

活動名	カレーライス作り（野外炊飯）					
ねらい	○ カレーライス作り(カレー調理、飯ごう炊飯)の行程を通し、互いにかかわり合い、協力し合いながら完成させることで、みんなで作る喜びや達成感を味わうことができる。					
条件	場所 炊事棟 (雨天時は大屋根広場、ワークショップも有)		時間 2時間(天候、人数に応じて変更有)			
	対象 小学校高学年以上		人数 200人程度 カレー かまど用特大鍋1つ30人分 ステンレス深鍋1つ5人分 ご飯 飯ごう1つ5人分			
	時期 春～秋		天候 雨天時可(場所是要相談)			
提出物	書類 用具貸出票、食事等注文票					
準備物	貸出 ☐ ドラム缶コンロまたはカセットコンロ 七輪、バーベキューコンロも利用可 ☐ 包丁 ☐ まな板 ☐ ピーラー ☐ 菜箸 ☐ おたま ☐ しゃもじ ☐ 鍋しき ☐ 鍋(かまど用特大鍋かステンレス深鍋) ☐ 飯ごう ☐ 水量ケージ ☐ 棒		団体準備 ☐ 食材 ☐ 炭またはカセットボンベ ☐ うちわ ☐ ハンドソープ ☐ 紙皿 ☐ スプーン ☐ がんこたわし ☐ スポンジ ☐ 台所用洗剤 ☐ ふきん ☐ ごみ袋大小 ☐ ペーパータオル			
			個人準備 ☐ 軍手 ☐ エプロン ☐ 三角巾 ☐ ハンカチ ☐ マスク			
展開	事前 1 場作り(活動場所の確認、道具の配置) 2 事前説明(活動内容や手順、注意点の確認) 3 食事場所の確認(炊事棟A前テーブル 6人掛け×21 炊事棟B前テーブル 6人掛け×21) 4 後片付けの仕方の確認(ごみの分別処理、貸し出し用具の返却、残飯拾い、テーブルと流しの復元)					
	活動 30人分をドラム缶コンロとかまど用特大鍋、飯ごうで調理する場合					
	流れ	カレー調理	飯ごう炊飯	まんたらめ貸出	団体準備	個人準備
	1 炭おこし	①火の根元をあおぎ、炭全体に火がまわるようにする。(まんたらめ職員の助言有)		☐ ドラム缶コンロ	☐ 炭9kg ☐ うちわ	☐ 軍手
	2 煮炊きの下準備	②ジャガイモ、ニンジン、タマネギの皮をむき、一口大に切る。	②飯ごうで米をといだあと、適量の水を加える。(水量が適切か水量ケージを使って確かめる。)	☐ 包丁 ☐ まな板 ☐ ピーラー ☐ 飯ごう ☐ 水量ケージ ☐ かまど用特大鍋	☐ 食材 ☐ ハンドソープ ☐ ごみ袋小 (二重にする)	☐ エプロン ☐ 三角巾 ☐ ハンカチ ☐ マスク
	3 煮炊き	③ ジャガイモとニンジンを煮る。 ④ たまねぎと肉を加えて煮る。 ⑤ ルーを加え、仕上げる。	③飯ごうに水と米を入れ、火にかける。 ④蓋が浮いてきたら蓋を棒で押さえる。 ⑤湯気がでなくなったら火から下ろす。	☐ おたま ☐ 菜箸 ☐ 棒	☐ うちわ	
	4 食事	⑥皿に盛り付け、いただく。		☐ しゃもじ ☐ 鍋しき	☐ 紙皿 ☐ スプーン	
事後	後片付け					
	流れ			団体準備		
	1 飯ごう、鍋等の貸し出し用具を返却する。 ・汚れをしっかりと落とす。 ・水気をペーパータオルで拭き取る。 ・職員の点検を受け、返却する。			☐ 台所用洗剤 ☐ がんこたわし ☐ スポンジ ☐ ペーパータオル		
	2 流しや三角コーンの残飯、地面に落ちた残飯を確実に拾う。			☐ ごみ袋大		
	3 使用したテーブル、流しまわりをふく。			☐ ふきん		
安全管理	☐ ケガ対応 ☐ 火傷対応 ☐ 食物アレルギー対応 包丁 ドラム缶コンロ(カセットコンロ) 飯ごう 鍋					
配慮事項	・食材調達や炭おこし、炭の片付けは、当センター職員に要相談。 ・30人分を1つのドラム缶コンロで調理する場合、炭は9Kg程度で1時間ぐらいの燃焼を確保する。 ・食材の鍋へのこげ付きを防ぐため、カレーは炒めずに煮込む。 ・カレーの水分量は、鍋に入れた具材が水にかくれる位にして煮込む。 ・飯ごうの汚れをとりやすいように、ご飯を盛り付けた後、飯ごうに水を入れ、火にかけておく。					

野外カレーライス作りの様子



ドラム缶コンロに炭火をおこします。



米とぎ。1つの飯ごうで最大5人分炊くことができます。



特大鍋1つ、飯ごう6つで30人分の調理が可能です。



煮えて浮き上がってくるふたを、棒で押さえます。



カセットコンロを用いてのカレー作りも可能です。



バーベキューコンロを用いて、班ごとの炊飯も可能です。



野菜の皮むきやカットは炊事棟が各テーブルで行います。



飯ごうのフタに研磨洗剤で番号を書き、区別します。



煮炊きの間に洗い物をしています。



たっぷりできました。おこげもおいしそうです。



雨天時は大屋根広場で煮炊きできます。
七輪の炭火も利用できます。



ごみは、燃やせるごみと生ごみに分別します。