


活動名		カレーライス				
概要	○羽釜でご飯を炊き、鍋でカレーをつくる。					
ねらい	○野外炊飯の基本的な知識を身につける。 ○班で仕事の分担を決め、協力して作業を進める。 ○薪を使い、羽釜での炊飯活動を体験することにより、先人の知恵と技術を学ぶ。					
関連教科等	家庭・理科・社会・総合					
指導形態	①自主活動で実施、②職員は活動の説明のみ行う、③職員が指導を行う					
時期	通年	時間帯	昼・夕		対象	高学年～
場所	第1炊飯場 第2炊飯場	人数	7人～ 班編成12班以内 (普通鍋7～14人/1グループ) (15人以上は大鍋)		所要時間	3.5～4.5時間
準備物	施設で準備できるもの			団体・個人で準備するもの		
	食材一式、炊飯用具一式、割木、運搬用リヤカー等			軍手、タオル		
進め方・展開例						
内容				留意点		
活動前	○事務室で打ち合わせを行う。 ・ねらいの確認 ・班の数、役割分担、活動の進め方 ・食材、ランプの灯の運搬について			○職員の指導が活動の説明のみの場合は、説明後の進め方、片づけ方を確認する。		
活動の説明	○各班で仕事の分担を決める。 (カレー係・ごはん係・かまど係) ○食材の搬入、及び食器の数を確認する。 ○係別に活動開始する。			○食材を運ぶ人数は各班1～2人。 ○用具の使い方やご飯の炊き方等を説明する。 ○説明の間に食材分配作業をする。 (大人の方で) (米→羽釜に均等配分) ○包丁は指導者が配布、回収する。 準備物、安全面は活動プログラム資料P52～53,P57を参照		
展開	○かまどの作業。 ○米とぎの作業。 ○野菜・肉の下準備の作業。 ※作業手順は活動プログラム資料P52～57を参照 ○食事 ○片づけ…活動プログラム資料P58～60を参照 ・羽釜、鍋の外側は、流し場で亀の子タワシで洗う。内側は、米やカレーの汚れが残らないようにスポンジできれいに洗う。 ・食器は新聞紙で拭き取ってから洗い、食器ふきで水分をふきとる。 ・数をそろえる。 ・かまどを掃除する。 ・炊飯場を掃除する。 ・食堂の用具は食堂に返納する。			○必ず指導者がつく。 ○焚き付けは周辺の枯れ葉、枯れ枝でもよい。 ○包丁は数を確認する。 (使い終わった時点で早めに片づける) ○デザートとしてゼリーを配る。 ○中身がないことを確認してから洗う。 ○用具一式は、汚れが残っていないかと、数がそろっているかを点検表で確認し返納する。		
まとめ	○活動を振り返りながら、楽しく食事をする。 ○難しかったところ、工夫したところ、感想などを発表する。 ○野外炊飯活動の楽しさと、マナーの大切さについてふれておきたい。					
評価	○野外炊飯の基本的な知識を身につけることができたか。 ○班で分担を決め積極的に協力し、楽しく意欲的に活動ができたか。 ○炊飯活動を通して先人の知恵と技術を学ぶことができたか。 ○注意事項等を、しっかり聞いて守ることができたか。					
発展	○石やブロックを使い、自分たちでかまどづくりから始めることも生きた体験となる。 (耐火レンガを使ったかまどづくりは第2炊飯場で体験できる。)					

# 全体の流れ ~カレー炊飯~

カレー係:⑤

ごはん係:②

かまど係:③

カレー炊飯の説明をきく!

かまどの用具・食器・食材をじゅんびする!

カレーの  
食材を切る

お米とぎ  
お茶準備

火を起こす

かまどで  
カレー作り

かまどで  
ごはん炊き

火力を  
調節する

カレーの  
☆完成☆

ごはんの  
☆完成☆

カレー係に  
バトンタッチ

## テーブルまわりの準備

できあがり♪ いただきま〜す♪

かたづけをする (食器洗い・かまどのそうじ・スス落とし)

# テーブルまわりの準備 ~カレー炊飯~

①使う食器を洗い、食器ふきでふく



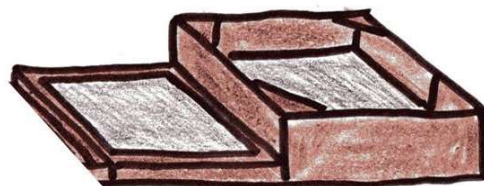
【ワンポイント☆アドバイス】

- ・これから使う食器だけでなく、使った後の食器も洗い残しがあれば、洗おう!
- ・テーブルの上の台ふきや、テーブルの下にゴミが落ちてないかもチェックしよう!

