

活動名						
<h1>カレーライス</h1>						
概要	○羽釜でご飯を炊き、鍋でカレーをつくる。					
ねらい	○班で仕事の分担を決め、協力して作業を進める。 ○野外炊飯の基本的な知識を身につける。 ○薪を使い、羽釜での炊飯活動を体験することにより、先人の知恵と技術を学ぶ。					
関連教科等	家庭・理科・社会・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	昼・夕	対象	高学年～	
場所	第1炊飯場 第2炊飯場	人数	7人～ 班編成12班以内 (普通鍋7～14人/1グループ) (15人以上は大鍋)	所要時間	3.5～4.5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、割木、運搬用リヤカー等			軍手、タオル		
進め方・展開例						
内容			留意点			
活動前	○打ち合わせを行う。 ・ねらいの確認 ・班の数、役割分担、活動の進め方 ・食材、ランプの灯の運搬について			○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	○各班で仕事の分担を決める。 (カレー係・ごはん係・かまど係) ○食材の搬入、及び食器の数を確認する。 ○係別に活動開始する。			○食材を運ぶ人数は各班1～2人。 ○用具の使い方やご飯の炊き方等を説明する。 ○説明の間に食材分配作業をする。 (大人の方で) (米→羽釜に均等配分) ○準備物、安全面は活動プログラム資料(次ページ以降)を参照		
展開	○かまどの作業。  ○米とぎの作業。  ○野菜・肉の下準備の作業。 ※作業手順は活動プログラム資料(次ページ以降)を参照  ○食事  ○片づけ…活動プログラム資料(次ページ以降)を参照 ・羽釜、鍋の外側は、流し場で亀の子タワシで洗う。内側は、米やカレーの汚れが残らないようにスポンジできれいに洗う。 ・食器は新聞紙で拭き取ってから洗い、食器ふきで水分をふきとる。 ・数をそろえる。 ・かまどを掃除する。 ・炊飯場を掃除する。 ・食堂の用具は食堂に返納する。			○必ず指導者がつく。 ○焚き付けは周辺の枯れ葉、枯れ枝でもよい。  ○包丁・ピーラーは数を確認する。 (使い終わった時点で早めに片づける)  ○デザートとしてゼリーを配る。  ○中身がないことを確認してから洗う。  ○用具一式は、汚れが残っていないかと、数がそろっているかを点検表で確認し返納する。		
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	○班で分担を決め積極的に協力し、楽しく意欲的に活動ができたか。 ○野外炊飯の基本的な知識を身につけることができたか。 ○炊飯活動を通して先人の知恵と技術を学ぶことができたか。					
発展	○石やブロックを使い、自分たちでかまどづくりから始めることも生きた体験となる。 (耐火レンガを使ったかまどづくりは第2炊飯場で体験できる。)					

