

●生活体験⑩

焚火でおやつ (マシュマロ、ポップコーン)

11 住み続けられる
まちづくりを13 気候変動に
具体的な対策を

概要

火を起こし、焼きマシュマロやポップコーンを作って
食べる活動です



人数

- ・何人でも
- ・1グループ6～7人程度

対象

- ・誰でも

実施期間

- ・マシュマロ (通年)
- ・ポップコーン (5/7～11/10)

所要時間

- ・2時間～3時間

活動場所

- ・くわの実広場、半地下炊事場

指導のねらい

- ・被災時に生き抜くための知識や火を扱う技術を身につけるとともに、防災への関心を高める
- ・火を起こすまたはそれを維持する中で、気づいたことや改善しようと考えたことを、主体的に表現したりする力を養う
- ・試行錯誤を繰り返していく中で、失敗から学び、工夫しようとする力や粘り強くやり抜こうとする態度を養うとともに、自分の役割を生み出す中で客観的な思考力を養う

活動のながれおよび留意点

【事前準備】

- ① 焚火でおやつの方法について調べる
※ 別紙1～4、動画参照

【当日】

- ① 方法は別紙1～4参照
- ② ふりかえり
※安全管理のための立ち合いや後方支援は行いますが、職員による全体説明はありません
※事前に割り当てられたエリアをご使用ください

準備物品

【山の家で購入するもの】

	食材	薪	計(1人あたり)
焼きマシュマロ	50円	80円	130円
ポップコーン			

※提供材料は、マシュマロ、竹串

※丸太から薪づくり(1人100円)を選択することも可能
(詳細は別紙2参照)

【山の家で貸出可能なもの】

- ・別紙1参照

【団体で準備するもの】

- ・別紙1参照

備考

野外炊事(おやつ)(準備するもの・全体の流れ)

準備するもの

山の家で貸出しているもの

● 調理用具

ザル、調理なべ

やかん ※スティック麦茶を注文した際に使用

● その他

消毒液、なた、薪割台、火ばさみ、作業台の板、

イス、掃除用具一式 など

団体で準備するもの

● 用具

マッチやチャッカマン(グループ数分)

新聞紙(着火用、調理なべを拭く用)、

洗浄用スポンジ、洗剤、ふきん、ゴミ袋

● 服装

皮膚の露出が少ない服(火を扱うため)

軍手(綿100%のもの)

※ 化学繊維、滑り止めがついているものは不適

全体の流れ

① 食堂へ材料を取りに行く

・引率者が付き添い、何名かまとめて食堂へ

・食堂から説明を受け、材料を受け取る

※ 材料はグループごとに分けられていないため、団体で振り分けをお願いいたします



② 作業台、イスを準備する

・作業台の板、イスを小屋に取りに行く

・作業台の脚はブロックを2段にして四隅において使う



③ 調理用具を準備する

・必要な調理用具を半地下炊事場から運ぶ

・鍋は半地下炊事場の水道の上から取る(番号確認!)



④ 薪を準備する

・ナタと薪割台を小屋に取りに行き、薪を割る

※ 方法は別紙2参照



⑤ 火おこし、火の管理

・マッチやチャッカマンを使い、かまどに火をつける

・小屋に火ばさみを取りに行き、火が小さくなってきたら薪をたす



⑦ 片付けをする

※ 方法は別紙4参照

炊事薪割・丸太から薪づくり(方法・留意点)

※ 炊事をする際はどちらの方法で実施するか事前にお選びください

炊事薪割の方法

① 軍手をはめる

- ・利き手(なたを持つ手)は素手、反対の手には軍手を2枚重ねてはめる



② 安定した姿勢をとる

- ・片ひざをつくると安定する



③ 薪となたをくっつけたまま、数回打ち付ける

- ・薪に刃が食いこむまで打ち付ける
- ・カタカナのイの形をつくる



④ 薪を割る

- ・両手でなたを持ち、なたの重さを利用する
- ・近くに人がいないことを確認してから、薪を割る



⑤ 班毎に用意する薪の太さと本数

- ・用意する薪は、太い薪 2 本、細い薪 20 本くらい、残り薪は中くらいの大きさに割る



留意点

- ・節(ふし)のある薪は固いため、無理に割ろうとしない
- ・なたを使用しないときは、薪割台の下に入れておく
- ・近くに人がいないことを確認し



丸太から薪づくりの方法

① 丸太や風倒木をひろう



② のこぎりで木を切り、長さを整える(20cm くらい)



