

野外炊事実施当日の流れ

ふれあいの村に到着してから、野外炊事までの流れを説明します。指導者の人数に合わせた対応をしてください。

開始時間の打合せ	① オリエンテーションの時間の打合せ 入村手続きの際に、野外炊事オリエンテーションの開始時間を決めます。
食堂での打合せ	② 食堂での打合せ 食堂事務所にて、宿泊に伴う食事の時間・人数を確認し、食券を受け取ります。
オリエンテーション	③ オリエンテーション（およそ15分） 野外炊事を行うための④ ⑤ ⑦の説明をします。
炊事の準備	④ 炊事の準備（およそ20分） <ul style="list-style-type: none">■ 野外炊事倉庫より 調理器具の準備【ザル・ポウル・鍋・やかん】 ※指導者が事前準備することも可能です。■ 第1薪倉庫より 薪の運搬 ※ケガ防止のため、必ず軍手をしてください。■ 食堂 配膳室より 食材の運搬【食材・包丁・まな板・食器類】 ※炊事が始まる前に運ぶと、時間短縮になります。 ※カラスによる食材の盗難が多発しています。食材から目を離さないでください。 ※包丁は、指導者に個数を確認してもらったうえで、まとめてお渡しします。
調理	⑤ 調理（メニューに応じた時間） <ul style="list-style-type: none">■ 調理の際に出るゴミは、生ゴミ（残飯含む）とそれ以外のゴミで分けてください。 ※ゴミの回収は食堂が提供したもののみ※お肉はすでにカットされています。食中毒防止のため、切らないでください。■ 薪についているタガ（針金）は転倒防止のため“タガかけ”にかけてください。
食事	⑥ 食事（子どもたちの様子に応じて…およそ30~40分）
片付け	⑦ 片付け（およそ30分） <ul style="list-style-type: none">■ 調理器具の洗い物と返却■ かまどに残った炭や灰の処理■ 食堂への貸出品の返却
	⑧ 安全について <ul style="list-style-type: none">☆ 身を守るための軍手の着用方法 ※滑り止め付きの軍手は、原則使用しないでください（滑り止め部分が熱で溶けるため）。 やむを得ず使用する場合は、左右反対（滑り止め部分を手の甲側）にして着用ください。 ※鍋や鍋ふたは熱くなるので、軍手は二重、三重にすると熱さが軽減されます。 ※濡れてしまった軍手は着用しないでください。水蒸気でやけどをします。

切り傷・やけどに
注意！

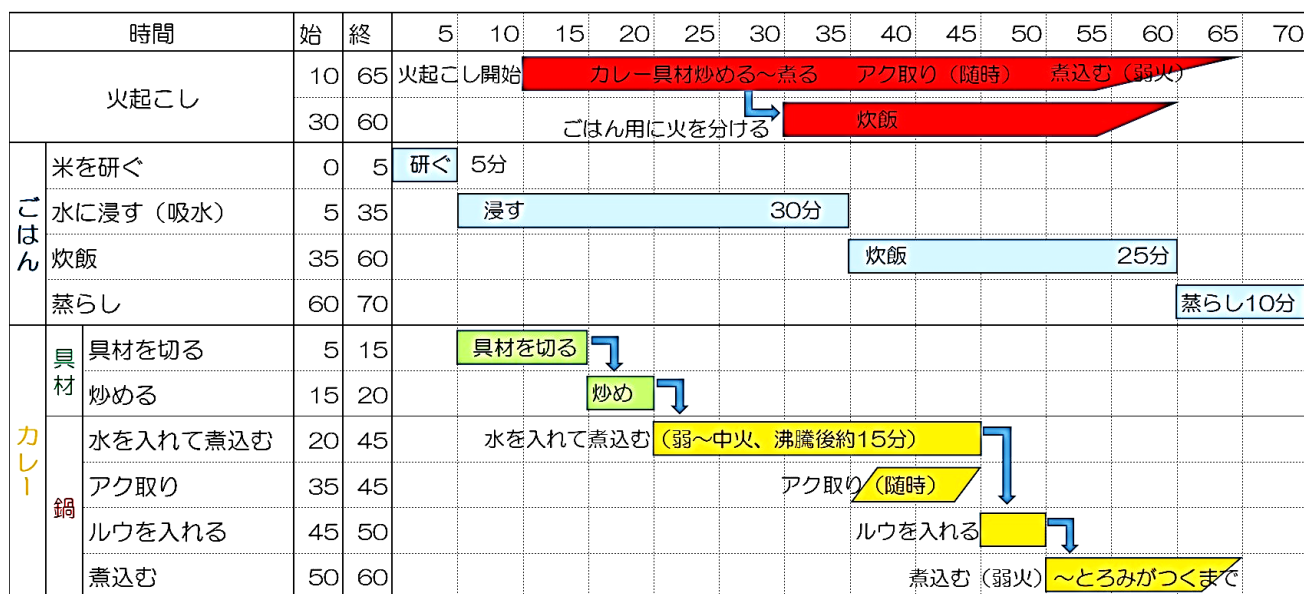
やけどに注意！

野外炊事の実際

ガントチャート^{*1}を利用して、野外炊事におけるカレー作りと炊飯を例に、調理の工程と流れを可視化しました。実際には、調理に入る前に、バタ薪・食材の運搬・調理器具の準備等にも時間がかかります。また、調理をする班の編成人数によっても、時間が変わってきます。

^{*1} ガントチャートとは、プロジェクト管理や生産管理などで工程管理に用いられる表の一種で、作業計画を視覚的に表現するために用いられる。棒グラフの一種でもあり、横棒によって作業の進捗状況を表す。

カレー作りのガントチャート（例）



★よくある質問とポイント

- Q. 火をつけるタイミングはいつ？
⇒カレーの具材を切り終わるくらいで火をつけると、薪を無駄に消費することなく調理できます。
- Q. かまどの個数は？使い方は？
⇒かまど1基で2つの鍋が利用できます。火をうまく管理することによって炊飯とカレー調理が可能です。
- Q. 包丁が無いんですけど・・・
⇒食材受け取り時に、指導者に包丁の個数を確認してもらい、まとめてお渡しします。
- Q. カレーは煮る？炒める？
⇒どちらでも大丈夫です。お好みの調理方法でお楽しみください。
- Q. お米の水分量ってどれくらい？
⇒お米を研いだ後、人差し指の先をお米につけて、第1関節の線辺りの水分量が適量です。
しっかりと水に浸ける（浸水）ことも重要です（通年で30分程度が目安）。
- Q. お米は何分炊けばいいですか？
⇒強火で一気に沸騰させたあと、弱火で10～15分が目安です。焦げないように火の強さを調整しましょう。
蓋を開けて確認してもOKです。
- Q. やけどの応急手当て
⇒部位をすぐに冷やすことが重要です。まずは流水で10分程度冷やしてください。
程度や状況に応じて医療機関の受診をしてください。