# 全体の流れ ~カレー炊飯~

カレー係:⑤

ごはん係:②

かまど係:③

カレー炊飯の説明をきく！

かまどの用具・食器・食材をじゅんびする！

カレーの  
食材を切る



かまどで  
カレー作り



カレーの  
☆完成☆



お米とぎ  
お茶準備



かまどで  
ごはん炊き



ごはんの  
☆完成☆



火を起こす



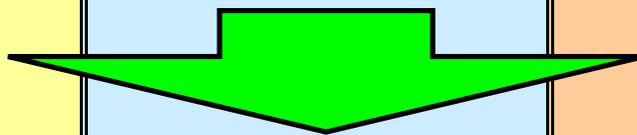
火力を  
調節する



カレー係に  
ボタンタッチ



テーブルまわりの準備

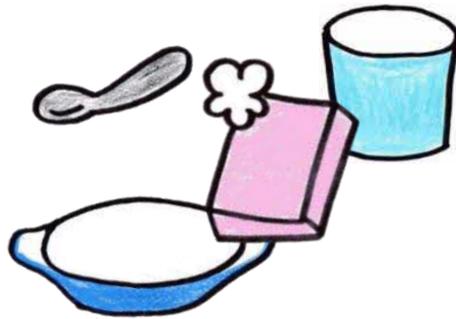


できあがり♪ いただきます～す♪

かたづけをする（食器洗い・かまどのそうじ・スス落とし）

# テーブルまわりの準備 ~カレー炊飯~

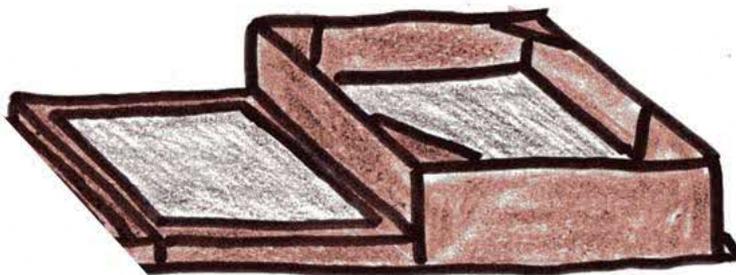
①使う食器を洗い、食器の水を切っておく



②はがま・なべを置く台を用意する

テーブルの下に置いてあるよ♪

テーブルにピッタリはまるよ♪



③できあがったら、すぐに食べられるようにテーブルの準備をしておく

## 【ワンポイント☆アドバイス】

・ゼリーや、ふくじん漬け、カレー皿、スプーン、コップなど、何を準備すればよいか考えてみよう♪

# じゅんぴ **~カレー炊飯~** テーブルに準備するもの



## 【ごはん係が準備！】

- はがま
- はがまのふた
- やかん
- やかんのふた
- はがま、なべを置く台



## 【カレー係が準備！】

- なべ
  - なべのふた
  - まな板（必要な枚数）
  - へら
  - 緑のコンテナ
- （自分の班の番号のコンテナを取る）

※下の写真のものを食材分けに使うよ♪



じゅんび

～カレー炊飯～

# かまどに準備するもの

## 【かまど係が準備！】

- ・火ごうしをあげる
- ・リンバをおく
- ・火ばさみ、十能（じゅうのう）
- ・皮手ぶくろ、うちわ、新聞紙
- ・割り木1束

