



宿泊利用団体用

焼きそば・BBQ

野外炊事体験マニュアル

～ みんなでおいしい料理を作ろう ～

概要

野外炊事は、参加者全員が協力することで、いつもと違う作る楽しさ・食べるおいしさを味わうことができます。

下ごしらえから調理、そして後始末など、各自の役割をしっかりと果たしていくことで、友情も深まり、友達の良いところが発見できるプログラムです。

ねらい

- 仲間とともに活動に取り組む。
- 薪の組み方、火の起こし方について考える。
- グループ内でのコミュニケーションの促進を図る。
- グループに対する個人の関わり方について考える。

屋外炊事場について

(1) かまど



10ヶ所あります
(1つのかまどに火床が2ヶ所あります)

(2) 調理台・食事の場所



各10ヶ所あります。
(1ヶ所あたり10人)

(3) 清掃用具(掃除用具ロッカー2ヶ所とスコップ収納かご)



※ トイレは宿泊者専用玄関横又は案内所裏を使用してください。

野外炊事の流れ

①計画⇒②準備⇒③調理⇒④食事⇒⑤片付け⇒⑥点検⇒⑦返却

①計画

(1)班編成・役割分担を決めておいてください。
所要時間は準備から片付けまで、2時間～3時間を見込んで余裕を持って計画してください。

(2)準備物

貸出物品・センター準備物	ポウル・ざる・ピーラー・まな板・計量カップ・包丁・バット ・ヘラ・トング・鉄板・プラ皿・割り箸・火ばし・スコップ ・ゴミ袋・アルミリヤカー・まき・マッチ
団体に準備するもの	軍手・台拭き・ふきん・食器用洗剤・液体クレンザー・スポンジ ・金タワシ・新聞紙(各班1冊くらい・鍋置き用等)・チャッカマン ・うちわ・救急用品

(3)食材について

別紙「野外炊事食材申込書」に必要事項を記入し、事前に提出してください。

※ 食材は**持込み禁止**です。

食数を変更される場合は、入所日の2日前の午前中までに連絡してください。

食材受け取り時間 9:00～17:30 の間で設定してください。

(4)野外炊事用まき・貸出物品について

別紙「野外炊事用まき・貸出物品申込書」に必要事項を記入し、事前に提出してください。

※ まきは**持込み禁止**です。

まき・調理器具受け取り時間 9:15～16:30 の間で設定してください。

(5)作業内容の確認と役割分担 大きく分けて以下の作業が考えられます。

用具担当	食材担当	かまど担当
調理器具受取り	食材受取り	まき受取り・運搬
器具の水洗い・調理準備	食材の数量確認	まきの分配・火起こし準備
食材・かまどの手伝い	調理	火の調節
片付け		
返却		

(6)留意点

安全上の留意点

- ・調理器具等使用するものは、洗剤で洗ってから使用してください。
- ・テーブル、調理台も拭いてから使用してください。
- ・衛生面に十分配慮して、食材・食器類を取り扱ってください。
- ・火、刃物等の取り扱いには十分注意をしてください。
- ・火を間近で使用するため、長袖・長ズボンの着用(綿が望ましい)

指導上の留意点

- ・後片付けまでが大切なプログラムとなっています。
- ・時間にゆとりを持たせ、準備、着火、片付けなど様々な作業を協力し体験させましょう。
- ・子どもたちが活動する場合は、安全確保のためにも指導者は十分な準備のもと実施するようにしてください。
- ・基本的にセンター職員の指導はありませんので、指導者がきちんと教えられるようにしましょう。

②準備

用具担当

- ・ 野外炊事場横の調理器具倉庫で、調理器具セットとヘラ等の受取り
 - ・ 倉庫裏のドア前で、鉄板受取り
 - ・ 調理器具セット等の数の確認
 - ・ 調理台・調理器具の洗浄
- ※ 包丁は、先生(指導員)から受け取ってください。



(調理器具倉庫)



(倉庫内)



(調理器具セット以外)



(調理器具セット)

