

## 安全な野外炊事のために（例：カレーライス）

### 【準備】

#### □利用団体で準備するもの

- ①新聞紙 ②チャッカマン等 ③ハンドソープ ④食器用布きん ⑤テーブル用布きん
- ⑤スポンジ ⑥食器用洗剤 ⑦鍋のすずをおとせるもの（布たわし推奨）⑧懐中電灯（夕食時）
- ⑨救急用品

#### □個人で準備するもの・服装

- ①軍手 ②帽子 ③タオル ④雨具（動きやすいもの） ⑤運動靴 ⑥肌が露出しない服装

### 【かまど準備・火起こし】

#### （1）かまどの準備

①道具倉庫からかまどの道具を準備する。



- ①網（ひし形）
- ②網（縦線）
- ※BBQの場合は鉄板
- ③バケツ（半分程度水を入れる）
- ④ほうき
- ⑤十能（スコップ）
- ⑥火ばさみ
- ⑦かまど用取手（4つ）

②移動式かまどを配置する。



- ※取手の向きに注意する。「へ」の字になるように
- ※かまどを移動したら、取手ははずして安全な場所に置く。

②まき倉庫からまきを持ってくる。※1つのかまどにつき1束

③まきの束をバラしたら、すぐにしばってあるひもをゴミ箱に捨てる。

#### （2）まき組み

①かまどに目がひし形のみを下側に設置する。

②まきを井桁（いげた）に3段組む。

③新聞紙を半分に切り、軽く丸める。それを4つ作る。

④3つを三角形に置き、その上に1つ置き、

ピラミッド状にする。

⑤細めのまき（3本）を半分に折り、新聞紙に立てかける。

⑥目が縦（たて）線のみをかまどの上側に設置する。

※BBQの場合は、鉄板を設置する。

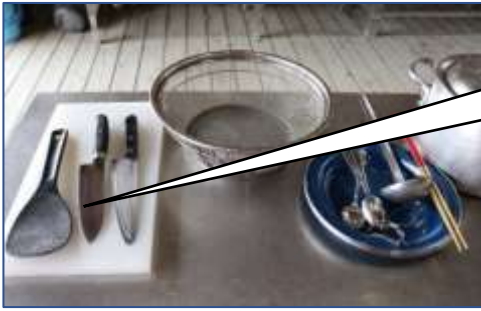
⑦食材を切り終わったら、火をつけ始める。



## 【調理】

### (1) 調理の準備

- ① ゴミ袋3枚（(生ごみ・燃えるごみ・ビニール)）をバケツにセットする。
- ② 調理道具を用意し、洗う。



※包丁を運ぶ時は、布きんでくるむ。  
または、まな板と重ねて安全に運ぶ

- ③ 食材庫から食材を炊事場へ運ぶ。



※「団体名、食材の種類・量等」を確認する。



※肉類は、使用する直前まで冷蔵庫に入れておく。

### (2) 食材を切る

- ① 食材を洗い、食べやすい大きさに切る。
- ② 食材を入れる。



※具材が少し出る程度水を入れる。  
※水は後からでも追加できる。

#### ○クレンザーの使用について

令和4年度までの野外炊事マニュアルでは、クレンザーを鍋に塗ることを推奨していましたが、「布たわし」を使用することでクレンザーを塗った時と同様にきれいに鍋を磨くことができるので、クレンザーについての記載を削除いたしました。

※クレンザーの使用を禁止するものではありません。

### (3) 米を研ぐ

- ①「ざる」を使って、米を研ぐ。
- ②研いだ米を鍋に入れ、水を入れる。



※深さは、手の甲が水につかるまで。  
※ご飯の場合は、少なめより、多めのほうがよい。

### (4) 鍋を火に掛ける。

- ①火加減を調整する。
- ②食器を洗い、用意する。



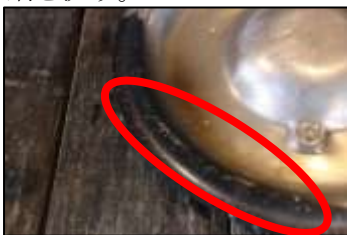
(ご飯)  
鍋から湯気が出なくなり、中の水がなくなったら、鍋をかまどからおろす。

(カレー)  
じゃがいもとにんじんが柔らかくなったら、ルーを入れて混ぜる。  
※カレーの場合は、水は少し少な目でよい。  
濃かったら水を足していく。

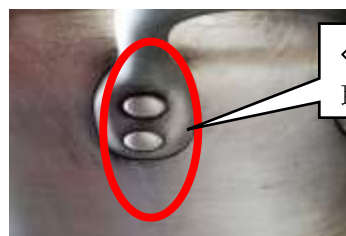
### 【片付け】

#### (1) 片付けをする。

- ①鍋以外の食器を洗い、団体の指導者がチェックし、消毒したら元の場所に戻す。
- ②鍋を洗う。



<ポイント1>  
ふたの内側にすすが残っていない。



<ポイント2>  
取手の汚れが残っていない。



<ポイント3>  
鍋の内側に、ごはんやカレーが残っていない。  
※目では見えないものがあるので、手で触って確認する。

③鍋を洗い終わったら、テーブルの上に置いておく。

※ふたとセットで置く。

④交流の家の職員のチェックを受ける。合格したら消毒して、元の位置に戻す。

⑤かまどをきれいにする。灰を片付ける。



※かまどには、水をかけない。  
灰を水の入ったバケツに入れる。



※かまど倉庫横の流しには、水を流さない。

## (2) 最終確認する。

①炊事場がきれいになったか確認する。

②かまど倉庫の道具がそろっているか確認する。

③ごみの分別が問題ないか確認する。

④（屋根付き広場の場合）机・イスが正しい位置にあるか確認する。

⑤（屋根付き広場の場合）ブラシをかける。