もじ少年自然の家　野外炊飯の進め方（カレーライス）

**入所前準備**

□野外炊飯場（屋根付き）での実施可能な目安人数は50人までです。50人以上150人未満までの場合はキャンプファイヤー場で耐火レンガを組んでカマドを組み野外炊飯を行います。

□カレーを作る班を決めておきます。裏面に記載の係編成を行うと進行がスムーズです。

（施設の飯盒は5合(750g)炊きです。1人あたりのお米の提供量は昼食時120g　夕食時130g。1班の人数を昼食時は6名以下、夕食時は5名以下に設定してください）

□消耗品は持参となっています。以下の消耗品を持参ください。（革手袋は貸し出し可能です）

【軍手（綿100％）・食器用洗剤・クレンザー・ふきん・新聞紙・マッチ・ナイロン不織布タワシ（金たわしなど焦げ付いた鍋を洗うためのタワシ）】

□服装は基本的に長袖・長ズボンです。

※化学繊維を含むものは火の粉によって服に穴が空く場合があります。起毛した洋服は急激に炎上する可能性があり危険です。

□雨天等による野外炊飯

　 ※雨天でも実施可能な人数は50人までです。原則として班構成や調理する人員を絞るなどの変更を行い実施していただきます。

　 ※入所状況により野外炊飯の材料を用いて食堂で調理員がカレーを作り提供できる場合があります。その実施判断は前日の18時までです。

**活動前の準備**

□施設職員と食事数や食材・副菜の受け取り時間の確認を行って下さい。基本時間は下記の通りです。

　昼食時　 食材10：00　　副菜12：00

夕食時　　食材15：30　　副菜17：30

□調理に必要な道具を、野外炊飯倉庫から準備をしてください。倉庫内にカゴがあります。実施する班数分の調理器具をカゴに入れて準備を行います。包丁をカゴに入れると気づかず触ってケガをする恐れがあります。包丁は別途手渡してください。

**調理**

□係ごと活動に分かれます。分かれた場所ごと必要に応じた人数の指導者を配置してください。

□事前に職員と確認した時間になりましたら食堂で副菜を受け取ってください。

□鍋や飯盒は非常に熱くなります。軍手の上に革手袋を着用して触るようにしましょう。

**片付け**

□炭や灰は職員が片付けを行います。触らずにそのままにしておいてください。

□調理器具や食器を貸し出し前のように油分等の汚れを落としてください。特に直接火にかける鍋や飯盒は煤を綺麗に落としてください。

□食器や調理器具の洗い物が終わりましたら、点検を行います。職員にお声かけください。

□点検時は特に洗い残しの多い鍋と飯盒を職員が、それ以外は団体指導者の方に点検をしていただきます。洗い残しやススがないようチェックをお願いします。点検が終わった食器や調理器具は拭いて乾燥させてください。団体では倉庫に片付けを行わないでください。

□全ての洗い物が終わったら野外炊飯場の清掃を行ってください。洗い場に残飯が残ると野生動物が降りてきます。団体指導者で最終確認を行ってください。

□残った薪や薪用のカゴは薪置き場に返却してください。

□キャンプファイヤー場でカマドを組んだ場合は、革手袋を着用し、レンガが冷めていることを確認して、元の場所に片付けます。

班編制と係ごとの活動内容

飯盒係

かまど係

カレー係

・団体引率者から食器と調理器

具を受け取り洗う

・飯盒以外の洗った調理器具は

カレー係に渡す

・薪を薪置き場に取りに行く

・火ばさみや革手袋を準備する

（キャンプファイヤー場で実施する場合はカマドを組む）

・食堂に食材を受け取りに行く

・お米は飯盒係に渡す

・薪を組み、飯盒が届いたら火を熾す

・飯盒に米を入れて水で2～3

回洗う

・米の表面に中指をまっすぐ立てて

　第1間接まで水を入れる

・蓋をして火にかける

・沸騰して蓋が持ち上がる場合は

　蓋の上に重しを置く

・火ばさみ等で蓋の上を押さえて、

　グツグツとした感じが無くなり、飯

盒内の水がなくなったら完成

・飯盒係から調理器具を受け取る

・野菜と肉を切る

　（火が通りやすいように薄く）

・鍋に油を入れ、肉を炒める。

　次に野菜を入れ炒める。

・水を入れて煮立たせる。

・具材に火が通ったらカレールーを

入れる。

・ルーが溶けたら味見をして必要で

あれば水を足して調整し完成。

・火の管理を行う

・食堂に副菜を受け取りに行く

片付け

片付け

・食器や調理器具を洗う

・食器を乾かす

・食器や調理器具を洗い、食堂

からの食材・副菜提供に使用

したお盆や皿は食堂に返却する

・余りの薪やカゴを返却する

（キャンプファイヤー場の場合カマドを片付ける）

・ほかの係を手伝う