

## 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

自然の家で用意できるもの	野外炊事用具、飯ごう、やかん、なた、鉄板、はそり、フライパン、片手鍋、ダッチオーブン、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）、ゴミ袋（処理代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。
必ず準備していただくもの	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、アルミホイル（鍋の取っ手用）、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。

### 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。  
※かまどの清掃時、薪が完全に燃え切ってから灰かき棒とちり取りを使ってください。ほうきを焦がさないようにご協力をお願いいたします。
- 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。

【汚れが残りやすいポイントについて】

《鍋》

- 外側全体のすす汚れ ○内側のカレールーなどの汚れ
- 内側の取っ手の留め具の溝に汚れが残っていないか ○蓋のすす汚れ



《飯盒》

- 外側全体のすす汚れ ○内側のふちや溝にはさまった米粒 ○内側の焦げ（洗っておちる焦げ）

【すす汚れについて】

クレンザーを使用し、食器用スポンジの硬い部分で洗うと楽に汚れを落とすことができます。クレンザーを使用する際はなるべく水をつけず、泡立てずに使用することで最も研磨力を発揮します。また、次ページのクレンザーコーティングを行うことで洗いものの時間を短縮することができます。

【クレンザーコーティングについて】

クレンザーコーティングを行うとすすがコーティングに付着するため写真のように洗いものが簡単になります。

クレンザーは液体のものがお勧めです。

また、コーティングできない取っ手などについてはアルミホイルを巻くことです汚れを防ぐことができます。



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



取っ手をカバーした状態



飯盒にも同様に塗ります



ポイント

- ① こんなに！というくらいべったり塗る。底も忘れずに塗る。
- ② 塗るタイミングは、火にかける直前
- ③ 料理にクレンザーが入らないように注意してください。