

(3)炊事活動



(3)炊事活動

内容	仲間とともに自分たちで料理したものを食べる事で喜びや楽しみを味わうとともに、協力や相互理解の気持ちを養うことができます。 いつもとは違った環境で行う炊事活動では、火の特性に興味を持ったり、仲間と協力して創意工夫する楽しみを覚えたり、たくさんの魅力があります。		
アクティビティ	①野外炊事 ②ピザづくり ③うどん打ち ④イワナつかみ		
期待される教育効果	・相互理解や協力の精神 ・創意工夫の楽しみ ・調理の技能やマナー ・環境問題への意識		
準備物	自然の家 ☐食器セット (皿 10、スプーン 10、まな板 2、しゃもじ・お玉・フライ返し各 1) ☐フォーク、包丁、箸、鍋、釜、ボウル・ザル、なた、火ばさみ、十能他 ☐食材	団体 ☐食器用中性洗剤 ☐スポンジ、金たわし ☐布巾、台拭き ☐新聞紙 ☐マッチ・ライター ☐野外炊事用薪(売店で購入) ☐ゴミ袋 (西郷村指定、売店で購入可)	個人 ☐軍手 ☐長袖・長ズボン ☐帽子 ☐汚れてもよい服装
展開例	【事前】 ・所要時間、安全管理を確認し、団体引率者間で共有をします。 ・団体引率者間での役割分担や参加者への事前指導の徹底をします。 【当日】 ・団体引率者を対象に職員より準備から片付けまでの流れの説明を受けます。 ・団体内で「計画」→「準備」→「調理」→「食事」→「片付け」までの流れを共有し、調理を始めます。 ・検食として調理した料理の一部を売店に提出します。 ・職員立ち会いの食器点検を受けてから野外炊飯用具庫に食器類を返却します。 【事後】 ・ねらいに沿った活動が実施できたかを振り返ります。		



(3) ①野外炊事

概要	カレー、焼きそば、鉄板焼きなど様々なメニューの中から選び、森の中の野外炊事場で食事を作ります。 みんなで作ったり、食べたりする喜びを楽しみ、協力する気持ちや相互理解の気持ちを養うことができます。			
ねらい	・グループで役割分担をしながら取り組むことで、協調性や計画性を養う。 ・食材を無駄にすることのないように活動を行うことで、環境問題を意識させる。			
条件	対象	小学生～	人数	150名程度
	時期	5月～10月	実施の判断	荒天時は場所を変更する 場合がある
準備物	自然の家		団体	個人
	☐ 食器セット (皿10、スプーン10、まな板2、しゃもじ・お玉・フライ返し各1) ☐ フォーク、包丁、箸、鍋、釜、ボウル、ザル、なた、火ばさみ、十能他 ☐ 食材		☐ 食器用中性洗剤 ☐ スポンジ、金たわし ☐ 布巾、台拭き ☐ 新聞紙 ☐ マッチ・ライター ☐ 野外炊事用薪(売店で購入) ☐ ゴミ袋 (西郷村指定、売店で購入可)	☐ 軍手 ☐ 長袖・長ズボン ☐ 帽子 ☐ 汚れてもよい服装
活動の流れ (3～4時間)	【準備】 ・団体引率者を対象に職員より準備から片付けまでの流れの説明を受けます。 ・団体内で「計画」→「準備」→「調理」→「食事」→「片付け」までの流れを共有し、活動を始めます。 ・売店で、食材を受け取ります。 ・使用するテーブルナンバーを確認します。 ・団体指導者立ち合いのもと、野外炊飯用具庫から食器セット、調理器具、ボウル、ザルを取り出す。鍋、釜、包丁は指定された番号のものを使用します。 ・薪小屋から薪を取り出します。 【活動】 ・食器や調理器具の数を確認してから食器を洗います。 ・調理を開始します。 【実施後】 ・使用した食器や調理器具を洗い、かまどの火を落としてから残炭を片付けます。 ・職員立ち合いの食器点検後に食器や調理器具を返却します。			
安全管理 留意事項	・使用後のかまどには、直接水を掛けしないでください。温度差で破損する場合があります。 ・衛生上の理由により、食材の持ち込みはご遠慮ください。 ・事故防止のため、包丁やなたを使う際には十分注意してください。 ・残飯や活動中に出たゴミは分別してゴミ置き場へ持って行ってください。 ・ゴミ袋は西郷村指定のものを使用してください。売店でのご購入も可能です。			

(3) ③うどん打ち

概要	仲間と楽しく協力しながらうどん作りをすることによって、日本の食文化に触れることができます。手打ちうどんの美味しさは、滑らかな舌触りと喉ごし、温かみと優しい弾力感、それに小麦粉特有の旨味と風味にあります。うどん本来の美味しさを味わってみてはいかがでしょうか。			
ねらい	・ 自然の中で食事を作ることの楽しさを味わい、相互理解や協力の精神を養います。 ・ 小麦粉を混ぜたりこねたりし、麺にするまでのプロセスを学びながら、調理の技能や食事のマナーを養います。			
条件	対象	小学生～	人数	50名程度
	時期	5月～10月	実施の判断	—
準備物	自然の家 団体 個人			
	☐ 麺台 ☐ 麺棒 ☐ ボウル ☐ ザル ☐ お玉 ☐ 計量カップ ☐ 計量スプーン ☐ 麺切り包丁 ☐ こね鉢 ☐ 食器（はし、皿） ☐ 鍋 ☐ 食器用中性洗剤 ☐ スポンジ、金たわし ☐ 布巾、台拭き ☐ 厚手のビニール袋（90リットル程度） ☐ ゴミ袋 （西郷村指定、売店で購入可） ☐ エプロン ☐ 三角巾 ☐ マスク ☐ 汚れてもよい服装			
活動の流れ （3時間）	【準備】 ・ 団体引率者を対象に職員より準備から片付けまでの流れの説明を受けます。 ・ 団体内で「計画」→「準備」→「調理」→「食事」→「片付け」までの流れを共有し、活動を始めます。 ・ 売店で、食材を受け取ります。 ・ 団体指導者立ち合いのもと、エコルーム2の倉庫から調理器具を取り出します。 【活動】 ・ 食器や調理器具の数を確認してから食器を洗います。 ・ 調理を開始します。 ※調理手順は別紙補足資料を参考 【実施後】 ・ 使用した食器や調理器具を洗い、テーブルごと（班ごと）に使用した食器や調理器具をテーブル上に並べます。 ・ 職員立ち合いの食器点検後に食器や調理器具を返却します。			
安全管理 留意事項	・ 衛生上の理由により、食材の持ち込みはご遠慮ください。 ・ 残飯や活動中に出たゴミは分別してゴミ置き場へ持って行ってください。 ・ ゴミ袋は西郷村指定のものを使用してください。売店でのご購入も可能です。			