②はがま・なべを置く台を用意する

テーブルの下に置いてあるよ♪

テーブルにピッタリはまるよ♪



③できあがったら、すぐに食べられるようにテーブルの準備をしておく

【ワンポイント☆アドバイス】

- ・ゼリーや、ふくじん漬け、カレー皿、スプーン、コップなど、何を準備すればよいか考えてみよう!

じゅんぴ ~カレー炊飯~

# テーブルに準備するもの



## 【ごはん係が準備！】

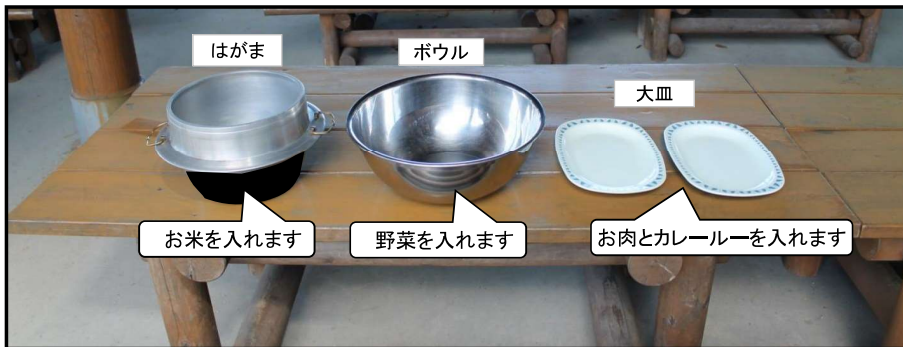
- はがま
- はがまのふた
- やかん
- やかんのふた
- はがま、なべを置く台



