

# 「野外炊事研修」プログラム

国立江田島青少年交流の家



## 1 活動内容

自然の中でグループで協力し食事をつくり、楽しく食事をする。

## 2 活動のねらい

- (1) 自然の中で楽しく野外炊事をし、仲間との親睦を図る。
- (2) 作業を分担することにより、主体性を育てるとともに、協調性、思いやりの心を育てる。
- (3) 水、洗剤の使用量やゴミの排出量等を考えることにより環境問題への関心を高める。

## 3 研修対象者

小学校4年生以上とする。

ただし、保護者又は責任の持てる引率者と組んで活動する場合は3年生以下も可能とする。

## 4 研修人数及び研修場所

(1) 最大200人

(100人以上の場合は、第1・第2野外炊事場の2か所に分かれての実施をおすすめします。)

活動内容、活動のねらい等から、1グループ10人以内でかまど1基を使うことを基本とする。

①第1野外炊事場：かまど12基、屋根付

最大100人（12グループ）

②第2野外炊事場：かまど12基、屋根付

最大100人（12グループ）

(2) 他団体と活動が重複する場合は交流の家で調整する。



第1野外炊事場



第2野外炊事場

※炊事場詳細は別紙：配置図①② 参照

## 5 実施時期、研修時間

(1) 実施時期 3～12月

(2) 研修時間 3～4時間

①開始時間の目安

ア 朝食7:00～ イ 昼食10:00～ ウ 夕食15:00～

②後片付け終了後、交流の家職員（以下「職員」）が野外炊事用具等の点検を行う。特に夕食については、19時までには点検が受けられるようにする。遅くなった場合は、翌日、交流の家が指定した時間（9時以降）での点検となる。

## 6 野外炊事メニューおよび料金一覧（赤字は令和元年10月1日からの新料金）

(1) 朝食セット

メニュー名	食材	1人あたりの料金
Aセット	精米・野菜炒め材料（ウインナー・卵・野菜）・味噌汁材料・牛乳・フルーツ・お茶パック	420円
Bセット	パン・野菜炒め材料（ウインナー・卵・野菜・ベーコン）・牛乳・フルーツ・お茶パック	420円

(2) 昼食・夕食兼用メニュー

メニュー名	食材	1人あたり
すき焼き	精米・すき焼き材料・フルーツ・お茶パック	570円
ビーフカレー	精米・カレー材料・フルーツ・ゼリー・お茶パック	570円
焼きそば	精米・焼きそば材料・フルーツ・ゼリー・お茶パック	570円
具だくさん豚汁	精米・豚汁材料・フルーツ・ゼリー・お茶パック	570円
バーベキュー①	精米・肉・ウインナー・野菜・お茶パック	740円
バーベキュー②	精米・肉・ウインナー・シーフード・野菜・お茶パック	1,060円
手打ちうどん (10人より可能)	うどん粉・具材料・お茶パック	210円
ピザ&シチュー	ピザ材料, カレー材料, フruits・ゼリー・お茶パック	570円

(3) その他

①研修時間を短縮するためのサービス (利用1週間前までに予約)

炊いたご飯の提供・・・1人あたり60円

食材 (野菜等) カット・・・1人あたり60円

②食事数の変更およびキャンセル (利用3日前の正午まで)

③気象条件 (台風の接近等) により, 交流の家が特に野外炊事に不適切と判断し実施が不可となった場合, 野外炊事メニューをレストラン食に変更できる。(食事代金は野外炊事実施時の金額と同額とする。)

(4) 上記 (1), (2), (3) の問い合わせ先

レストラン: エムエフエス (株) 江田島店

TEL: 0823-42-1495 FAX: 0823-42-1507

7 準備物

(1) 個人

活動に適した服装 (長袖, 長ズボン) 運動靴 タオル 軍手 (綿100%) 帽子

(2) 団体

マッチ等 (点火用) 新聞紙等 (点火用) 布巾 (食器拭き用) 雑巾 (テーブル拭き用)

携帯電話 \*薪 \*炭 排水溝用ネット 三角コーナー用ネット

\*薪および炭はレストランで購入可 (利用1週間前までに予約)

