

野外炊さん（調理係）活動の流れ

- 「野外炊さん小屋」の鍵を事務室で受け取ってください。（必ず団体名を伝えてください。）必要であれば「野外炊さん活動の流れ・点検」のラミネートも借りてください。
- 野外炊さん活動中のトイレは、まつかさのいえ（野外活動支援棟）をご利用ください。
- 活動中に雨が降ったら、まつかさのいえ（レジャーシート持参）・かま場・調理場で食事をしてください。
- 調理係・かま場係等に分かれて活動を行います。

No. 1

1 外の「野外食品受け渡し口」で食材を受け取ります。（8人班の場合、袋に「8」と記載あり）
※福神漬は1団体で1袋です。



2 野外炊さん小屋から調理器具や食器を準備して水洗いします。



3 調理器具や食器洗いと並行して「米とぎ」を行い、30分程度、水に浸しておきます。



4 食材を切ります。切り終わった食材から、どんどん鍋に入れます。豚肉は切らなくて大丈夫です。水の入った鍋の中で、豚肉をばらけさせます。

※水の量は、材料がひたるくらいです！



5 米鍋とカレー（豚汁）鍋の準備が整ったら、調理場の外で「クリームクレンザー（原液）」を塗ります。これを「クレンザーパック」と言います。



6 クレンザーパックが終わったら、かま場に持って行き、火にかけます。クレンザーが塗られているかどうか、必ずチェックしてください。

注意 鍋ぶたやカレー（豚汁）鍋の持ち手にはクレンザーは塗りません。



7 米や野菜が煮えるまで、調理器具の洗浄や食事の準備をします。



8 米鍋は、鍋から蒸気が噴いてきたら炊け始めています。じっと様子を見て、蒸気が少なくなったら火から外し、鍋の中の様子を見てみましょう。



9 炊きが甘ければ、あと1~2分程度炊いて様子を見ます。米の表面に水がなければ、蒸らしに入ります。



10 カレー（豚汁）は、具材が煮えたら火から下ろします。（豚肉がしっかり煮えているか確認。）
カレー粉（味噌）を入れて、「おたま」でクルクル混ぜながらカレー粉（味噌）が溶けるまで混ぜます。
重要カレーや豚汁が完成したら、再度、火にはかけないでください。（焦げ防止）



11 完成したら、温かいうちに召し上がれ♪
（袋に入っている福神漬はみんなで分けてね。）



12 鍋を早めに水に浸しておくくとスムーズに洗浄に入れます。



13 調理器具や食器を全て洗います。

米の鍋とカレー（豚汁）鍋は「がんこたわし」で焦げとすすを「ゴシゴシ」磨き洗いします。

※しつこい汚れはクレンザーを使うとよいです。



14 すべての調理器具と食器を洗い終わったら、引率の方に確認してもらいます。その時点で汚れがある場合は、洗い直します。



15 引率の方のチェックが終わったら、所員による「本番の点検」が始まります。



16 「本番の点検」に合格したら、最後の仕上げ♪「ふきん」で鍋を拭いた後、「キッチンペーパー」で拭き残しの水滴を拭き取ります。完ペキに拭き取ったら、もう一度、所員に見てもらいます。



17 合格した調理器具や食器を「野外炊さん小屋」に戻します。調理台、流し台、床を掃除します。



※排水口や三角コーナーもきれいにしてください。



18 野外炊さん小屋の掃き掃除やゴミの後始末も忘れずに行ってください。



野外炊さん用
燃えるゴミ小屋

清掃用具
あります



○「とらのまき」もご覧ください。

○最終確認を終えたら「野外炊さん小屋の鍵」を事務室に返却してください。

野外炊さん（かま場係）活動の流れ

No. 1

1 かま場用具庫から「食缶」「火ばさみ」を1班1セット準備します。



2 食缶の中に、「松葉小屋」から食缶の3分の1程度「松葉」を入れます。



3 薪小屋から、細くて折れやすい薪を8本程度、食缶に入れます。空いたスペースに、普通の太さの薪をたくさん入れて、かま場に運びます。



4 1枚目の鉄網を下段にセットし、中央のあたりに「まつ葉」を山にして置きます。

※鉄網は、必ず2人で運びます。



5 半分の長さに折った薪を、松葉の上に「ピラミッド状」に置きます。（薪は足で折ります。）
※薪を折る時は周りに注意しましょう。



6 2枚目の鉄網を上段にセットします。
これで、かま場の完成です。引率者から火をつけてもらいます。



7 火がついたら、消えないように薪をかまに入れて燃やします。薪が足りなくなったら、取りに行きます。

※必ず1人は「火の番」をします。



8 炎の高さは、鉄網のちょっと上くらいがちょうどよいです。ここから、薪を「井型（いがた）」に組んでいくと、2つの鍋に炎が当たるようになります。（空気が入ってよく燃えます。）



9 調理係が持ってきた「鍋」を、かま場係が鉄網に乗せましょう。煮えるまで火の番をします。



10 煮えたら、火から下ろして調理係にバトンタッチ



11 燃え残りの薪を燃やしきるように、火ばさみを上手に使って「灰」にします。

重要 薪の一部が少しでも燃えたら全て燃やしきります。

※スコップの準備もしておきます。



12 食事をしながら、引き続き燃やし続けて炭を灰にしていきましょう。



13 食事が終わる頃には、鉄網やかま場が冷めていると思います。鉄網を元に戻して、「灰や炭を食缶に入れて水で完全に消火」します。

危険 かま場に直接、水をかけないでください！



14 食缶に入れた炭や灰を、**引率者が水をかけて完全に消火してください。**

危険 火の粉が少しでも残っていると「灰捨て場」で燃え始める場合があります。



15 灰や炭が「完全に消火」したことを確かめてから「灰捨て場」に捨ててください。



16 かま場の掃き掃除をします。「来た時よりも美しく」の精神で、次の人へ**「思いやりのボタン」**をつなぎましょう。



17 掃除用具を戻し終わった人から、調理係の片付けを手伝いましょう。



ご飯を食べたテーブル回りも含め、引率者は必ず最終点検をしてください。

来た時よりも美しく！