

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		○班で仕事の分担を決め、協力して作業を進める。 ○野外炊飯の基本的な知識を身につける。 ○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		○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) ○準備物、安全面は活動プログラム資料(次ページ以降)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(次ページ以降)を参照 ○食事 ○片づけ…活動プログラム資料(次ページ以降)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		○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。 ○野外炊飯の基本的な知識を身につけることができたか。 ○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。															
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



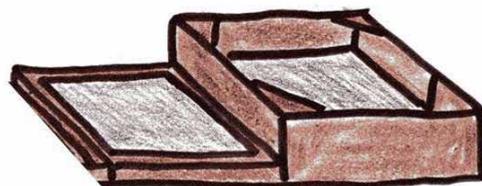
【ワンポイント☆アドバイス】

- ・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♪

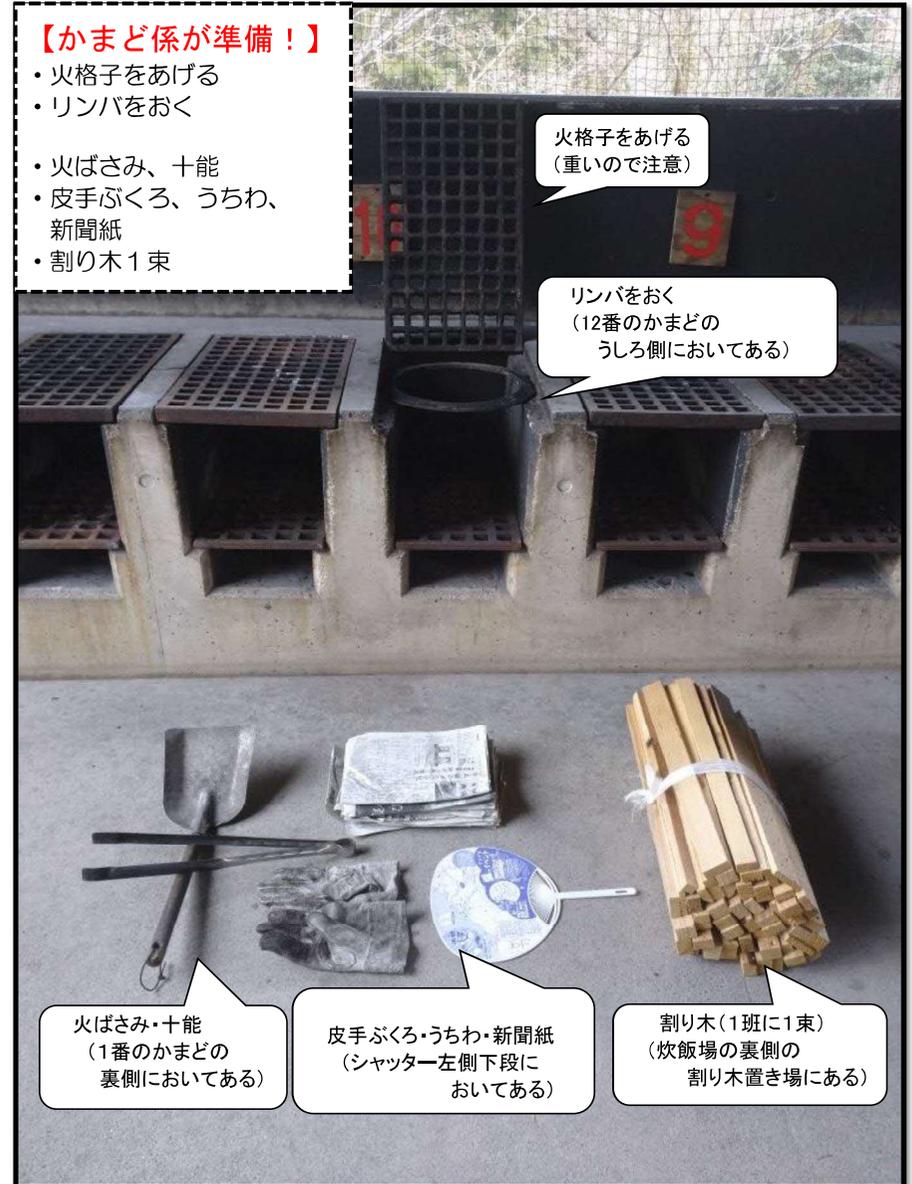


じゅんぴ ~カレー炊飯~

かまどに準備するもの

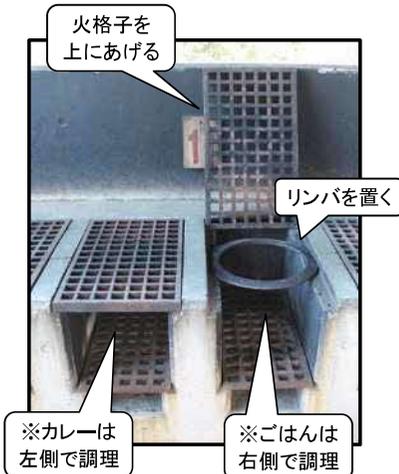
【かまど係が準備！】

- 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

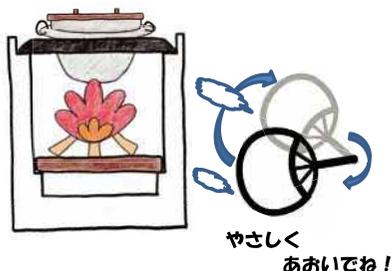


かまど係 ① ~カレー炊飯~

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！！

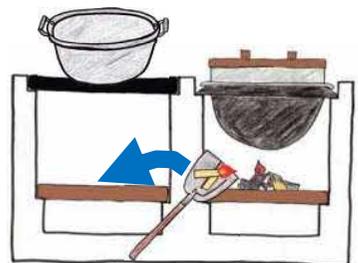
- ・木をかまどに入れるとき
- ・燃えた木を動かすとき

(『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！！

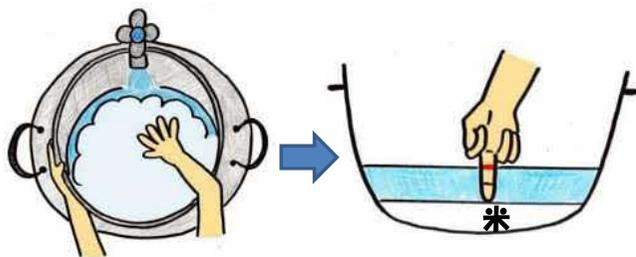
- ・火をとなりにうつすとき

(『安全について』を見ること！)

⑤カレー係に割り木の入れ方や火力の調節方法を伝えて、ボタンタッチする

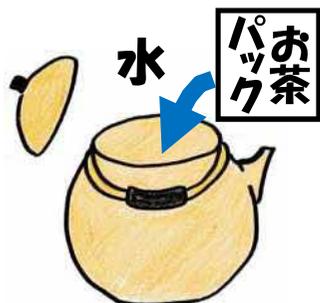
ごはん係 ① ~カレー炊飯~

①お米をといで、水を入れる



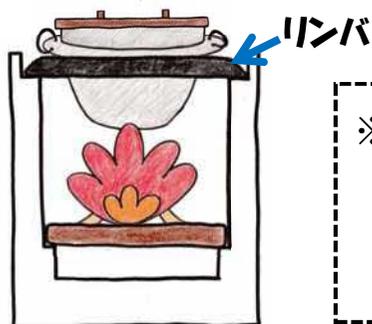
[ワンポイント☆アドバイス]
 ごはんの
 水の量は
 中指の第2
 関節まで!

