

# 野外炊飯

期待される活動の効果											
思考力	判断力	表現力	コミュニケーション能力	体力	生命の尊重	感動する心	知識・技能	協調性	主体性	問題解決能力	課題発見能力
○	○		○				○	○	○	○	
対象				時期				時間			
小学生～一般				通年				約3時間			
活動の概要											
											
<p>○A サイト50名程度、B サイト30名程度の2ヶ所で使用可。</p> <p>○野外炊飯時は、自主活動となる。※野外炊飯の説明は、自然の家職員が行う。</p>											
自然の家で準備すること				利用者で準備すること							
<input type="checkbox"/> 炊飯用具一式 <input type="checkbox"/> 炊飯用薪(一束200円)				<input type="checkbox"/> 野外活動に適した服装(長そで、長ズボン、帽子、軍手、タオル) <input type="checkbox"/> 新聞紙(焼きつけ用) <input type="checkbox"/> ライター等 <input type="checkbox"/> ごみ袋 <input type="checkbox"/> 洗剤 <input type="checkbox"/> クレンザー <input type="checkbox"/> 布巾 <input type="checkbox"/> キッチンペーパー <input type="checkbox"/> 救急セット <input type="checkbox"/> 皿・箸・スプーン <input type="checkbox"/> うちわ <input type="checkbox"/> 調味料類							
留意点											
<p>○火気や刃物の取り扱いには十分注意する。</p> <p>○食中毒を防ぐために、手洗いの徹底、食材の十分な加熱を行う。</p> <p>○食材の持ち込みは原則禁止。 ○検品を必ず取ることを徹底する。</p> <p>○炊事場、炊具道具については、確認、洗浄、後始末、清掃作業を行う。</p> <p>○ゴミは自然の家で引き取るが、分別は団体で行う。</p>											
おすすめポイント											
<p>○食事をつくる体験をとおして、食生活の重要性や楽しさを味わうとともに、野外炊飯に必要な技能を身につけ、家庭への感謝の気持ちを育てることができる。</p> <p>○着火については、ライターやマッチを使わずに火起こし体験と併せて行うこともできる。</p> <p>○米の炊飯については、飯盒・はがまのいずれか選択することができる。</p>											

# 活動内容(手順)

所要時間	項目	内容
	事前打ち合わせ	□活動場所 食材受け取り場所、時間 指導内容の確認
	事前の確認	□服装 軍手 水筒 タオル
30分	活動の説明  目的の確認 準備運動	<input type="checkbox"/> 健康観察 服装 持ち物チェック <input type="checkbox"/> 活動中の諸注意 <input type="checkbox"/> 物品受け渡し <input type="checkbox"/> 役割分担 <input type="checkbox"/> 火起こし・調理法の指導(自主 or 依頼) ・火のつけ方、消し方及び危険性 ・火加減、水加減 ・調理法 ・刃物、炊事用具の正しい使い方 <input type="checkbox"/> 各団体(各班)の目的・目標を確認します。 ※飯盒ごはんを焦がさないように工夫する ご飯とおかずのできあがり時間をできるだけ同時刻になるように工夫する。
90分	野外調理開始  食事 片づけ  点検	<input type="checkbox"/> 役割を確認し、取り掛かる ・食材受け取り ・食器・用具洗浄 <div style="display: inline-block; vertical-align: middle; margin-left: 10px;">                         } ・用具準備→調理                         <div style="display: inline-block; vertical-align: middle; margin-left: 10px;">                             ↗ 調理器具の片づけ                              ↘ 配膳                                  会場のセッティング                         </div> </div> <input type="checkbox"/> 会食(全員 or 班ごと)  <input type="checkbox"/> 片付けの分担と方法の確認 ・食器洗い <div style="display: inline-block; vertical-align: middle; margin-left: 10px;">                         } 持参した布巾で水気を取る。                     </div> ・飯盒、鍋類磨き ・テーブルの片づけ、検体の提出、火の処理  <input type="checkbox"/> 利用した食器・調理器具の点検と返却をします。(洗い残しはやりなおし) ※翌日点検を行う場合もある
10分	まとめ	<input type="checkbox"/> 健康観察を行います。 <input type="checkbox"/> 目的が達成されたか確認します。 ・各班の代表の感想発表 ・引率の方の講評 <input type="checkbox"/> 次の活動の準備を行います。

見通し

共通体験

ふりかえり