

活動名		ホットサンド				
概要	○食パンに具材をはさんで。直火用ホットサンドメーカーで焼く。					
ねらい	○自分の力で炊飯することの苦労や達成感を味わう。 ○野外炊飯の基本的な知識を身につける。					
関連教科等	家庭・理科・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	朝		対象	高～
場所	第1炊飯場 第2炊飯場	人数	12班以内 (1班1～6人)		所要時間	1.5～2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、コンロ等熱源 新聞紙、運搬用リヤカー等			軍手		
進め方・展開例						
内容				留意点		
活動前	○事務室で打ち合わせを行う。 ・ねらいの確認 ・熱源を選ぶ ・人数、活動の進め方 ・食材の運搬について			○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	○食材の搬入、及び用具の数を確認する。 ○作業手順を確認する。 ○班ごとに場所を決め、活動を開始する。			○食材を運ぶ人数は各班1～2人。 ○用具の使い方や作り方等を説明する。 ○各団体で、説明の間に食材を分配する。 (パン1人2枚、ハム1人1枚、チーズ1人1枚、レタス、バナナ1人1/2本、コーンスープの素1袋)		
展開	○パンをホットサンドメーカーの中に入れて押さえて広げる。 ○パンをへこませて、そこに具材をのせて、ふたをしめる。 ○熱源に火を付ける。 ○熱源の上に、ホットサンドメーカーを置き、焼く。 ○ひっくり返して、開けて焼き色を見ながら両面をきつね色に焼く ○次の人が、作り始める。 ○やかんで湯を沸かし、スープを作る。 ○片づけ ・食器を洗剤で洗う。 ・ホットサンドメーカーは、スポンジに洗剤をつけて洗い、布で水分を拭き取る。 (内側は汚れていなければ、布かペーパータオルで拭くだけ) ・熱源を片づける。 ・食器、用具を片づける。 ・炊飯場を掃除する。 ・食堂の用具は食堂に返納する。			○やけどに注意。(軍手の着用) (2回目以降は、本体が熱くなっているので、特に注意) ○用具一式は、数を確認し返納する。		
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	○一人で炊飯することの達成感を味わうことができたか。 ○野外炊飯の基本的な知識を身につけることができたか。 ○注意事項等を、しっかり聞いて守ることができたか。					
発展	○防災教育の一環として、災害発生時の炊飯の仕方についての学習としてもよい。					

ホットサンド(1人分)

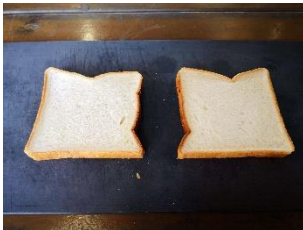
<材料>

食パン(6枚切り)2枚、とろけるチーズ1枚、
ハム1枚、いちごジャム適量、茶葉、
コーンスープ(顆粒)1人分、バナナ1/2本

<準備する物>

平皿1枚、コップ2個、ホットサンドメ
ーカー、熱源(カセットコンロ等)、包丁、
電気ポット(スープ用)

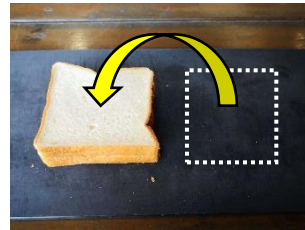
【作り方】



①食パンを2枚用
意する。



②ハム&チーズと、
ジャムをのせる。



③食パンを重ねる。



④ホットサンドメ
ーカーに乗せる。

**2回目以降は
やけどに注意!**



**押さえ金具で
止める!**

⑤パンがはみ出な
いように閉じる。

**2回目以降は短時間
で焼けるよ♪**



やけどに注意!

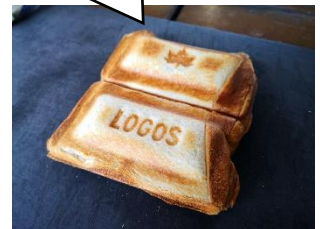
⑥たまにひっくり
返しながら加熱。

やけどに注意!

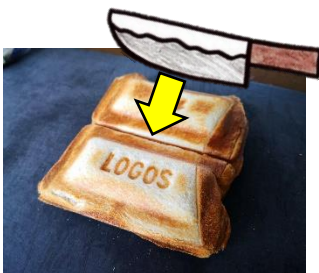


⑦たまに開けて、焼
け具合を確認する。

やけどに注意!

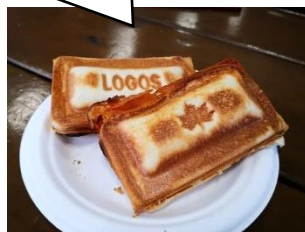


⑧程よく焦げ目が
ついたら完成♪



⑨半分に切る時は
包丁を使うとよい。

あたたかいうちに♪



⑩いただきます♪

やけどに注意!



!! <追伸>たき火での
調理もできるよ!!

- ・コーンスープは、スプーン約1杯分をコップに入れてお湯を注ぐ。
- ・お茶もコップにそそぐ。
- ・バナナはデザートにどうぞ♪