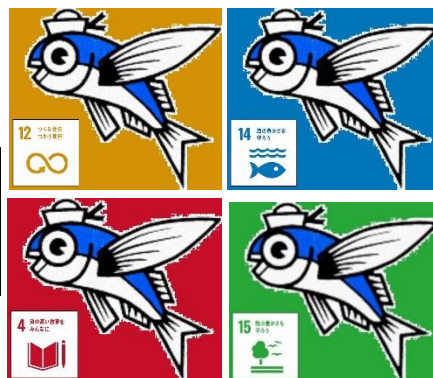


時 期	年間通して	時 間	半日程度
難易度	★☆☆	対 象	どなたでも



野外炊事（FC）



岩の沢野外炊事場



島の越野外炊事場



夕日の広場



＜活動の概要＞

若狭湾の自然の中で、仲間と一緒に作る楽しさ、食べる楽しさを体験できる活動です。手順や段取りを確認したり、役割分担をしたりする中で、協力の大切さに気付いたり、火の取り扱い、包丁、鉋（ナタ）などの刃物の安全な使い方を学んだりすることができます。

【岩の沢野外炊事場】常設かまど 16 基、水道蛇口 16 個、机 16 台、3 人掛け椅子 32 台

【島の越野外炊事場】常設かまど 12 基、水道蛇口 16 個、机 10 台、3 人掛け椅子 22 台

【夕日の広場】移動式かまど 14 基、水道蛇口 12 個

独立行政法人国立青少年教育振興機構

国立若狭湾青少年自然の家

活動のねらい

- 大自然を感じながら食事を作る楽しさや、苦労して作った食事のおいしさを感じる。
- リーダーシップ、役割分担など、集団生活に生かせる力を高める。
- 準備、後始末まで責任を持って行い、物や公共を大切にする気持ちを高めると共に、安全に対する意識を高める。

準備物

自然の家で準備しているもの 【岩の沢食器保管庫】		自然の家で準備しているもの 【島の越食器保管庫】	
鉄板	16枚	鉄板	12枚
カレー鍋	20個	カレー鍋	14個
カレー鍋ふた	20枚	カレー鍋ふた	14枚
ご飯鍋	20枚	ご飯鍋	14個
ボール	35個	ボール	25個
ざる	20個	ざる	14個
包丁	32本	包丁	15本
しゃもじ	20本	しゃもじ	14本
おたま	20本	おたま	14本
こて	20本	こて	14本
まな板（大）・（小）	各種20枚	まな板（大）・（小）	各種15枚
皿・小皿・おわん	各種200枚	皿・小皿・おわん	各種100枚
フォーク・スプーン	各種200本	フォーク・スプーン	各種100本
計量カップ	20個	計量カップ	14個
めん棒	20本	ピーラー	12本
ピーラー	16本		
自然の家で準備しているもの【場所】		団体（個人）で準備するもの	
無線機	【事務室】	軍手	ポリ袋
岩の沢食器保管庫（カギ）	【事務室】	ふきん	箸
島の越食器保管庫（カギ）	【事務室】	菜箸	新聞紙
やかん	【事務室】	うちわ	
鉋（ナタ）	【事務室】	※マッチまたはチャッカマン	
薪割り台	【各野外炊事場】	※スポンジ	※たわし
火ばさみ	【各野外炊事場】	※クレンザー	※割りばし
※薪	【各野外炊事場薪置き場】	※は販売しておりますので、食堂事務室で、購入することができます。	
※食材	【食堂事務室】		
※は販売品になりますので、事前に必要数を注文してください。		海洋環境の保護の為、中性洗剤・合成洗剤は使用しないでください。	