## 【カレー係が準備！】

- なべ
- なべのふた
- まな板 (必要な枚数)
- へら
- 緑のコンテナ  
(自分の班の番号のコンテナを取る)
- 食器ふき

※下の写真のものを食材分けに使うよ♪

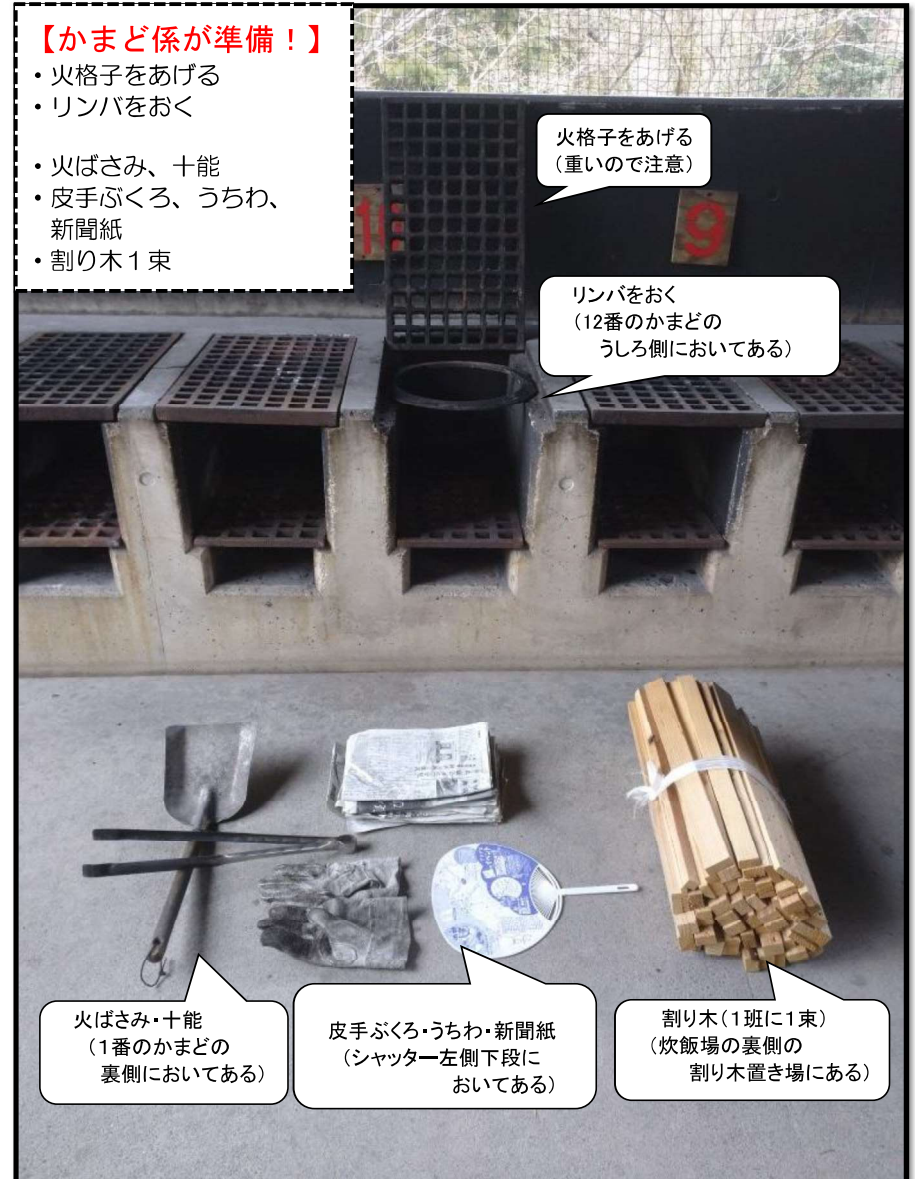


じゅんぴ ~カレー炊飯~

# かまどに準備するもの

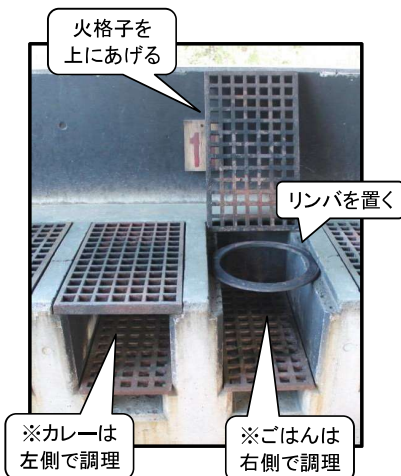
## 【かまど係が準備！】

- 火格子をあげる
- リンバをおく
- 火ばさみ、十能
- 皮手ぶくろ、うちわ、新聞紙
- 割り木1束

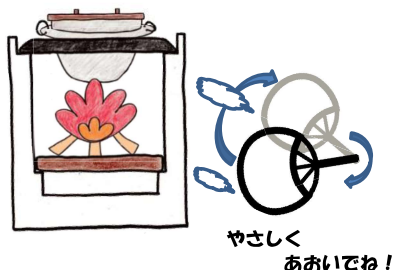


# かまど係 ① ~カレー炊飯~

## ①かまどの準備をする



## ②火をおこす



※やけどに注意！！

- ・火をつけるとき
- ・かまどで火を大きくするとき

(『安全について』を見ること！)

### [ワンポイント☆アドバイス]

・火をおこすポイントは「**空気**」が通るようにすること！

⇒新聞と木をどう置いていけば、空気が通るかな？

⇒「新聞」「細い木」「太い木」

    どれが1番先に火がつきやすいかな？

⇒炎は上に上がるのかな？下に下がるのかな？

# かまど係 ② ~カレー炊飯~

## ③火力を調節する



※やけどに注意！！

- ・木をかまどに入れるとき
- ・燃えた木を動かすとき

(『安全について』を見ること！)

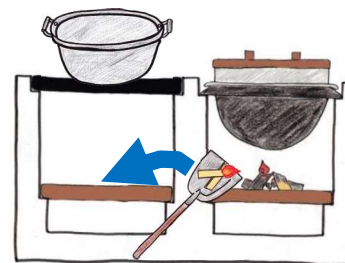
### [ワンポイント☆アドバイス]

