

防 災 炊 飯



1 活動のねらい

災害にあったとき、雨つゆをしのぐ場づくりと、防災食を協力して準備することで、自助・共助の意識を高め、よりよい人間関係をつくる機会とします。

2 活動の概要

- ・協力してタープを設置して食事の場所をつくります。
- ・薪・かまどを用いて火をおこしてお湯を沸かし、耐熱ポリ袋を用いてご飯を炊き、カレーを作って（又はレトルトカレーを温めて）食事をします。



3 人数・場所・時間

- (1) **人数** 野外炊事場 4～80名（1班2～4名、班数は20班まで）
 曲り家野炊場 4～24名（1班2～4名、班数は6班まで）
- (2) **対象** 年齢は問いません。
- (3) **期間** 4月下旬～10月31日
- (4) **時間** レトルトカレーの場合3時間半（タープ設営・撤去を含む）
 カレーを調理する場合4時間半（ // ）
※活動時間 9：00～19：00まで
 昼食または夕食での実施（朝食対応はなし）
- (5) **場所** 野外炊事場（キャンプ場野外炊事場・南部曲り家野外炊事場）
 ※雨天でも実施となります。（雨避け用のテントが常設されています）



4 準備する物



区 分	内 容	備 考																						
団 体	<ul style="list-style-type: none"> ・食器用洗剤 ・クリームクレンザー ・スポンジ ・たわし（ナイロン、ポリエステル不織布が望ましい） ・焚き付け用の新聞紙又は牛乳パック等 ・マッチ ・うちわ ・ラップ ・新聞紙（紙皿作成用） ・ふきん、ペーパータオル等（最低一人一枚：後片付けの拭き取り用として多めに準備） 	<ul style="list-style-type: none"> ・<u>食材持ち込みは不可</u>（食中毒予防のため） ・ラップはお皿にかぶせて使用する 																						
個 人	<ul style="list-style-type: none"> ・軍手（ゴムなし、厚手） ・野外活動にふさわしい服装 ・雨具等 ・レジャーシート ・500mLの空ペットボトル2本 	<ul style="list-style-type: none"> ・雨具はポンチョ不可 																						
食 堂	<p>(1) 防災炊事メニュー</p> <table border="1" style="margin-left: auto; margin-right: auto;"> <thead> <tr> <th colspan="2">メニュー</th> <th>金額</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td rowspan="2" style="text-align: center;">カレー セット</td> <td>カレー(耐熱ポリ袋使用)</td> <td style="text-align: right;">700</td> </tr> <tr> <td>無洗米(耐熱ポリ袋使用)</td> <td style="text-align: right;">円</td> </tr> <tr> <td rowspan="2"></td> <td>レトルトカレー</td> <td style="text-align: right;">500</td> </tr> <tr> <td>無洗米(耐熱ポリ袋使用)</td> <td style="text-align: right;">円</td> </tr> </tbody> </table> <p style="text-align: center; font-size: small;">※材料については、「利用の手引き」P14をご参照ください。</p> <p>(2) 薪</p> <table border="1" style="margin-left: auto; margin-right: auto;"> <thead> <tr> <th>種 類</th> <th>金 額</th> <th>備 考</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>焚き付け用薪</td> <td style="text-align: right;">1束300円</td> <td style="text-align: center;">1班で1束</td> </tr> <tr> <td>炊事用薪</td> <td style="text-align: right;">1束600円</td> <td style="text-align: center;">1班で1束</td> </tr> </tbody> </table>	メニュー		金額	カレー セット	カレー(耐熱ポリ袋使用)	700	無洗米(耐熱ポリ袋使用)	円		レトルトカレー	500	無洗米(耐熱ポリ袋使用)	円	種 類	金 額	備 考	焚き付け用薪	1束300円	1班で1束	炊事用薪	1束600円	1班で1束	<ul style="list-style-type: none"> ・食事数の変更は、<u>利用日の7日前17時まで</u>。 ・「米」は1食あたり約120g（0.8合）。 ・生肉の代わりにツナ缶を使用。 ・炊飯、調理、片付けまで、4Lの水（500mLのペットボトルに8本分）で行います。できるだけ少ない水の量で炊飯に挑戦します。
メニュー		金額																						
カレー セット	カレー(耐熱ポリ袋使用)	700																						
	無洗米(耐熱ポリ袋使用)	円																						
	レトルトカレー	500																						
	無洗米(耐熱ポリ袋使用)	円																						
種 類	金 額	備 考																						
焚き付け用薪	1束300円	1班で1束																						
炊事用薪	1束600円	1班で1束																						