・薪1束・・・620円

目安: 1グループあたり1束

・炭3キロ・・・700円

目安: 1グループあたり3キロ

▲食材, 飲み物の持ち込みは不可

(必要に応じて)

着火剤 (バーベキューの場合) レジャーシート

※炊いたご飯の提供を受ける場合は必要なし

メニュー名	薪	炭
朝食Aセット	○	
朝食Bセット	○	
すき焼き	○	
ビーフカレー	○	
焼きそば	○	
具だくさん豚汁	○	
バーベキュー①	○※	○
バーベキュー②	○※	○
手打ちうどん	○	
ピザ&シチュー	○	○



～1グループの役割分担例～ [人数, メニュー等を考慮し, 計画をする。]

	食材班 (3名)	食器班 (5名)	火おこし班 (2名)
会食準備	食材等をレストランに取りに行く。 (必ず引率者1名も同行)	つどいの広場から野外炊事場へ移動する。	薪や炭を野外炊事場へ運ぶ。 (薪や炭をレストランに注文していればレストランに取りに行く)
	野外炊事場へ移動する。	・野外炊事場倉庫から必要物品を受け取る。 ・貸出物品の過不足, 破損等がないか確認する。	野外炊事場へ移動する。
	食材(野菜やフルーツ等)を洗う。	食器類・調理用具を洗い, アルコール消毒をする。	炊きつけ用の薪を割る。 (必ず引率者の立ち会いのもと薪台の上で行う。)
	野菜等を切る。	お米を研ぐ。	薪を組み, 火おこしの準備をする。
	鍋に入れ, かまどで調理をする。	ご飯釜に入れ, かまどでお米を炊く。	かまどで火をおこす。
	食事をする場所の準備をする。		火加減の調節を行う。
会食	楽しく食事をする。		
後片付け	※団体代表者による説明, 役割分担の確認		
	まな板・包丁・鍋・ご飯釜等, 調理用具を洗う。	お皿・スプーン等, 食器類を洗う	・かまどに残った灰を, 金バケツを使って灰捨て場へ捨てる。 ・かまどおよびかまど周辺をほうきで掃き, きれいにする。 (かまどの鉄の網は立てない。)
	生ゴミ等を回収し, 流しをきれいにする。	・食器類・調理用具の水気を布巾で取り, アルコール消毒をする。 ・貸出物品の過不足, 破損等がないか確認する。	
	テーブル・炊事場の床をきれいにする		
	※団体代表者による確認後, 事務室へ携帯電話で連絡をする。		
	※職員による点検		
レストランからの借用物品を返却する。	野外炊事場倉庫からの借用物品を返却する。	ゴミをゴミ置き場に持っていく。	

※団体代表者, 職員の役割

(4) つどいの広場(雨天時:ピロティ)出発

- ①団体代表者は, 活動の開始を事務室に連絡する。
- ②各グループの食器班は, 職員とともに野外炊事場へ移動する。
- ③各グループの食材班は, 引率者1名とともにレストランに行き, レストラン職員より説明を受けた後, 食材等を野外炊事場へ運ぶ。
- ④各グループの火おこし班は薪や炭を野外炊事場へ運ぶ。なお, 注文している場合は, ③の食材班とともにレストランに行き, 薪や炭を受け取り, 野外炊事場へ運ぶ。
- ⑤食材, 薪, 炭等の運搬にリヤカーの貸出しを希望する場合は, 事務室へ連絡し借り受ける。

(5) 野外炊事場到着

各グループの食器班は職員の立会いのもと、倉庫から貸出物品を運び出し、貸出物品の過不足・破損等の有無を確認し、その状況を職員に報告する。

(注意事項)

第1野外炊事場においては、キャンプ管理棟2階から1階へ降りる階段(図1)を利用して、必要物品を運ぶ。



図1

(6) 団体代表者による全体指導

①安全管理上の注意事項を説明する。

ア 食中毒の防止について

- ・調理開始前やトイレ使用後は手を石鹸で丁寧に洗う。
- ・野外炊事用具は使用前に洗い、アルコール消毒をする。
- ・野菜やフルーツは丁寧に洗う。
- ・食材ごとに包丁やまな板を丁寧に洗う。
- ・調理の際にはよく加熱し、調理後は早めに食べる。