火ごうしをあげる  
（重いので注意）

リンバをおく  
（12番のかまどの  
うしろ側においてある）

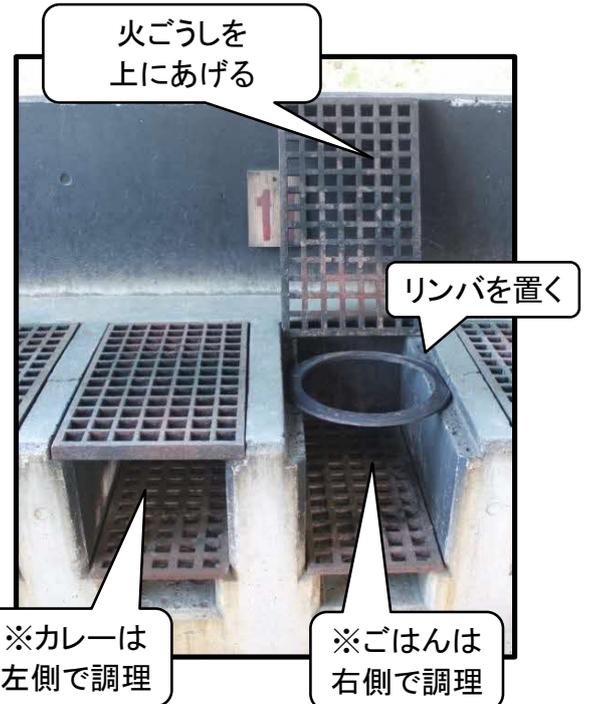
火ばさみ・十能（じゅうのう）  
（1番のかまどの  
裏側においてある）

皮手ぶくろ・うちわ・新聞紙  
（シャッター左側下段に  
おいてある）

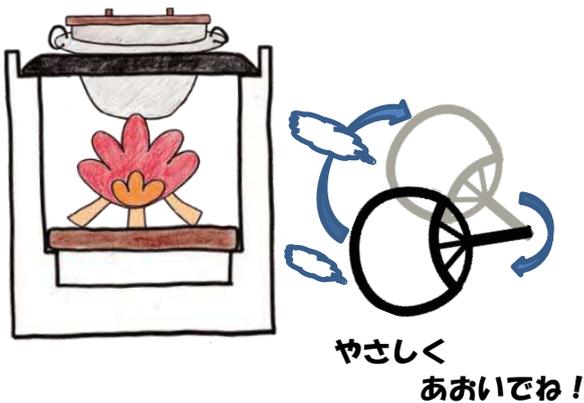
割り木（1班に1束）  
（炊飯場の裏側の  
割り木置き場にある）

# かまど係 ① ~カレー炊飯~

## ①かまどの準備をする



## ②火をおこす



※やけどに注意！！

- ・火をつけるとき
- ・かまどで火を大きくするとき

(『安全について』を見ること！)

### [ワンポイント☆アドバイス]

- ・火をおこすポイントは「**空気**」が通るようにすること！
- ⇒新聞と木をどう置いていけば、空気が通るかな？
- ⇒「新聞」「細い木」「太い木」
- どれが1番先に火がつきやすいかな？
- ⇒炎は上に上がるのかな？下に下がるのかな？

# かまど係 ② ~カレー炊飯~

## ③ 火力を調節する

このくらいの  
火力をたもつ！  
(炎がリンパまで  
届くように)



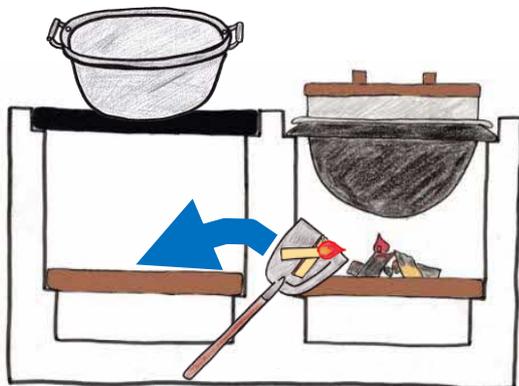
※やけどに注意！！

- ・木をかまどに入れるとき
- ・燃えた木を動かすとき  
(『安全について』を見ること！)

### 【ワンポイント☆アドバイス】

- ・火力調節のポイントは「**空気**」が通るようにすること！
- ⇒木をどう置いていけば、空気が通るかな？
- ⇒どこをうちわであおぐと、炎が大きくなるかな？

## ④ ご飯ができたなら、火をとなりの かまどにうつして、カレー調理の準備



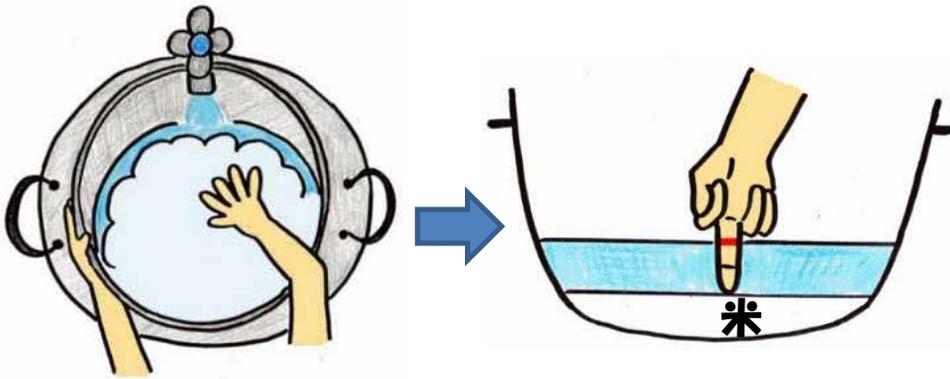
※やけどに注意！！

- ・火をとなりに  
うつすとき  
(『安全について』を見ること！)