区分	内容				備考
交流の家	(1) 基本セット		(2) 調理器具セット		<ul style="list-style-type: none"> 基本セット、調理器具セットは、セットしてある物を管理棟食器庫よりお持ちください。 野外調理器具等は、管理棟保管場所よりお持ちください。 <p>※グループ毎に必要な数を食器棚よりお持ちください。</p>
	炊事用具	数量	炊事用具	数量	
	ポール	1	カレー用鍋	1	
	ざる	1	ご飯用鍋	1	
	食器(皿)	8	包丁	2	
			まな板	2	
			ピーラー	1	
	(3) 野外調理器具等				
	移動式かまど	2	計量カップ	1	
	十能	1	トンク	1	
ほうき	1	ダブルクリップ	1		
火ばさみ	1	タープ	1式		
<p>ファイヤースターターを用いての着火も可能です。</p> <p>タープ1式：ブルーシート1枚、ポール2本、ロープ10本、ペグ10本</p>					

5 引率者の役割

項目	内容
全体指導	時間管理や全体の状況把握を行い、必要な指示をする。
炊事指導	食材や食器の準備や後片付け、火の安全管理やごみ処理等を行う。

6 活動の流れ・交流の家職員の役割

活動の流れ	利用団体の動き	交流の家職員の役割
食材の依頼	① 「食数票」(食材と薪の注文)	・利用申込書と同時に提出
準備	① 食材・薪の受け取り(レストラン外受取口・薪置き場) ② 野外炊事場へ移動し、 <u>職員からのタープ設営の説明を受ける</u> (希望による)	<ul style="list-style-type: none"> 食材：レストラン職員/薪：団体 安全管理やタープの設営についての説明
タープ設営	① 班ごとにタープの設営を行う ポール、樹木などを活用し、創意工夫して設営	<ul style="list-style-type: none"> 炊事の進め方についての説明
準備	① <u>職員からの防災炊事の説明を受ける</u> (希望による) ② 食器セット、炊事用具の準備	<ul style="list-style-type: none"> 炊事用具の貸出
炊事	① 食器、炊事用具等を洗う ② 火おこし(食材の準備状況を考慮しながら) ③ 調理・紙皿づくり ④ タープの下で食事をとる	 
後片付け	① 食器、炊事用具等を限られた水で洗う ② かまどの灰の処理 ③ 食器セット等の点検を受ける ④ 食器セット等の返却 ⑤ タープ等の点検・返却 ⑥ 炊事場、トイレその周辺の清掃 ⑦ ゴみの処理(食材等のゴミは野外炊事場ゴミ置き場、持参したもののゴミは持ち帰り) ⑧ 検食を食堂に提出	<ul style="list-style-type: none"> 食器セット等返却時の点検(洗い方、数量等) 消火の確認 <p>(注) 19:00以降に終了する場合は、明朝の点検をお願いする場合があります。</p>

7 実施上の留意点

- 野外炊事場には、雨避けテントが常設されているため、雨天でも実施が可能です。
- 雷活動度が2以上のとき、風速10m/s以上のときは、一時避難していただくことがあります。
- 食材の水洗いや事前の手洗い、十分な加熱等、衛生面に十分留意し食中毒防止に努めてください。
- 刃物(ピーラー含む)や火の取り扱い等、安全と事故防止に十分注意してください。