・火力調節のポイントは「**空気**」が通るようにすること！

⇒木をどう置いていけば、空気が通るかな？

⇒どこをうちわであおぐと、炎が大きくなるかな？

## ④ご飯ができたなら、火をとなりのかまどにうつして、カレー調理の準備



※やけどに注意！！

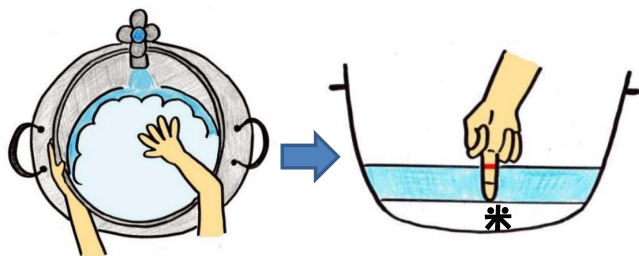
- ・火をとなりにうつすとき

(『安全について』を見ること！)

## ⑤カレー係にマキの入れ方や火力の調節方法を伝えて、ボタンタッチする

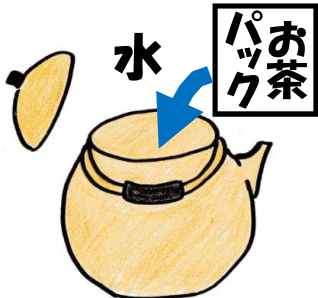
# ごはん係 ① ~カレー炊飯~

①お米をといで、水を入れる



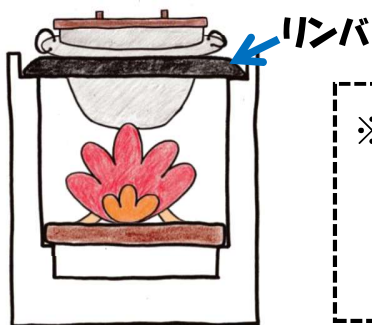
**[ワンポイント☆アドバイス]**  
 ごはんの  
 水の量は  
 中指の第2  
 関節まで!

②お茶の準備をする



※お茶は水出しです♪  
 やかんにお茶パックと水を入  
 れて、テーブルに置いてお  
 きましょう♪  
 お米とぎと分担するとい  
 いよ♪

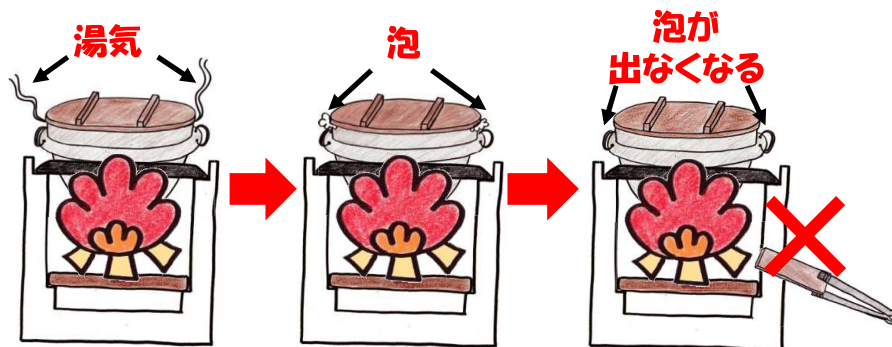
③はがまを、かまどのリンバの上に置く



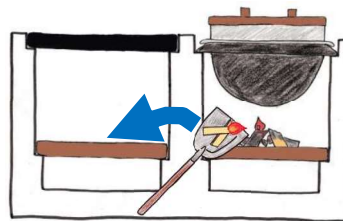
※はがまを置く前にチェック!  
 ・水の量はOK?  
 ・お米は平らになっている?  
 ・ふたをのせてある?

# ごはん係 ② ~カレー炊飯~

④ごはんを炊く



できあがったら  
 燃えているマキを  
 とないのかまどにうつして  
 10~15分むらす  
 ※フタはあけたらダメ



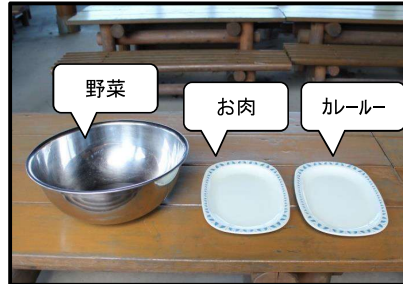
※やけどに注意!  
 ・かまどで火をたくとき  
 ・はがまの様子を見るとき  
 ・はがまを運ぶとき  
 (『安全について』を見ること!)