## ⑤ カレー係に割り木の入れ方や火力の 調節方法を伝えて、ボタンタッチする

# ごはん係 ① ~カレー炊飯~

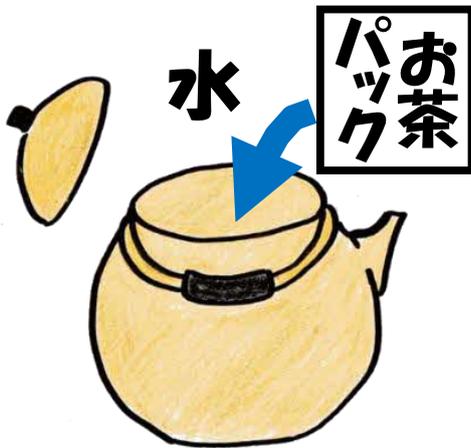
①お米をといで、水を入れる



[ワンポイント  
☆アドバイス]

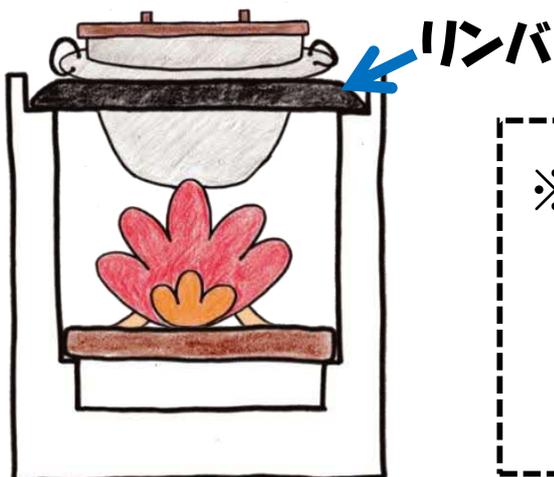
ごはんの  
水の量は  
中指の第2  
関節まで!