③ キンドリングクラッカーやなたを使って木を細くする



ポイント・留意点

- ・パキッと折れる木は、燃えやすい
- ・しなやかで折れにくい木は、水分が多いため燃えにくい
- ・節のある木は固いため、無理に割ろうとしない
- ・なたやのこぎりを使用しない時は、置き場所に注意する
- ・近くに人がいないことを確認してから、薪づくりをする

焚火でおやつ (焼きマシュマロの作り方)

マシュマロ

マシュマロ、竹串

※ 材料はグループごとに分けられていないため、
団体で振り分けをお願いいたします



① マシュマロを竹串にさす

・竹串の先にマシュマロをさす



② マシュマロを焼く

・マシュマロが焦げないよう遠火であぶる
・上手く焼けたら、完成!



焚火でおやつ (ポップコーンの作り方)

ポップコーン・材料(1人分) ※写真は5名分程度

ポップコーン、油、塩

※ 材料はグループごとに分けられていないため、
団体で振り分けをお願いいたします



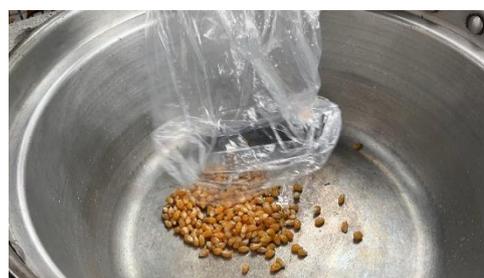
① ポップコーンに油と塩をまぜる

・ポップコーンの袋の中に油と塩を入れて揉みこむ



② ポップコーンに火を入れる

・調理鍋にポップコーンをいれて火にかける



③ ザルをかぶせる

・火が通りはじめる前にザルをかぶせる



④ ポップコーンがはじけ始めたら火を弱める

・全部に熱が入ってはじけたら完成!



焚火でおやつ(片付け)

片付け

① かまどの掃除をする

- ・灰をスコップで取り、一輪車を集める
- ・灰捨て場のドラム缶に集めた灰を入れる
- ・かまどの中をほうきとちりとりできれいにする



② 地面の掃除をする

- ・かまど周りの木くずや灰をほうきとちりとりで集める



③ 調理用具の洗浄 ※ポップコーンのみ

- ・調理なべの外側のすずを新聞紙で拭きとる
- ・調理なべの中、ザルを洗剤とスポンジで洗浄する

※ 麦茶を注文した時は、やかんを洗う

※ 鍋についた黒いすずは手にすずがつかない程度まで洗浄する
(外側はピカピカにする必要はありません)



Point
洗剤や水はどうやったら節約できるかな？

④ 調理用具の返却 ※

- ・調理用具、食器はふきんで拭いて元の場所に戻す
- ・鍋は半地下炊事場の水道の上に返す(番号確認!)



※引率者等が清潔な状態か確認してから戻すこと

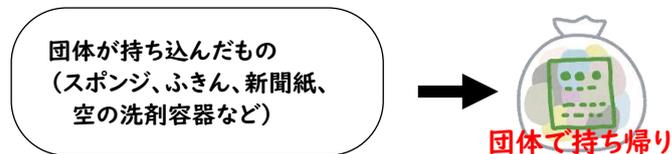
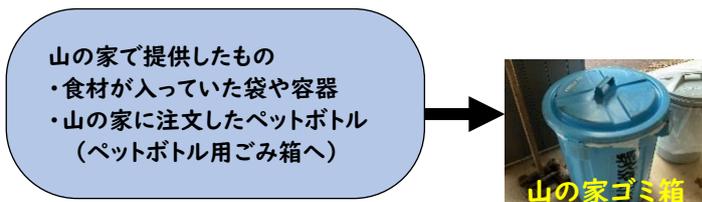
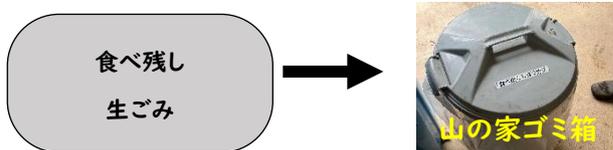
⑤ 消毒する

- ・作業台を消毒する



⑥ ゴミを捨てる

- ・半地下炊事場のゴミ箱にゴミを捨てる



⑦ 半地下炊事場の掃き掃除をする

- ・ほうきとちりとりで掃除をする
- ※ 汚れの程度により、床を水洗いする場合あり



⑧ カゴの返却

- ・食堂にカゴを返却する
- ・限りある資源を大切にできたかな？