調理器具1セットの内容

ボウル	ざる	計量カップ	ピーラー	まな板
1	1	1	2	2

調理器具セット以外の内容(1テーブル)

バット	トング	ヘラ	鉄板
1	2	4	2

食材担当

- ・ 正面玄関(自動ドア内)で、食材受取り(食材はアルミリヤカーに積んだ状態)
※アルミリヤカーは**食材専用**ですので、そのまま運んでください。
- ・ お茶は食堂で受取り
- ・ 食材の数量確認



(正面玄関自動ドア内)



(アルミリヤカー)



(お茶)

かまど担当

- ・ **ごみ集積所横のリヤカー置き場**でまき等の受取り
- ※ まき・新聞紙等、火起こしに必要な物はリヤカーに積んでありますのでリヤカーごと野外炊事場まで運んでください。



(リヤカー置き場)



(リヤカー内準備物)

まきの組み方・火起こし (一例ですので、他にもいろいろな方法があります)

①



縦に太めの木を2本おきます。

②



木と木の間に新聞紙を置き
割り箸を横向きに置く

③



漢字の井を作るように皮付の
細い木を横向きに置く

④



三段目は漢字の川を作ります
あまり太い木だと燃えません

⑤



最後に割り箸を縦向きに少し置
き一番下の新聞紙に点火します

火起こしの**注意事項**

- ・ 必ず軍手をする
- ・ 火のついたまきを持って歩かない
- ・ 紙をたくさん燃やすと灰が舞う
- ・ かまどの近くに燃えるものを置かない
- ※まきのコンテナも溶けて燃えます



③調理



調理の際の注意

- ・ 包丁など、刃物を使用します。活動場所は狭いので十分注意してください。
- ・ 食用油は、追加分はありませんので注意して使用してください。

④食事

みんなで協力して作ったおいしい焼きそば・BBQを味わおう！



⑤片付け（※ 使う前の状態にしていただきます。）

用具担当

調理器具セット

- ・ 使用した器具を洗剤できれいに洗う。
- ・ ふきんでしっかりと水分をふき取る。
- ・ 調理器具セットの数が揃っているか確認しながら片付ける。
- ・ 下の写真の状態にして、センター職員の点検を受ける。



（ カゴ内 ）



（ 調理器具以外 ）



（ 鉄板 ）

食材担当

- ・調理台・シンクの排水口・三角コーナーのゴミを指定のゴミ袋にする。
- ・調理台・テーブル・シンクの水滴を台ふきで拭く。



（排水口ごみ有）



（排水口・三角コーナーごみ無し）



かまど担当

- ・ 金網をよけて、ホウキでかまどと周辺のススをはき、チリトリ・スコップを使って残灰置き場のドラム缶に入れる。(燃え残りの木も同様)
- ・ 掃除後、金網を元に戻してセンター職員の点検を待つ。



(かまどに灰がある状態) (灰・燃え残りの捨て場) (清掃後・点検待ち)

- ※ 金網を移動する際は、熱い可能性があるので十分注意してください。
- ※ 絶対にかまど・灰捨て場には**水をかけない！！**

⑥点検 (センター職員チェック)

チェックポイント

- 1 かまどの清掃はできていますか？
- 2 灰・燃え残りはドラム缶にいれましたか？
- 3 調理器具セットの内容が揃っていますか？
きれいに洗えてますか？
- 4 流し・三角コーナーの生ごみがきれいにとってありますか？
- 5 生ごみ・材料の袋・お皿等、ごみの分別がきちんとできていますか？

よくあるやり直し

① 鉄板の焦げ残り



② トング内側洗い残り



② 排水口・三角コーナーのゴミ



⑦返却

- まきの残り・マッチ等をリヤカーにもどし、リヤカー置き場に返却する



- ごみは集積所まで持って行く
黄袋は、集積場の右側「燃えるゴミ」に入れてください。
赤袋は集積場の中央「燃えないゴミ」に入れてください。



- お茶のやかん



食堂のカウンターへ返却してください。

- アルミリヤカーは食材のケース・余った油とソース・タレを載せて、正面玄関自動ドア内に返却してください。