②お茶の準備をする



※お茶は水出しです♪  
やかんにお茶パックと水を入れて、テーブルに置いておきましょう♪  
お米とぎと分担するといいよ♪

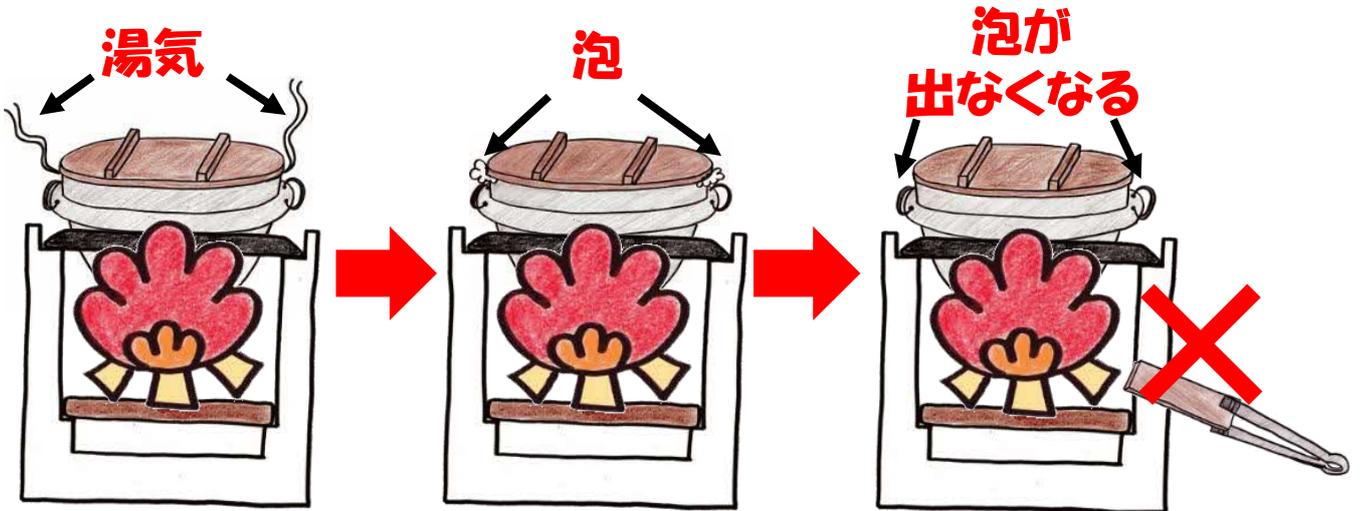
③はがまを、かまどのリンバの上に置く



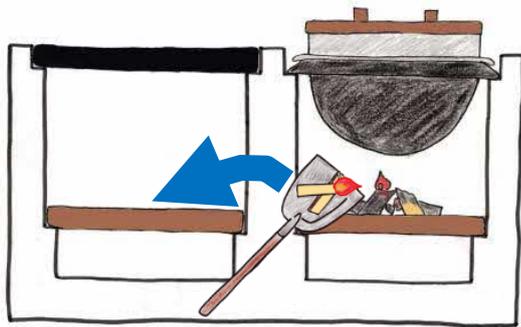
※はがまを置く前にチェック！  
・水の量はOK？  
・お米は平らになっている？  
・ふたをのせてある？

# ごはん係 ② ~カレー炊飯~

## ④ ご飯を炊く



できあがったら  
燃えている割り木を  
となりのかまどにうつして  
10~15分むらす  
※フタはあけたらダメ



※やけどに注意!

- かまどで火をたくとき
  - はがまの様子を見るとき
  - はがまを運ぶとき
- (『安全について』を見ること!)

### [ワンポイント☆アドバイス]

- いつ火を止めるかが、1番のポイント♪
- ※湯気が出る⇒泡が出る⇒何も出なくなれば出来上がり!
- 心配なら、ふたを少しあけて、ごはんが見えればOK!

## ⑤ むらし終わったら、はがまをはこぶ

# カレー係 ① ~カレー炊飯~

## ①包丁・食材をうけとる

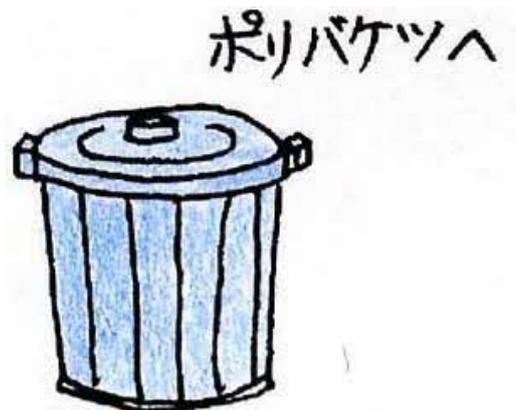
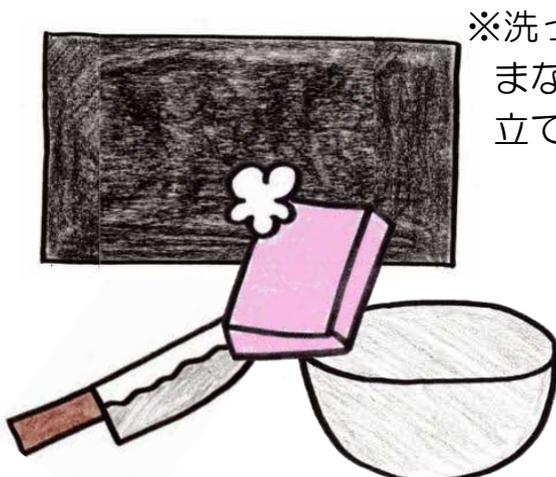


## ②野菜や肉を切る



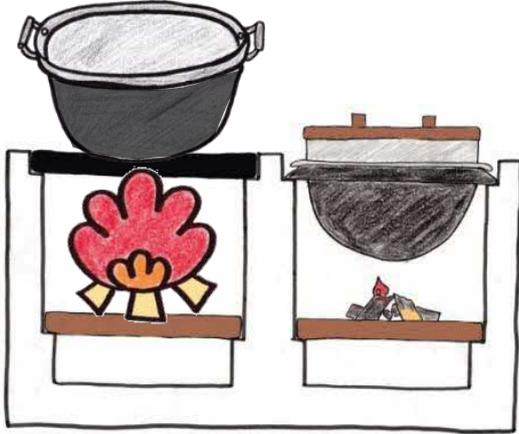
- ※包丁の使い方に注意！！
- 包丁を洗うとき
  - 皮をむくとき
  - 食材を切るとき
- (『安全について』を見ること！)