**[ワンポイント☆アドバイス]**  
 ・いつ火を止めるかが、1番のポイント♪  
 ※湯気が出る⇒泡が出る⇒何も出なくなれば出来上がり!  
 ・心配なら、ふたを少しあけて、ごはんが見えればOK!

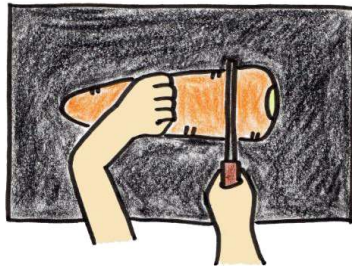
⑤むらし終わったら、はがまをはこぶ

# カレー係 ① ~カレー炊飯~

## ①包丁・食材をうけとる

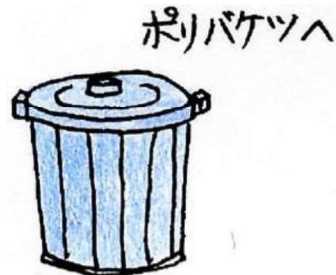
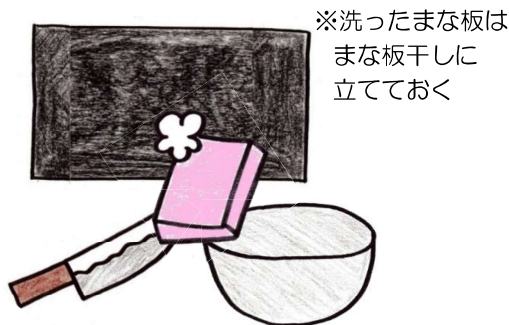


## ②野菜や肉を切る



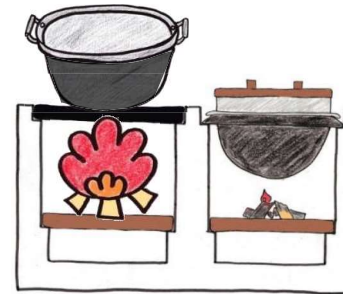
- ※包丁の使い方に注意！！
- ・包丁を洗うとき
  - ・皮をむくとき
  - ・食材を切るとき
- (『安全について』を見ること！)

## ③使った道具をあらう&生ごみをすてる



# カレー係 ② ~カレー炊飯~

## ④かまどでカレーを作る



※やけどに注意！！

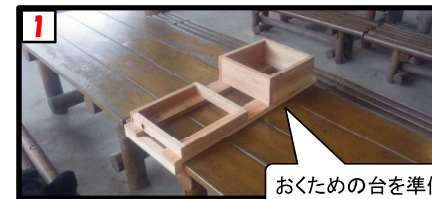
- ・かまどで火をたくとき
- ・鍋を持って調理するとき
- ・鍋を運ぶとき

(『安全について』を見ること！)

### 【ワンポイント☆アドバイス】

- ・マキの入れ方や火力の調節は、かまど係に聞くべし！
- ・カレーの水の量は、「食べる人数」×「おたま1杯」+ おたま1杯
- ・カレーのルーは、野菜がやわらかくなってから入れる！

## ⑤できあがったら、カレー鍋をはこぶ



# 安全について① ~カレー炊飯~

## 食材切りに注意！

☆包丁はこび・包丁あらい



包丁をはこぶ時はバットに入れる



刃のむかう方向に指が出ないようにする！

☆食材を切る

**・刃のむかう方向に、指が出ないようにする！**

[皮をむくとき]



[包丁で切るとき]