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♪

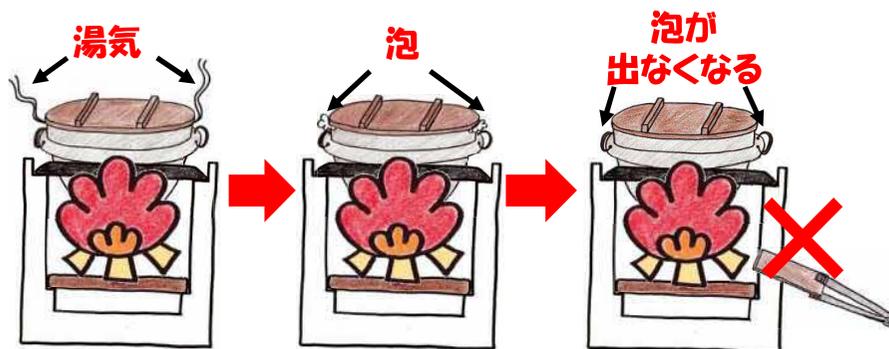
③はがまを、かまどのリンバの上に置く



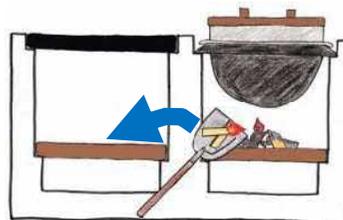
※はがまを置く前にチェック!
 ・水の量はOK?
 ・お米は平らになっている?
 ・ふたをのせてある?

ごはん係 ② ~カレー炊飯~

④ごはんを炊く



できあがったら
 燃えている割り木を
 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

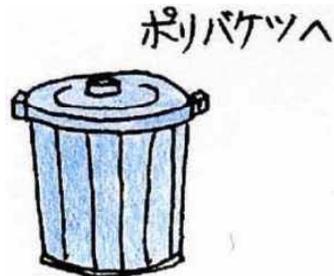
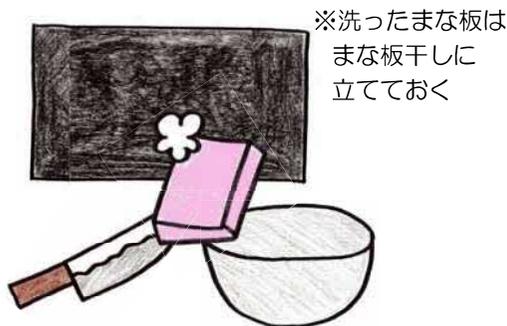


②野菜や肉を切る



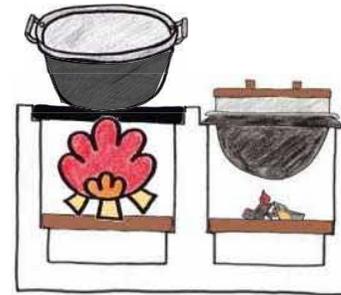
- ※包丁の使い方に注意！！
- ・包丁を洗うとき
 - ・皮をむくとき
 - ・食材を切るとき
- (『安全について』を見ること！)