## ③使った道具をあらう&生ごみをすてる



# カレー係 ② ~カレー炊飯~

## ④かまどでカレーを作る



※やけどに注意！！

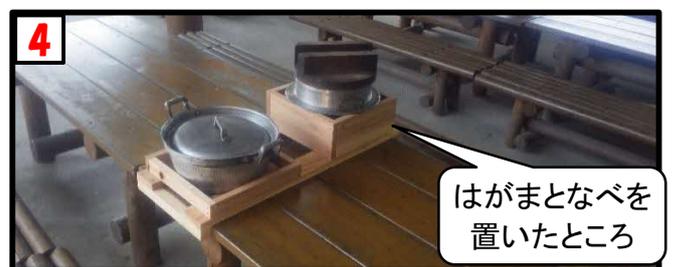
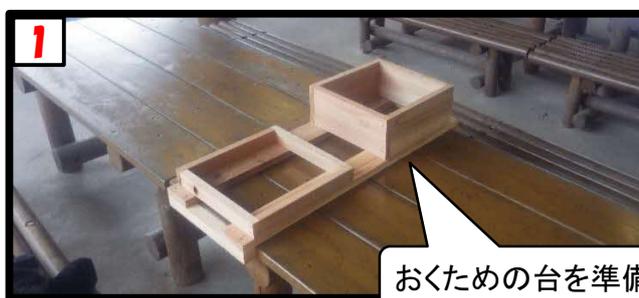
- ・かまどで火をたくとき
  - ・なべを持って調理するとき
  - ・なべを運ぶとき
- (『安全について』を見ること！)

### 【ワンポイント☆アドバイス】

- ・割り木の入れ方や火力の調節は、かまど係に聞くべし！
- ・カレーの水の量は、「食べる人数」×「おたま1杯」+ おたま1杯
- ・カレーのルーは、野菜がやわらかくなってから入れる！



## ⑤できあがったら、カレー鍋をはこぶ



# 安全について① ~カレー炊飯~

## 食材切りに注意！

☆包丁はこび・包丁あらい



☆食材を切る

**・刃のむかう方向に、指が出ないようにする！**

[皮をむくとき]



[包丁で切るとき]



# 安全について② ~カレー炊飯~

## やけどに注意！ 軍手をしよう！

### ☆火に注意！ 軍手・皮手ぶくろ・火ばさみ・十能を使う！

割り木を入れる時は  
軍手をする！



燃えた割り木を  
動かすときは  
火ばさみを使う！



(じゅうのう)

割り木をとなりの  
かまどに移す時は  
十能(じゅうのう)を使  
う！



### 【悪い例】

軍手をしよう！

座りこまない

割り木や道具を  
ちらかさない！



### ☆はがま・なべに注意！ 熱をもつので、あつい！

軍手をして  
皮手ぶくろをする



「あつい物が通るよ〜！」と  
言いながら先導する



なべやはがまは熱いので  
この台に置いてね！！

イスをあけておく



# 片づけの流れ ~カレー炊飯~

食器洗い:④

なべ・はがま:④

かまどそうじ:②

片づけの説明を聞く！

『まず、各自でやること』をやる

洗う食器の  
確認



食器洗い  
食器ふき



食器の  
数の確認



使用前の  
状態を確認



内側の汚れ  
あらい



外側のスス  
あらい



道具の確認



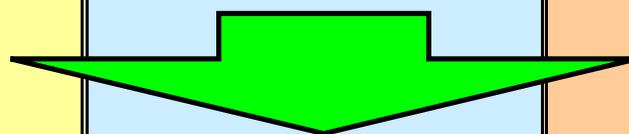
火格子を  
あげる



かまどの  
そうじ



引率者の最終チェック



合格したら、テーブルまわりの片付け

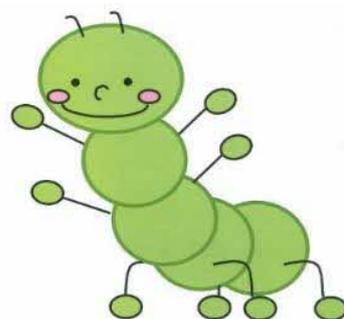
# テーブルまわりの片付け ~カレー炊飯~

※自分の係の片付けが  
終わったら  
すすんで、やろう！



- ①テーブルの上を片づける
- ②テーブルの上を台ふきでふく
- ③テーブルの下をそうじする
- ④まだ、片付けが  
終わっていないところを手伝う

連絡は  
事務室：内線65



# まず、各自でやること～カレー炊飯のかたづけ～

すいはん

第一炊飯場



残飯が残った場合はポリバケツに入れよう！  
(できるだけ食べきろう！)

