

12 野外炊飯

料金：朝食 350円、カレー 490円
バーベキュー 600円（大盛り820円）

野外炊飯とは、かまどに火を起こし、羽釜を使ってご飯を炊くなど野外炊飯棟で炊事を行い、屋外で食事する活動である。互いに協力しあい、交流を深めるとともに、野外で食事する楽しさを味わいながら、野外炊飯の技能を身につける。

1 ねらい

- (1) グループでの食事作りを通して、協力・助け合いの心を培う。
- (2) 作業を分担し、自分の責任を果たし、その喜びと満足感を体験する。
- (3) 食事を作ることの苦労や楽しさを体験させ、改めて家庭への感謝の気持ちを育てる。

2 対象及び最大人数 小学5年生以上 200人

3 所要時間 240分

4 準備

- (1) グループ編成：原則として1組8人とする。
- (2) 用具の準備

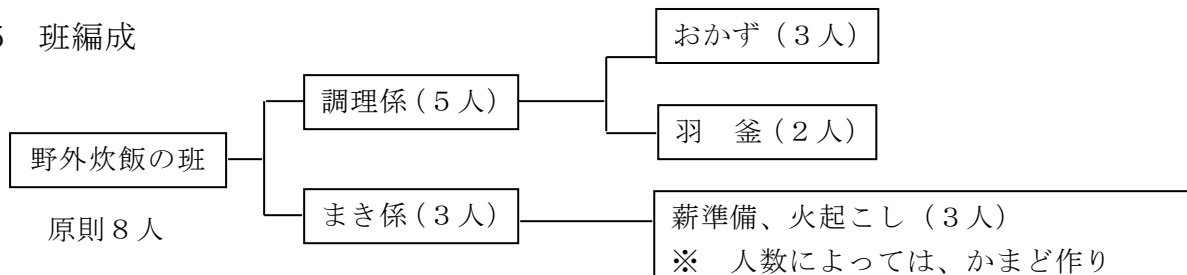
<青コンテナ>

品目	個数	品目	個数
3個組食器	人数分	包丁	2
カレー皿	人数分	まな板	1
羽釜	1	ふきん・雑巾	2・1
なべ	1	しゃもじ	1
ボール(大)	1	竹しゃもじ	1
ボール(小)	1	おたま	1
ざる	2	マッチ	1
洗いおけ	1	新聞紙	1

<そのほか>

品目	個数
火ばさみ	1
スコップ	1
革手袋	1

5 班編成



活動内容（240分）

<例> カレーライス作り ※おかず係…お 羽釜係…米 まき係…ま

項目	内容	留意事項
事前指導 (20分)	<p>1 事前指導</p> <p>(1) 集合・人員点呼</p> <p>(2) 炊飯要領の説明</p> <ul style="list-style-type: none"> ・用具の取り扱い ・献立の内容と調理の仕方 ・ゴミ、残飯処理の説明 ・安全指導 ・目標時間の設定 	
炊飯活動 (110分)	<p>2 活動</p> <p>(1) ご飯を炊く。</p> <p>【お】材料を受け取り、食器を洗い、調理をする。</p> <p>【米】羽釜を洗い、米をとぎ、かまどにかける。</p> <p>【ま】① まきを大中小の大きさにわけて集め、点火できる準備をする。</p> <p>② 点火した火を調節し、ご飯を炊く。</p> <p>(2) カレーを作る。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・水の分量に注意する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・包丁の取り扱いに注意する。 ・火気に注意する。 ・用具は大切に使う。
会食 後片付け 点検 (110分)	<p>3 会食</p> <p>班ごとにおいしくいただく。</p> <p>※ 食べ終わった後、食器を洗っている間、水につけておくとよい。</p> <p>4 後片付け</p> <p>【お】【米】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ゴミの分別をしっかりとる。 ・用具は洗剤を使ってきれいに洗う。 <p>【ま】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・残り火を完全に消し、一輪車に乗せて、指定された灰捨て場に持っていく。 ・余ったまきはまき小屋に直し、小屋・炊飯場の周辺を清掃する。 <p>5 点検</p> <p>(1) 全員で点検を受け、元の場所に返却する。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・損傷や紛失した場合には、届け出るようにさせる。
まとめ (10分)	<p>6 まとめ</p> <p>(1) 活動を通して、どのようなことを感じたか発表してもらおう。</p> <p>(2) 講評を行う。</p>	

6 参考資料

【羽釜の場合】

(1) ご飯の炊き方

- ① お米は羽釜の中で洗う。(ざるなどで洗うと、くっついてしまう)
- ② 水の量については、羽釜内の米の上位置から中指二関節とする。
- ③ 火は弱火(30分)から次第に強火(10分)にする。ふきこぼれがなくなったら、徐々に火を弱めていく。(5分：薪を引き出す。)
- ④ 炊きあがったら、火からおろし、蒸らしておく。また、すずは羽釜が熱いうちに新聞紙や葉っぱでとっておく。

(2) 留意点

- ① 米の量は、グラム単位で計量してある。そのため、水の量も計量カップで適量を量りとる。(米の量×1.2倍)
※ カレー8人分(米の量120g)の場合
米： $120\text{g} \times 8 = 960\text{g}$
水： $960\text{g} \times 1.2 = 1,152\text{g}$ (約1,300g)
- ② 羽釜は1つのかまどに2つ置く。
- ③ 薪の量は、焚き付け用の柴と太い薪20本程度が目安。米が炊き終わったら、おかず用の薪に使う。

(3) 携行品

野外活動のできる服装、軍手、はし(朝食和食用)

※ 滑り止めのゴムが付いている軍手は、ゴムの部分が手の甲にくるように指導する。

7 留意事項

- (1) バーベキューの場合には、利用団体にて炭を準備する。
- (2) 朝食和食の場合の箸については、本所にて準備する。
※ スプーンは貸し出しできません。