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



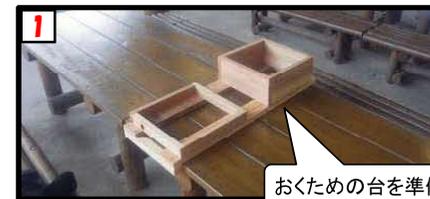
※やけどに注意！！

- ・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】

- ・割り木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



☆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！

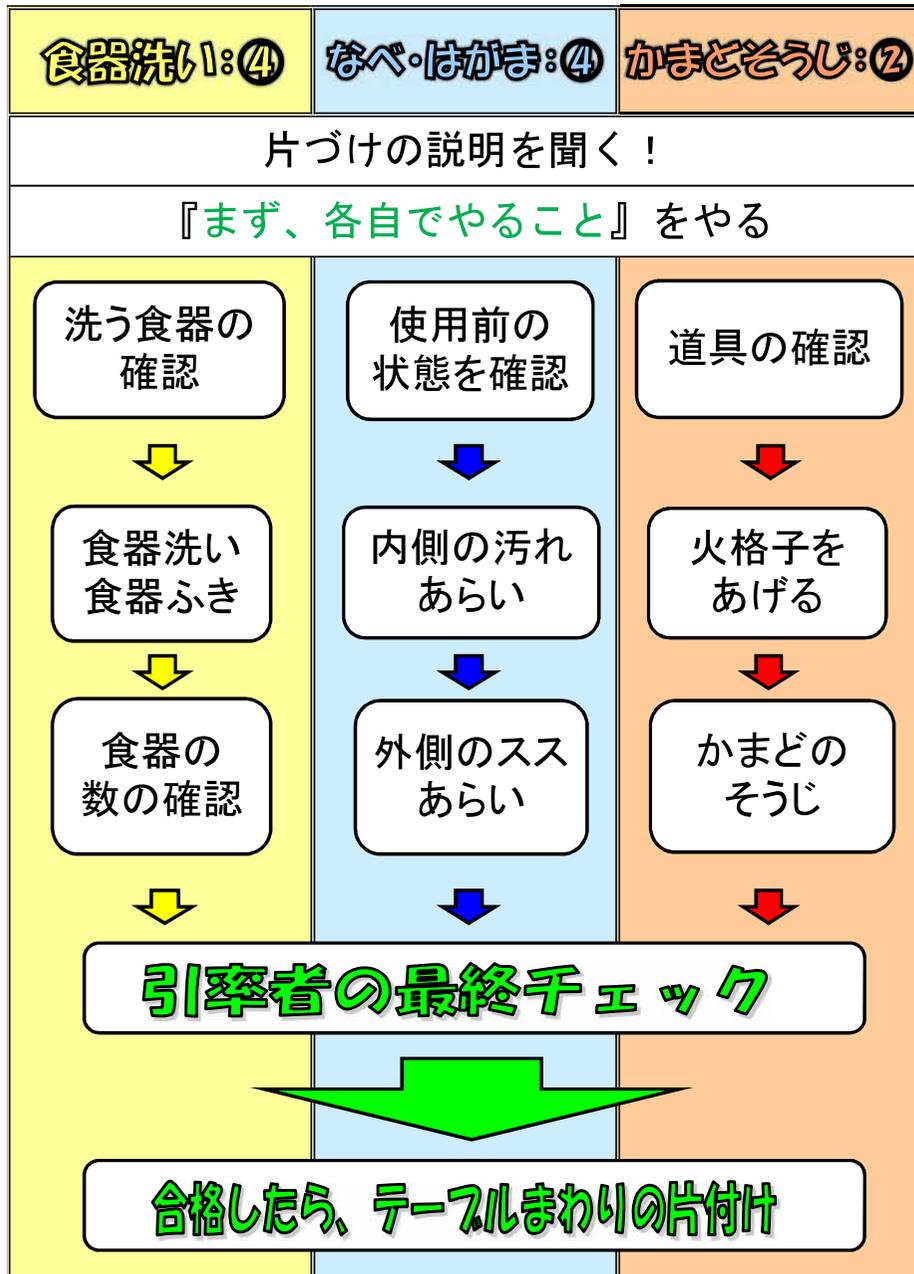


☆はがま・なべに注意！ 熱をもつので、あつい！



イスをあげておく

片づけの流れ ~カレー炊飯~

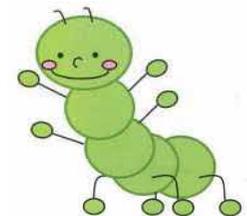


テーブルまわりの片付け ~カレー炊飯~

※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

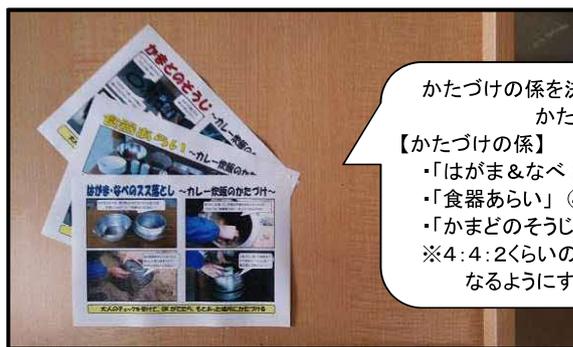


残飯が残った場合は
ポリバケツに入れよう！
(できるだけ食べきろう！)

【ゴミについて】
残 飯⇒ポリバケツに入れる