【ゴミについて】  
残飯⇒ポリバケツに入れる  
その他⇒ビニール袋に入れる



まず、自分の使ったカレー皿のよごれを新聞紙でふこう！



かたづけの係を決めてかたづけ開始！  
【かたづけの係】  
・「はがま&なべ 洗い」④  
・「食器洗い」④  
・「かまどのそうじ」②  
※4:4:2くらいの割合になるようにするといよいよ！

自分の係の仕事がおわったら、他のかたづけの手伝いをしよう！

## はがま&なべ 洗い ～カレー炊飯のかたづけ～

すいはん

①はじめに、はがま・なべの**内側**を次に、**外側**をきれいにする！



【※内側がこげていた場合のみ】濡れた布に砂をつけてみがく ※こげがひどい場合は専用スプーンでけずる

はがま

砂場



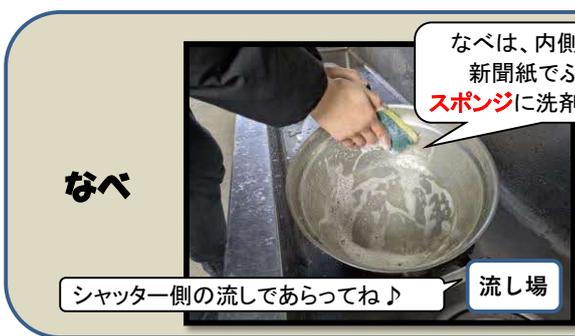
内側はご飯つぶが残らないようにしっかりみがこう♪

外側は亀の子タワシで水を流しながらあらおう♪

手でさわった時に黒くならなければOK！  
(はがまの外側は見た目は黒いまます)

流し場

シャッター側の流しであらってね♪



なべは、内側のカレーを新聞紙でふいてからスポンジに洗剤をつけて洗う

なべ

流し場

シャッター側の流しであらってね♪



内側はカレーの黄ばみが残らないようにしっかりみがこう♪

外側は亀の子タワシで水を流しながらあらおう♪

手でさわった時に黒くならなければOK！  
(はがまの外側は見た目は黒いまます)

流し場

大人のチェックを受けて、OKがでたら、もとあった場所にかたづける

# 食器あらい ~カレー炊飯のかたづけ~

すいはん

右の写真に写っている食器をあらおう！

- ・カレー皿・スプーン・コップ・しゃもじ
- ・おたま・平皿・へら・ボウル・ざる・バット
- ・やかん・はがまのふた・なべのふた



スポンジ・せんざいで食器をあらおう！  
※台ふき置き場側の流しであらうこと！



洗った食器は、食器ふきでふいて、水分をふきとろう！



緑のコンテナに入れる食器は、  
・汚れが残っていないか？  
・数がそろっているか？  
を確認して入れること！  
(コンテナの表示を参照)  
※引率者も確認すること



大人のチェックを受けて、OKがでたら、もとあった場所にかたづける

# かまどのそうじ

# ~カレー炊飯のかたづけ~

すいはん

リンパは12番のかまどの後ろ側へ返す

あまった割り木はわり木用コンテナへ



火ばさみ・十能(じゅうのう)は1番のかまどのうしろ側へ返す

皮手ぶくろ・うちわ・新聞紙は左側シャッター下段へ返す



火ごうしを上げる(重くて熱いので注意)

燃えカスは十能(じゅうのう)で金バケツへ入れる

かまどまわり全体をきれいにしておね！



ほうきは砂場のとなりにかけてあるよ！



自分の係の仕事がおわったら、他のかたづけの手伝いをしよう！