

# 野外炊飯

森の木陰で「いただきます」。野外で作った料理は、どうしてこんなにおいしく感じるのでしょうか。薪に火をつけてご飯を炊く。大きな鍋でカレーを作る。炭に火をつけてバーベキュー。忙しい毎日の中で、こんな体験を仲間とする機会は、少なくなってしまうような・・・。

計画、準備、調理、会食、片付けと流れる中で、環境について、人間関係について再発見が待っています！特に環境に配慮した野外炊飯を勧めています。



## 活動のねらい・期待される効果

- ・環境を考えたエコ炊飯を実施することで、環境問題を意識した生活を送る端緒とする。
- ・班で、個人の役割等を話し合いながら取り組むことで、協調性や計画性を養うとともに対人関係能力を育てる。

活動可能人数	250人(最大1班10人25班)	活動季節・条件	3月中旬～11月(3月と11月は昼食のみ可)
所要時間	4時間～5時間	実施場所	野外炊飯場
主な対象	小学生～		
指導について	基本的に自主活動です。効率性を考えた取り組みもありますが、創造力を重視した調理メニュー、協力や環境を考えた野外炊飯等を職員が事前・事後指導をします。		

## 活動の概略

野外炊飯は、環境について、人間関係についてしっかりと考えることができるアクティビティです。まずは、ワークシートを使用して班ごとに環境や役割について目標設定します。野外炊飯を単なる活動に終わらせないための重要な導入となります。その後は、役割を明確にして、班で力を合わせて準備・調理・会食・片付けと進んでいきます。そして、最後にふりかえりシートに記入して、目標に基づいて活動をふりかえるとともに今後の生活に生かしていくことを見つめていきます。

## 準備物

### 交流の家が貸し出しできる用具・材料

- ・野外炊飯用具一式(鍋、釜、鉄板、包丁、まな板、ボウル、ザル、鍋つかみ、バーベキューコンロ、網等)
- ・食器一式(皿、どんぶり、コップ、スプーン、フォーク等)
- ・ワークシート用紙 ・携帯用救急靴 ・説明カード ・ゴミ袋 ・ゴミ箱

### 利用者または団体で準備する用具・材料

ふきん(各班2枚程度)、食器洗い用スポンジ(各班1個～2個)、点火用マッチ、焚きつけ用新聞紙、うちわ綿製の軍手(個人)

### 売店または食堂で購入する物

食器洗い用洗剤(1本60円)、木炭1セット(バーベキューコンロ用600円、焚き火台用800円)薪(1人50円)、食材一式(食事申込書にメニュー・班数・各班人数を記入してください。)

### 売店で購入できる物

ふきん、軍手、ライター、着火剤、スポンジ

## 当日の動き

- ①打合せ 炊飯メニュー、班の人数等を確認します。使用するかまどの場所や貸し出し用具等を打合せ、食器等の点検時刻を決めます。その後、売店等で物品の購入手続きを行います。
- ②用具の受け取り 鍋・食器等の用具は全て炊飯棟倉庫に揃えてあります。洗剤は売店で受け取ります。
- ③事前指導 活動前に炊飯棟または営火場で事前指導を行います。班ごとに集合してください。安全管理・用具の使い方と片づけ方・薪の準備・環境配慮等について説明をします。
- ④活動(展開) 役割分担やワークシートで目標設定をした後、用具、食材等の準備、炊飯、会食、片付けと進んでいきます。食材は食堂で受け取ります。大きな団体の場合、事前説明から片づけまで4時間は必要です。
- ⑤ふりかえり 活動開始前に考えた目標をふりかえります。
- ⑥用具の片づけ 食器やかまどの最終点検を職員立会いのもとに行います。

## 安全対策・環境への留意点

- ・安全と事故防止(火災・火傷・食中毒)のため、団体担当者は、参加者の様子を把握して活動をお願いします。
- ・一般の軍手は、万能手袋ではありません。かまどや鍋は高温になりますので必ず鍋つかみを使用してください。
- ・環境に配慮した野外での炊飯をお願いしています。野外炊飯では、水、洗剤、薪、残飯等の観点から、いくつかのポイントが発見できます。ぜひ、ワークシートを基に主体的な地球に優しい炊飯をお願いします。

## 備考

- ・環境に配慮した野外炊飯のワークシートの説明や相談については、職員が対応いたしますので、ご相談ください。
- ・メニュー、金額等は別紙をごらんください。
- ・食材の持ち込みは衛生管理上、お断りしています。特別な食材が必要な場合は、お問い合わせください。