# 安全について② ~カレー炊飯~

## やけどに注意！ 軍手をしよう！

☆火に注意！ 軍手・皮手ぶくろ・火ばさみ・十能を使う！



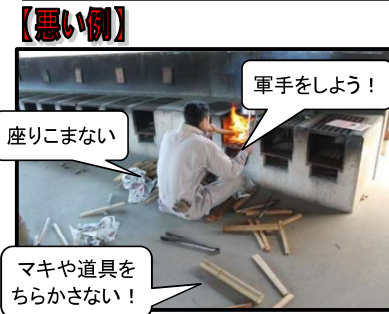
マキを入れる時は軍手をする！



燃えたマキを動かすときは火ばさみを使う！



マキをとなりのかまどに移す時は十能を使う！



【悪い例】

軍手をしよう！

座りこまない

マキや道具をちらかさない！

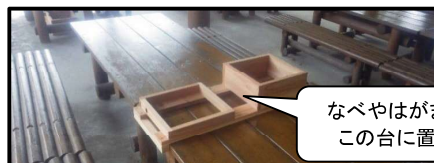
☆はがま・なべに注意！ 熱をもつので、あつい！



軍手をして皮手ぶくろをする



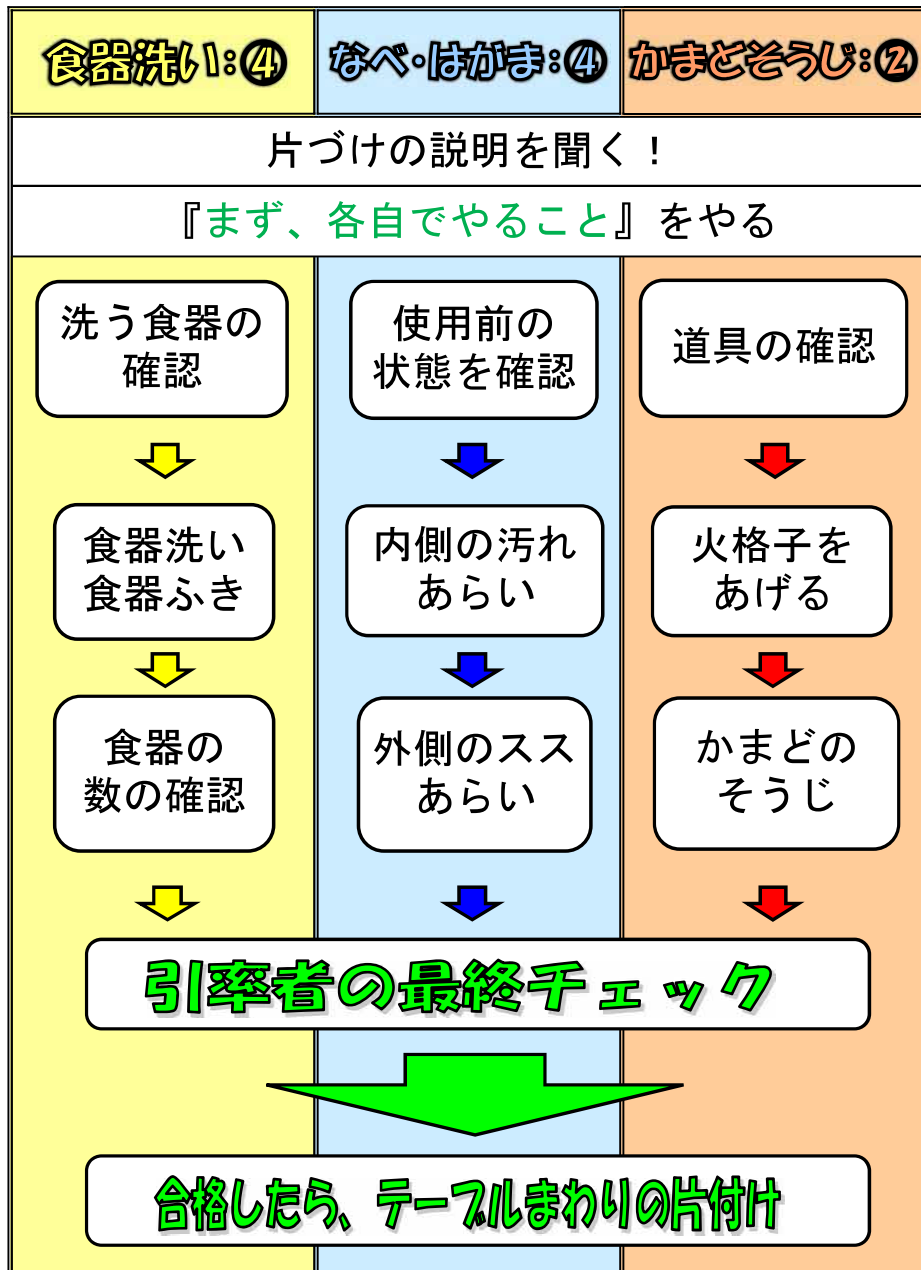
「あつい物を通るよ〜！」と言いながら先導する



なべやはがまは熱いのでこの台に置いてね！！

イスをあげておく

# 片づけの流れ ~カレー炊飯~

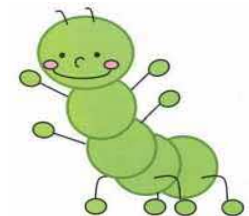


# テーブルまわりの片付け ~カレー炊飯~

※自分の係の片付けが  
終わったら  
すすんで、やろう！



- ① テーブルの上を片づける
- ② テーブルの上を台ふきでふく
- ③ テーブルの下をそうじする
- ④ まだ、片付けが  
終わっていないところを手伝う





# まず、各自でやること ~カレー炊飯のかたづけ~

すいはん

第一炊飯場

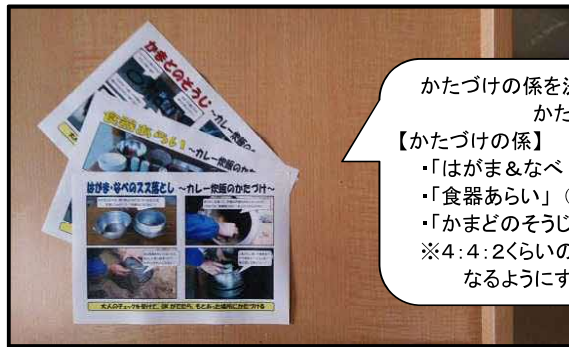


残飯が残った場合は  
ポリバケツに入れよう！  
(できるだけ食べきろう！)



まず、自分の使った  
カレー皿のよごれを  
新聞紙でふこう！

新聞紙・ゼリーのカップ・  
ビニールぶくろ等も  
ポリバケツに入れよう！



かたづけの係を決めて  
かたづけ開始！  
【かたづけの係】  
・「はがま&なべ あらい」④  
・「食器あらい」④  
・「かまどのそうじ」②  
※4:4:2くらいの割合に  
なるようにするといいよ！

自分の係の仕事がおわったら、他のかたづけの手伝いをしよう！

# はがま&なべ あらい ~カレー炊飯のかたづけ~

すいはん

①はじめに、はがま・なべの**内側**を  