イ 刃物の取り扱いについて

- ・刃物を使うときは周囲に気を配り、取り扱いに十分注意する。  
(あなたの安全な使い方は「引率者用参考資料1」を参照)

ウ やけどの防止について

- ・かまどで火をおこす人は軍手を必ず着用する。
- ・加熱直後のご飯釜や鍋は非常に高温になるため、持ち運びには十分注意する。
- ・後片付けの際、かまどに燃え尽きない薪がある場合には燃え尽きるのを待ってから、金バケツに灰を取り、「灰捨て場」(9(8)①参照)に捨てる。

エ その他

- ・健康状態に十分配慮し、体調不良者(特に腹痛・下痢のある者)は調理を控える。
- ・引率者の指示に従い、悪ふざけや勝手な行動は絶対しない。
- ・体調が悪くなったら早めに活動をやめ、引率者に連絡をする。
- ・かまどの周囲には燃えやすい物を置かず、火災に十分注意をして実施する。
- ・かまどには絶対に水をかけない。
- ・かまどの重い鉄網はそのままの状態ですら掃除する。

②ゴミの分別方法を説明する。

○一般のゴミ

生ゴミ、紙くず、木くず、ペットボトルのふた・ラベル、プラスチック類、発泡スチロール、布類、ビニール

⇒ 一般のゴミはレストランから配布されたゴミ袋にすべてまとめて入れる。  
ゴミ袋はポリバケツにかけて使用する。

○飲み物容器(ペットボトル、空き缶等)

⇒ 中を軽く水ですすぎ、飲み物が入っていたダンボールまたは袋に入れる。

(7) 野外炊事開始

グループ毎に役割分担をもとに、研修を開始する。

(9(3)②役割分担例および別紙「引率者用参考資料2」を参照)

(8) 後片付け

- ①グループ毎に「片付けチェックシート」をもとに協力して行う。  
 <掃除道具（ほうきやスコップ等）置き場>



第1 野外炊事場



第2 野外炊事場

<灰捨て場>



第1 野外炊事場



第2 野外炊事場

灰捨て場はホースで水をかけ、手をかざして熱がないか必ず最終確認する。

- ②団体代表者は後片付けの最終確認後、事務室へ携帯電話で連絡し点検を依頼する。
- ③職員による点検を受ける。
- ④借用物品を返却（倉庫およびレストラン）する。
- ⑤ゴミを所定のゴミ置き場（図4）へ持っていく。

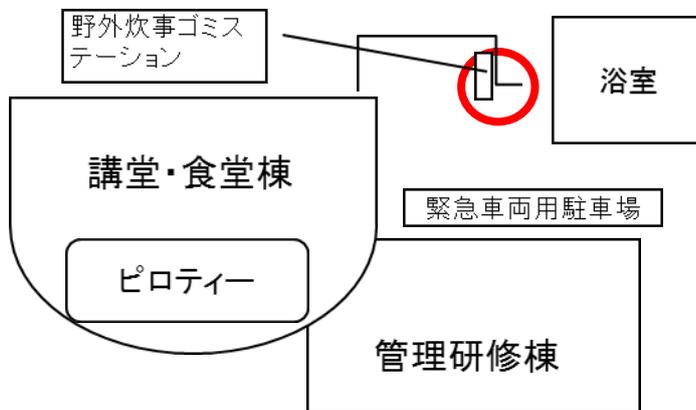


図4

(9) 団体代表者による事後指導

- ①つどいの広場またはピロティにグループ毎に整列させ、健康観察を行う。
- ②研修のまとめを行い、解散する。
- ③交流の家（事務室）に「野外炊事研修」が終わったことを報告する。

## 10 連絡先

	一般電話番号	夜間対応番号（17:15～8:30）
国立江田島青少年交流の家	0823-42-0660	0823-42-0663