡県立社会教育総合センター  
学習サポート室

## 野外炊飯（カレーづくり）活動について

### < 活動時間（目安） >

昼食 9:00～14:00

夕食 13:30～18:00

※「片付け」の時間までが「野外炊飯活動」です。

※夕食づくりは、遅くても15:00までに開始することが望ましいです。

### < 野外炊飯場の収容人数 等 >

あじさい炊飯場 最大 130 名（13グループ）

野外炊飯場 最大 40 名（4グループ）

合計 170 名（17グループ）

【最適活動人数】 … 1グループ6～10人程度

（それ以上は、用具の関係上不可。）

### < センターから貸し出せる備品 > ※レストランで食材購入時のみ

調理用具 セット	包丁（2本）、まな板（2枚）、ボウル（1つ）、ざる（1つ）、 大鍋（1つ）、ライスクッカー（1つ）、しゃもじ（2本）、 お玉（1本）、どんぶり（1つ）、ピーラー（1つ）、 スプーン（1本） ※やかん（基本はなし。必要に応じて貸出。）
その他	なた（各班1本）、ほうき、スコップ、火ばさみ（3本程度）

## ＜団体が準備するもの＞

準備物	備考	準備物	備考
マッチ	ライターでも可	スポンジ	×金たわし不可
軍手	滑り止めがないもの	クレンザー	粉タイプ（頑固な汚れ用）
新聞紙	牛乳パック等でも可	洗剤	
ふきん	食器用・台拭き用	アルコールスプレー	食器用
うちわ	※「炭」の火おこしの場合のみ	お皿・スプーン	紙皿・プラ容器等 ※コロナ対応



※ 焼き肉の場合：トング・バーベキュー用あみ60cm×90cm以上／焼そばの場合：鉄板

## 活動の流れ（カレーづくり展開例）

①全体説明（指導員が全体説明を行います。）

②準備（3つの役割分担について）

【食材係】センター職員が同行します。

- ① 食堂へ食材を取りに行きます。
  - ② 食材がそろっているか確認しましょう。
  - ③ 食材を洗います。
  - ④ 食材を切れます。（包丁を使用）
- ☆食材は小さく切っておきましょう。  
☆カレーのルーも刻んでおくと、溶けやすくなります。

=ごみの処理について=  
班毎に「お米が入っていた袋」に  
ごみを入れる  
↓

水色の指定ごみ袋にまとめる

【食器係】団体指導者が誘導をお願いします。（事前説明あり）

- ① 指定された場所から調理用具セットを受け取ります。
  - ② 調理用具セットがそろっているか確認しましょう。
  - ③ 調理用具を洗い、アルコールスプレーをします。
- ※当センターでは、クレンザーコーティングは行いません。

【かまど係】センター職員が説明を行いますが、必ず団体指導者が指導をお願いします。

- ① 薪を所定の場所で受け取ります。（センター職員が同行、案内します）
- ② 薪割りの説明を聞きます。
- ③ 薪割りを行います。（なたを使用・平たい場所で場所を指定するとよい）
- ④ 薪を組みます。（新聞紙・牛乳パック等の使用推奨）
- ⑤ 火をおこし、点火します。（ご飯の準備ができたタイミングで）

### ③ 調理

#### 【カレー】

- ① 野菜はなるべく小さく切れます。  
肉は袋の上から手でほぐしましょう。（細かく切ってあります。）
- ② 鍋に食材を入れ、水を入れる。（野菜が浸る程度）
- ③ 火にかけましょう。
- ④ 具材に火が通り、柔らかくなっていたらルーをいれる。  
(にんじんで確かめると良い)
- ⑤ ひとにたちしたらできあがり。

#### 【ごはん（白米）】

※ 無洗米のため研ぐ必要はありませんが、気になる方はサッと洗ってください。

- ① お米をライスクッカーに入れます。
- ② 米の表面に中指をまっすぐ立てて、第二間接まで水を入れます。
- ③ ふたをして火にかけます。
- ④ ふたの周りから白い泡が出てきます。あわてないように。
- ⑤ 泡が出なくなったら、中身を確認しましょう。
- ⑥ 水気が無くなっているれば、火からおろし、蒸します。

### ④ 食事

- カレーが出来上がったタイミングで、食堂裏口に「サワーヨーグルト（乳酸菌飲料）」を受け取りに行きましょう。（食材係）

### ⑤ 片付け・自主点検チェックポイント

#### 【貸出備品】

道具	チェックポイント
食器、スプーン	・ぬめりがないか ※現在はコロナウイルス対策で団体が用意する
包丁	・穴にルーがついていないか
まな板	・においがしないか ・ぬめりがないか
大鍋、ライスクッカー (やかん ※使用時)	・ぬめりがないか ・よごれがないか ・すすぎ付いていないか（鍋の裏側、取っ手の付け根など）
ボウル、ざる	・よごれが付いていないか
しゃもじ	・ぬめりがないか ・すすぐ汚れていないか ・お米がついてないか
お玉	・ぬめりがないか

- 洗った道具は、ふきんで水気をしっかり取って、テーブルに並べておきましょう。

#### 【洗い場】

- ① 流しや排水溝に生ごみなどは残っていませんか
- ② 洗い場などにクレンザーがついていませんか
- ③ 地面に、ごみは落ちていませんか

#### 【かまど】（指導者）

- ① 火が消えたら、スコップで灰捨て場に灰を運びます。
- ② 煙が出なくなるまで、灰捨て場に水をかけましょう。  
※ 絶対に直接かまどへ水をかけない。
- ③ かまどに残った灰をほうきを使って、掃き掃除してください。

## ⑥センター職員による点検（食器点検）

### 【研修生】

- ◎ 洗った道具の水気を、ふきんでしっかりと取って、グループのテーブルの上に並べたら、点検準備の完了です。職員が来るのを待ちましょう。職員の姿があるときは、声をかけてください。

### 【指導者】

- ◎ 各グループの片付けが概ね終わりそうになったら、電話（番号は下記参照）で、または直接事務室に点検ができる旨を伝えてください。  
⇒内線（117）／外線（092-947-3511）

### 食器点検の実施

- ◎ 点検に無事「合格」したら、調理用具セットの返却をお願いします。（食器係を中心に協力して運びましょう）
- ◎ 調理用具セット返却が終われば、活動終了です。指導者の指示に従い、忘れ物のないように次の活動場所へ移動しましょう。

### 【注意事項】

- ・ 水などで濡れた軍手は使用しないように注意をお願いします。
- ・ 活動中は野外炊飯場内をむやみに走らないようご指導お願いします。
- ・ 指導者は必ず全体を把握できるようにしておいてください。指導者も事前に役割分担をし、安全に活動できるように努めましょう。
- ・ 片付け、食器点検合格までが「野外炊飯」活動です。研修者への事前の指導をお願いします。次の利用団体に「美しい」道具と野外炊飯場をつなぎましょう。