

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		23台以内 (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		○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。									
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		○自分の力で炊飯することの苦労や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。															
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)

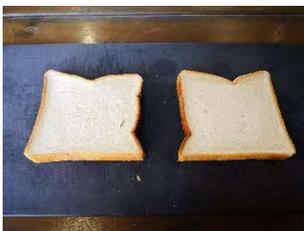
## <材料>

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、  
 スープ用の電気ポット(またはやかんと  
 カセットコンロ)

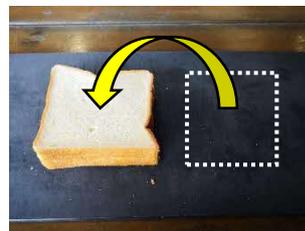
## 【作り方】



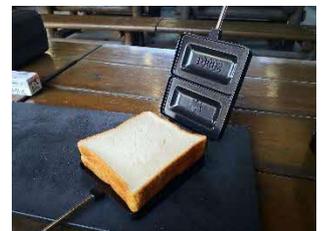
①食パンを2枚用  
 意する。



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!**

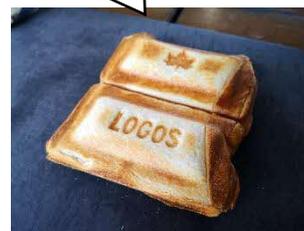
⑥たまにひっくり  
 返しながらか熱。

**やけどに注意!**

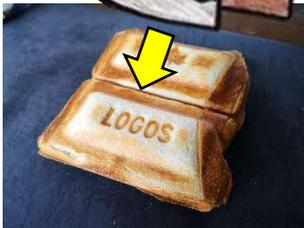


⑦たまに開けて、焼  
 け具合を確認する。

**やけどに注意!**

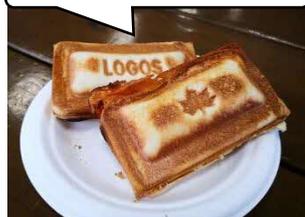


⑧程よく焦げ目が  
 ついたら完成♪



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♪

- 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♪

**やけどに注意!**



「**<発展>たき火での  
 調理もできるよ!**」