

野外炊事について

ねらい

自然を体で感じながら、自分たちで作ることから行う食事です。役割分担、流れの中での段取り、協力、責任を持って後片付けをすること、火や刃物などに対する安全などを学びます。

計画

- 活動人数、活動場所（炊事場 AB/CD）、開始前の職員の説明や貸出道具の点検の時間、後片付け、点検の時間差などを考慮の上、活動計画を立ててください。

事前準備

<p>自然の家で用意できるもの</p>	<p>野外炊事用具、はんごう、やかん、なた、鉄板、はそり、フライパン、片手なべ、バーベキューコンロ（網、炭は団体持参）、カセットコンロ（ボンベは団体持参）、かまど、まき（1人30円）、生ゴミ用ゴミ袋（1袋470円） ※事前に必要なものを備品借用申込書に記入し、提出してください。</p>
<p>必ず準備していただくもの</p>	<p>軍手、食器、洗剤、スポンジ、メラミンスポンジ、亀の子たわし、クリームクレンザー、ふきん（多めに）、新聞紙、うちわ、サラダ油、火をつける道具（ライターなど）など ※金属性タワシ、金属性のネットスポンジは使用不可。 炊事道具を傷つけることになるので絶対に使用しないで下さい。</p>

当日

- 活動前に職員が注意事項、設備、道具の説明をします。
- 職員の説明後、備品借用申込書に記載した道具を受け取ってください。
- 食堂で食材を注文した場合は引率者が必ず数量、内容を確認の上、受け取ってください。
- 施設のまきは手作りの大切な資源ですので、使い過ぎに注意して下さい。
- かまどやバーベキューコンロ等を使用する場合は、必ず軍手の着用をお願いします。
- 使用したまきは燃やしきり、ドラム缶に入れてください。 ※消火時はかまどに水をかけないでください。破損の原因となります。
- 使用後はかまどと炊事場、流しの掃除をお願いします。
- 貸出道具の返却の際には、事務室にお知らせください。職員が洗い残しや破損がないか点検を行います。スムーズな返却ができるよう、引率者の方々による事前点検をお願いします（洗い残しがあった場合、洗い直し等をお願いしています）。
- 返却に時間を要する場合や時間差が生じる場合がありますので、時間に余裕を持たせた活動プログラムを計画してください。
※通常、目安として洗い物の開始から点検終了まで約1時間から1時間半程度の時間がかかります。
- 貸出道具、炊事場の点検が済み次第プログラム終了となります。

注意）野外炊事場への車の乗り入れは原則不可です。道具の搬入の際の乗り入れを希望される場合は、必ず事前に事務所にご相談ください。

【貸出道具の点検と洗い方について】

炊事チェックのポイントは、以下の3つです。

- ① 米粒がついていないこと。
- ② カレーがついていないこと（付着した色も含む。）
- ③ 触って落ちるすすがついていないこと。

※触っても落ちない焦げを落としてもらうことはありません。

ただし焦がしたばかりの場合は、がんばれば落ちるため洗って頂きます。

職員が確認するポイント

《カレー鍋の場合》

- なべの全体の黒ずみ（さわって落ちないか） ○内側のカレーの痕
○まるぼちのまわりにカレーがついていないか ○蓋の内側のふちまわり



《飯盒の場合》

- 外回りのすす（触って落ちるすす） ○内側の米粒 ○内側の焦げ（触っておちる焦げ）

飯盒や鍋を比較的容易に洗うことが出来る方法として、コーティングという方法があります。



コーティングを行うと写真のようにすすが落ちやすくなります。
コーティングには、食器洗い用の中性洗剤、またはクレンザーを使用します。

※クレンザーは液体がお勧めです。

鍋や飯ごうの持ち手にアルミホイルをまくのも効果的です。

手にたっぷりのせて



べったりつけます



伸ばしすぎるとダメ



取っ手にアルミをまくと有効です。飯盒も同じように塗って下さい。



塗るポイントは

- ① こんなに！というくらいべったり塗る
- ② 塗るタイミングは、火にかける時（お米を研いで、火にかける直前など）
- ③ なべや飯ごうの中に入らない所までぬる（※ふたにはぬらない）

ぜひ、野外炊事の洗い物の参考にしてください。