野外炊事の用具について

岩の沢 食器保管庫



※鍵は事務室へ

島の越 食器保管庫



※鍵は事務室へ



※1班一8人を基本に考えていますので、必要に応じて、数を増減させてください。



皿	8	ピーラー	1
小皿	8	計量カップ	1
おわん	8	スプーン	8
しゃもじ	1	フォーク	8



カレー鍋	1	ボール	1
カレー鍋蓋	1	ざる	1
ご飯鍋	1	包丁	2
おたま	1	まな板	2



※2種類カゴがあるので、希望に応じて使用してください。



その他（一覧）



鉄板



こて



めん棒



鉋



やかん



火ばさみ



薪割り台



薪

手順

事前準備

- 野外炊事のメニュー・薪を注文してください。注文は利用開始日の1ヶ月前までです。
なお、薪は当日に申請していただいても可能です。（持ち込みも可能です）
【食数・クラフト等注文書】をご提出ください。
- 1班の人数を、8名程度で編成し、あらかじめ役割を分担し、各役割が行うことを決めておく
とスムーズに活動に入れます。

＜役割分担の例＞

	用具係	食材係	薪・かまど係
主な内容	メニューに合わせて使う 道具を考え、道具の保管 場所、必要数をあらかじ め調べておく。	メニューの食材や調理手順 を考え、切り方や水加減な どをあらかじめ調べてお く。	薪の置き場を確認し、鉈 の扱い方、薪の割り方、 火のつけ方などをあらか じめ調べておく。

活動前

- 入所手続きの後に、食堂事務室にて食数等の確認を行ってください。
- 活動前に、自然の家事務室に来てください。食器保管庫のカギ、無線機、なた、やかん等を
貸し出します。また、留意点をお伝えします。
- 各団体の担当で、野外炊事の説明を参加者に行ってください。
**※施設職員から全体への説明は致しませんので、ご了承ください。なお、事前にご相談いた
だければ、説明資料等で対応させていただきます。**

活動中

- 鉈（ナタ）の取り扱い、火気に十分注意して、活動を行ってください。
- 何かご不明な点等があれば、無線を使用して、自然の家事務室と交信をしてください。
- 調理した食事のサンプルは、袋に入れて、活動後に食堂事務室へお持ちください。

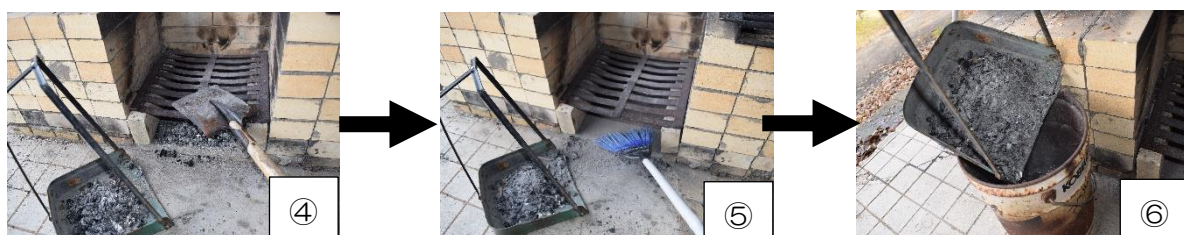
活動後

- 食器等の洗い：海洋環境の保護の為、中性洗剤や合成洗剤は使用せず、石鹸やクレンザーを
使ってください。また洗い後は、ふきん等でしっかり拭いてください。
- ゴミについて：活動で生じたゴミは、付属の袋に入れて本館の指定場所へ捨ててください。
- かまどの片付け：薪は完全に燃やし切ってください。【岩の沢野外炊事場】は、残灰をペー
ル缶に捨て、【島の越野外炊事】は、トイレ横の灰捨て場へ捨て、【夕日の広場】は、本館の
灰捨て場にあるペール缶に捨てて下さい。その後、水で完全に鎮火させてください。
※かまどには、絶対に水をかけないでください。耐火レンガが割れてしまいます。
- 調理器具・食器の数を確認し、食器保管庫へ返却し、滅菌ボタン（運転・オート）を、押し
て、食器保管庫を施錠し、自然の家事務室へ返却してください。
※次に利用する団体のことを考え、指導者の方でしっかりと点検を行ってください。

