

野外炊事（焼きそば）



1 ねらい

自然の中でみんなと力を合わせてつくった食事を一緒に食べることで、友達とのきずなをより一層深めようとするものである。

- (1) 活動を通して、自らの責任を果たし、お互いに協力することの大切さと勤労の尊さを知る。
- (2) 野外で食事をするを通して、自然の良さを知り、自然を保護しようとする態度を養う。

2 所要時間 3時間30分程度

3 活動人数 最大 128 人程度 (1 セット 4～8 人で 16 班まで)

4 活動場所 野外炊事場および雨天かまど ・集合場所はレンガ広場(食堂前)、雨天時は食堂下ピロティ

5 参加者の服装および準備物

- ・汚れてもよい服装(かまど係は必ず上下長袖の服)
- ・軍手(綿製品に限る。ゴム等の滑り止めは不可。かまど係は1人2セット)
- ・新聞紙(各班 1 日分)
- ・ふきん(1人1枚以上)
- ・半透明のごみ袋(団体で2枚以上)

6 活動の流れ

- (1) レンガの広場で食材の確認を行う。
- (2) 野外炊事倉庫前(運動広場)で全員そろって事前指導を受ける。
- (3) 用具の貸出を受ける。
- (4) 調理、作業手順フローチャート



調理係(2～5名)	かまど係(2～3名)
①鉄板、調理器具を消毒し、洗う ②野菜を洗って、切る(必ず金ザルを排水溝に置く) ③野菜、麺をかまどへ運ぶ ④食事の準備をする ・食器を消毒し、洗う。 ・テーブルをきれいにし、食器を運ぶ	①薪を運び、火のおこし方の説明を聞く ・軍手を必ずはく ②火ばさみを準備する ③薪を組み、グレーチングをおろす ④火をつける ⑤鉄板をのせる。 ⑥油をひいて肉を焼く。 ⑦野菜、麺の順に入れて焼きそばを作る (焼く、味付け) ⑧火傷防止のため、軍手を二重にはき、2人で協力してテーブルまで鉄板ごと運ぶ
完成した焼きそばを盛り付けて、食べる 【引率者は盛り付け時に各班から検食を取る(全ての食材が入るように。50g 程度)】	

(5) かまどの組み方

①木の組み方



細薪で井げたを組み新聞紙を丸め、細薪を折ったものを立てかける。

②鉄板の置き方



グレーチングの上に鉄板を置く。



(6) 片付け

- ・食後の食器は、洗剤を使って洗い、すべての用具をふきんで拭き、水気をきちんと取る。特に、油分は、ていねいに洗わないと、あとでカビが生える原因になるので注意。
- ・調理場の流しでは、下水が詰まらないよう、必ず金ざるを敷いて洗う。調理くずや残菜などを流したり、残したりしない。
- ・ごみは活動終了後、所定のごみ置き場に持っていく。
- ・かまど係は、食事後に燃えている薪をすべて燃やしたあと、セメントやブロックが冷えてから、かまどの清掃をする。
- ・最後に調理場の清掃を行う。

(7) 用具の点検と返却

- ・グループごとに全員揃って、当所の職員の点検を受ける。

7 留意事項

- (1) 引率者は、参加者の健康と安全を常に配慮して行動する。
- (2) 用具は、常に整理整頓し、借りたものは、使用後に個数や破損の有無を確認し、当所職員の点検に合格したもののみを所定の場所に返却する。
- (3) 火気の取り扱いに十分気をつけ、火災予防を心がけ、火の後始末を必ず確認する。
- (4) 最後に、野外炊事活動で出たごみは、所定のごみ捨て場に持っていく。
- (5) 野外炊事で使用する調理材料および食材は、食中毒防止等安全確保のため、当所で準備する。