



1

約束

- みんなで協力する。
- すすんで仕事をする。

持ち物

- 軍手(火の番をするときなど)
- 水とう(自分のお茶)
- タオル(汗をふく、手をふく)
- (雨具)

2

資料をよく見て



3

役割分担

- 飯ごう・かまど係(2~3人)
 - ・ご飯をたく、かまどを管理
 - ・飯ごうの片付け、かまどの片付け
 - ・班の場所の整理整頓など
- 食材・食器係(3~7人)
 - ・食材の用意、調理
 - ・食器の管理
 - ・食器類の片付けなど

4

○ 飯ごう・かまど係

最初の仕事!



まきを取る
(野外炊飯場)

○ 食材・食器係



食材を取りに行く
2回する時もあり
(食堂)



食器などが入っている
コンテナを取りに行く
(野外炊飯場)

5

野外炊飯場に着いたら(準備)

- 班の番号確認
調理台、テーブル、
かまどを確認



- 貸し出し道具を取りに行く

なべしき



梨ぶくろ

火ばさみ

6

飯ごう・かまど係

- 1 お米を洗って、飯ごうの準備をする



飯ごう1つで
5人分まで炊けるよ
6人以上なら
飯ごうを2つ使おう

7

飯ごうの水のはかり方

どちらかの方法でやってみよう!

はかりかた①

お米1人分(0.7合)につき
130mLの水を入れる



150mLのメモリより
少ないくらいだよ

はかりかた②

飯ごうの中のお米をおさえ
手の甲が全部つかるまで
水を入れる



8

2 火をつける

- ① 太い木の間に梨ぶくろを置く。



梨ぶくろはたきつけの時だけ。
野外の葉っぱや枝は燃やさない。

9

ポイント



梨ぶくろは
これぐらい!

梨ぶくろは燃えやすいように
空気を入れて、くしゃくしゃ

ゴム付軍手
は裏返して

10

2 火をつける

- ② 細い木からのせていく。(5~6本程度)



ここで火をつける

11

2 火をつける

マッチのつけ方



火は上に向かって
燃えるよ!

火がついたら
マッチを返そう!

火がついてからの持ち方



12

2 火をつける

③ 細い木から少しずつつくべていく。



13

・棒でふたを押さえて、グツグツいわなくなったら炊きあがり。
・火からおろして蒸らす。(10分~15分程度)



14

○飯ごうを運ぶときは薪の棒を使う。

(直接持たない。皮手袋か軍手は2枚重ねて)



○テーブルを汚さないためになべしきを使う。



15

なべを運ぶときも薪の棒を使う。
(直接持たない。皮手袋か軍手)



16

食材・食器係

1 自分の班のコンテナ運び

2 チェック表でコンテナの中身を確認

3 使う食器・なべを洗う

ほこりなどを落としてから調理を始めよう。



17

4 調理する

・バインダーの作り方をよく見て作ろう。

調理が終わったら、消毒をするのでまな板、包丁を指導員に渡す。

包丁はケースに入れて持ってこよう!



18

最後は(できるだけ)燃やしきる

・余ったまきは、燃やさずに返す

片付けはマニュアルを見て

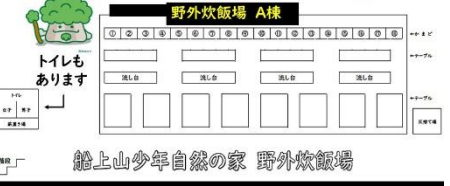
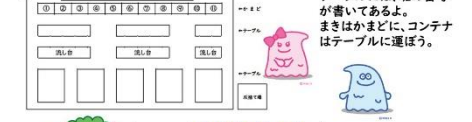
ごみはごみ箱へ

・なまゴミは袋から出して袋は燃えるゴミ箱へ



19

野外炊飯場 日棟



20