

野外炊飯について

各メニューの作り方は
HP よりダウンロードが
可能です

●事前準備

- ・班の中での役割分担を決めておいてください。引率者がどの係に付くかも同様に下記の表をご参照ください。
- ・班の人数の目安→カレーライス:12名、焼きそば・ドラム缶ピザ:10名、パエリア:8名
- ・火や刃物を扱うため、服装は**長袖・長ズボン・帽子・軍手**が安全です。髪の毛の長い子は束ねましょう。
- ・実施前日に打ち合わせを行いますので、**担当の方はこの資料をご持参ください。**

	カレー	パエリア	ピザ	焼きそば
火係	薪割り→かまどの準備→火の管理			
野菜係	<ul style="list-style-type: none"> ・野菜を洗う ・皮をむく・切る ・鍋の管理 			<ul style="list-style-type: none"> ・野菜を洗う ・皮をむく・切る ・具を炒める
その他	【ごはん係】 <ul style="list-style-type: none"> ・米をとぐ ・吸水時間の管理 ・飯ごうの管理 	【炒め係】 <ul style="list-style-type: none"> ・米をとぐ ・米を炒める ・具材を炒める 	【生地係】 <ul style="list-style-type: none"> ・生地をこねる ・発酵、成型 ・トッピング 	

●当日の準備

- ・地図に記載されている場所で必要なものを受け取って、野外炊飯を行う場所へ運んでください。
※指導スタッフは時間に合わせて実施場所に向かいます。

●安全管理

- ・衛生上、手、食材をよく洗ってください。また、備品類も一度洗ってからご使用ください。
- ・柵の外は急斜面になっています。道路は車が通行する場合があります。
- ・ナタ、包丁、火等の危険なものを扱います。引率者の適切な目配りと指導をお願いします。
- ・保冷用発泡の容器に入っている材料は、ギリギリまで容器から出さずに日陰に置いてください。
- ・カラスやトビが食材を持っていく可能性がありますので、目を離さないようお願いします。

●お願い

- ・**飲み物とデザートは、完成する少し前に食堂へ受け取りに来てください。**(事務所へお声掛けください)
- ・**検体:**作られた食事を一定期間保存いたします。食材と一緒に容器(ジップロックの袋)が入っていますので、完成後2~3班から少しずつ採って入れ、事務所へお持ちください。
※検体はメニューごと(例:カレーライス⇒カレー1袋、ごはん1袋)に入れてください。
- ・**検食:**皆さんと同じものを自然の家スタッフも食べ、検食を行います。材料に「+1」と表記されている班に検食分が入っていますので、お皿に一食分よそい、検体と一緒に事務所へお持ちください。
※指導ありの場合は現地の担当スタッフへお渡しください。
- ・やかんは水差し専用です。火にはかけないでください。

●後片付け

1. 洗い物

- お鍋、鉄板などのすすを落とす
- 飯ごうの米粒をとる
- 調理器具などを洗い水気を拭きあげる
- 流しをきれいにする

2. かまどの片付け

- 炭を灰缶にいれ、水をかけて消火する
- 灰を掃き出しかまどをきれいにする

3. ゴミ拾い

4. 点検(数量、汚れの確認)

- 調理器具の数の確認後、**机の上に並べて待機**
- 自然の家スタッフの点検を受ける
- ※点検開始時間をご相談し、スタッフが野外炊飯場へ伺います。指導スタッフがいる場合は現地でご相談ください。

5. 備品の返却

6. ゴミの処分

●火の処理

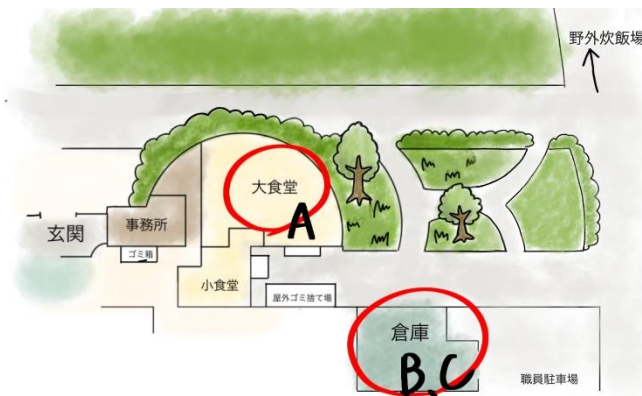
十能と火ばさみを使って、灰缶(オイル缶の底に穴をあけたもの)に燃えかすを全て集め、水をかけて完全に消火をお願いします。最後はリヤカーと一緒に倉庫(職員駐車場)へお戻しください。

※倉庫前に同じ缶が並べてありますので、そちらへ並べてください。

熱による発火の危険性があるため、リヤカーからは必ず降ろしておいてください。

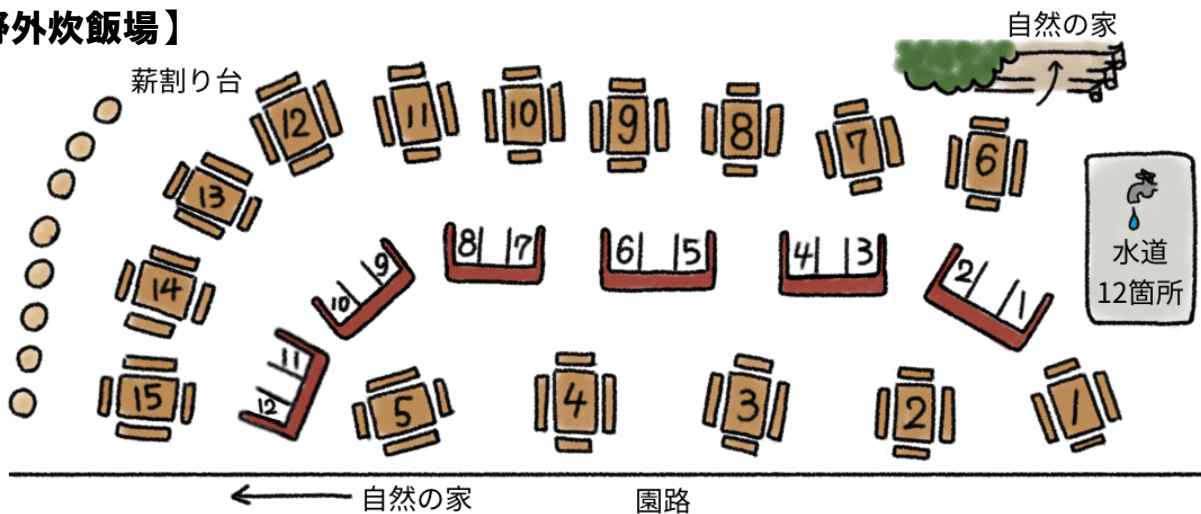
食材・備品の受け取り場所 *各場所に必ず1名は引率者がついてください。

- A 食材(班数分+α):各班 1人+2~3人。9:00以降に食堂に取りに来てください。
返却は食堂のカウンターへお願いします。
- B 炊飯用具ボックス(班数分):各班2人。鍋等の入ったボックスを1班1つ手で運びます。
- C その他道具(リヤカー1台):全体で4~5人(引率者含む)。薪やナタ等をリヤカーで運びます。
リヤカーの先頭は必ず引率者が担当してください。



※ 倉庫より用意してあるクリアケース、リヤカーを運んでください。

【野外炊飯場】



【第2キャンプ場 野外炊飯場】