その他⇒ビニール袋に入れる



まず、自分の使った
カレー皿のよごれを
新聞紙でふこう！

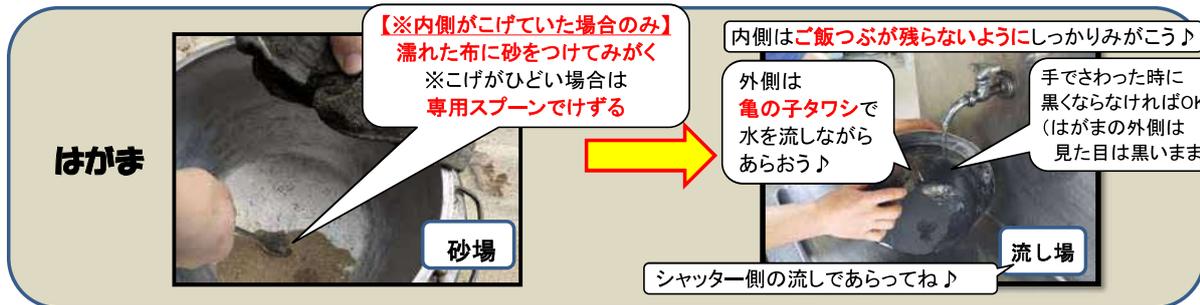


かたづけの係を決めて
かたづけ開始！
【かたづけの係】
・「はがま&なべ あらい」④
・「食器あらい」④
・「かまどのそうじ」②
※4:4:2くらいの割合に
なるようにするといいよ！

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！



【※内側がこげていた場合のみ】
濡れた布に砂をつけてみがく
※こげがひどい場合は
専用スプーンでけずる

はがま

砂場

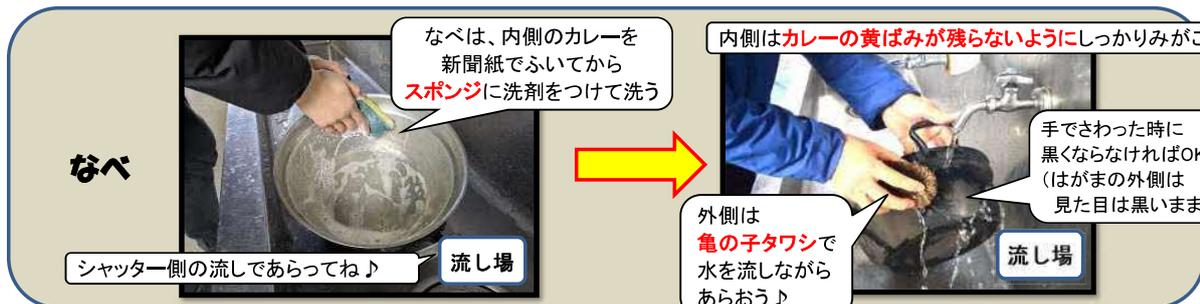
内側は**ご飯つぶ**が残らないようにしっかりみがこう♪

外側は
亀の子タワシで
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

シャッター側の流しであらってね♪

流し場

内側は**カレーの黄ばみ**が残らないようにしっかりみがこう♪

外側は
亀の子タワシで
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

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！