かまどの片付け



薪はできる限り、燃やし切ってください！



残灰は、火ばさみ等を使用して取り除き、パール缶に入れてください！



パール缶に水を入れて、消火してから、灰捨て場に捨ててください！

なお、グレーチング（鉄の溝蓋）には、水をかけないでください！

ふりかえりの視点

- 自然の中で食事づくりを行う中で、どんなことを感じましたか？
自然について感じたこと・気づいたことを共有しましょう。
- グループ毎に、協力して活動を進めることができましたか？
活動を通して仲間と協力し理解し合えた点について共有しましょう。
- どんなことに気をつけながら活動を進めましたか？
安全に気をつけることができた点について共有しましょう。

指導上の留意点

- 食材の持ち込みは、食品衛生上の理由により、ご遠慮いただいております。
- 薪は、1班・8人で1～1.5束が目安です。束ねてあるビニールの輪は、活動終了時または精算時に食堂事務室へお持ちください。
- 軍手を使用する際は、必ず木綿の手袋または革手袋を使用してください。ゴムの滑り止めが付いているものは、火傷の恐れがありますので使用しないでください。
- 次の利用団体も同じものを使用します。片づけの際は、特に丁寧に指導していただきますよう、お願いします。
- 鉋（ナタ）をはじめ、包丁、火気を使用する活動です。怪我等の内容、細心の注意を払っていただきますよう、お願いします。

活動場所

岩の沢 野外炊事場



岩の沢 食器保管庫



薪置き場



島の越 食器保管庫



島の越 野外炊事場



薪置き場・灰捨て場



外灯・コンセント



夕日の広場



野外炊事等での薪の割り方について（2人で薪割り）

国立若狭湾青少年自然の家

薪は、太いままでは、火が付きにくいです。そのため、なたで薪を割って細かくしていきます。安全に行うためにも、ぜひ2人で協力しながら割りましょう。

薪を割るための役割分担

「なたを持つ人」と「薪でなたをたたく人」の役割分担をする。

「なたを持つ人」

- ◆なたを持つ手は素手。
- ◆薪を持つ手は軍手を2重。

「薪でなたをたたく人」

- ◆軍手を両手にする。
- ◆少し太めの薪を選ぶ。



最初は軽く
たたきましょう！

- ①「なたを持つ人」が、なたを割ろうとする薪の上に当てる。
- ②「薪でなたをたたく人」が、手に持った薪で、なたの背をたたいて割ろうとする薪に食い込ませる。

ポイント

- ◆“ふし”のある薪を割ることはできません！
- ◆薪をよく見て、ふしの無いものを選んでください。



ふしがある薪はたたく方にお使い！

←これが“薪割り台”



この部分

- ③ なたの背が薪よりも下に入ったら、薪から出ているなたの背をたたく。
- ④ なたが薪割り台に着くまで、しっかりとたたきましよう。

割り箸くらいの太さに細く割る時は、特に慎重にやさしくたたきましよう！

薪は、1班につき、1.5束程度とを考えてください。
1束の3分の1程度を3種類の太さに割ります。



割り箸くらいの太さ。



割り箸くらいの太さの半分は、長さを半分くらいにすると扱いやすい。



1～2センチ角くらいの太さ。3～4センチ角くらいの太さ。



ポイント

- ◆割り箸くらいの太さの薪は、太い薪2～3本分で十分です。
- ◆なたを使わないときは、薪割り台に刺しておくか、早めに片付けましよう。



ポイント

- ◆モノが燃えるために必要な3つの要素は、
①空気
②燃えるモノ（新聞や薪）
③一定の温度（マッチやライター）です。
- ◆大きな薪をサイドに置き、真ん中に新聞紙を丸めて置きます。その上に細かい薪から順に置いていくと火が着きやすくなります。



◆指導者が見えないときに、なたを使っている怪我が多いです。必ず引率者が見ていてください。

~×モ~