次に、**外側**をきれいにする！

はがま



【※内側がこげていた場合のみ】  
金たわしに砂をつけて  
みがくときれいになるよ！

砂場

内側は**ご飯つぶ**が残らないようにしっかりみがこう♪

外側は  
**亀の子タワシ**  
水を流しながら  
あらおう♪

手でさわった時に  
黒くならなければOK！  
(はがまの外側は  
見た目は黒いままで)

流し場

シャッター側の流しであらってね♪

なべ

なべは、内側のカレーを  
新聞紙でふいてから  
**スポンジ**に洗剤をつけて洗う



外側は  
**亀の子タワシ**  
水を流しながら  
あらおう♪

手でさわった時に  
黒くならなければOK！  
(はがまの外側は  
見た目は黒いままで)

流し場

シャッター側の流しであらってね♪

大人のチェックを受けて、OKがでたら、もとあった場所にかたづける

# 食器あらい すいはん ~カレー炊飯のかたづけ~

右の写真に写っている食器をあらおう！  
 ・カレー皿・スプーン・コップ・しゃもじ  
 ・おたま・平皿・へら・ボウル・ざる・バット  
 ・やかん・はがまのふた・なべのふた



スポンジ・せんざいで食器をあらおう！  
 ※台ふき置き場側の流しであらうこと！

洗った食器は、食器ふきでふいて、水分をふきとろう！



緑のコンテナに入れる食器は、  
 ・汚れが残っていないか？  
 ・数がそろっているか？  
 を確認して入れること！  
 (コンテナの表示を参照)  
 ※引率者も確認すること



**大人のチェックを受けて、OKがでたら、もとあった場所にかたづける**

# かまどのそうじ すいはん ~カレー炊飯のかたづけ~

リンパは12番のかまどの後ろ側へ返す



あまった割り木はわり木用コンテナへ

火ばさみ・十能(じゅうのう)・火かきぼうは1番のかまどのうしろ側へ返す

皮手ぶくろ・うちわ・新聞紙は左側シャッター下段へ返す



火ごうしを上げる(重くて熱いので注意)

燃えカスは十能(じゅうのう)で金バケツへ入れる



ほうきは砂場のとなりにかけてあるよ！

かまどまわり全体をきれいにしておね！



**自分の係の仕事がおわったら、他のかたづけの手伝いをしよう！**